



O Diabetes é um grave problema de saúde pública. Estima-se que 537 milhões de pessoas no mundo sejam portadores de Diabetes. No Brasil, aproximadamente 16,8 milhões de pessoas convivam com a doença. Até 2017, era a terceira maior causa de morte no país.

IMF(2021)

"A educação em Diabetes não é só parte do tratamento, é o próprio tratamento"
Elliot Joslin

ENTENDENDO O DIABETES (TIPOII)



Autores

Alessandra Marques Rangel Teixeira
Aline de Carvalho Pereira
Ana Paula da Conceição Vasconcelos
Andressa Betencourte da Conceição
Camila Camargo da Silva
Diego da Silva Rezende
Fábio Álvaro dos Santos
Gisele de Menezes Xavier de Almeida
Giselle Silva Teixeira Fróes
Gleice Arruda Santana
Iara Silveira Moreira da Rosa

Isabelle Magalhães Costa de Oliveira
Jedida Pierre Teixeira de Queiroz Pereira
Jéssica Chimento Ferreira da Silva
Luana Cristina Torres de Lima
Luisa Inocência dos Santos
Maria Poliana Souza dos Santos
Patrícia Ferreira da Silva
Paulo Victor de Castro Iloia
Raquel dos Santos da Silva Monteiro
Renata Nicolau
Rodrigo de Menezes Pinheiro

Samara Silva de Carvalho
Sandra da Silva Santos
Simone Coelho dos Santos
Tatiane de Sá Costa
Tatiane Gregorio Bezerra da Silva

Organização e Orientação:
Prof. Gabriela Câmara Vicente
Prof. Thamara Cherem Peixoto

Elaboração Gráfica:
Luana Cristina Torres de Lima



**CAMPUS
UNIVERSITÁRIO DE
MARICÁ**

Diabetes

Diabetes tipo 2 é uma doença causada por acúmulo de glicose (açúcar) no sangue. Ela acontece quando a insulina que é produzida pelo pâncreas, está com sua produção diminuída ou quando há resistência a sua atuação.



Grupo de Risco



Familiar com Diabetes



Sedentarismo



Excesso de Peso

40+

Maior de 40 anos



Estresse



Coolesterol e Triglicerídeos altos



Hipertensão Arterial



Álcool em excesso



Diabetes na Gestação

Sintomas

- Fome intensa;
- Sede intensa;
- Se urina muitas vezes em grande quantidade;
- Perda de peso não intencional;
- Cansaço, fraqueza e desânimo;
- Piora da visão;
- Dor nas pernas;
- Infecção frequente de urina, pele e genitais;
- Machucados de difícil cicatrização.

Tratamento



Diminuir ingestão de álcool



Cessar o Tabagismo



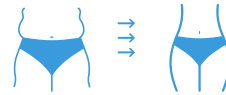
Acompanhamento Médico e Nutricional



Exercícios Físicos



Alimentação Saudável



Perda de Peso

Evolução do Diabetes não tratado

- Cegueira;
- Infarto Agudo do Miocárdio;
- Gangrena;
- Doença Renal
- Impotência Sexual Masculina.

(ANAD)

Previna e Controle o Diabetes

Evite



Doces



Alimentos ricos em gordura e sal



Alimentos prontos para consumo

Prefira



Refeições caseiras



frutas, verduras e legumes



Cereais Integrais



Peixes e cortes magros