

# Diabetes

Doença crônica caracterizada pela baixa produção ou incapacidade de aproveitamento da insulina, um hormônio-chave, produzido pelo pâncreas, para o controle das taxas de glicose (açúcar) no sangue. Uma alta taxa de glicose no sangue chama-se hiperglicemia e provoca problemas circulatórios graves, muitas vezes incapacitantes ou fatais. Apesar de incurável, é possível retardar seu surgimento ou melhorar muito a qualidade de vida do doente mediante tratamento e acompanhamento médico constante.

**465** bilhões de dólares são gastos todos os anos com o tratamento da doença

**1 em 10** óbitos no mundo de pessoas entre 35 e 64 anos de idade é atribuído à diabetes

**370** milhões de pessoas ou 8,3% da população mundial é diabética, índice que é crescente em todos os países

## Pessoa Saudável

A insulina abre as portas das células para a entrada da glicose que, no interior da mesma, será transformada em energia para o corpo.



## Diabetes Tipo 1: 1 em cada 20 doentes

O doente não produz insulina ou não a produz em quantidade suficiente. Com a entrada das células bloqueada, a glicose se acumula no sangue. São necessárias injeções de insulina.



## Diabetes Tipo 2: 19 em cada 20 doentes

Apesar da boa produção, o organismo doente é incapaz de aproveitar a insulina produzida possivelmente devido a um defeito no mecanismo receptor das células. Com a entrada bloqueada, a glicose se acumula no sangue. Alimentos ricos em glicose tornam-se proibidos e a taxa de glicose no sangue precisa ser monitorada.



Taxa de glicose no sangue (mg/dL)	2h após refeição			
	mín.	máx.		
70	120	<140	Saudável	
100	125	140 a 200	Pré-diabetes	
>125	>125	>200	Diabetes	



## Mundo Diabético



Ícone de pessoa: Número de doentes na população em milhões

## Distribuição dos doentes no mundo



**50%** dos diabéticos não sabem que possuem a doença

## Sintomas

- Visão turva
- Sede excessiva
- Urina excessiva
- Aumento do apetite
- Perda de peso repentina
- Cicatrização lenta de feridas
- Dormência nas mãos e pés
- Fadiga excessiva

## Fatores de Risco

- Histórico familiar
- Sobrepeso: IMC\* > 23
- Mães cujo bebê nasce com +4,5kg
- Idade: +45anos
- Pressão Alta: >140/90mm Hg
- Cintura larga: > 90cm homens > 80cm mulheres

## Prevenção

- Dieta e Peso saudáveis
- Exercícios regulares
- Reduzir consumo de álcool
- Parar de fumar
- Reduzir consumo de sal
- Beber bastante água

## Complicações

Amputação, Cegueira, Derrame, Infarto, Aneurismas, Hipertensão, Doenças Renais e Doença de Alzheimer

\*IMC = peso (kg) / altura<sup>2</sup> (m)



© 2013. Todos os Direitos Reservados.