

O QUE É DIABETES MELLITUS?



O que é diabetes mellitus?

O Diabetes Mellitus configura-se hoje como uma epidemia mundial, traduzindo-se em grande desafio para os sistemas de saúde de todo o mundo. O envelhecimento da população, a urbanização crescente e a adoção de estilos de vida pouco saudáveis como sedentarismo, dieta inadequada e obesidade são os grandes responsáveis pelo aumento da incidência e prevalência do diabetes em todo o mundo. Segundo estimativas da Organização Mundial de Saúde, o número de portadores da doença em todo o mundo era de 177 milhões em 2000, com expectativa de alcançar 350 milhões de pessoas em 2025.

É uma síndrome caracterizada pelo excesso de açúcar (glicose) no sangue, esta síndrome é decorrente da deficiência total ou parcial da produção de insulina (hormônio produzido pelo pâncreas) ou ainda, quando a insulina produzida não consegue agir. É considerada uma doença grave, crônica, de evolução lenta e progressiva, caracterizada por altas concentrações de glicemia plasmática decorrente de distúrbio metabólico no pâncreas, o qual necessita de tratamento intensivo e o paciente, de orientação adequada que permita prevenir ou retardar as complicações agudas e crônicas da doença.



Quais os Tipos De Diabetes Mellitus?

Tipo 1 - Conhecida anteriormente como DM insulino dependente ou juvenil, caracterizada por pouca ou nenhuma produção de insulina pelo nosso corpo, sendo necessário assim o uso de insulina no tratamento.

Tipo 2 – É a forma mais comum, presente em 90% a 95% dos casos e acontece por defeitos na ação e secreção da insulina pelo pâncreas. Assim, pode ocorrer em qualquer idade e geralmente está relacionado ao estilo de vida do indivíduo, sendo mais diagnosticado em adultos e idosos.

Diabetes gestacional – Quando a insulina do organismo da gestante é menos eficaz durante a gestação e as alterações clínicas características da doença aparecem.

Existem, ainda, outras formas de desenvolver a diabetes, que são mais raras e que podem ser desencadeadas por diferentes motivos. Alguns deles são:

Diabetes Latente Autoimune do Adulto, ou LADA;

Defeitos genéticos;

Doenças do pâncreas;

Doenças endócrinas;

Diabetes desencadeada pelo uso de medicamentos, como corticoides

(É uma classe de medicamentos de ação anti-inflamatória e imunossupressora.



Quais os principais fatores que podem levar ao Diabetes?

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

Diagnóstico de pré-diabetes;

Pressão alta;

Colesterol alto ou alterações na taxa de triglicérides no sangue;

Sobrepeso, principalmente se a gordura estiver concentrada em volta da cintura;

Pais, irmãos ou parentes próximos com diabetes;

Doenças renais crônicas;

Mulher que deu à luz criança com mais de 4kg;

Diabetes gestacional;

Síndrome de ovários policísticos (é uma doença causada pelo desequilíbrio dos hormônios na mulher;

Diagnóstico de distúrbios psiquiátricos - esquizofrenia, depressão, transtorno bipolar;

Apneia do sono;

Uso de medicamentos da classe dos glicocorticoides.



Quais os sintomas do diabetes?

Os principais sintomas do diabetes são: fome e sede excessiva e vontade de urinar várias vezes ao dia.

Sintomas do diabetes tipo 1:

- Fome frequente;
- Sede constante;
- Vontade de urinar diversas vezes ao dia;
- Perda de peso;
- Fraqueza;
- Fadiga;
- Mudanças de humor;
- Náusea e vômito.

Sintomas do diabetes tipo 2:

- Fome frequente;
- Sede constante;
- Formigamento nos pés e mãos;
- Vontade de urinar diversas vezes;
- Infeções frequentes na bexiga, rins, pele e infecções de pele;
- Feridas que demoram para cicatrizar;
- Visão embaçada.

Quais os exames que mostram que tenho Diabetes?

Glicose em Jejum

Realizado para verificar os níveis de glicose do indivíduo em jejum.

