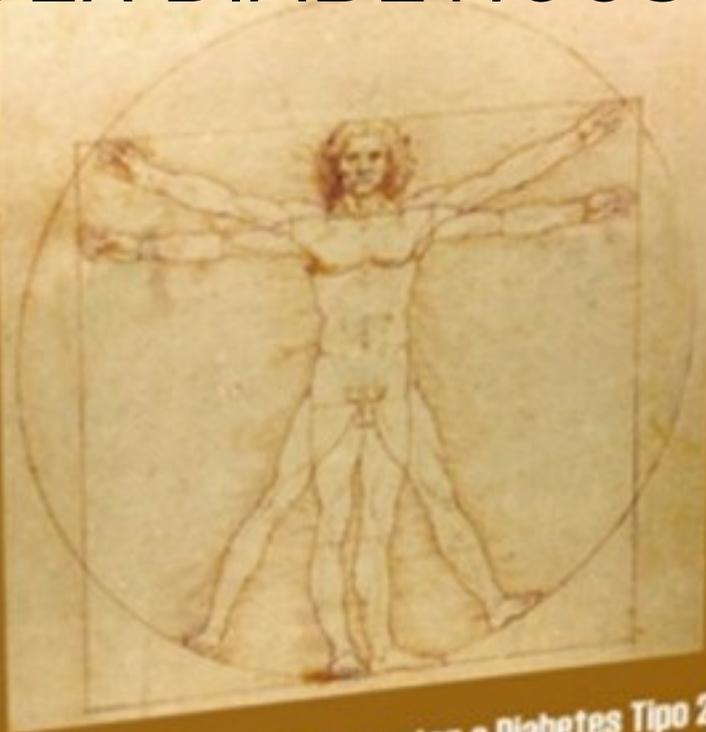


SAÚDE INTEGRATIVA - VOL. 1

# CODEX DIABETICUS

## CODEX DIABETICUS



O Guia Definitivo para Reverter o Diabetes Tipo 2

RICARDO OTRANTO

CODEX DIABETICUS O Guia Definitivo para Reverter o Diabetes Tipo 2 O Brasil é o 5º país no mundo, em incidência de diabetes, com 17 milhões de doentes adultos (com idade entre 20 e 79 anos), perdendo apenas para China, Índia, Estados Unidos e Paquistão. De acordo com a FID - Federação Internacional de Diabetes, o número chega a meio bilhão de diabéticos no mundo, exatos 537 milhões. O mais recente Boletim Epidemiológico da Secretaria de Vigilância em Saúde, do Ministério da Saúde, traz um estudo sobre a mortalidade por Diabetes mellitus (DM) no Brasil entre 2010 e 2021. Foram registradas 752.720 mortes causadas pela doença no período, passando de 54.855 em 2010 para 75.438 em 2021. Além disso, de acordo com a SBD - Sociedade Brasileira de Diabetes, mais de 50% da população, não sabe que tem a doença – que é silenciosa e se desenvolve ao longo do tempo. Segundo a SBD, o diabetes é uma doença crônica, na qual o corpo não produz insulina ou não consegue empregar adequadamente a insulina que produz. Trata-se, portanto, de uma doença metabólica, caracterizada pelo aumento significativo de glicose circulante no sangue, resultante de anormalidades na secreção e/ou ação da insulina,

tendo como consequência, os distúrbios no metabolismo de carboidratos, gorduras e proteínas. Cerca de 90% das pessoas com diabetes têm o Tipo 2. Ele se manifesta mais frequentemente em adultos, mas crianças também podem apresentar. Dependendo da gravidade, ele pode ser controlado com atividade física e reeducação alimentar. Em outros casos, exige o uso de medicamentos orais e/ou injeções de insulina para controlar os níveis de glicose. As complicações do diabetes normalmente surgem quando o controle dos níveis de glicose no sangue não é feito corretamente. O açúcar em excesso pode provocar lesões por todo o corpo. É como se o sangue se transformasse em uma calda açucarada, entupindo as veias, artérias e vasos capilares e gerando uma série de complicações que atingem os olhos, rins, fígado, pâncreas, pênis, nervos, coração e até o cérebro.

No entanto, as complicações do diabetes podem ser evitadas e revertidas por meio de tratamento com remédios, insulina, fazendo o controle rigoroso da glicemia, praticando atividades físicas, mantendo uma alimentação saudável, além da suplementação de vitaminas, minerais e uso de fitoterápicos. E é justamente para auxiliá-lo nesta luta, que fizemos este informativo.

**QUAIS OS TIPOS DE DIABETES** De acordo com a SBD - Sociedade Brasileira de Diabetes e a ADA - American Diabetes Association, esta é a classificação dos principais tipos de Diabetes. Pré-Diabetes - A maioria das pessoas não sabe bem o que é pré-diabetes. Uma enquête realizada pela SBD - Sociedade Brasileira de Diabetes, em parceria com o laboratório Abbott, mostrou que apenas 30% dos entrevistados tinham informações sobre essa condição. - Pré-diabetes ocorre quando os níveis de açúcar no sangue estão acima do normal, mas não tão altos o suficiente para diagnosticar como sendo diabetes tipo 2.

