ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE ASSISTÊNCIA AO DIABETICO
SUA SAÚDE É A NOSSA META

IDF - "Centre of Education"

International Diabetes Federation
IDF Centre of Education
2014-2016
FENAD
UNIDOS SEREMOS FORTES

Impresso Especial
9912298509 DR/SPM
ANAD
CORREIOS

ANAD INFORMA
Nº 102
ANO 17
Julho/Agosto 2014

19º CONGRESSO BRASILEIRO MULTIDISCIPLINAR EM DIABETES®

24, 25, 26 e 27 DE JULHO DE 2014

Alegria

Nada é mais contagiante do que a alegria.
Ela abre portas, rompe barreiras, vence obstáculos, irradia felicidade.
Uma pessoa alegre espalha bem estar e contentamento por onde passa, inspira amizade e confiança, agrega e congrega pessoas, ameniza as desavenças e acalma os conflitos, abranda os corações dos fortes, fortalece a esperança nos tímidos.
Alegria é dom que carecemos ter, que devemos exercer, que precisamos ser.
É algo tão genuíno e encantador que eleva a saúde, melhora o ambiente, desata os nós, combate a solidão.
É como um selo do criador em nós.
As criaturas todas possuem o contágio natural da alegria.
A natureza inteira é exuberante dela.
Nos matizes das cores,
no assovio dos ventos,
nos diversos sabores,
nas gotas da chuva,
no perfume das flores,
no barulho das ondas,
nos pássaros cantores...
Ele plantou a alegria em toda a criação.
E a nós, seres de sua raça,
Encheu-nos de amores
E nos ensinou a cultivá-la.
Contra toda a dor, alegria.
contra todo desamor, alegria.
contra todo dissabor, alegria.
Apesar da tristeza, alegria.
Com toda a certeza, alegria.
Irradiando beleza, alegria.
Apesar da doença, alegria.
Com toda a esperança, alegria.
No encontro e na dança, alegria.

Por: Daniel Moura

Desejo a todos vocês que nos leem que a alegria seja um constante na sua vida.

Alegria com responsabilidade, de se cuidar, de proteger a sua saúde, de ter uma vida saudável e regrada com qualidade.

Um alegre abraço à todos.

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Presidente

Índice

4 19º CONGRESSO BRASILEIRO MULTIDISCIPLINAR EM DIABETES® 24, 25, 26 e 27 DE JULHO DE 2014

40 LEMBRETE EDUCATIVO

54 PSICO ANAD

56 ATIVIDADES DAS ASSOCIAÇÕES

60 DATAS COMEMORATIVAS

62 NUTRIÇÃO

64 DIA DE VIVÊNCIA

68 NOTÍCIAS

74 TIRA-DÚVIDAS ANAD

81 PREMIADOS DA RÁDIO

84 HISTÓRIAS DE VIDA

86 PROGRAMAÇÃO ANAD

87 PROFISSIONAL DO BIMESTRE

ANAD Informa é uma publicação oficial e gratuita aos associados da **Associação Nacional de Assistência ao Diabético (ANAD)**
Rua Eça de Queiróz, 198
Vila Mariana - Cep: 04011-031
São Paulo - SP
Tel: (11) 5549-6704 e 5572-6559
E-mail: mkt@anad.org.br
Site: www.anad.org.br

Conselho Editorial:
Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Profª. Lilian Fanny de Castilho
Zélia X. Prado

Fotos e textos:
Profª. Lilian Fanny de Castilho

Assistente de Marketing:
Heberson da Silva

Projeto gráfico / Editoração:
RC - Artes gráficas: 3326-7412
Impressão:
WT Indústria Gráfica Ltda.
Tiragem: 10.000 exemplares

ANAD Informa é uma publicação bimestral, distribuída aos associados da ANAD. A redação não se responsabiliza por opiniões e conteúdo emitidos em artigos assinados e informativos publicitários. Venda proibida.

