**Diabetes Mellitus**

A diabetes mellitus é uma doença caracterizada pelo excesso de açúcar no sangue, devido à atuação ineficaz da insulina, que é o hormônio responsável por baixar a glicemia no sangue.

O paciente com diabetes mellitus tem de fazer o teste de glicemia para saber o valor de açúcar no sangue que não deve ser superior a 126 mg/dL em jejum e, o tratamento inclui o uso de remédios, como antidiabéticos orais ou insulina, prática de exercício físico e alimentação adequada.

**Tipos de diabetes mellitus**

Existem diversos tipos de diabetes mellitus, a diabetes tipo 1, diabetes tipo 2 e a diabetes gestacional e, as suas diferenças incluem:

* **Diabetes Mellitus Tipo 1:** é uma doença crônica, pois **não tem cura**e ocorre porque o pâncreas produz pouca ou nenhuma insulina, sendo geralmente frequente na infância ou na adolescência. Veja mais sobre a Diabetes tipo 1 em: Diabetes tipo 1;
* **Diabetes Mellitus Tipo 2:** resulta frequentemente de maus hábitos alimentares e sedentarismo e é mais frequente nos adultos e idosos. Neste tipo de diabetes, o pâncreas produz insulina em quantidades insuficientes ou as células do organismo são resistentes à insulina e, por isso, o valor de glicemia permanece superior ao normal. Saiba mais sobre a Diabetes tipo 2 em: Diabetes tipo 2;
* **Diabetes Gestacional:** caracteriza-se pelo excesso de açúcar no sangue durante a gravidez, provocado pelas alterações hormonais, porém, geralmente desaparece depois do parto. Saiba mais sobre a diabetes gestacional em: Diabetes gestacional

Além destes tipos de diabetes, existe também a **diabetes insipidus**que não está relacionada com a diabetes mellitus, pois é causada pelo mau funcionamento do hormônio antidiurético e ocorre frequentemente devido a insuficiência renal. Leia mais sobre a diabetes insipidus em: Diabetes insipidus.

**Sintomas da diabetes mellitus**

Os sintomas da diabetes mellitus podem incluir:

* Vontade de urinar muito e muitas vezes;
* Sensação de sede constante;
* Fome excessiva;
* Perda de peso;
* Visão turva;
* Fraqueza e cansaço.

Existem fatores que aumentam o risco de uma pessoa desenvolver diabetes mellitus, como ter idade superior a 45 anos, obesidade, hipertensão, colesterol elevado ou historial familiar de diabetes, por exemplo. Estes indivíduos devem estar especialmente atentos aos sintomas da diabetes e todos os anos consultar um clínico geral para despistar a doença.

**Valores de referência da diabetes mellitus**

Os valores de referência da diabetes mellitus são identificados através do teste de glicemia, que é quando o paciente faz a picada no dedo, sendo que em jejum o paciente deve ter até 126 mg/dL e a qualquer hora do dia inferior a 200mg/dL.

Além disso, quando o paciente com diabetes mellitus faz o exame da hemoglobina glicosilada deve ter como valor de referência inferior a 5,7%.

​​Saiba mais sobre o exame de sangue para diabetes em: Como fazer exame de sangue para diabetes

**Tratamento para diabetes mellitus**

O tratamento para a diabetes mellitus tipo 1, tipo 2 e gestacional inclui:

* Fazer uma alimentação equilibrada e pobre em açúcar. Veja o que o paciente com diabetes deve comer: O que comer na diabetes
* Praticar exercício físico diariamente, pelo menos 30 minutos por dia;
* Medir a glicemia de acordo com a indicação médica;
* Administrar insulina por indicação médica, antes das refeições através de uma injeção, no caso da diabetes mellitus tipo 1; Saiba como administrar a insulina em: Como aplicar insulina
* Tomar remédios antidiabéticos, como Glipizida e Metformina segundo a indicação do médico, no caso da diabetes mellitus tipo 2.

Quando o tratamento para diabetes mellitus não é feito de forma adequada, podem surgir complicações que incluem nefropatia diabética, infecções, infarto agudo do miocárdio, AVC, neuropatia diabética ou pé diabético. Saiba mais sobre o tratamento em: Tratamento para diabetes.