

Neuropatia Diabética

O sistema nervoso se divide, basicamente, em duas partes:

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.

Sintomas

Deformidades por ulcerações e amputações em pessoas com diabetes, 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 necessários exames diários e de rotina nos postos de saúde e/ou ao primeiro indício de lesão nervosa.

- Dormência;
- Insensibilidade à temperatura;
- Sensibilidade extrema ao toque;
- Sensação de “friagem”;
- Dores nas mãos, pernas e pés;
- Cãibras;
- Perda do equilíbrio e coordenação motora;
- Perda de reflexos;

- Rachaduras e feridas que não cicatrizam;
- •Entre outros, que se intensificam no período noturno.

Prevenção

- 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).