

▶ DIABETES TIPO 1

Ocorre principalmente em pessoas jovens e é **causada pela incapacidade do pâncreas de produzir quantidades suficientes de insulina**. Nesse tipo de diabetes, o paciente depende de injeções diárias de insulina para controlar seu açúcar no sangue (glicemia).

▶ DIABETES TIPO 2

Desenvolve-se em pessoas adultas, com mais de 40 anos de idade, geralmente com excesso de peso e obesidade. Nesse tipo de diabetes, **a produção de insulina pelo pâncreas é quase normal, mas o organismo não responde adequadamente a essa insulina**. Nesse caso, de modo geral, a glicemia pode ser controlada com dieta e medicamentos usados por via oral.

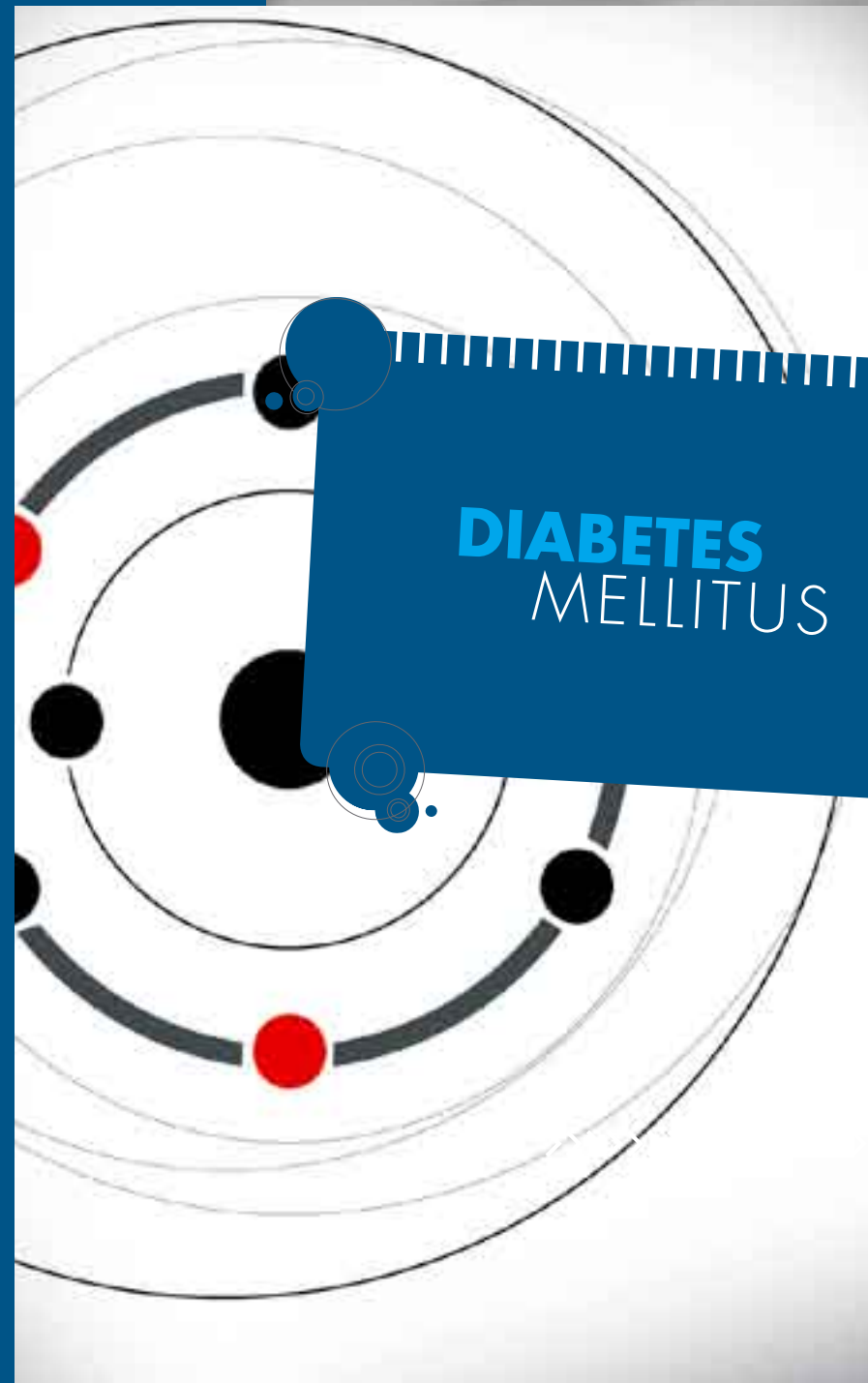


0800 41 6002
WWW.PRO-RENAL.ORG.BR

A Pró-Renal conta com a parceria:



Inovando em saúde



OUT/07



DIABETES MELLITUS

É uma doença provocada pela deficiência de produção ou de ação da insulina, que pode levar a sintomas agudos e a complicações crônicas características.

IMPORTANTE É PREVENIR

SE VOCÊ:

Tem pessoas diabéticas na família
Não costuma praticar exercícios
Está acima do peso ideal

▶ Apresenta fraqueza, emagrecimento, visão dupla, vontade de urinar, fome e sede intensas

Tem mais de 40 anos e está com pressão alta, colesterol e triglicérides elevados no sangue

Atenção: é hora de procurar assistência médica e realizar um exame de sangue para avaliar o nível de glicose.

PROCURE SEMPRE:

Manter o peso normal
Praticar atividade física regular
Não fumar

▶ Controlar a pressão arterial

Evitar medicamentos que potencialmente possam agredir o pâncreas (cortisona, diuréticos tiazídicos)

SINTOMAS

Pessoas com níveis altos ou mal controlados de glicose no sangue podem apresentar:

- Muita sede
- Vontade de urinar diversas vezes
- Perda de peso (mesmo sentindo mais fome e comendo mais que o habitual)
- Fome exagerada
- Visão embaçada
- Infecções repetidas na pele ou mucosas
- Machucados que demoram a cicatrizar
