

Dia Mundial da Diabetes



Frederick Banting
(14/11/1891 – 21/02/1941)



Doodle de homenagem a Banting (2016).

O que é a diabetes?

O nosso organismo utiliza a glicose para produzir a energia indispensável ao funcionamento normal dos vários órgãos. Para isto aconteça, a glicose tem de passar do sangue para o interior das células, o que só é possível com a ajuda da insulina. Na diabetes, esta situação está alterada e há uma subida anormal e descontrolada de glicose no sangue (hiperglicemia), o que pode conduzir a complicações médicas graves.

O Dia Mundial da Diabetes é assinalado a 14 de novembro, no dia de nascimento de Frederick Banting, cientista canadiano que colocou a insulina ao serviço dos diabéticos. Em 1923, Banting foi um dos laureados com o Prémio Nobel da Medicina e Fisiologia.

Sintomas



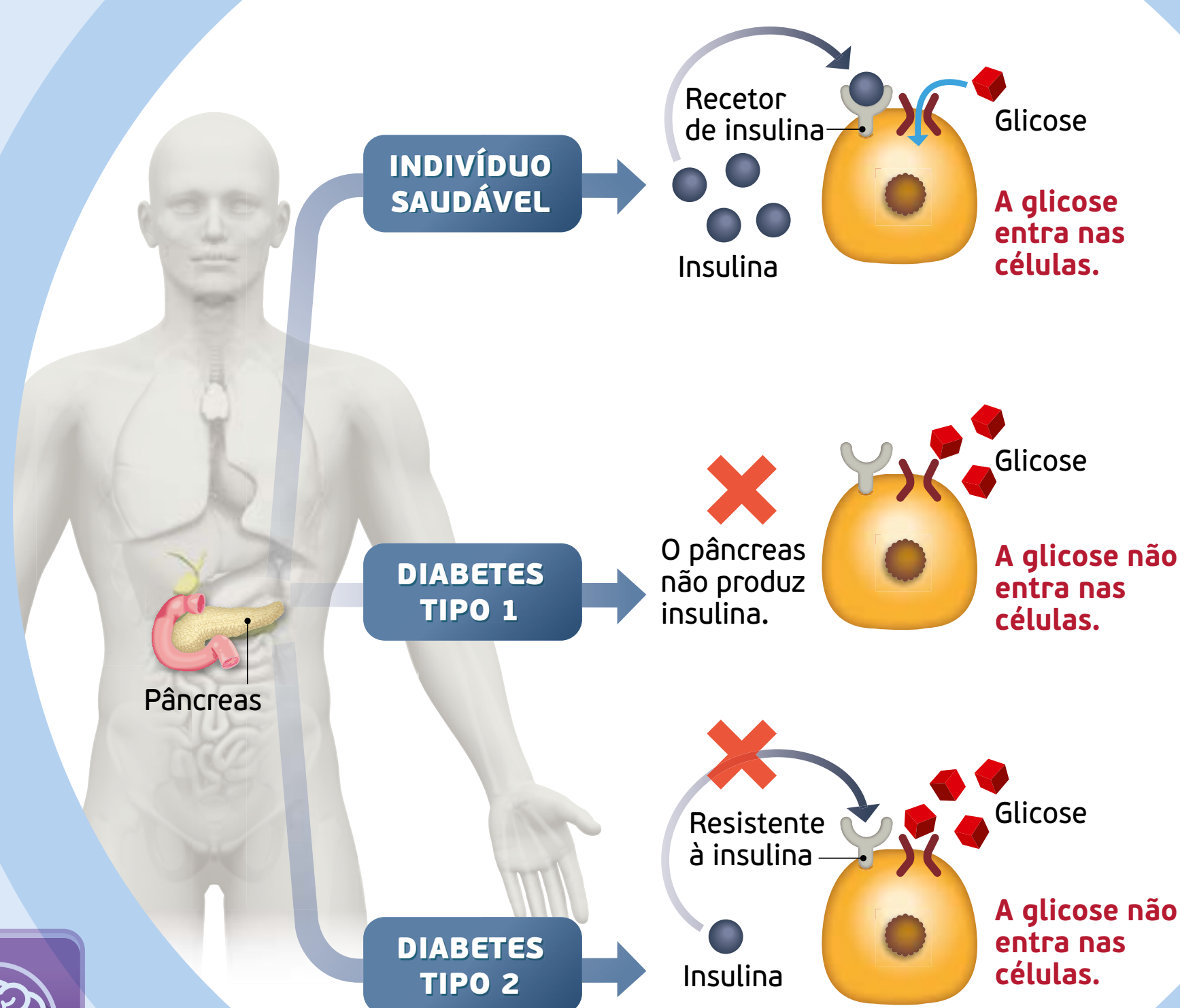
Fatores de risco



Consequências

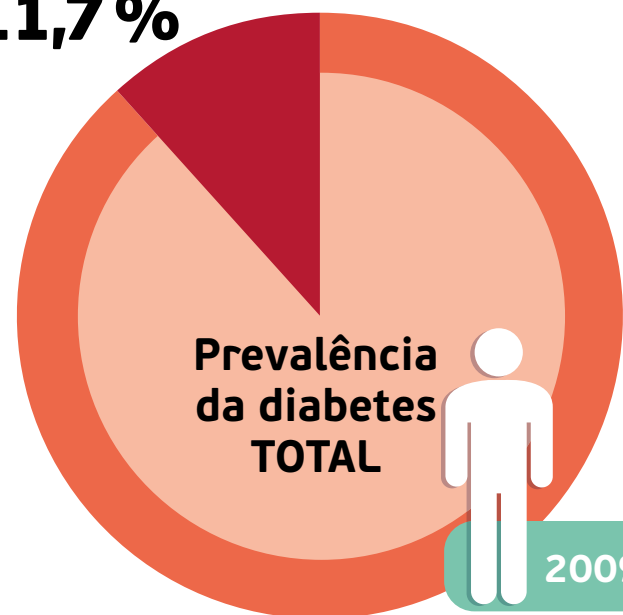


Etiologia



Prevalência da Diabetes em Portugal População 20-79 anos

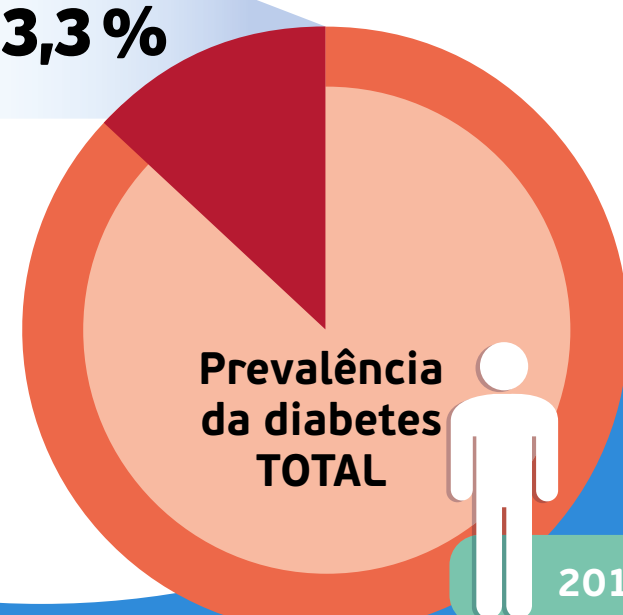
11,7%



Prevalência da diabetes NÃO DIAGNOSTICADA 5,8%

Prevalência da diabetes DIAGNOSTICADA 7,5%

