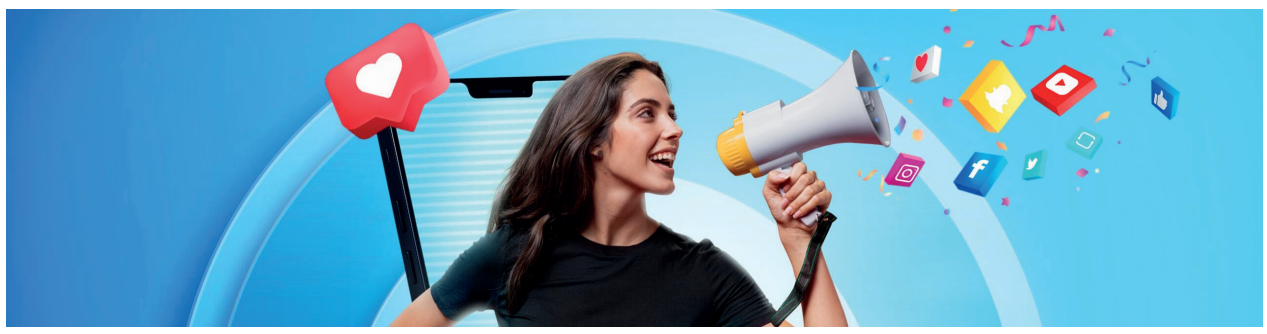
NEWSLETTER
HORA CERTA NEWS





NELSON COSSA PÁGINA: 4

Advogado moçambicano distinguido com o Grau Alta Distinção do Quadro Especial da Ordem do Mérito Ministério Público Militar do Brasil

ANUNCIE OS SEUS SERVIÇOS E PRODUTOS NA NOSSA PLATAFORMA WWW.HORACERTANEWS.COM 82 736 9137

Diabetes afecta 404 mil adultos em Moçambique

Dados da Federação Internacional da Diabetes indicam que 88,6% dos adultos moçambicanos que vivem com a doença desconhecem o seu estado de saúde. A nível mundial, 589 milhões de adultos tinham diabetes em 2024, enquanto em África o número poderá atingir 59,5 milhões até 2050.

Moçambique tem uma estimativa de 404.500 adultos, com idades compreendidas entre os 20 e os 79 anos, a viver com diabetes, dos quais aproximadamente 358.400 poderão não ter conhecimento da doença. Os dados constam do Atlas da Diabetes da Federação Internacional da Diabetes (IDF), que identifica o diagnóstico tardio como um dos principais desafios no combate à doença no país.

A situação ganha particular relevância por ocasião do Dia Mundial da Diabetes, celebrado anualmente a 14 de Novembro, uma data destinada a reforçar a consciencialização sobre a prevenção, o diagnóstico e o tratamento desta doença crónica, que representa um dos principais desafios de saúde pública a nível mundial.

Segundo a IDF, a prevalência da diabetes em Moçambique foi estimada em 3% da população adulta, considerando a prevalência padronizada por idade, em 2024. Entretanto, a organização projecta que o número de adultos afectados poderá aumentar para aproximadamente 1,15 milhões até 2050, caso se mantenham as tendências actuais.

Os mesmos dados apontam para cerca de 2.307 mortes atribuíveis à diabetes entre adultos dos 20 aos 79 anos, em 2024. No mesmo período, as despesas relacionadas com a doença no país foram estimadas em 86,2 milhões de dólares norte-americanos.

Outro indicador preocupante é a dimensão da população que poderá viver com diabetes sem diagnóstico. A IDF estima que 88,6% dos adultos moçambicanos afectados desconheçam a sua condição, uma proporção particularmente elevada quando comparada com a média regional africana.

África enfrenta crescimento acelerado da doença

No continente africano, a dimensão do problema também é expressiva. O Atlas da Diabetes da IDF estima que 24,6 milhões de adultos, com idades entre os 20 e os 79 anos, viviam com diabetes em 2024.

