



Diabetes



Que é Diabetes?

- Diabetes é uma condição de saúde crônica onde o corpo não consegue usar a glicose da comida.
- Como o corpo não pode demolir apropriadamente o açúcar que adquirimos da dieta, isso resulta em a condição chamada hiperglicemia ou açúcar alto no sangue

Tipos comuns de Diabetes:

- 2 mais comuns:
Tipo I e Tipo II
- Tipos diferentes são baseados no efeito da insulina no fígado

Que é insulina?

- Insulina é um hormônio produzido no pâncreas (parte baixa do estômago)
- Insulina controla como as células de glicose (açúcar)
- Sem insulina, nosso corpo não consegue produzir energia

Diabetes Tipo I:

- O pâncreas produz pouca insulina
- DT1 afeta 1.6M de pessoas nos EUA
- DT1 é geralmente diagnosticada em crianças
- Insulina é preciso
- Não pode ser prevenida

Diabetes Tipo II:

- O pâncreas não produz insulina suficiente ou o corpo resiste à ação da insulina
- DT2 afeta 1 em 10 adultos
- Deve ou não precisar de insulina
- Pode ser prevenida e controlada

Prevenção:

- Manter uma saudável e balanceada dieta (e.g. leite, bastante frutas e vegetais, doces e carboidratos em moderação, água em vez de refrigerante)
- Aproveitar exercícios regulares (e.g. 30 min andando, dançando)

Diabetes e Dentes:

- Doença periodontal é a doença dentária mais comum afetando pessoas vivendo com diabetes
- Muita glicose ou açúcar em seu sangue da diabetes pode causar dor, infecção, e outros problemas nos seus dentes e gengivas porque ajuda a permitir que bactérias cresçam na sua saliva. Essas bactérias juntam com comida para formar placa (suave, pegajoso filme) que causa cáries nos dentes

