

O diabetes age em silêncio.

A informação dá voz ao tratamento.

105 $\frac{\text{mg}}{\text{dL}}$

Cartilha da Diabetes

RECI SAÚDE
PREV RECIFE



**Autarquia Municipal de Previdência e
Assistência à Saúde dos Servidores - Ampass**

Diretoria Executiva

Marconi Muzzio Pires de Paiva Filho

Diretor-Presidente da AMPASS

Francisco Canindé Antunes Furtado Jr.

Vice Diretor-Presidente da AMPASS

Fernanda de Carvalho Albuquerque

Gerente do Saúde Recife

Equipe Saúde Recife

Daniela Lafayette Nunes

Gestora da Rede Credenciada e Atenção à Saúde

Edson José B. de Oliveira

Chefe da Divisão Técnica de Prevenção a Doenças
e Promoção à Saúde

Equipe de Enfermeiras

Kátia Lucienne de Melo Salgado

Claúdia M. de Azevedo

Equipe de Estagiários

Emanuella Gomes

Larissa Ribeiro



O QUE É A DIABETES?

É UMA SÍNDROME CAUSADA PELOS ALTOS NÍVEIS DE AÇÚCAR NO SANGUE.

O diabetes é uma doença crônica que ocorre quando o pâncreas não é capaz de produzir insulina, a sua produção é insuficiente ou quando o corpo não é capaz de fazer bom uso da insulina que produz.

tipo 1

Desenvolve normalmente na infância ou na adolescência. Nesse tipo de diabetes, o sistema imunológico ataca por engano as células beta do pâncreas, responsáveis por produzir insulina. Com quantidades reduzidas ou ausência completa da insulina, a glicose permanece no sangue e não é usada para gerar energia.

tipo 2

É mais frequente na população adulta. Neste tipo de diabetes, caracteriza-se pela produção insuficiente de insulina, pelo pâncreas, ou pela incapacidade do organismo de utilizar a insulina produzida de forma eficiente, assim elevando a glicemia.



A pair of brown hands is shown using a blue glucometer. One hand holds the device while the other uses a finger to prick a drop of blood into the testing strip.

DIABETES GESTACIONAL

Durante a gestação, o equilíbrio hormonal das mulheres é bastante alterado, por isso, o pâncreas tende a aumentar a produção de insulina. Em algumas delas porém, a produção de insulina não aumenta, e o quadro de diabetes gestacional é desenvolvido.



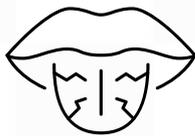
CAUSAS

- ANTECEDENTES FAMILIARES.
- OBESIDADE E SEDENTARISMO.
- HÁBITOS ALIMENTARES NÃO SAUDÁVEIS.

SINTOMAS



Sede Anormal



Boca Seca



Fome Constante



Urinar com Frequência



Perda de Peso sem explicações



Visão Turva



Fadiga Extrema



COMPLICAÇÕES DA DIABETES

Sem o diagnóstico e tratamento, a Diabetes expõe a risco de complicações graves.



Ataque Cardíaco



Insuficiência Renal



Problema Hepático



Acidente Cerebro-Vascular (AVC)



Perda de Visão



Disfunção Sexual



Amputação de Membros



PREVENÇÃO

A prevenção da diabetes é uma estratégia importante para todo indivíduo. Isso porque, para quem tem um estilo de vida saudável os riscos de complicações são baixíssimas.



Reduzir o
Consumo de
Bebidas Alcoólicas



Prática de
Atividades
Físicas



Beber bastante
Água



Alimentação
Saudável



Controle da
Glicemia



ATENÇÃO!

**FAZER USO DE MEDICAÇÕES COM
ORIENTAÇÃO MÉDICA.**

**SIGA AS RECOMENDAÇÕES DO SEU
MÉDICO ENDOCRINOLOGISTA E
NUTRICIONISTA.**



ATENÇÃO!



PROGRAMA DE MONITORAMENTO DE DIABETES E HIPERTENSOS

Através do Saúde Recife, a Divisão Técnica de Prevenção a Doenças e Promoção à Saúde. Estamos com Programa de Monitoramento de Diabéticos e Hipertensos, através do mesmo iremos acompanha-los sobre seu quadro clínico e poder indicar aos especialistas de acordo com as necessidades, caso você ou algum familiar seu, tenha diabetes ou hipertensão, responda o questionário com algumas informações para seu cadastro. **A prevenção é a melhor solução, para possíveis internações futuras!**



Aponte sua câmera e
acesse
o questionário.



Para mais informações:

Central do Saúde Recife

(81) 3771-0152

0800 300 2345

Ouvidoria PCR

0800 281 0040

**Divisão Técnica de Prevenção a
Doenças e Promoção à Saúde**

(81) 3355-1605

(81) 9.9488-6851 (WhatsApp)





PREVINA-SE

**Cuidado e dedicação nos momentos
em que você mais precisa!**



**SAÚDE
RECIFE**



**Aponte sua câmera e acesse
o nosso site**



RECI SAÚDE
PREV RECIFE