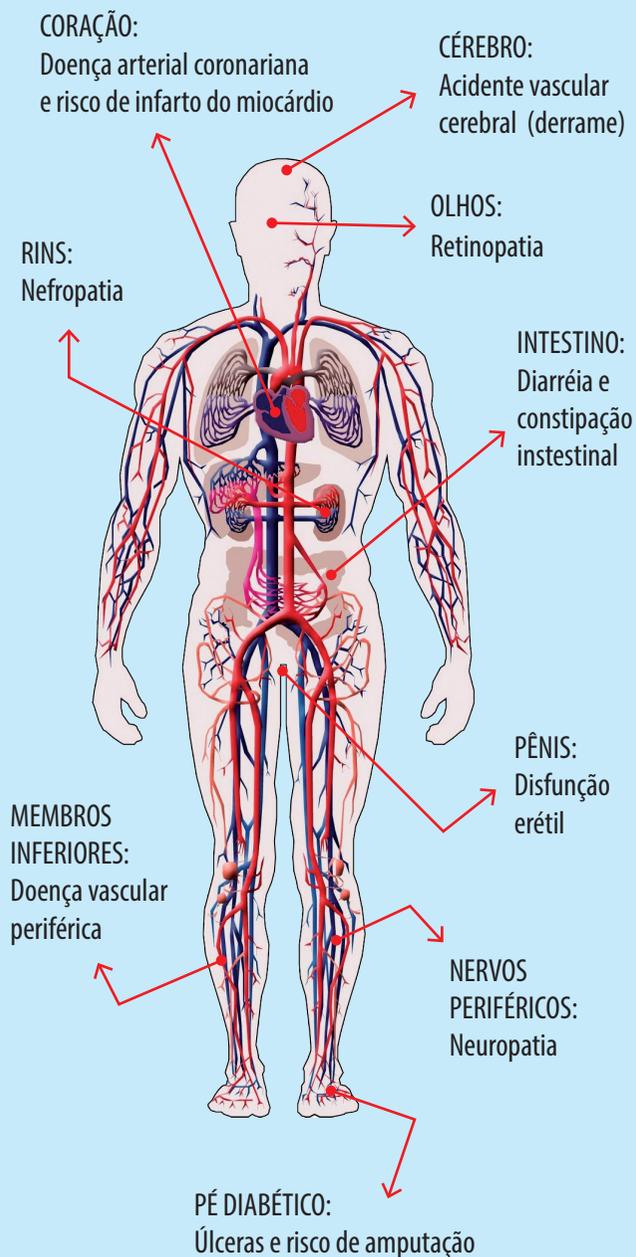


PROBLEMAS CAUSADOS PELO DIABETES MELLITUS



O QUE VOCÊ DEVE SABER SOBRE

NEUROPATIA DIABÉTICA



SECRETARIA DE
SAÚDE



SES - Secretaria de Estado de Saúde
DCNT - Doenças Crônicas Não Transmissíveis
Rua México, nº 128, 4º andar, sala 406 - Centro - RJ
CEP: 200.31-142 Telefone: (21) 2333.3879 / 2333.3853
email: dcnt@saude.rj.gov.br



Para chegarmos à Neuropatia Diabética, faz-se necessário uma definição básica do que é o Diabetes Mellitus (DM).

O DM é uma disfunção causada pela deficiência total ou parcial da produção de insulina, hormônio produzido pelo pâncreas. Como consequência, a glicose não é aproveitada adequadamente pelas células provocando sua elevação no sangue, ultrapassando as taxas normais (70 a 110 mg/dl).

Os tipos de Diabetes mais conhecidos são:

TIPO 1 - Onde ocorre destruição das células do pâncreas que produzem insulina. Seu aparecimento se dá de forma abrupta em crianças, adolescentes e adultos jovens.

TIPO 2 - O mais comum, onde o pâncreas diminui a produção de insulina e/ou a insulina produzida não é bem usada pelo organismo. Ocorre geralmente em adultos após os 35 anos de idade. Porém, tem-se observado um número crescente de casos de Diabetes tipo 2 em crianças e adolescentes, devido à alimentação não saudável e elevados índices de obesidade. O início dos sintomas é lento e pode passar despercebido por longos períodos, dificultando seu diagnóstico e tratamento.