19 CONGRESSO BRASILEIRO MULTIDISCIPLINAR EM DIABETES®
24, 25, 26 e 27 DE JULHO DE 2014
Organização:

Autoridades Participantes à Mesa Solene

Com 40 Simpósios, Oficinas, Temas Livres, Cursos Pré e Paralelos, Atividades da OPAS (Organização Panamericana de Saúde), do Ministério da Saúde, da FENAD, da IDF (International Diabetes Federation) e da WDF (Word Diabetes Foundation) e com a participação de mais de 286 palestrantes em 4 dias com mais de 240 horas de trabalho de capacitação para médicos e multiprofissionais, realizamos mais um Congresso de grande sucesso

Os 2.164 congressistas de todos os estados brasileiros e de outros países como, Estados Unidos, Peru, Dinamarca e Inglaterra, nos dão a certeza de um trabalho bem feito e plenamente reconhecido.

As muitas autoridades presentes, Políticos, Presidentes de Sociedades e Entidades de Saúde e nossos amigos da Indústria Farmacêutica, emprestam ao Congresso o reconhecimento de todos os setores da Saúde, nacional e internacional. Formamos a mesa solene com 42 autoridades que vieram nos prestigiar.

Homenagem ao Dr. Fadlo

Dr. Fadlo também recebeu uma homenagem durante a Cerimônia de Abertura. Foi uma placa concedida pela SPO - Sociedade Paulista de Ortodontia, como reconhecimento pelo trabalho em Diabetes que Dr. Fadlo vem fazendo ao longo de tantos anos. Nossos agradecimentos ao Dr. Osny Corrêa (vice-presidente).

Dr. Osny Corrêa, vice-presidente entregando placa ao Dr. Fadlo Fraige

SPO
Sociedade Paulista de Ortodontia

Visitas Ilustres

Foi muito prazeroso para ANAD receber 42 entidades da saúde, entre Órgãos Públicos, Sociedades e Conselhos, entre outros, que se fizeram presentes na Solenidade de Abertura e no Congresso.

Além do presidente da IDF Sir Michael Hirst, recebemos o Dr. Bent Lautrup Nielsen da WDF, o Dr. Joaquim Molina da OPAS - Brasil e o Dr. Alberto Barceló da OPAS - Washigton.

Destacamos também a presença do vereador Dr. Gilberto Natalini.

Nossos agradecimentos a todas as 42 importantes personagens do cenário da saúde do Brasil.

Sir Michael Hirstt

Dr. Alberto Barceló

Dr. Bent Lautrup Nielsen

Vereador Dr. Gilberto Natalini

Dr. Joaquim Molina

Recepção

O atendimento foi especial para todos, tanto na secretaria de pré inscritos, quanto para novos inscritos, palestrantes, expositores e autoridades. Foi realizado pelos acadêmicos de medicina da FMABC e equipe ANAD.

Instalações perfeitas na UNIP - Universidade Paulista

Com a recepção primorosa dos acadêmicos de medicina da FMABC e dos funcionários ANAD, oferecemos um atendimento que mereceu muitos elogios.

Nossos "recepcionistas" são acadêmicos de medicina da FMABC.

Parcerias e Apoios

Ministério da Saúde
BRASIL
FENAD
WORLD DIABETES FOUNDATION
International Diabetes Federation
ALAD
CONASEMS
GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
TRABALHANDO POR VOCÊ
SECRETARIA DA SAÚDE
PREFEITURA DE SÃO PAULO
SAÚDE
SUS
CRF SP
CREFITO-3
Conselho Regional de Psicologia SP
CrN
3ª Região
CROSP
CONFEF
CREF 4/SP
UNIP
UNIVERSIDADE PAULISTA
FM ABC
FACULDADE DE MEDICINA DO ABC
LiMED
UNICAMP
HC
www.sbh.org.br
SBH
Sociedade Brasileira de Hipertensão
25 ANOS SBCM
Sociedade Brasileira de Nefrologia
SBP
SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA
SBPC/ML
SBACV
SBGG - São Paulo
SBAN
SONESP
inct
institutos nacionais de ciência e tecnologia
SOBRAGE
SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES
SPO
SOBEN
ABESO
APM
ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA
instituto da visão
ABCFARMA
USP
Anfarmag
APAN
abiad
IWGDF
CELAFISCS
GENUTI
SINDHOSP
Senac
SESI
GANEP
NUTRIÇÃO HUMANA
BrasPEDI
Agita São Paulo
Atividade Física é Saúde: acumule 30 minutos todos os dias
ANBED
TOTALCARE

