

## **Diabetes Mellitus<sup>1</sup>**

Alana SILVA<sup>2</sup>

Bruna ALMEIDA<sup>3</sup>

Faculdade Laboro, MA

### **RESUMO**

Diabete é uma doença crônica não transmissível na qual o corpo não produz insulina ou não consegue empregar adequadamente a insulina que produz.

**PALAVRAS-CHAVE:** Doença; Diabete Mellitus; Tratamento.

O diabetes mellitus é uma doença crônica não transmissível, a redução da produção de insulina ou a resistência em sua utilização leva a uma anormalidade no metabolismo de carboidratos resultando em uma hiperglicemia. (FERREIRA, OLIVEIRA, SALLES et al., 2021).

Existem dois tipos de diabetes: o diabetes tipo 1 e o diabetes tipo 2. Apesar do nome, são doenças diferentes, que possuem duas coisas em comum: a deficiência na produção da insulina e o excesso de açúcar no sangue. (FERREIRA, OLIVEIRA, SALLES et al., 2021).

### **O que é Diabetes Tipo 1?**

Em algumas pessoas, o sistema imunológico ataca equivocadamente as células betas. Logo, pouca ou nenhuma insulina é liberada para o corpo. Como resultado, a glicose fica no sangue, em vez de ser usada como energia. Esse é o processo que caracteriza o Tipo 1 de diabetes, que concentra entre 5 e 10% do total de pessoas com a doença. O Tipo 1 aparece geralmente na infância ou adolescência, mas pode ser diagnosticado em adultos também. Essa variedade é sempre tratada com insulina, medicamentos, planejamento alimentar e atividades físicas, para ajudar a controlar o nível de glicose no sangue. (diabetes.org.br.,2006)

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado para a disciplina de Produção e Inovação Científica da Faculdade Laboro realizada no dia 09 de junho de 2022.

<sup>2</sup> Aluno do Nutrição Clínica Funcional e Fitoterápica /, e-mail: [alannaborges18@hotmail.com](mailto:alannaborges18@hotmail.com)

<sup>3</sup> Orientadora do trabalho. Professora da Faculdade Laboro. Mestra em Comunicação. e-mail: [professorabruna.almeida@gmail.com](mailto:professorabruna.almeida@gmail.com)

## **O que é Diabetes Tipo 2?**

O Tipo 2 aparece quando o organismo não consegue usar adequadamente a insulina que produz; ou não produz insulina suficiente para controlar a taxa de glicemia. Cerca de 90% das pessoas com diabetes têm o Tipo 2. Ele se manifesta mais frequentemente em adultos, mas crianças também podem apresentar. Dependendo da gravidade, ele pode ser controlado com atividade física e planejamento alimentar. Em outros casos, exige o uso de insulina e/ou outros medicamentos para controlar a glicose. (diabetes.org.br.,2006)

### **Tratamento e Controle:**

Uma das coisas mais importantes é controlar o nível de glicose no sangue, para evitar complicações. A medição pode ser feita por meio de um monitor de glicemia ou por meio de bombas de insulina. Os dois tipos de aparelho devem ser adquiridos e usados com orientação da equipe multidisciplinar. Importante: no início, pode haver alguma dificuldade para realizar esse gerenciamento e medição. Isso é absolutamente normal. Não se cobre demais e em breve o gerenciamento se tornará algo natural na sua vida. É importante seguir as orientações para que a medição seja feita nos horários corretos, nas situações corretas e com a frequência ideal. Com esses dados, é possível tomar as melhores decisões. É importante anotar ou registrar em aplicativos gratuitos para o celular esses dados. Assim, vai ser possível perceber claramente a interação entre os medicamentos, a atividade física, a alimentação e o modo como você está se sentindo.

- A glicemia normal em jejum não deverá ultrapassar os 100 mg/dL
- Duas horas após uma refeição, a glicemia não deverá ultrapassar 140 mg/dL

### **Recomendações:**

Terapia nutricional, terapia medicamentosa, exercício físico, monitoração da glicemia e modificação de comportamento. (CUPAPARI, 2005)

Concluimos que todas as pessoas, tendo ou não diabetes, devem ter uma alimentação saudável, regulando a quantidade de doces e gordura ingeridos. Isso ajuda a manter o peso saudável.



## REFERÊNCIAS

FERREIRA, Bruna Carolina. OLIVEIRA, Carla Miguel de. SALLES, Bruno Cesar Correa. **Diabetes Mellitus e suas complicações crônicas: revisão de literatura.** Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 06, Ed. 06, Vol. 11, pp. 24-42. Junho de 2021. ISSN: 2448-0959 Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/complicacoes-cronicas>

Acessado em: 27/06/2008 às 16:25pm, link <https://diabetes.org.br/>

CUPPARI, Lilian. Guia de Nutrição: nutrição clinica no adulto, 2.ed. 2005, pg. 187.