

FACTORES DE RISCO PARA DIABETES GESTACIONAL



- Excesso de peso ou obesidade no momento da concepção e, durante a gravidez.
- Uma historia familiar de diabetes, diabetes gestacional em uma gravidez anterior, problemas de tolerâncias de glicose, proteínas que aparecem em seu exame de urina.
- Excesso de liquido amniótico.
- Após ter dado á luz a um bebé que morreu natimorto (morte fetal)

PREVENÇÃO

- Controlar os níveis de açúcar.
- Controlar a tensão arterial.
- Fazer vigilâncias dos órgãos, mais sensível, como a retina, rins, coração, nervos, periféricos entre outros.
- Bons hábitos alimentares.
- Práticas de exercícios físico.
- Não fumar.
- Cuidar da higiene dos pés.

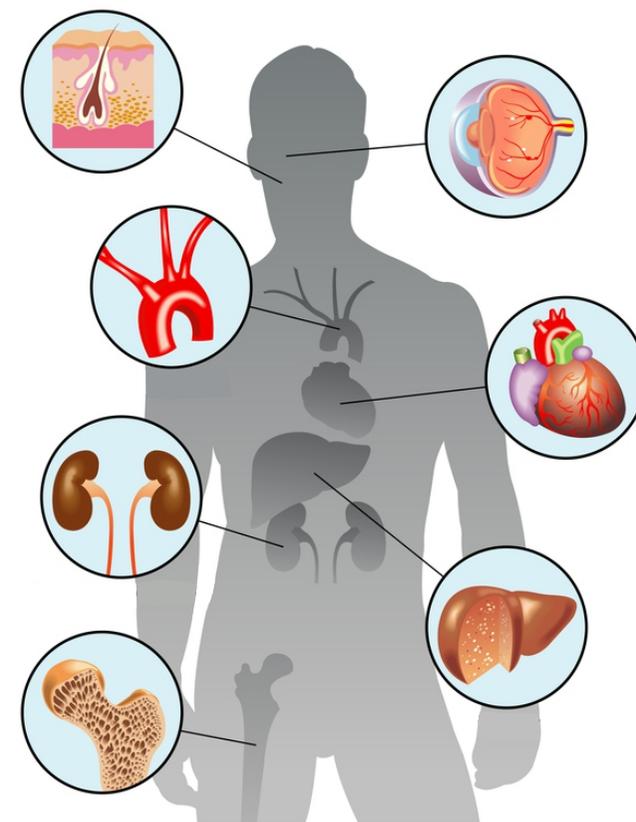


Instituto Nacional da Saúde Pública
Rua: Amílcar Cabral 96, Maianga - Luanda 2017
Email: geral@insp.co.ao
insp.minsa@gmail.com
Tel: 222393247/222395881
Fax: 392911



República de Angola
Ministério da Saúde
INSTITUTO NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA

Diabete



UMA GRANDE PANDEMIA NO SÉCULO XXI

É uma doença crônica caracterizada por níveis elevados de açúcar no sangue, devido a um defeito hereditário ou absoluto de um hormônio chamado insulina. Com os meios disponíveis hoje, ainda não tem cura, mas pode ser controlada.

TIPOS DE DIABETES DE MELLITUS:

- Diabetes tipos 1
- Diabetes tipos 2
- Diabetes gestacional
- Outros tipos específicos de diabetes



Tem muita fome (Polifagia)



No Diabetes tipo I ou tipo II descontrolado: perda de peso



No Diabetes tipo II: ganha peso



Urina muito (Políúria)
urina doce



Desânimo, fraqueza, cansaço físico



Tem muita sede (Polidipsia)



Lesões nas pernas ou nos pés de difícil cicatrização



Infecções frequentes (pele, urina e genitais)



Alterações visuais

FACTORES DE RISCO

- Ser filhos de pais diabéticos.
- Não prática de exercícios físicos, Obesidade ou excesso de peso.
- Estilo de vida sedentário.
- Baixo peso no nascimento.
- Pressão arterial elevada (pressão alta)
- Colesterol alto.
- História familiar de doença cardiovascular.
- História familiar de diabetes.
- Consumo nocivo de álcool, drogas e tabaco.
- Alimentação rica em carboidratos e açúcar e gordura de origem animal.
- Stress



DIAGNOSTICO

Faz-se por análises do açúcar no sangue (glicemia).



QUANDO POSSO SUSPEITAR QUE TENHO DIABETES?

Quando a glicemia em jejum é igual ou superior a 126 mg/dl.

Quando a glicemia 2 horas depois de pequeno almoço é igual ou superior a 200 mg/dl.

O QUE FAZER?

CONSULTE O SEU MÉDICO