Presença do Presidente da IDF

Tivemos a grande honra de receber neste 19º Congresso Brasileiro Multidisciplinar em Diabetes, a presença de SIR MICHAEL HIRST, presidente da IDF "International Diabetes Federation" que participou integralmente do Congresso desde a solenidade de abertura, visita à exposição, confraternização com os professores, até participação nos simpósios, oficinas, encontros e reuniões.

Sir Michael foi o homenageado do Congresso neste ano por seus relevantes serviços prestados à causa.

A Palestra Magna foi proferida por Sir Michael que falou sobre "A Importância do Diabetes Mellitus no Mundo e o Trabalho da IDF".

International Diabetes Federation
IDF Centre of Education
2009-2013

Sir Michael participando das Oficinas de Educação

Palestra Magna

Homenagem à Sir Michael Hirst

Simpósios Médicos e Apoiados

Políticas de Saúde em D.M

Dr. Natan Kartz, Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho, Dra. Patricia S. Chueiri, Dra. Clarice A. Petramale e Dr. Michael Dunkan

Feridas Diabéticas

Prof. Dr. Fabio Batista e equipe

Novas Diretrizes e Novos Tratamentos para Dislipidemias

Profa. Dra. Ana Paula Marte Cheara, Prof. Dr. Marcelo Bertomi

D.M. e Problema Cardio Vascular

Prof. Dr. Marcelo C. Bertolani, Prof. Dr. Celso Amodeo, Prof. Dr. Roberto T.B. Betti e Prof. Dr. Saulo Cavalcanti

O Diabetes nos Serviços de Emergência

Prof. Dr. José Jorge Namura, Prof. Dr. Abrão José Cury Jr., Prof. Dr. Orsine Valente e Prof. Dr. Fernando Valente

Atualizações em Oftalmologia

Prof. Dr. Paulo Henrique Morales e equipe

D.M e Obesidade

Profa. Dra. Sylka Rodovalho, Profa. Dra. Zuleika S. Halpern, Dr. Denis Pajecki, Dr. Mário K. Carra e Nutr. Patrícia Cruz

Recentes Lançamentos em D.M

Profa. Dra. Rosangela Rea, Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho, Profa. Dra. Silmara O. Leite e Prof. Dr. Gustavo Caldas

O Laboratório Clínico no D.M.: Atualização e Novos Conceitos

Prof. Dr. Alvaro Pulchinelli Junior, Prof. Dr. Nairo Massakazu Sumita, Prof. Dr. Adagmar Andriolo, Profa. Dra. Milena Gurgel T. Bezerra e Profa. Dra. Cristina Khawali

Avanços no Tratamento do DM2

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho, Prof. Dr. Roberto T.B. Betti e Prof. Dr. Orsine Valente

DM1, Crescimento, Educação e Auto Cuidado

Prof. Dr. Durval Damiani e equipe

Doenças Associadas ao D.M.

