

O MEU DIABETES É DO TIPO 1 OU 2?

O diabetes do tipo 1 ocorre por destruição das células do pâncreas produtoras de insulina e acomete mais comumente crianças, adolescentes e adultos jovens magros.

O diabetes tipo 2 ocorre pela presença de grande resistência do organismo à ação da insulina e geralmente, mas nem sempre, associa-se à obesidade e a outras doenças como hipertensão (pressão alta) e dislipidemia (colesterol alto). Mais freqüentemente se inicia na idade adulta, mas pode ocorrer também em crianças e adolescentes com excesso de peso.

QUAIS SÃO OS SINTOMAS?

Os sintomas do diabetes ocorrem pela presença de grande quantidade de glicose no

Diurese aumentada (urinar muitas vezes e em grande quantidade)

Dormência, formigamento e dores nos pés

Diabetes é uma doença crônica que leva a um aumento dos níveis de glicose no sangue. Para entrar dentro das células, a fim de servir como combustível, a glicose precisa da insulina, um hormônio produzido pelo pâncreas. Quando o pâncreas deixa de produzir insulina ou quando o organismo se torna insensível à ação deste hormônio, estabelece-se o diabetes.

Os dois principais tipos de diabetes são: do **tipo 1 e 2**. Existem ainda outros tipos como o **diabetes gestacional** (descoberto na mulher durante a gravidez) e o **diabetes secundário** causado por problemas do pâncreas como inflamações (pancreatite) ou câncer.



REDE D'OR
LABORATÓRIO • IMAGEM • HOSPITAIS

www.rededor.com.br

PROGRAMA
Viver BEM

Diabetes

REDE D'OR
LABORATÓRIO • IMAGEM • HOSPITAIS

Como se diagnostica?

O diagnóstico do diabetes depende da comprovação dos níveis elevados de glicose no sangue através do exame em jejum (glicemia ≥ 126 mg/dL) ou 2 horas após uma sobrecarga de açúcar (glicemia ≥ 200 mg/dL). Além disso, num indivíduo sem jejum, uma glicemia maior que 200 mg/dL com sintomas de diabetes também pode confirmar este diagnóstico.

Como se trata?

O tratamento de **TODOS OS TIPOS** de diabetes baseia-se em três pontos:

- 1) Dieta equilibrada;
- 2) Realização de exercícios físicos regulares;
- 3) Uso de medicações.

No **diabetes do tipo 1**, a única medicação eficaz é a insulina, já que o pâncreas não é mais capaz de produzir este hormônio.

Tanto no **diabetes do tipo 2** como no **diabetes secundário**, podem ser usados medicamentos orais, mas em alguns casos também é necessário o uso de insulina.

No **diabetes gestacional** a única medicação que comprovadamente não faz mal ao bebê e, portanto, a única que deve ser utilizada é a insulina.

Quais as consequências do diabetes não-controlado?

O controle ruim do diabetes (glicose constantemente alta no sangue) leva a diversas complicações irreversíveis como: retinopatia, que pode levar a cegueira, nefropatia, que pode levar a insuficiência renal com necessidade de hemodiálise, neuropatia, que pode levar a insensibilidade dos pés e risco de amputação e doenças cardiovasculares, como infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral (“derrame cerebral”).

O bom controle do diabetes e o uso de algumas medicações específicas que serão recomendadas pelo seu médico no devido momento são capazes de reduzir o risco de aparecimento destas complicações e de parar a sua progressão quando elas se instalarem.

Porque eu precisei usar insulina para controlar o meu diabetes durante a internação? A partir de agora vou ficar dependente de insulina?

Durante uma internação hospitalar, independente do motivo, é normal que o diabetes fique descontrolado. Em algumas situações, o descontrole é tão grande que as medicações orais não são suficientes para manter a glicose do sangue em níveis satisfatórios, tornando-se necessário o uso da insulina.

Por outro lado, as medicações orais para o tratamento do diabetes fazem efeito durante um tempo prolongado (algumas delas por mais que 24 horas) o que pode ser um inconveniente em pacientes que necessitem ficar em

Insulina faz mal? Vicia?

A insulina é uma medicação como qualquer outra para o tratamento do diabetes. A maior diferença está na sua via de administração: injeção subcutânea. Insulina não faz mal nem vicia. No entanto, assim como outras medicações para o tratamento de doenças crônicas ela deverá ser tomada por longos períodos, e, eventualmente, pelo resto da vida, a fim de garantir o bom controle glicêmico. A insulina não causa impotência, nem cegueira, nem amputação de membros, nem insuficiência renal... o que causa todos estes problemas é o mau controle do diabetes.



jejum para uma cirurgia ou um exame. Alguns tipos de insulina têm uma ação menos duradoura (2-6 horas). Desta forma, estas insulinas são mais indicadas para o controle do diabetes em situações de internação hospitalar.

O uso de insulina durante a estadia no hospital não significa que o paciente necessitará desta medicação para manter seu diabetes controlado após a alta hospitalar. Uma vez que o paciente tenha melhorado da doença que motivou a internação e receba alta é bastante provável que possa retomar o tratamento que fazia anteriormente.

O que é hipoglicemia?

A hipoglicemia ou “açúcar baixo no sangue” pode ocorrer quando o diabético faz uso de suas medicações hipoglicemiantes e atrasa ou pula uma refeição, faz uma refeição mais leve do que o habitual ou faz uma atividade física mais intensa. Ela pode ocorrer também num dia habitual, naqueles pacientes com controle muito bom dos seus níveis de glicose.

Os sintomas de hipoglicemia são tremor, suor frio, tonteira, mal estar, palpitação e taquicardia (“coração acelerado ou disparado”), dor de cabeça, irritabilidade, sonolência e escurecimento da visão. Nestes casos, é recomendado fazer uma refeição ou até ingerir açúcar (num suco, refrigerante não-diet ou bala) se os sintomas forem muito intensos. Lembre-se de ter sempre entre seus documentos um cartão informando que você tem diabetes e que caso seja encontrado inconsciente ou confuso deverá ser levado a um hospital.

Nome: _____
Pessoa para contato: _____ Tel.: _____
Meu médico: _____ Tel.: _____

Sugestão de cartão de identificação do diabético

Tenho Diabetes

Se eu estiver com um comportamento estranho, parecendo embriagado, confuso e transpirando muito, pode significar que eu estou tendo uma reação associada ao meu diabetes. Se eu puder engolir, dê-me um líquido açucarado. Caso não me recupere dentro de 10-15 minutos, ou esteja inconsciente, não me dê nada pela boca. Leve-me ao hospital mais próximo e avise à minha família ou a meu médico.

Frente e Verso

Monitorização

Outro aspecto importante do tratamento do diabetes é a monitorização da glicemia capilar (taxa de glicose no sangue) que é feita através de um aparelho chamado glicosímetro. A glicemia capilar é determinada a partir de uma gota de sangue, obtida com uma leve picada na ponta de um dedo. Estas medições devem ser feitas com a frequência recomendada pelo seu médico e sempre que houver uma suspeita de “baixa de açúcar” ou hipoglicemia.