Teste oral de tolerância à glicose ou Curva Glicêmica

Realizado para verificar os níveis de glicose após 2h da ingestão de um líquido açucarado oferecido.

Hemoglobina Glicada

Realizado para avaliar o controle periódico da glicose do indivíduo.



Qual o tratamento para o diabetes do tipo 1?

Pacientes com diabetes tipo 1 precisam de insulina pois seu organismo não produz o hormônio. Muitas pacientes com diabetes tipo 2 ou diabetes gestacional também precisa fazer o uso da insulina.

Existem vários tipos de insulina, que incluem a insulina de ação rápida, insulina de ação prolongada, insulina de ação ultrarrápida e outras opções intermediárias. Dependendo das necessidades, o médico pode prescrever uma mistura de tipos de insulina para usar durante o dia e a noite.

Qual o tratamento para o diabetes do tipo 2?

É possível que alguns pacientes com diabetes tipo 2 consigam alcançar o controle do diabetes com a mudança no estilo de vida e a redução da massa corporal, no entanto, a grande maioria dos pacientes necessita de tratamento medicação para alcançar o controle.

A escolha do tratamento é feita com base em diferentes fatores, como a idade do paciente, as taxas de glicose no sangue e o quadro geral de saúde do paciente. Entre as classes de medicamentos disponíveis estão:

Biguanidas (São medicamentos da reduzem a quantidade de glicose produzida pelo fígado;

Sulfoniluréias (medicamentos que estimulam a produção de insulina;

Metiglinidas (medicamentos que estimulam a secreção pancreática de insulina;

Glitazonas (medicamentos que aumentam a sensibilidade à insulina no tecido muscular;

Inibidores da Alifaglicosidase (medicamentos que promovem a diminuição da absorção de carboidratos;

insulina.

O que é Hipoglicemia?

A hipoglicemia é o nível muito baixo de glicose no sangue e é comum em pessoas com diabetes. Para evitar a hipoglicemia, além das complicações do diabetes, o segredo é manter os níveis de glicose dentro da meta estabelecida pelo profissional da saúde para cada paciente. Essa meta varia de acordo com a idade, condições gerais de saúde e outros fatores de risco, além de situações como a gravidez.

Complicações do diabetes

O diabetes, quando não tratado corretamente, pode evoluir para formas mais graves e apresentar diversas complicações tais como:

Neuropatia Diabética (A glicose elevada no sangue pode causar danos aos nervos periféricos e levar a diminuição da energia, da mobilidade e do desempenho das atividades.

Problemas arteriais e amputações;

Doença renal;

Pé Diabético (São feridas que podem ocorrer no pé das pessoas com diabetes e têm difícil cicatrização devido aos níveis elevados de açúcar no sangue e/ou circulação sanguínea deficiente;

Glaucoma (é a pressão elevada nos olhos;

Catarata (a catarata, que acontece quando a lente clara do olho, o cristalino, fica opaca, bloqueando a luz;

Retinopatia (retinopatia diabética é um termo genérico que designa todas as problemas de retina causados pelo diabetes;

Problemas sexuais;

Pele mais sensível (Quem tem diabetes tem mais chance de ter pele seca, coceira e infecções por fungos e/ou bactérias, uma vez que a hiperglicemia favorece a desidratação – a glicose em excesso rouba água do corpo;

Alteração de humor, ansiedade e depressão.

Prevenção do diabetes

Quando falamos em prevenção do diabetes, isso se refere mais especificamente ao tipo 2 da doença, considerado o mais comum (90% dos casos). O Diabetes tipo 1, que é, mas raro, é resultado de um defeito do sistema imunológico, ocasionado por herança genética, em conjunto com fatores ambientais como as infecções virais.

Como prevenir e controlar o diabetes tipo 2.

Fazer o uso de alimentos saudáveis;
Pratica regular de exercícios físicos;
Controle do estresse e da pressão arterial;
Evite cigarros e bebidas alcoólicas
Faça exames de rotina (O acompanhamento médico é importante para a manutenção da saúde como um todo.

Fontes:

Ministério da Saúde;
Sociedade Brasileira de Diabetes- SDB.
Associação Nacional de Atenção ao Diabetes- ANAD