Dr. Maurício M. Ventura, Dra. Alcina V. Bittencourt e Dr. Alberto Barceló

Resistência ao D.M. e a Insulina

Prof. Dr. Bruno Gentonezze Neto e equipe

Novos Medicamentos Orais e Novas Insulinas

Profa. Dra. Ada Letícia Murro e Prof. Dr. Marcos Tambascia

Neuropatia e Pé Diabético

Dr. Adriano A. Mehl, Dr. Guilherme Yasbek, Profa. Dra. Geísa Maria C. Macedo e Profa. Dra. Hermelinda C. Pedrosa

Sexualidade em D.M

Profa. Dra. Carmita Abdo, Prof. Dr. João Afif Abdo

Posicionamentos e Atualização da SBD

Prof. Dr. Balduino Tschiedel, Prof. Dr. Antonio C. Lerário, Prof. Dr. Gustavo Caldas, Prof. Dr. Antonio Carlos Pires, Prof. Dr. Walter Minicucci e Dr. Rodrigo Lamounier

Simpósios Patrocinados e Apoiados

Tecnologia em Sistemas de Infusão Continua de Insulina

Dra. Mariana Porciúncula, Dra. Ivana Van der L. Nader e Dra. Adriane Codevilla M. Sousa

Hipertensão: Novas Tendências

Profa. Dra. Maria Claudia Irigoyen e equipe

Desafios no Tratamento do Paciente Diabético

Prof. Dr. Airton Golbert e Dra. Ana Cláudia Ramalho

Atualização em D.M. Gestacional (D.G)

Profa. Dra. Patricia Dualib, Nutr. Camila P. Costa e Prof. Dr. Airton Golbert

D.M. no Idoso: Aspectos Atuais

Profa. Dra. Reine Marie C. Fonseca e equipe

Avanços na Tecnologia em D.M.

Prof. Dr. Walter Minicucci e Prof. Dr. Márcio Krakauer

Atualização em Diagnóstico e Tratamento de Doenças da Retina

Prof. Dr. Paulo Henrique Morales, Dra. Myrna Serapião e Prof. Dr. Paulo A. A. Mello

Simpósios Patrocinados e Apoiados

Importância da Suplementação de Cálcio e Vitamina D

Dra. Adriana O. Pedro e Dr. Bruno Ferraz de Souza

Hipogonadismo, Terapia de Reposição Hormonal do D.M.

Dra. Karla Melo, Dr. Gustavo Orsatti e Profa. Dra. Carmita Abdo

Novos Mecanismos Moleculares de Resistência à Insulina

Prof. Dr. Mário José Saad,, Nutr. Profa. Dra. Mariana M. Ferreira, Nutr. Profa. Patrícia O. Prada, Prof. Dr. José Rodrigo Pauli e PHD Franco E. Folli

A Doença Renal no Portador de D.M.

Prof. Dr. João Egídio Romão Junior, Dra. Juliana B. Mansur e Prof. Dr. Miguel Angelo de Goes Jr.

Arteriopatia Periférica no Paciente Diabético

Dr. Marcus V.M. Cury, Dr. Rodrigo Bruno Biagioni, Dr. Fábio H. Rossi e Dr. João Paulo Tardivo

Sistema Integrado de Bomba de Insulina com CGM

Enfa. Mieco Hashimoto

Lilly

Desmitificando o D.M.

Workshop do Pé Diabético (4 Estações)

Dr. Guilherme Yasbek, Profa. Dra. Hermelinda Pedrosa e Profa. Dra. Geísa Maria de Macedo

BrasPEDI SBACV KCI

Workshop de Enfermagem

Enfa. Dra. Júlia Kenji e Enfa. Márcia Oliveira

Roche novo nordisk BD SANOFI DIABETES

Medtronic

Oficina de Bomba de Insulina

Encontro de Ligas de D.M.

FM ABC

Simpósios Multiprofissionais

Enfermagem: Educar para Prática Segura

Enfa. Paula Maria de Pascali, Psicoped. Leda M. Pagnozzi, Farm. Profa. Graziela C. A. Spadão, Nutr. Juliana Baptista

Fisioterapia em D.M.

Fisiot. Dra. Cristina Sator Souza e Fisiot. Esp. Nathalie F. B. Andere

O Direito da Saúde

Adv. Dr. Osvaldo Pires Simonelli, Adv. Dra. Adriana Daidone e Adv. Dra. Fernanda Tavares

O Atendimento Dietético no D.M.