A projecção aponta para um crescimento de aproximadamente 142%, podendo atingir 59,5 milhões de adultos até 2050. Trata-se do maior aumento percentual previsto entre as regiões abrangidas pela Federação Internacional da Diabetes.

A situação é agravada pelo facto de aproximadamente 72,6% dos adultos africanos que vivem com diabetes não terem sido diagnosticados. Em números absolutos, são cerca de 17,9 milhões de pessoas que poderão desconhecer que têm a doença.

A Organização Mundial da Saúde (OMS), através do seu Escritório Regional para África, apresenta igualmente números preocupantes. Segundo a instituição, 54 milhões de adultos com 18 ou mais anos viviam com diabetes na Região Africana da OMS em 2022, contra 12 milhões em 1990.

A OMS alerta que mais de metade das pessoas afectadas não tinha conhecimento da sua condição, deixando milhões sem acesso ao acompanhamento e aos cuidados necessários.



Importa distinguir os dois conjuntos de dados: os números da IDF referem-se a adultos dos 20 aos 79 anos e à sua região africana de referência, enquanto os da OMS abrangem adultos a partir dos 18 anos e utilizam outro enquadramento geográfico e metodológico.

Um problema que ultrapassa os 589 milhões de pessoas

À escala mundial, a diabetes continua a registar uma expansão significativa. A 11.ª edição do Atlas da Diabetes da IDF estima que 589 milhões de adultos, entre os 20 e os 79 anos, viviam com a doença em 2024, o equivalente a aproximadamente um em cada nove adultos.

A organização prevê que este número aumente para 853 milhões até 2050, caso não sejam reforçadas as medidas de prevenção, diagnóstico e tratamento.

As estimativas indicam ainda que aproximadamente 81% dos adultos com diabetes vivem em países de rendimento baixo e médio, onde as dificuldades de acesso aos serviços de saúde e aos medicamentos podem agravar as consequências da doença.

A Organização Mundial da Saúde apresenta uma outra perspectiva da dimensão global do problema. Segundo a actualização da sua ficha informativa sobre diabetes, publicada a 11 de Novembro de 2026, o número de pessoas que vivem com a doença aumentou de 200 milhões, em 1990, para 830 milhões, em 2022.

A OMS estima igualmente que, em 2023, a diabetes tenha sido a causa directa de dois milhões de mortes, enquanto as doenças renais associadas à diabetes provocaram outras 390 mil mortes.



Os dados reforçam a importância de não limitar o combate à doença ao tratamento dos casos já diagnosticados, mas também de investir na prevenção e na identificação precoce dos factores de risco.

Prevenção e diagnóstico precoce

A diabetes é uma doença crónica caracterizada pela elevação dos níveis de glicose no sangue. Ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o organismo não consegue utilizar eficazmente a insulina que produz.

Existem diferentes tipos da doença, sendo a diabetes tipo 2 a forma mais comum. De acordo com a OMS, mais de 95% das pessoas com diabetes têm este tipo da doença.

Entre os factores associados ao desenvolvimento da diabetes tipo 2 encontram-se o excesso de peso, a insuficiência de actividade física, a alimentação pouco saudável e a predisposição genética.

A instituição recomenda a adopção de hábitos de vida saudáveis, incluindo pelo menos 150 minutos de actividade física moderada por semana, manutenção de um peso corporal saudável, alimentação equilibrada e abandono do consumo de tabaco.

A sede excessiva, a necessidade frequente de urinar, o cansaço, a visão turva e a perda de peso involuntária são alguns dos sinais que podem estar associados à diabetes. Contudo, a doença pode desenvolver-se durante vários anos sem apresentar sintomas evidentes, tornando fundamental a realização de exames e avaliações regulares dos níveis de glicose no sangue.





Quando não é devidamente controlada, pode provocar complicações cardiovasculares, insuficiência renal, perda de visão, lesões nos nervos e amputações dos membros inferiores.