13,3%



Fonte: Observatório Nacional da Diabetes (2016)

Principais causas de morte em Portugal (2015)

- 1: Doenças do aparelho circulatório
- 2: Tumores malignos
- 3: Doenças do aparelho respiratório
- 4: Doenças do aparelho digestivo
- 5: Diabetes

Fonte: Pordata

Em todo o mundo, a cada **6 SEGUNDOS**, 1 pessoa morre com diabetes.

5 milhões de mortes em 2015

Fonte: International Diabetes Federation (IDF), 7.ª IDF Diabetes Atlas, 2016.

Current BG = 200 mg/dL
Target BG = 100 mg/dL
ISF = 50 Correction Bolus
I:C ratio = 1:12
200 - 100 = 2 units
50 Meal Bolus
Total carbs = Meal Bolus
I:C ratio
60 = 5 units

e ainda assim eu erro com frequência.

<https://www.youtube.com/watch?v=LtGK2lFB9II>

Prevenção



NUNCA "é só hoje"

Pequenas Mudanças, Grandes Diferenças! Evite refrigerantes e diga não à diabetes.

NÃO à diabetes!

Saiba mais em www.naoadiabetes.pt

NUNCA "é só mais um bocadinho"

Pequenas Mudanças, Grandes Diferenças! Pratique atividade física e diga não à diabetes.

NÃO à diabetes!

Saiba mais em www.naoadiabetes.pt

Cartazes da campanha "Não à diabetes!" da Fundação Calouste Gulbenkian www.naoadiabetes.pt