

Diabetes Mellitus

O que é diabetes mellitus?

Tipos de diabetes

Como diagnosticar a diabetes?

Principais sintomas

O que você deve fazer para viver bem com a diabetes

Principais condições de risco que favorecem o aparecimento da diabetes

A diabetes tem cura?

Como é o tratamento da diabetes?

Consequências da falta de tratamento correto

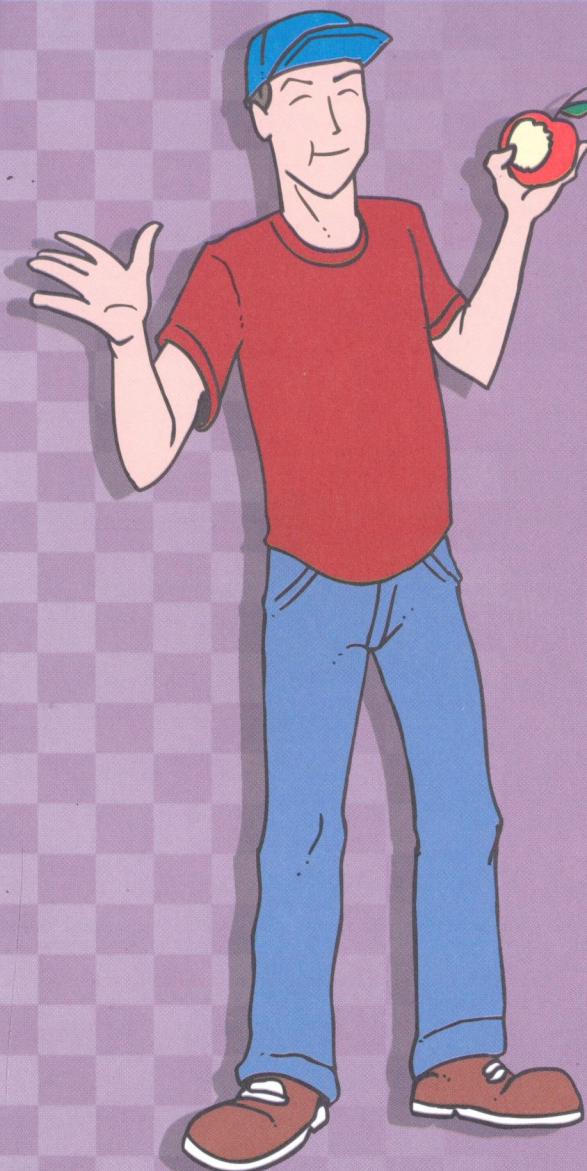


FALE COM A CNT
0800 782891
www.cnt.org.br

DISQUE SAÚDE
0800 61 1997
www.saude.gov.br



**Campanha de Prevenção de
Acidentes nas Estradas**



Diabetes Mellitus

Diabetes

O que é diabetes mellitus?

Diabetes Mellitus, ou apenas diabetes, é uma doença causada pela ausência ou diminuição da insulina - hormônio produzido pelo pâncreas - o que acarreta o aumento da taxa de açúcar (glicose) no sangue.

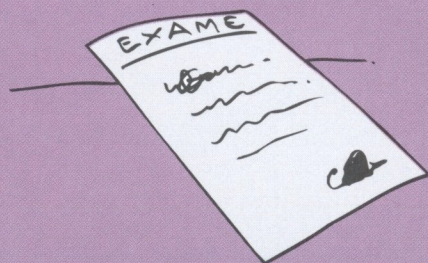
Tipos de diabetes:

Existem dois tipos de diabetes:

- ⇒ O tipo 1 ou juvenil, mais freqüente em crianças e jovens, necessita de insulina para o seu controle (insulinodependente), além de dieta adequada e exercícios.
- ⇒ O tipo 2, mais comum em adultos, é muito mais freqüente e costuma ser controlado com dieta, exercícios, antidiabéticos orais ou insulina.

Como diagnosticar a diabetes?

A diabetes pode ser detectada através de exames que pesquisam a presença de açúcar na urina ou que avaliam a quantidade de açúcar no sangue. A taxa normal de glicose no sangue varia entre 80 mg/dl e 120 mg/dl, e a urina não deve apresentar eliminação de glicose. É extremamente importante a identificação precoce da doença.

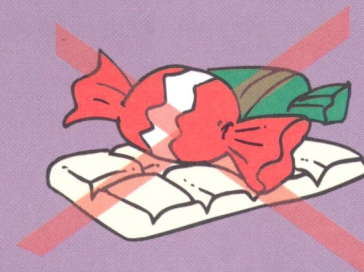
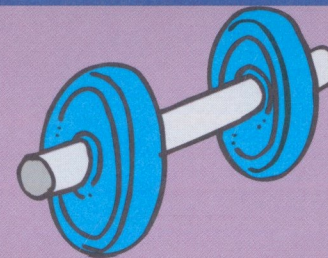


Principais sintomas:

- ⇒ Muita fome
- ⇒ Urina em excesso
- ⇒ Perda de peso
- ⇒ Sede intensa
- ⇒ Tontura
- ⇒ Desânimo, fraqueza e sonolência

Para viver bem com a diabetes, você deve:

- ⇒ Praticar atividades físicas diariamente: através deles o corpo aumenta a capacidade de utilizar a glicose com menores quantidades de insulina, resultando na redução de medicamentos. Devem ser realizados em baixa intensidade durante tempo prolongado, mantendo um programa contínuo.
- ⇒ Controlar o seu peso.
- ⇒ Evitar bebidas alcoólicas e fumo.
- ⇒ Diminuir as preocupações e o nervosismo.
- ⇒ Seguir rigorosamente o tratamento recomendado pelo seu médico.
- ⇒ Controlar a alimentação, diminuir a quantidade de gordura, doces e massas.



Principais condições de risco que favorecem o aparecimento da diabetes:

- ⇒ Hereditariedade (presença de diabéticos na família)
- ⇒ Obesidade (peso muito elevado)
- ⇒ Sedentarismo (falta de atividade física)
- ⇒ Idade acima de 40 anos
- ⇒ Hipertensão arterial (pressão alta)

A diabetes tem cura?

Não, a diabetes não tem cura, mas pode ser controlada.

Como é o tratamento da diabetes?

Compreende dois conjuntos de medidas:

- ⇒ Não medicamentosa (sem medicamentos): envolve o plano alimentar, um plano de atividade física e um de educação, com informações sobre saúde e diabetes. Após estas medidas, se o controle adequado da diabetes não foi obtido, serão indicadas as medidas medicamentosas.
- ⇒ Medidas medicamentosas (com medicamentos): tratamento feito com o uso de comprimidos orais e de insulina. Os portadores de diabetes tipo 1, já no início, devem usar insulina juntamente com as medidas não medicamentosas.

Consequências da falta de tratamento correto:

- ⇒ Cegueira
- ⇒ Paralisia dos rins
- ⇒ Impotência
- ⇒ Derrame cerebral
- ⇒ Abortos
- ⇒ Problemas no coração
- ⇒ Problemas nas pernas e nos pés, levando até a amputação