- Fadiga (cansaço inexplicável)

ATENÇÃO:

▶ Em alguns casos, não há sintomas.

Isso ocorre com maior frequência na diabetes tipo 2. Nesse caso, a pessoa pode demorar muitos meses, às vezes anos, para descobrir a doença.

Os sintomas muitas vezes são vagos, como formigamento nas mãos e pés. Portanto, é importante pesquisar diabetes em todas as pessoas com mais de 40 anos de idade.

PRINCIPAIS COMPLICAÇÕES DA DIABETES:

A diabetes pode comprometer vários órgãos e funções de nosso corpo:

1 Nervos

O comprometimento pela diabetes chama-se neuropatia diabética. Manifesta-se principalmente com diminuição da sensibilidade à dor nas pernas e pés.

2 Artérias

O comprometimento dos vasos sanguíneos pela diabetes causa redução do fluxo de sangue em alguns órgãos muito importantes:

No coração, as coronárias ficam endurecidas e o fluxo de sangue para o coração fica reduzido, podendo provocar o infarto.

No cérebro, a falta de oxigênio pode causar o derrame cerebral (AVC).

Nos olhos, a diabetes pode provocar a catarata e também o comprometimento da retina, podendo causar até mesmo a cegueira.

Nos rins, a diabetes pode causar a diminuição lenta e progressiva da função renal. Esse processo é irreversível e pode progredir até a insuficiência renal crônica, com necessidade de diálise.

Essas medidas, se adotadas precocemente, podem resultar no não-aparecimento da diabetes em pessoa geneticamente predisposta, ou levar a um retardo importante no seu aparecimento e na severidade de suas complicações.

COMO PREVENIR A DOENÇA RENAL NOS DIABÉTICOS:

Manter o controle do nível de açúcar no sangue.

Controlar a pressão arterial.

Reduzir o consumo de carne bovina.

Evitar o fumo e o álcool.

Pelo menos uma vez por ano, fazer a dosagem da albumina na urina de 24 horas e de creatinina no sangue. Seu médico o orientará sobre esses exames.

Fazer exercícios físicos com regularidade e perder peso, caso seja necessário (sempre com acompanhamento médico).