

## O QUE É?

**A Diabetes é uma doença crónica** caracterizada pelo aumento dos níveis de açúcar (glucose) no sangue. À quantidade de glucose no sangue chama-se glicemia. Ao aumento da glicemia, chama-se hiperglicemia. Trata-se de uma doença muito comum, que afeta cerca de 12,7% da população. A sua incidência aumenta com a idade e depois dos sessenta anos cerca de 27% das pessoas sofrem desta doença.

## COMO APARECE?

A diabetes resulta de uma deficiente capacidade de utilização pelo organismo da nossa principal fonte de energia - a glucose. Para que a glucose possa ser utilizada como fonte de energia, é necessária a insulina. **A hiperglicemia (açúcar elevado no sangue)** característica da Diabetes deve-se, em alguns casos, à insuficiente produção de insulina, noutros à insuficiente ação da insulina e, frequentemente, à combinação destes dois fatores.

## 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  
[diabetessobcontrolo.pt](http://diabetessobcontrolo.pt)



Linha de Apoio ao Utilizador:  
**800 200 468**



menarinidiag.pt  
f /Diabetessobcontrolo



Qta. da Fonte - Edifício D. Manuel I, 2º-B - 2770-203 Paço de Arcos  
Tel.: 210 930 000 - Fax: 210 930 001 - mdportugal@menarinidiag.pt

## A DIABETES



A Meni explica a Diabetes



## A DIABETES



## QUE TIPOS DE DIABETES EXISTEM?

As formas mais frequentes da Diabetes são a **Diabetes Tipo 1** e a **Diabetes Tipo 2**.

### Diabetes Tipo 1

Também conhecida como Diabetes Insulinotratada, a **Diabetes Tipo 1** tem início na infância ou na adolescência, mas pode aparecer noutras idades. Provocada pela falta de insulina no organismo, este tipo de Diabetes não está relacionado diretamente com hábitos de vida ou de alimentação errados, como acontece na **Diabetes Tipo 2**. As pessoas com **Diabetes Tipo 1** necessitam de terapêutica com insulina para toda a vida.

### Diabetes Tipo 2

A **Diabetes Tipo 2** surge habitualmente em idades mais avançadas e é dez vezes mais frequente que a **Diabetes Tipo 1**.

Caracteriza-se pela associação da falta parcial de produção de insulina com um aproveitamento inadequado da mesma (resistência à ação da insulina). **Uma alimentação cuidada e exercício físico** são a base do tratamento. No entanto, pode vir a ser necessário recorrer a comprimidos, insulina ou ambos.

A **Diabetes Tipo 2** tem geralmente sintomas menos evidentes que a **Diabetes Tipo 1** e pode passar despercebida durante muito tempo. É frequente existirem outras pessoas na família com Diabetes.



## QUAIS OS SINTOMAS?

Os sintomas mais frequentemente associados à diabetes, são:

- urinar em grande quantidade e mais vezes do que o normal
- sede constante e intensa
- fome constante e difícil de saciar
- sensação de boca seca
- fadiga
- comichão no corpo (sobretudo ao nível dos órgãos genitais)
- visão turva

Perante qualquer um destes sintomas, deve consultar o seu médico.

## COMO SE DIAGNOSTICA?

Para o diagnóstico da diabetes é geralmente suficiente a realização de um teste à glucose no sangue, feita em jejum, e num laboratório.

A Diabetes confirma-se quando o valor de glucose no sangue é igual ou superior a 126 mg/dl em duas ocasiões. Quando o valor está entre 110 e 125 mg/dl considera-se que existe uma glucose anormal em jejum. Abaixo de 109 mg/dl considera-se normal.

## COMO PREVENIR?

Se em relação à Diabetes Tipo 1 pouco ou nada pode ser feito para prevenir, já em relação à Diabetes Tipo 2 uma alimentação saudável e variada e a manutenção de uma atividade física moderada regular são fatores que podem claramente evitar ou adiar o aparecimento da doença.

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

## Diabetes sob Controlo



Muito mais do que medidores de Glicemia, os Smart Meter são a Solução no Autocontrolo da Diabetes!

GLUCOCARD<sup>SM</sup>  
Glucose Smart Meter

Para todas as pessoas com Diabetes  
Testes de Glicemia  
[glucocardsm.pt](http://glucocardsm.pt)

NOVO  
GlucoMen<sup>®</sup>  
AREO 2K  
Glicemia + Cetonemia

Para todas as pessoas com Diabetes  
Insulinotratadas  
Testes de Glicemia e Cetonemia  
[glucomenareo2k.pt](http://glucomenareo2k.pt)

Dispositivos médicos. Indicar-se junto do seu profissional de saúde. Para mais informações de utilização consulte o respetivo manual de instruções.