



Diabetes

Construa
um futuro
saudável





É uma doença causada pela produção insuficiente ou resistência na ação da insulina, hormônio que regula a glicose no sangue.

A diabetes não tratada se caracteriza por aumento da glicemia e as altas taxas podem levar a complicações no coração, nas artérias, nos olhos, nos rins e nos nervos. Em casos mais graves, a diabetes pode levar à morte.





Existem vários tipos de diabetes. Os principais são diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2

Tipo 1

O corpo não produz a insulina.

Esse tipo se manifesta mais frequentemente em crianças e adolescentes, mas adultos também podem apresentar.



Tipo 2

O corpo não produz insulina suficiente ou esta tem ação inadequada.

Relacionada ao sobrepeso, sedentarismo, triglicerídeos elevados, hipertensão e hábitos alimentares inadequados.



Diabetes gestacional

Pode surgir pela incapacidade do pâncreas de produzir insulina suficiente diante da necessidade aumentada na gestação.

Geralmente se resolve no período pós-parto e pode frequentemente retornar anos depois. Sua investigação deve ser iniciada na primeira consulta de pré-natal.





Pré-diabetes

Os níveis de glicose no sangue estão mais altos do que o normal, mas ainda não estão elevados o suficiente para caracterizar a diabetes tipo 1 ou tipo 2.

Normalmente aparece em obesos, hipertensos e/ou pessoas com alterações nos lipídios.



Os principais sintomas da diabetes são:

- Fome frequente
- Sede constante
- Vontade de urinar diversas vezes ao dia
- Formigamento em pés e mãos
- Visão embaçada
- Cansaço e fraqueza

ATENÇÃO! A diabetes é uma condição silenciosa. Muitas vezes aparece sem nenhum sintoma.



Além dos fatores genéticos e a ausência de hábitos saudáveis, existem outros fatores de risco que podem contribuir para o desenvolvimento da diabetes.

- Pressão alta
- Colesterol alto e triglicérides elevados
- Sobrepeso
- Histórico familiar de diabetes
- Doenças renais crônicas
- Diagnóstico de esquizofrenia, depressão e transtorno bipolar
- Apneia do sono
- Uso de medicamentos da classe dos glicocorticoides





Tratamento

Controle do nível de açúcar no sangue por meio de um estilo de vida saudável (alimentação adequada e atividade física) e do uso de medicamentos orais ou insulina, conforme orientação médica.





Fazer exames regulares é fundamental para identificar a diabetes ainda em estágio inicial e prevenir complicações.

Com o aparecimento de qualquer sintoma é fundamental procurar atendimento médico na Unidade Básica de Saúde mais próxima a você.



Prevenir é sempre melhor. Mude seus hábitos. Coma de modo saudável e pratique exercícios físicos.

Na Rede Sesa, o Centro Integrado
de Diabetes e Hipertensão (CIDH)
é referência no atendimento
especializado **para pessoas com
diabetes de alto ou muito alto risco.**



www.saude.ce.gov.br



/saudeceara



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA SAÚDE



Curta



Comente



Salve



Compartilhe



CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA SAÚDE

www.saude.ce.gov.br

 /saudeceara