

**14 de Novembro**  
**“Dia Mundial do Diabetes”.**



O **Diabetes Mellitus** é uma doença crônica degenerativa grave, de alta prevalência no Brasil e no mundo. Atinge todas as faixas etárias, sem distinção de sexo, raça e condições sócio-econômicas.

É caracterizada pela diminuição ou interrupção da produção de insulina pelo pâncreas. Quando há falta de insulina ou a mesma não atua de forma eficaz, causa aumento da taxa de glicose no sangue (hiperglicemia). A insulina produzida pelo pâncreas é essencial para que o organismo funcione e possa utilizar a glicose corretamente.

Os tipos de Diabetes são:

**Tipo I:** Diabetes Mellitus Insulino Dependente – Ocorre em crianças, jovens e adultos jovens e necessita do uso de insulina para seu controle.

**Tipo II:** Diabetes Mellitus Não Insulino Dependente – É o tipo mais freqüente de Diabetes. Geralmente ocorre após os 40 anos.

**Diabetes Gestacional:** É o tipo que aparece na gravidez, principalmente se a gestante possui acima de 30 anos e ou história familiar de Diabetes, ou mulheres que já tiveram filhos acima de 4 kg ao nascer, as com obesidade e aumento de peso na gestação.

Os principais **sintomas** mais freqüentes são: aumento da fome e urina (poliúria), aumento do peso, desânimo, fraqueza, cansaço físico, sede excessiva (polidipsia), lesões de difícil cicatrização nas pernas e pés, infecções freqüentes e alterações visuais.

**No Diabetes Tipo I**, estes sintomas podem aparecer de maneira rápida e no **Tipo II**, podem estar ausentes ou aparecerem de forma lenta e gradual.

**O objetivo** do tratamento é controlar a glicemia, ou seja, a taxa de glicose no sangue, através da adoção de hábitos de vida saudáveis, realização de atividade física regular, monitorar glicemia e administrar hipoglicemiantes orais ou insulina, de acordo com a

prescrição médica. Dessa forma evitam-se complicações agudas e crônicas, e o indivíduo obtém maior qualidade de vida e maior sobrevida.

**Fatores Pré – Disponentes:**

- História familiar de diabetes;
- Obesidade, sobretudo gordura abdominal;
- Sedentarismo;
- Tabagismo;
- Idade acima de 40 anos;
- Hipertensão arterial, colesterol e triglicérides elevados;
- Uso de corticóides, anticoncepcional;
- Mulheres que tiveram filhos com mais de 4 quilos, ou abortos ou natimorto.