Nutr. Profa. Dra. Sonia T. Philippi e equipe

Controle Glicêmico: Tratamento Farmacológico x Não Farmacológico

Profa. Dra. Maria Janieire N. N Alves e equipe

Psicologia em D.M

Psic. Dra. Teresa C.L. Moraes e Psic. Katia R.A. Martins

Avanços Nutricionais no Controle do D.M.

Nutr. Profa. Dra. Ana Maria Pitta Lottenberg

Farmácia em D.M.

Farm. Prof. Dr. Paulo Caleb Junior L. Santos e Farm. Profa. Graziela C.A. Spadão

Alimentação, Microbiota e D.M.: Qual a Relação?

Nutr. Profa. Dra. Maria de Fátima N. Marucci, Nutr. Maura Márcia Boccato Corá Gomes, Nutr. Profa. Váleria Maria Caselato e Nutr. Profa. Dra. Elci Almeida Fernandes

Adoçantes do Ponto de Vista da Ciência

Nutr. Cintia E.R. Trindade e Nutr. Carolina Martins.

Simpósio e Oficina - Nutrição Enteral e Parenteral no D.M

Nutr. Dra. Viviane Chaer Borges, Nutr. Natalia P. Paulino, Nutr. Michelle G. Barone, Dra. Veridiana Lavelberg

Curso de Contagem de Carboidratos

Programa:

- Nutrição & Diabetes Mellitus Visão Atual Baseada em Evidências
- Contagem de Carboidratos O Que é Importante Saber na Teoria?
- Contagem de Carboidratos O Que é Importante Saber na Prática?
- Nível Básico
- Nível Intermediário
- Nível Avançado
- Monitorização da Glicemia Guia da Contagem de Carboidratos
- Discussão e Encerramento

Nutr. Gisele Goveia, Enfa. Paula Pascali

Curso de Medicina Molecular Aplicada à Prática Endocrinológica

Curso específico para os médicos que vão prestar a prova de título em Endocrinologia.

Programa:

- Estrutura do DNA e RNA e Padrões de Herança
- Aspectos Moleculares do Hipogonadismo Hipogonadotrófico
- Aspectos Moleculares do Diabetes Monogênico
- Aspectos Moleculares da Hiperplasia Suprarrenal Congênita por Deficiência da 21-Hidroxilase
- O Papel dos Marcadores Moleculares no Diagnóstico do Câncer Tiroidiano
- Anormalidades da Determinação Gonadal
- Rastreamento de Mutações na Neoplasia Endócrina Múltipla (NEM)
- Bases Clínicas e Moleculares do Hipopituitarismo
- Quando Solicitar os Exames Genéticos?

Equipe: Dra. Mirian Yumi Nishi, Dra. Sorahia Domenice, Dra. Maria Izabel Chiamorela, Dra. Letícia Gontijo Silveira, Dra. Larissa Garcia Gomes, Dra. Luciani Renata Carvalho, Dra. Milena Gurgel Teles e Dr. Bruno Ferraz de Souza, Dr. Delmar Lourenço Jr, Dra. Rosana B. Silva, Dra. Larissa G. Gomes e Dra. Erika B. Trambach.

Curso de Educação para o Tratamento em D.M

Organização:

Apoio Científico:

Apoio:

Coordenação Geral: Dra. Maurem Pappadopol

Coordenadoras: Psic. Claudia Chernishev, Enfa. Débora Freire, Nutr. Érica Cristina da Silva Lopes, Nutr. Hanna F. Martiniano, Enfa. Jacqueline M. Aguiar, Enfa. Kelly Rodrigues Rocha, Psicoped. Leda M. Pagnozzi, Enfa. Luciana Santini, Enfa. Magda Tiemi Yamamoto, Enfa. Márcia Camargo de Oliveira e Enfa. Thalita Modena, Educ. em Saúde Cremilde M. Tavares, Enfa. Danielle Costa, Enfa. Camila Sobral e Enfa. Elisabeth C. O. Martins.

