

Nem todo diabetes é igual

Aula educativa existente • revisão médica final pendente. Não altera prescrição.

Muita gente acha que existe um único diabetes. Na verdade, há tipos diferentes, com causas e tratamentos diferentes. Saber qual tipo sua equipe informou ajuda você a entender por que seu tratamento é do jeito que é.

Diabetes tipo 1

No tipo 1, o próprio sistema de defesa do corpo costuma atacar as células beta do pâncreas. É o que chamamos de causa autoimune. Com isso, a produção de insulina fica muito baixa ou some.

Por isso, a insulina é essencial e não pode ser substituída por comprimidos. O tipo 1 pode aparecer em qualquer idade: em crianças, jovens e também em adultos.

Diabetes tipo 2

É o tipo mais comum em adultos. Há resistência à insulina e uma produção que vai ficando insuficiente com o tempo.

O tratamento costuma começar com orientações de alimentação, movimento e comprimidos ou injeções não insulínicas. Com os anos, algumas pessoas precisam de insulina. Usar insulina não transforma o tipo 2 em tipo 1: o tipo continua o mesmo, o que muda é o tratamento.

Diabetes gestacional e outros tipos

O diabetes gestacional é identificado durante a gravidez, com critérios e metas próprios. Depois do parto, é preciso fazer exames de acompanhamento, porque o risco de diabetes no futuro é maior.

Há ainda outros tipos: diabetes causado por doenças do pâncreas, por alguns medicamentos (como corticoides em certas situações) e formas genéticas mais raras.

Gestantes e crianças: Esta trilha foi pensada para adultos, com foco no diabetes tipo 2. Gestantes, crianças e adolescentes precisam de orientação específica da equipe de saúde.

Pré-diabetes: um sinal de atenção

Pré-diabetes quer dizer que a glicose está acima do esperado, mas ainda abaixo dos valores de diabetes. Não é um 'diabetes leve' e também não é um destino certo.

É um momento importante para acompanhar exames e conversar com a equipe sobre o que pode reduzir o risco.

Aparência e idade não definem o tipo

Ser magro não exclui o tipo 2, e ser adulto não exclui o tipo 1. O tipo é definido pela equipe a partir da história, do exame clínico e, quando preciso, de exames específicos.

Uma pergunta útil para a consulta é: 'Qual tipo de diabetes foi informado para mim, e o que isso muda no meu tratamento?'. Esta aula não serve para descobrir seu tipo sozinho.

Autoimune: Quando o sistema de defesa do corpo ataca uma parte do próprio corpo.

Gestacional: Que aparece durante a gravidez.

Pré-diabetes: Glicose acima do esperado, mas abaixo dos valores de diabetes. Indica risco aumentado.

O que vale lembrar

- Existem vários tipos de diabetes: tipo 1, tipo 2, gestacional e outros.
- Usar insulina não transforma o tipo 2 em tipo 1.
- Quem define o tipo é a equipe. Gestantes e crianças precisam de orientação específica.

Atividade opcional • uma pequena ação

Anote no seu caderno: 'Qual tipo de diabetes foi informado pela minha equipe?'. Se você não sabe, leve essa pergunta para a próxima consulta. Não tente descobrir sozinho pelo quadro desta aula.

Perguntas comentadas • não bloqueiam o estudo

Uma pessoa com diabetes tipo 2 começou a usar insulina. O que isso significa?

Alternativa: Que agora ela tem diabetes tipo 1.

Não. O tipo de diabetes não muda por causa do remédio. O que mudou foi o tratamento.

Resposta adequada: Que o tratamento mudou, porque o pâncreas pode produzir menos com o tempo.

Isso. No tipo 2, a necessidade de insulina pode surgir com os anos, e isso não muda o tipo nem é culpa da pessoa.

Alternativa: Que ela vai usar insulina só por uma semana.

Quem define por quanto tempo e como usar é a equipe de saúde. Não existe regra geral.

O que é pré-diabetes?

Alternativa: Um tipo leve de diabetes, que não precisa de acompanhamento.

Pré-diabetes não é um tipo leve. É um sinal de risco aumentado que merece acompanhamento.

Alternativa: Um destino certo: quem tem vai ter diabetes.

Não é um destino inevitável. Acompanhar e conversar com a equipe pode ajudar a reduzir o risco.

Resposta adequada: Glicose acima do esperado, abaixo dos valores de diabetes, indicando risco aumentado.

Correto. É um momento importante para acompanhamento, sem pânico e sem descuido.

Fontes do conteúdo existente

Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes — Classificação do diabetes

<https://diretriz.diabetes.org.br/classificacao-do-diabetes/>

American Diabetes Association — Diagnosis

<https://diabetes.org/about-diabetes/diagnosis>