



Desfrute do doce sabor de uma vida saudável.

A diabetes é uma doença metabólica caracterizada pelo aumento da glicose (açúcar) no sangue. Mas com uma alimentação balanceada, um estilo de vida saudável e a prática de exercícios, é possível prevenir a doença. Se você leva uma vida sedentária, está com sobrepeso e possui histórico da doença na família, procure seu médico.

Os principais sintomas para identificar a doença são:

- Aumento do volume urinário;
- Sede excessiva;
- Fome exagerada;
- Rápida perda de peso.

Quando a diabetes é diagnosticada e tratada precocemente, pode evitar uma série de complicações como:

- Doença renal;
- Problemas na visão;
- Doenças cardíacas;
- Amputação de membros;
- Entre outros.

14 de novembro - Dia Mundial da Diabetes

Mais dicas no portal: **cuidadosmil.com.br**

Fonte: Sociedade Brasileira
de Endocrinologia e Metabologia

amil.com.br



CUIDADOSMIL



Uma vida de saúde para você.