Tivemos uma parte teórica sobre a Abordagem Educativa do D.M, por Faixa Etária e Avaliação Preventiva do Pé Diabético. Depois oferecemos Oficinas: De Criança, Adolescentes, Adulto/Idoso e Tecnologia Avançada no Tratamento de Úlceras Diabéticas. Foi feito o fechamento de cada oficina e também o fechamento geral. Como conclusão temos: "A Educação em Diabetes Pode Ser Trabalhada de Forma Lúdica Promovendo Conhecimento e Gerando Aprendizado, Conscientização e Autonomia".

Oficina de Adolescente

Oficina de Adulto/Idoso - Aula de Dança

Oficina de Úlceras em Pacientes Diabéticos

Oficina de Criança

Curso Básico de DM

Sob a coordenação dos Drs. Arual Augusto Costa e João Sérgio de Almeida Neto realizamos neste ano, o curso que é extremamente útil e necessário para os acadêmicos e os recém formados em medicina, além dos multiprofissionais que atuam na área do Diabetes. Foi um dos cursos mais procurados deste Congresso.

Equipe: Dr. Arual Augusto Costa, Dr. João Sérgio de Almeida Neto, Dra. Lenira Stella, Dra. Ana Tereza Santomauro, Dr. Fernando Valente, Nutr. Cinthia Elaine Ramos Trindade e Dra. Sylvia Ghiotto Abdian

Dr. João Sergio Almeida Neto, Dr. Arual Augusto Costa e Dra. Sylvia Ghiotto Abdian

Dra. Lenira Cristina Stella

Nutr. Cintia Elaine R. Trindade

Dr. Fernando Valente

Simpósio AENE

Avaliação do Estado Nutricional de Escolas

Pela primeira vez sediamos este simpósio através da parceria com o Instituto de Perfil Esportivo, com o tema: "O D.M. Chegou à Escola".

Instituto Perfil Esportivo de Pesquisa e Consultoria

Equipe: Prof. Educ. Fís. Profa. Dra. Claudia Cezar, Psic. Profa. Dra. Sandra Maria Sawaya, Prof. Educ. Fís. Sergio Roberto Silveira, Prof. Educ. Fís. Rafael Palhares, Física Profa. Ms. Amábile Pacios, Prof. Educ. Fís. José Enrique Rossi, Biologo Profº. Dr. Bayardo Torres, Profº. Dr. João Augusto Figueiró, Filósofo Rafael Sanábio Noccera.

Jornada de Podologia em Diabetes

Programa:

- Razão do Controle Glicêmico no D.M
- Avaliação e Cuidados no Manejo do Pé Diabético e Artropatia de Charcot
- O Que Precisamos Saber Sobre a Psicossomática do D.M.
- Como Avaliar a Perfusão Tissular do Membro Inferior
- Glicemia Descompensada e Suas Evidências Podais
- Cuidados e Orientações na Avaliação das Lesões Dermatológicas

Equipe: Profº. Dr. Fábio Batista, Enf. Mônica M. M. Parreira, Enf. Kinue Yogi, Profa. Dra. Ana Paula Normando, Psic. Anderson Zenidarci, Dr. Ruy Barbosa e Dra. Stella Soares N. Zuccon.

