



COMO PREVENIR AS COMPLICAÇÕES DO DIABETES

Por ser uma doença que afeta várias partes do seu corpo, para garantir o acompanhamento de seus órgãos-alvo, o acompanhamento com outros especialistas pode ser indicado pelo seu médico.

NO MUNDO

1 em cada 11 pessoas tem diabetes*



8,9%

da população brasileira tem diabetes



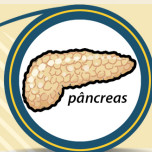
OLHOS

A retinopatia diabética e o edema macular diabético são as doenças que mais causam cegueira evitável no mundo e são decorrentes da diabetes. Elas ocorrem quando o excesso de açúcar no sangue altera os vasos sanguíneos no globo ocular. E não há sintomas nos estágios iniciais, então a detecção precoce exige exames regulares com seu **oftalmologista ou retinólogo**.



ALERTA:

Quase 3 milhões de pessoas no mundo têm deficiência visual causada pela retinopatia diabética



HORMÔNIOS

A diabetes é causada pela ineficiência da insulina, hormônio produzido no pâncreas que regula a quantidade (glicemia) de açúcar no sangue. Por isso, o médico que atua contra a doença é o especialista no nosso sistema hormonal: o **endocrinologista**.



RINS

A alta taxa de glicose faz com que os rins trabalhem ainda mais para filtrar o sangue. Isso pode gerar um desgaste chamado nefropatia diabética que, se não for tratado, leva à insuficiência renal. O pior: não há grandes sintomas no início da doença. Um **nefrologista** ajudará a detectá-la.



CORÇÃO E SISTEMA CIRCULATÓRIO

O excesso de açúcar afeta todo o sistema circulatório e pode causar hipertensão. Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes, 50% dos diabéticos podem sofrer um infarto ou acidente vascular cerebral (AVC). É um risco quatro vezes maior que o de alguém saudável. Por isso, procure ajuda de um **cardiologista**.



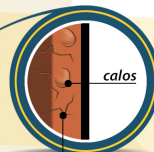
PERNAS E BRAÇOS

Segundo o Instituto Nacional de Diabetes e Doenças do Rim, dos EUA, entre 60% e 70% dos diabéticos desenvolvem algum nível de neuropatia. A doença afeta os nervos, especialmente dos membros inferiores, causando dor, formigamento ou insensibilidade. O médico indicado é o **neurologista**.



ALERTA:

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, 60% de todas as amputações de membros inferiores no Brasil são provocadas pela diabetes



PELE

A desregulação do sistema circulatório e dos nervos que controlam a produção de óleos e umidade na pele podem causar calos e rachaduras. Não pense que é um problema "pequeno": vá ao **dermatologista** antes que os calos virem úlceras graves.



DICA:

Um **nutrólogo** (ou nutricionista) pode ajudar bastante na manutenção de uma dieta saudável, fator-chave no controle da diabetes