

DIABETES

PROFESSORES DA UFRGS, MEMBROS DA ACADEMIA DE MEDICINA DO RS, ESCLARECEM DIAGNÓSTICO, CAUSAS E CARACTERÍSTICAS DE UMA DAS DOENÇAS MAIS PROEMINENTES NA SOCIEDADE ATUAL

MEDIÇÃO DA GLICOSE NO SANGUE É FUNDAMENTAL PARA O CONTROLE DA DOENÇA

PARCERIA COM A ACADEMIA

Este artigo faz parte da parceria firmada entre ZH e a Academia Sul-Rio-Grandense de Medicina (ASRM). A estreia foi em março, com a reportagem "Câncer: do diagnóstico ao tratamento". Em abril, publicamos artigo sobre depressão e bipolaridade. Uma vez por mês, o caderno publica conteúdos produzidos (ou feitos em colaboração) por médicos integrantes da entidade, que completou 30 anos em 2020 e atualmente conta com cerca de 90 membros e é presidida pelo otorrinolaringologista Luiz Lavinsky. De diversas especialidades – oncologia, psiquiatria, endocrinologia etc. –, esses profissionais fazem parte do Programa Novos Talentos da ASRM, que tem coordenação de Rogério Samento Leite e no qual são acompanhados por um tutor com larga experiência na área.

Fernando Gerchmann (*) | Gilberto Schwartzmann (**)

O QUE É?

Doença causada por deficiência na produção de insulina pelo pâncreas ou por diminuição de sua ação, resultando em aumento da glicemia e uma série de problemas de saúde. No Brasil, 16,8 milhões de adultos têm diabetes.

QUAIS SÃO OS TIPOS?

► **Tipo 1:** Há destruição das células que produzem insulina (autoimune na maioria) – doenças em que as nossas defesas atacam o próprio corpo.

► **Tipo 2:** Há perda de capacidade do pâncreas de produzir insulina frente a uma elevada resistência a sua ação, por excesso de peso, aumento da gordura na barriga e maus hábitos de vida.

► **Outras causas:** genéticas, doenças do pâncreas (exemplo: fibrose cística e pancreatite), induzida por medicações (corticóides, pós-transplante, HIV/aids).

► **Diabetes gestacional:** a glicemia de jejum ≥ 92 mg/dL ou teste oral de tolerância à glicose

após a 24ª semana com valores anormais.

E OS SINTOMAS?

O aumento da glicemia causa sede, fome, excesso de urina, visão turva, fraqueza, emagrecimento, náuseas, dor abdominal, câibras. Você também pode não ter sintomas e estar com a glicose elevada, causando prejuízos à saúde.

QUANDO INVESTIGAR?

A partir dos 45 anos de idade ou antes, se houver sobrepeso/obesidade e mais um dos seguintes fatores: familiares com a doença, ovários policísticos, uso de corticoide, terapia para aids, transplante, hipertensão, doença cardiovascular, HDL baixo e triglicérides elevados. Também recomenda-se de 6 a 8 semanas após diabetes na gravidez.

COMO SE DIAGNOSTICA?

Glicemia em jejum – 126 mg/dL, ou o exame de hemoglobina glicada (proteína do sangue que gruda glicose) – 6,5% ou teste oral de tolerância a glicose (glicemia – 200 mg/dl). Esses exames devem ser

repetidos. Ou quando há sintomas e glicemia – 200 mg/dL.

QUEM TEM PRÉ-DIABETES?

Glicemia plasmática de jejum entre 100 e 125 mg/dl; nível de hemoglobina glicada entre 5,7% e 6,4%; e glicemia duas horas após sobrecarga de glicose entre 140 e 199 mg/dl.

QUAIS OS PROBLEMAS QUE O DIABETES CAUSA?

Problemas vasculares (infarto, derrame, amputação), insuficiência renal, problemas nos nervos e cegueira. Também se associa a problemas de memória (Alzheimer e de origem vascular), doenças hepáticas (gordura no fígado e cirrose), impotência, infertilidade, depressão, ansiedade e dores articulares, além de um risco significativamente maior de duas dezenas de tipos de câncer, como mama, cólon, esôfago e fígado.

COMO EVITAR?

Estilo de vida saudável e manejo dos fatores de risco para doença cardiovascular: hipertensão e colesterol, parar/evitar de fumar.

Procure seu médico para fazer revisões periódicas e identificar precocemente os problemas que o diabetes causa. Naqueles com excesso de peso, o emagrecimento é muito importante. Deve-se examinar cuidadosamente os pulsos, a pressão, a tireoide, o coração, o abdômen e a sensibilidade dos pés. Avalia-se a retina com oftalmologista. Realizam-se exames de sangue, urina, cardiovasculares e exames preventivos de câncer.

COMO TRATAR O AUMENTO DOS NÍVEIS DE GLICEMIA?

Estilo de vida saudável e medicamentos utilizados de maneira cada vez mais personalizada, reduzindo problemas cardiovasculares, renais e neurológicos. Pode-se realizar o teste da ponta de dedo e a monitorização da glicose de maneira contínua, uma tecnologia revolucionária. A insulina é excelente opção de tratamento para todos os tipos de diabetes. No diabetes mellitus tipo 1 utilizam-se diferentes formas de insulina (subcutânea ou inalada) ou as bombas de insulina. Chegaremos à era do pâncreas artificial.

(*) Médico Endocrinologista e professor da Faculdade de Medicina da UFRGS | (**) Escritor, médico oncologista, professor da Faculdade de Medicina da UFRGS