

**Como identificar os
possíveis sinais de
que você pode ter**

DIA DE DIABETES

Cooperando
com o **Coração**

 **instituto
CREDICITRUS**


**INCOR
HCFMUSP**
CIÊNCIA E HUMANISMO

O QUE É **diabetes?**

É uma doença na qual o corpo perde a capacidade de regular os níveis de glicose (açúcar) no sangue.





SINTOMAS FREQUENTES



Muita sede



Fome frequente



Visão turva



Cansaço



Vontade de urinar várias vezes ao dia



Emagrecimento



FATORES DE RISCO

Adultos com mais de 35 anos com sobrepeso ou obesidade, com pelo menos 1 dos seguintes fatores:

Parente de primeiro grau que tem DM2

Etnias de alto risco (afrodescendentes, hispânicos ou indígenas)

Pressão alta

Colesterol alterado (HDL <35mg/dL ou Triglicérides > 250mg/dL)

Paciente com síndrome dos ovários policísticos

Sedentarismo



Presença de acantose nigricans (manchas escuras na pele presentes geralmente nas axilas, virilha e pescoço, ocasionadas pelo excesso de açúcar no corpo)

Indivíduos com HIV

História de doença cardiovascular (infarto, AVC, etc)

Algumas pessoas podem não apresentar nenhum desses sintomas, estar com diabetes e não ser diagnosticado. Isso ocorre com mais frequência no diabetes do tipo2 (DM2). Por isso, existem alguns programas de rastreamento que ajudam a diagnosticar a doença precocemente.



Hemoglobina glicada maior ou igual a

6,5%



Glicemia de jejum maior ou igual a

126mg/dL
após jejum de
08 horas



Glicemia maior ou igual a

200mg/dL
após teste oral de tolerância
a glicose 75g



Glicemia ocasionalmente maior ou igual a

200mg/dL
em pacientes **com sintomas descritos acima.**

* Para confirmar a doença, o paciente deve ter qualquer um desses exames alterados em 2 medidas diferentes ou pelo menos 2 exames alterados na mesma coleta de sangue.

Referências:

1. American Diabetes Association 2022. Disponível em: <https://diabetes.org.br/ada22/> 2. Cobas R, Rodacki M, Giacaglia L, Calliari L, Noronha R, Valerio C, Custódio J, Santos R, Zajdenverg, L, Gabbay G, Bercoluci M. Diagnóstico do diabetes e rastreamento do diabetes tipo 2. Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes (2022). DOI: 10.29327/557753.2022-2, ISBN: 978-65-5941-622-6.