IV Fórum de Diabetes: - Experiências de Sucesso

Apoio:

Programa:

- Tele Assistência em DM para o Médico da Rede Pública
- Identificação de Grupos de Risco na Medicina Privada
- Identificação de Grupos de Risco na Saúde Pública
- Apoio Diagnóstico em Oftalmologia para Identificação de Grupos de Risco

Equipe: Prof. Dr. Paulo Henrique de Avila Morales, Sr. Natan Katz, Dr. Alexandre Eduardo Augustin Czeczko, Dr. José Eduardo Fogolin Passos, Dr. Bent Lautrup e Dr. Fadlo Fraige Filho

Curso de Capacitação e Prescrição para o Acompanhamento do Exercício em Diabetes

Equipe: Prof. Ed. Fís. e Psic. Cláudio Cancellieri, Prof. Ed. Fís. Ms. Denise de Oliveira Alonso, Prof. Ed. Fís. Pedro Cláudio Bortz, Dra. Debora Maria Nazato, Dra. Ana Elisabeth Pavin, Nutr. Dra. Márcia Maria Godoy Gowdak, Prof. Ed. Fís. Dra. Kátia de Angelis Lobo D'Avila, Prof. Ed. Fís. Ms. Antônio Roberto Doro, Prof. Flávio Delmanto, Enfa. Profa. Dra. Odete de Oliveira Monteiro e Prof. Ed. Fís. Profa. Dra. Cláudia Cezar.

Curso de Diabetes em Odontologia

Mais uma vez com o patrocínio da Colgate, realizamos o Curso de Diabetes Mellitus em Odontologia.

Equipe: Prof°. Biomédico Jorge Augusto Borin Scutti, Cir. Dent. Profa. Elaine Cristina Escobar, Cir. Dent. Prof°. Dr. Carlos Cheque Bernardo, Prof°. Ms. Ivan Munhoz Pasin, Cir. Dent. Dr. Alexandre Fraige, Cir. Dent Dra. Janaína Braga Medina.

Patrocínio:

Apoios:

Coffe Breack Colgate

Encontro OPAS

Organização e Realização:

Colaboração OPAS na Atenção Integrada às Doenças Crônicas

Coordenação: *Dr. Alberto Barceló*

Programa:

Introdução, Colaboração da OPAS na Atenção Integrada às Doenças Crônicas o Passaporte para uma Vida Saudável
Palestrante: *Dr. Alberto Barceló*

Dr. Alberto Barceló

Treinamento em Atenção Integrada às Entidades
Palestrante: *Enfa. Maria José Evangelista*

DM e Turbeculose
Palestrante: *Dra. Naomi Kawaoka Komatsu, Enfa. Regina Rocha Gomes de Lemos, Enfa. Simone Leal e Dr. Alexis Guedes*

Projeto Procede em Educação em Diabetes
Palestrante: *Profa. Dra. Reine Marie Chaves Fonseca*

Assembléia FENAD

Com a coordenação do Presidente da FENAD Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho foi realizada a Assembléia FENAD. Dra. Cynthia Cury, advogada compôs também a mesa para orientar e tirar dúvidas dos presidentes das Associações presentes.

Temas Livres de D.M.

Como em todos os Congressos, obtivemos um grande interesse na participação dos Temas Livres, que a comissão julgadora selecionou para apresentação oral ou pôster:

Os vencedores foram:

1º Lugar Oral - Alexandre Moura Assis, com o tema: "ÁCIDOS GRAXOS INSATURADOS INIBEM A INFLAMAÇÃO E O ESTRESSE DE RETÍCULO ENDOPLASMÁTICO NA AORTA DE ANIMAIS OBESOS E DIABÉTICOS: PAPEL DO RECEPTOR GPR120".

1º Lugar Pôster - Katrice Almeida de Souza, com o tema: "VARIÁVEIS MORFOFISIOLÓGICAS E MODULAÇÃO AUTONÔMICA CARDÍACA EM REPOUSO EM JOVENS COM EXCESSO DE MASSA CORPORAL".

COMISSÃO DE TEMAS LIVRES DE D.M.