DIABETES GESTACIONAL - Ocorre durante o período gestacional de mulheres que não eram diabéticas. Observa-se a alteração da tolerância à glicose, que costuma desaparecer ao término da gravidez, o que não impede que, futuramente, possam vir a desenvolver o Diabetes tipo 2.

O Diabetes quando não diagnosticado ou se diagnosticado e não tratado adequadamente, passa a ser um grave problema de saúde pública devido as suas complicações.

O QUE É NEUROPATIA DIABÉTICA?

Antes de tudo, é preciso compreender algo sobre o sistema nervoso que, basicamente, se divide em duas partes: o sistema nervoso central e o sistema nervoso periférico.

O sistema nervoso central é composto pelo cérebro e a medula espinhal, sendo ele o centro de controle do sistema nervoso.

O sistema nervoso periférico envolve os nervos, que se distribuem a partir da medula espinhal, estendendo-se por todo o corpo. Os nervos agem como mensageiros, transmitindo informações ao cérebro por meio da medula espinhal.

Esses mesmos nervos possuem uma proteção proteica e de "gordura" chamada de **Bainha de Mielina**.

Quando ocorre um desequilíbrio do açúcar no sangue, ou seja, uma alta taxa de glicemia, surge uma disfunção nas Bainhas de Mielina, prejudicando a comunicação entre os neurônios, o que acarretará a Neuropatia diabética.

Portanto, a Neuropatia diabética é um termo usado na medicina para descrever a lesão dos nervos ocasionada pela glicemia elevada, (excetuando a interferência de outras causas ou doenças), sendo esta a maior causa de notificação de deformidades por ulcerações e amputações em pessoas com diabetes.

As áreas mais suscetíveis são as extremidades do corpo, principalmente os pés. Por isso, esses devem receber maior atenção e cuidado. Porém, não se deve deixar de atentar que, a Neuropatia diabética, acarreta problemas digestivos, cardiovasculares, urinários, sexuais, de visão e vários outros, que podem evoluir para situações muito graves e até fatais.

Os sinais e sintomas nem sempre são perceptíveis, fazendo-se necessário exames diários e de rotina nos postos de saúde e/ou ao primeiro indício de lesão nervosa.

Os fatores de risco mais importantes detectados em vários estudos são: o desequilíbrio do controle glicêmico, idade, altura, peso, histórico familiar e duração do DM. Além desses, a hipertensão arterial, etnia, tabagismo, microalbuminúria, dislipidemia, e hipoinsulinemia, mostram resultados variáveis.

O QUE OBSERVAR?

- Medicações;
- Dormência;
- Insensibilidade à temperatura;
- Sensibilidade extrema ao toque;
- Sensação de "friagem";
- Dores nas mãos, pernas e pés;
- Câibras;
- Perda do equilíbrio e coordenação motora;
- Perda de reflexos;
- Rachaduras e feridas que não cicatrizam;
- Entre outros, que se intensificam no período noturno.

ATENÇÃO:

- Mantenha uma rotina de visita periódica ao Posto de Saúde para suas consultas;
- Mantenha sua medicação em dia;
- Faça um autoexame de seus pés diariamente, observando se há feridas ou rachaduras;
- Proteja seus pés com uso de sapatos confortáveis, porém fechados;
- Examine seus calçados antes de usá-los detectando algum incômodo;
- Nunca ande descalço;
- Faça higiene diária dos pés com água morna, testando a temperatura com o cotovelo ou pedindo para alguém testar a previamente a temperatura para você;
- Seque, cuidadosamente seus pés, principalmente entre os dedos;
- Passe, regularmente, hidratante nos pés, evitando passar entre os dedos;
- Use meias grossas e macias, sem remendos e evite aquelas com elásticos apertados, para não prejudicar a circulação;
- Nunca corte suas unhas, remova calos e cutículas nem use produtos químicos nos pés, sem orientação profissional;
- Mantenha uma dieta balanceada e saudável;
- Faça exercícios físicos diários e moderados sob orientação profissional;
- Procure dar um fim ou limite aos maus hábitos (tabagismo, álcool e outras drogas).

