O QUE É?

A Diabetes Tipo 2 é uma doença crónica que ocorre **habitualmente na faixa adulta** e está fortemente associada ao **excesso de peso, à vida sedentária** e ao **tabagismo**. Estes fatos levam a que esta doença esteja a aparecer nos jovens e até mesmo nas crianças.

É caraterizada por uma produção insuficiente de insulina ou por uma incapacidade do corpo em utilizá-la (insulinorresistência).

A insulina é uma hormona que controla a entrada da glucose (açúcar) para as células do corpo e quando esta é insuficiente ou não é usada como deveria, a glucose acumula-se no sangue (glicemia) em vez de entrar nas células, impedindo-as de funcionar corretamente.

A Meni explica a Diabetes

Meni é a conselheira da Menarini Diagnósticos que estuda de forma aprofundada alguns dos mais frequentes temas de saúde, e os explica de forma clara, simples e muito acessível.
Nas publicações "A Meni explica a Diabetes" encontra respostas às suas perguntas e dúvidas sobre os diversos aspetos desta doença, e algumas sugestões e recomendações que ajudam a melhor conviver com a Diabetes, e a viver mais, e melhor a sua vida!

saiba mais
menarini-diabetes.pt

Linha de apoio ao utilizador
800 200 468

/menarinidiabetes
/menarinidiabetes

A.MENARINI diagnostics

com a colaboração da:
apdp
Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal
A mais antiga Associação de diabéticos do Mundo

A DIABETES TIPO 2

A Meni explica a Diabetes

MENARINI diabetes

A DIABETES TIPO 2

QUEM PODE DESENVOLVER DIABETES MELLITUS TIPO 2?

Qualquer pessoa pode desenvolver **Diabetes Tipo 2**, no entanto existem fatores de maior risco:

- pessoas com excesso de peso
- mulheres que tenham tido diabetes na gravidez
- mulheres que tiveram filhos grandes (com mais de 4 Kg)
- história familiar de **Diabetes Tipo 2**
- pessoas com síndrome metabólico (um conjunto de problemas que incluem colesterol e triglicéridos elevados, HDL baixo, LDL alto e hipertensão).
- as pessoas mais idosas são mais suscetíveis de desenvolverem a doença
- a toma de alguns medicamentos, por exemplo: os corticosteroides

QUE SINTOMAS?

O aparecimento é habitualmente lento e os sintomas podem ser tão discretos que passam despercebidos levando a que o diagnóstico seja tardio. (Este fato leva a que por vezes as pessoas no momento do diagnóstico já têm a doença há alguns meses ou mesmo anos)

Os principais sintomas são:

- sede
- urinar frequentemente
- cansaço
- prurido (comichão) intenso, em especial na região genital
- por vezes a perda de peso pode estar presente

Por o diagnóstico ser muitas vezes tardio, pode acontecer realizar-se só na altura do aparecimento de complicações, por exemplo:

- problemas sexuais
- mãos e pés dormentes ou com formigueiro
- diminuição da visão

QUE TRATAMENTO?

O principal objetivo do tratamento da pessoa com diabetes é conseguir um ótimo **controlo metabólico**, para que possa ter uma vida com qualidade, evitando ou atrasando as complicações crónicas da diabetes (tais como problemas renais, oftalmológicos, cardíacos, entre outros).

Sendo uma doença crónica, o tratamento deverá ser contínuo (para toda a vida) e a pessoa com **Diabetes Tipo 2** consegue uma boa compensação com:

- **alimentação equilibrada** que ajuda a controlar os níveis de glucose no sangue e o peso.
- **exercício físico** que reduz o problema da insulinorresistência, melhora a circulação e fortalece os músculos e articulações.
- **medicação** (comprimidos ou insulina), tomada regularmente
- **importante:**
  - fazer **análises regularmente**
  - vigiar a **tensão arterial**
  - avaliar a glicemia capilar periodicamente de acordo com os objetivos estabelecidos com a equipa de saúde.

Nota: A informação contida neste folheto é complementar das recomendações fornecidas pelos profissionais de saúde e em nenhuma situação as substitui.

GlucoMen® areo

MEDIDOR DE GLICEMIA E CETONEMIA

SIMPLES DE USAR
FÁCIL DE ENSINAR

glucomenareo.pt

TIRA GRANDE
104 mg/dL NÚMEROS GRANDES
ELEVADA ESTABILIDADE 12 MESES validade