



A Diabetes Mellitus. O que é?



Por Dr^a. Sílvia Sacramento
Medicina geral e familiar da CSB

A Diabetes Mellitus é uma doença crónica e progressiva que pode trazer graves consequências para a saúde e bem-estar individual e está associada a elevados custos sociais e dos sistemas de saúde. A sua prevalência tem vindo sempre a aumentar, sendo atualmente considerada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) como a pandemia do século XXI, prevendo-se que possa atingir, nos próximos 20 anos, mais de 20% da população mundial.

O que é a Diabetes Mellitus?

O nosso organismo utiliza a glicose para produzir energia indispensável ao funcionamento normal dos vários órgãos e tecidos. Para que a glicose possa ser utilizada pelo organismo, tem de passar do sangue para o interior das células. Na maioria das situações, esse transporte para as células só é possível com a ajuda de uma importante hormona, produzida pelo pâncreas: a insulina.

A Diabetes Mellitus é uma patologia que resulta da ausência (ou diminuição da eficácia) da insulina, sendo a sua característica mais importante, e que define esta doença, a subida anormal e descontrolada da glicose no sangue.

As pessoas sem Diabetes devem ter uma glicemia entre 80 e 110 mg/dl antes das refeições e entre 110 e 140 mg/dl depois das refeições.

Como saber se temos Diabetes?

O diagnóstico de Diabetes é sempre realizado através de uma pesquisa de glicose no sangue, que pode ser:

- uma glicemia em jejum ≥ 126 mg/dl;
- uma pesquisa de glicemia ocasional: ≥ 200 mg/dl + sintomas de hiperglicemia (poliúria, polidipsia, polifagia e emagrecimento);
- prova de tolerância oral à glicose (PTGO) 2h: ≥ 200 mg/dl;
- HbA1c $\geq 6,5$ %.

Que tipo de Diabetes existem?

Existem vários tipos de Diabetes Mellitus, sendo os principais a Diabetes Tipo 1 e a Diabetes Tipo 2. Existem outras Diabetes Mellitus mas que são muito mais raras do que as anteriores. É o caso da Diabetes causada por certos medicamentos, traumatismos abdominais graves, formas genéticas raras, entre outras.

O que é a Diabetes Tipo 1?

A Diabetes Mellitus Tipo 1 desenvolve-se, geralmente, em crianças, adolescentes ou jovens adultos, podendo, contudo, aparecer também em adultos e até em idosos. Neste tipo de diabetes, o pâncreas deixa completamente de produzir insulina, na maioria das vezes por destruição autoimune. Por essa razão, a única maneira de tratar a Diabetes Mellitus Tipo 1 é administrando insulina.

O que é a Diabetes Tipo 2?

A Diabetes Mellitus Tipo 2 é a forma mais frequente de diabetes - 9 em cada 10 diabéticos são do tipo 2. Surge em qualquer idade, mas é mais frequente nas pessoas adultas com obesidade, excesso de ingestão calórica e ausência de exercício físico. Devido a estes fatores, há uma maior resistência do organismo à ação da insulina e, conseqüentemente, uma menor eficácia, com aumento da glicose no sangue (hiperglicemia). É tratada, maioritariamente, com medidas de alteração do estilo de vida e terapêutica oral (um ou mais fármacos), mas pode ser necessária a administração de insulina para obter um controlo metabólico eficaz.

