



RHVIDA

APRESENTA

Entendendo

o Diabetes

**O corpo se alimenta,
principalmente, de duas
substâncias:**

**A primeira é o
açúcar, que dentro do
organismo
é chamado de *glicose*.**

Vem dos alimentos!

**A segunda substância
é o oxigênio.**



**Está no ar que a
gente respira!**

O açúcar (glicose) e o oxigênio são transportados pelo sangue e distribuídos para todos os órgãos e células do corpo.



**E as células transformam o
açúcar e o oxigênio em**

E N E R G I A



Energia para quê?

Viver!!!

Decidir!

(certo, errado, somos humanos)

Andar, amar, ter filhos,
sentir fome, ficar alegre ou triste, trabalhar...

Precisamos de energia para tudo:

começar, terminar, recomeçar.

Para isto tudo acontecer, o açúcar que está no sangue precisa passar para dentro da célula.



Como o açúcar não consegue passar sozinho, o organismo utiliza um “transportador” chamado **INSULINA**.





glicose

glicose

glicose

O₂

glicose

Insulina
Ltda.



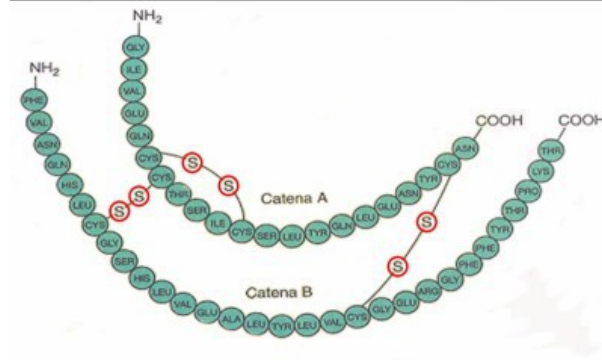
sangue



célula

E o que é a insulina?

A insulina é uma substância produzida pelo organismo e tem por finalidade colocar a glicose dentro da célula, para que esta possa produzir a energia necessária à vida.



E o que é o diabetes?

É uma doença que acontece quando o organismo produz pouca ou nenhuma insulina.

E sem insulina a glicose não entra na célula.

Enquanto as células morrem por falta de açúcar e energia, o sangue se transforma em um melado, cheio de glicose que não pode entrar na célula.

E o corpo inteiro adocece!

O pâncreas é o órgão responsável pela produção da insulina.

A quantidade de insulina produzida vai depender da quantidade de açúcar que se come.



Quanto mais açúcar a gente come mais o pâncreas tem que trabalhar!

E NÃO SE ILUDA!!!!!!

No escurinho do organismo,
batata, arroz, pão, macarrão, biscoito, farofa,
pizza, doces, sorvetes, chopp, vinho, cerveja,
cachaça - tudo isto e muito mais –
é o mesmo que açúcar!





**E por quê o pâncreas deixa de produzir
insulina?**

PORQUE CANSA!!!



**Fica esperando a
gente fazer
exercícios para
ajudar a consumir
a glicose!**

Tem esperança que a gente não engorde!!

Conforme a gente vai engordando são necessárias quantidades maiores de insulina para colocar a glicose dentro da célula.

Até chegar o momento em que o pâncreas não consegue mais produzir tanta insulina!



**O diabetes começa
muitos anos antes do
açúcar aumentar no
sangue.**



**Começa em qualquer idade,
quando a gente faz as três piores
escolhas:**

engordar

não fazer atividade física

se alimentar de forma inadequada




Através dos anos e dos erros, a insulina vai aumentando no sangue.

Mas sua capacidade de colocar a glicose dentro da célula vai diminuindo, até que não funciona mais!



**Neste momento, quem
aumenta no sangue é a
glicose.**

**É o diabetes, que por longos
anos ficou nos espreitando.**

An iceberg floating in the ocean. The tip of the iceberg is visible above the water surface, while the much larger, jagged mass of the iceberg is submerged below the surface. The water is a deep blue, and the sky is a lighter blue with some clouds.

**A gente foi
criando um
monstro
sem se dar
conta!**



DIABETES

TEM COMO EVITAR?



RHVIDA

SIM



FAÇA AS ESCOLHAS CERTAS!

**Inclusive
para as
crianças!**



**O diabetes está se tornando também uma
doença das crianças, porque elas estão
sedentárias, engordando e comendo
muito alimento industrializado.**



RHVIDA

A SAÚDE É O MAIOR BEM DE TODOS NÓS.

Dra. Maria Aparecida S. Mendes
rhvida@rhvida.com.br

Copyright 2005 , RHVIDA CONSULTORIA EM SAÚDE & SAÚDE OCUPACIONAL LTDA - Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste informe poderá ser reproduzido ou modificado, sob qualquer forma ou por qualquer meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópias, gravações ou qualquer outro meio de armazenar e recuperar informações, sem autorização prévia por escrito.

Assim como nas licenças poéticas, neste informe foram utilizadas licenças fisiológicas para facilitar o entendimento de pessoas leigas.