

Orientações para o Diabético:

- Visite regularmente o médico
- Tome rigorosamente os remédios
- Faça o autocontrole diário
- Mantenha seu peso estável
- Siga seu plano nutricional
- Faça exercícios diariamente
- Não fume



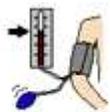
Monitorament
o da glicose

O que a Fisioterapia Pode Fazer por Você?

- Orientações e cuidados com os pés e a pele de forma global
- Monitoramento freqüente da pressão arterial
- Realização de atividades físicas freqüentes
- Exercícios para melhorar a respiração
- Exercícios para equilíbrio e coordenação
- Orientações posturais
- Exercícios em grupo
- Caminhadas
- Exercícios com bola terapêutica



Examinar os pés



Verificar
pressão arterial



Rua Prof. Orlando França de Carvalho, 325
CEP: 14700-000
BEBEDOURO - SP
Fone (17) 3344-7100
Home-page: www.fafibe.br

CURSO DE FISIOTERAPIA
Estágio Supervisionado de Fisioterapia em
Saúde Pública



ACADÊMICAS

Amanda Rocha de Menezes
Ana Paula Palharini

ORIENTAÇÃO

Profa. MSc. Elaine Leonezi Guimarães

A Fisioterapia nos Cuidados com o Diabetes



O que é Diabetes?

- Doença crônica em que o pâncreas não produz insulina em quantidade suficiente ou o organismo não a usa de forma adequada

Tipo I - Ocorre a produção reduzida ou nula de insulina, onde a pessoa precisará de injeções diárias de medicamento. Em fase avançada, pede uso de insulina. Manifesta-se geralmente em crianças e adultos jovens.

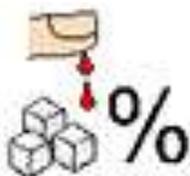
Tipo II - A glicose não é absorvida adequadamente pelas células. Pode ser controlada por dieta e exercícios. É uma doença silenciosa, que surge geralmente após os 40 anos de idade, podendo passar despercebida.

- A absorção inadequada de glicose pelas células provoca sua elevação no sangue, ultrapassando as taxas normais de 70 a 100 mg/dl em jejum, e 140 mg/dl após refeições.

- É uma doença hereditária e não contagiosa



diabetes



Sintomas:



Fatores de Risco para o Diabetes:

- Sedentarismo (pouca atividade física)
- Presença de diabéticos na família
- Excesso de peso
- Hipertensão arterial
- Aumento da taxa de colesterol e triglicérides

Conseqüências do Diabetes não Controlado:

- Cegueira
- Enfarte do miocárdio e derrame cerebral
- Gangrena e amputações
- Doenças nos rins
- Impotência sexual masculina

Tenha cuidado! Evite a formação de Úlceras.

- Pessoas com diabetes correm o risco freqüente de sofrer lesões nos nervos e problemas de má circulação.
- Estes problemas podem gerar complicações como úlceras nos pés e em outras regiões do corpo, além de feridas que demoram a cicatrizar.
- A infecção destas feridas pode levar a amputações.

O que Fazer para Evitar as Úlceras?

