Autovigilância



1. Picar o dedo com um dispositivo que tem uma agulha ou lanceta
2. Colocar a gota de sangue numa tira de teste
3. Com o glicómetro visualizar os valores de açúcar no sangue

Estrada Príncipe Alberto do Mónaco - 9900-038 Horta
Telefone: 292 207 200
E-mail: sres-usifaial@azores-gov.pt

Elaboração: Ana Beatriz Cruz
Revisão: Equipa de Comunicação
Imagens: www.google.pt
Referências: www.apdp.pt
Data de Publicação: Setembro 2018
Refª USIFaial: 06|01|52|03

© Unidade de Saúde da Ilha do Faial

Diabetes

Tipo 1 e tipo 2



USI UNIDADE DE SAÚDE DA ILHA DO FAIAL

O que é ?

Doença crónica que resulta de uma **deficiente capacidade de utilização da glicose** (principal fonte de energia do organismo).

Classificação

Diabetes **tipo 1**:

- **Destruição das células produtoras de insulina** dos ilhéus pancreáticos, ficando a secreção comprometida.
- Forma mais frequente nas **crianças e jovens**. A pessoa tem que **receber insulina** para sempre.

Diabetes **tipo 2**:

- Há produção de insulina, mas devido a uma alimentação incorreta e a uma vida sedentária, o organismo torna-se **insensível à ação da insulina**, obrigando o pâncreas a trabalhar mais, até que a insulina que este produz deixa de ser suficiente.
- É o tipo **predominante**, e aparece cada vez mais **devido ao excesso de peso** da população.

Diagnóstico

- Glucose em **jejum ≥ 126** mg/dL
- **Prova de Tolerância à glucose oral** (2 horas depois da ingestão de 75g de glucose) **≥ 200** mg/dL
- Valor **ocasional ≥ 200** mg/dL **+ sintomas** (sede excessiva, urinar em excesso, muita fome e perda de peso)

Complicações

- Baixa do açúcar no sangue (hipoglicemia) → perda de consciência
- Lesão nos olhos → cegueira
- Infeções na boca
- Ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais
- Lesão nos rins → perda de proteína pela urina
- Infeções urinárias
- Disfunção e impotência sexual
- Formigueiro, dormência ou sensação de queimadura nas pernas, pés e mãos
- Perda de sensibilidade e problemas de circulação nos pés → amputações

Fatores de Risco

- Idade
- Familiares com diabetes
- Excesso de peso (IMC ≥ 25)
- Sedentarismo
- Doenças cardiovasculares

Tratamento

Para o controlo da diabetes é necessário manter o equilíbrio entre: o **exercício físico**, a **alimentação** e a **medicação** (antidiabéticos orais e insulina).



Nos casos em que é necessário fazer insulinoterapia, é importante que haja rotação dos locais onde se administra a injecção, evitando a formação de nódulos, para que estes não interfiram na absorção da insulina.