Dia Mundial da Diabetes apela à acção antecipada

O Dia Mundial da Diabetes foi criado em 1991 pela Federação Internacional da Diabetes e pela Organização Mundial da Saúde. A data de 14 de Novembro foi escolhida em homenagem ao nascimento de Frederick Banting, um dos investigadores responsáveis pela descoberta da insulina, juntamente com Charles Best, em 1921. A efeméride tornou-se um Dia Oficial das Nações Unidas em 2006, através da Resolução 61/225.

Em 2026, a campanha internacional destaca o tema «Early Action on Diabetes» (Acção Precoce contra a Diabetes), defendendo a necessidade de reforçar a prevenção, o diagnóstico atempado e o acesso a cuidados de saúde de qualidade.

Numa mensagem divulgada por ocasião da efeméride, a 14 de Novembro de 2026, o director regional da OMS para África, Mohamed Janabi, apelou aos governos, profissionais de saúde, comunidades e parceiros para intensificarem a sensibilização e garantirem cuidados acessíveis às pessoas afectadas.

Em Moçambique, onde a IDF estima que quase nove em cada dez adultos com diabetes desconheçam a sua condição, o desafio passa, sobretudo, por ampliar o acesso ao rastreio, fortalecer os serviços de saúde e garantir o acompanhamento contínuo dos pacientes.

Os números mostram que a diabetes não representa apenas um problema individual de saúde. É também um desafio para os sistemas sanitários, para as famílias e para a economia, exigindo respostas sustentadas antes que a doença seja identificada através das suas complicações.

Fontes: Federação Internacional da Diabetes (IDF), 11.ª edição do Diabetes Atlas, estimativas de 2024 e projecções para 2050; Organização Mundial da Saúde (OMS), ficha informativa sobre diabetes, actualizada a 11 de Novembro de 2026; Escritório Regional da OMS para África; e campanha oficial do Dia Mundial da Diabetes.

Advogado moçambicano Nelson Cossa distinguido com o Grau Alta Distinção do Quadro Especial da Ordem do Mérito Ministério Público Militar do Brasil

HORA CERTA NEWS
POR: A.A



O advogado e Presidente da Comissão de Defesa e Reforço das Prerrogativas dos Advogados da Ordem dos Advogados de Moçambique, Dr. Nelson Ernesto Cossa, foi distinguido pela Ordem do Mérito Ministério Público Militar do Brasil, cuja Câmara Deliberativa, em sessão realizada a 15 de Setembro de 2026, decidiu, por unanimidade, aprovar a sua admissão ao Grau Alta Distinção do Quadro Especial da referida Ordem.

A Ordem do Mérito Ministério Público Militar foi instituída pela Resolução n.º 29, de 26 de Março de 1999, do Conselho Superior do Ministério Público Militar, e destina-se a agraciar personalidades e organizações, civis e militares, que tenham prestado meritórios serviços à Instituição, sendo concedida nos graus de Grã-Cruz, Grande Oficial, Alta Distinção, Distinção e Bons Serviços. Podem também ser agraciadas com as insígnias da Ordem as organizações, nacionais ou estrangeiras, representadas pelas suas Bandeiras ou Estandartes, por acções que as credenciem.



A solenidade de outorga das comendas teve lugar no dia 12 de Novembro de 2026, às 18 horas, na Procuradoria-Geral de Justiça Militar, em Brasília, na sequência do Seminário Internacional "Cooperação Jurídica e Combate aos Crimes Cibernéticos, Ambientais e Transfronteiriços", em que o Dr. Nelson Ernesto Cossa participou a convite do Procurador-Geral de Justiça Militar do Brasil.











A distinção ora atribuída constitui o reconhecimento do contributo do Dr. Nelson Ernesto Cossa para o aprofundamento do diálogo e da cooperação jurídica entre Moçambique e o Brasil, e honra não apenas o agraciado, mas também a Advocacia moçambicana e a Ordem dos Advogados de Moçambique.

A Ordem dos Advogados de Moçambique felicita o Dr. Nelson Ernesto Cossa por tão elevada distinção e saúda o Ministério Público Militar do Brasil pelo gesto, que reforça os laços de amizade e de cooperação entre as instituições de justiça dos dois países.