

# Dia Mundial da Diabetes

Tema do Dia Mundial da Diabetes em 2018

“Diabetes e Família – seja saudável”

Em Portugal existem cerca de 500 mil casos de diabéticos tipo 2, com um aumento anual de novos casos da ordem dos 3%.



Segundo a Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal 1/2 dos diabéticos ainda não foram diagnosticados.

14

novembro

seja saudável

Círculo azul – símbolo da união dos povos contra a diabetes

Se gosta de si e dos seus familiares, porque não se cuida?



# Dia Mundial da Diabetes

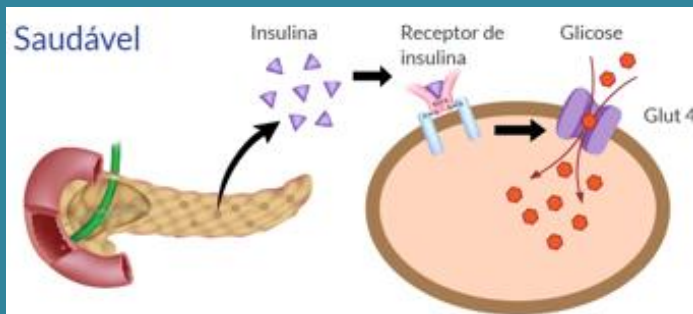
14 de novembro de 2018

Diabetes - doença em que existe excesso de glicose (açúcar) no sangue.

A glicose precisa da insulina para passar do sangue para o interior das células, onde é utilizada como fonte de energia.

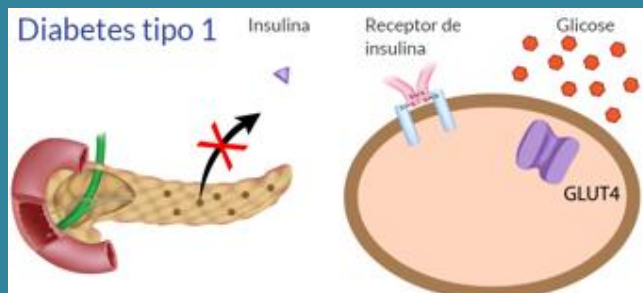
A diabetes surge quando o pâncreas não produz insulina em quantidade suficiente, e/ou quando esta não atua de modo eficaz.

- Glicemia  $\geq 126$  mg/dl: em duas ou mais análises em jejum.
- Glicemia  $\geq 200$  mg/dl: numa análise em qualquer momento do dia e acompanhada de sintomas de hiperglicemia.



## Diabetes Tipo 1:

- Forma de diabetes menos vulgar e surge, geralmente, na infância e na adolescência.
- As células do pâncreas deixam de produzir insulina.



## Diabetes Tipo 2:

- Forma de diabetes mais comum (9 em cada 10 diabéticos). Associa-se ao excesso de peso e obesidade relacionados com hábitos alimentares e estilos de vida pouco saudáveis.
- Neste tipo de diabetes podem associar-se a resistência à insulina e a diminuição da sua produção.