Presidente:
Dr. João Sergio de Almeida - Endocrinologista

Cir. Dent. Dr. Alexandre Fraige	Cirurgião Dentista
Dra. Alinne Alvês Inuy	Endocrinologista
Enfa. Andréia Aparecida Boffo	Enfermeira
Prof. Ed. Fís. Antonio Roberto Doro	Educador Físico
Dr. Arual Augusto Costa	Endocrinologista
Prof. Educ. Fís. Profa. Dra. Claudia Cezar	Educador a Física
Dr. Débora Maria Nazzato	Endocrinologista
Nutr. Elaine Cristina F. Moraes	Nutricionista
Dr. Emerson Cestari Marino	Endocrinologista
Cir. Dent. Dra. Flávia Ramaciotti	Cirurgiã Dentista
Dr. Fernando Valente	Endocrinologista
Enfa. Jacqueline Martins de Aguiar	Enfermeira
Dra. Livia Zimmerman	Endocrinologista
Dra. Maria Gorete Torres da Silva	Endocrinologista
Enfa. Magda Tiemi Yamamoto	Enfermeira
Dr. Márcio Krakauer	Endocrinologista
Cir. Dent. Maria do Socorro O. Sousa	Cirurgiã Dentista
Cir. Dent. Dra. Paula Cristina Fuzeto	Cirurgiã Dentista
Prof. Dr. Paulo Henrique de Avila Morales	Oftalmologista
Dra. Sylvia Ghiotto Abdian	Endocrinologista
Dra. Tatiana Valente	Endocrinologista
Enfa. Vera Lígia Lellis	Enfermeira

Cocktail Germed

Neste ano tivemos sob o patrocínio da Germed, um cocktail para os congressistas e a apresentação de uma peça de teatro. "Doutor! Como enlouquecer o doutor em um dia" com os atores Yuri Gofman e Rosane Gofman. A novidade foi muito bem vinda e muito bem recebida por todos. Nossos agradecimentos à Germed.

GERMED

Galeria dos Palestrantes

Prof. Dr. Adagmar Andriolo

Profa. Dra. Ada Léticia B. Murro

Prof. Dr. Airton Golbert

Dr. Alberto Barceló

Profa. Dra. Alcina V. Bittencourt

Profa. Dra. Ana Paula Marte Chacra

Nut. Profa. Drª Ana Mª Pita Lottenberg

Prof. Dr. Antonio Carlos Lerário

Prof. Dr. Antonio Carlos Pires

Dr. Arual Augusto Costa

Prof. Dr. Balduino Tschiedel

Dr. Bent Nelsen Lautrup

Prof. Dr. Bruno Geloneze Neto

Profª Drª Carmita Abdo

Dr. Celso Amodeo

Prof. Dr. Durval Damiani

Prof. Dr. Fabio Batista

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho

Profª Drª Geisa Mª C. de Macedo

Enfa. Profa. Dra. Grazia M. Guerra

Dr. Guilherme Yazbek

Prof. Dr. Gustavo Caldas

Profa. Drª Hermelinda C. Pedrosa

Prof. Dr. João Afif Abdo

Dr. João Sérgio de Almeida Neto

Drª Karla Melo

Profa. Dra. Maria Claudia Irigoyen

Porf. Dr. Marcelo Chiara Bertolami

Dr. Márcio Krakauer

Prof. Dr. Marcos Antonio Tambascia

Prof. Dr. Mário José Abdalla Saad

Dr. Mário Kehdi Carra

Drª Mauren Groisman Pappadopol

Dr. Mauro Sancoviski

Sir. Michael Hirst

Prof. Dr. Nairo Massakazu Sumita

Prof. Dr. Orsine Valente

Profª Drª Patricia Dualib

Drª Patricia Sampaio Chueiri

Prof. Dr. Paulo Henrique de Ávila Morales

Profª Drª Reine Marie Chaves Fonseca

Prof. Dr. Roberto Tadeu Barcelos Betti

Dr. Rodrigo Lamounier

Profa. Dra. Rosangela Rea

Prof. Dr. Saulo Cavalcanti

Profa. Dra. Silmara A.O. Leite

Profª Drª Sylka D'Oliveira Rodovalho

Prof. Dr. Walter José Minicucci

Profa. Dra. Zuleika S. C. Halpern

Flashes do Congresso

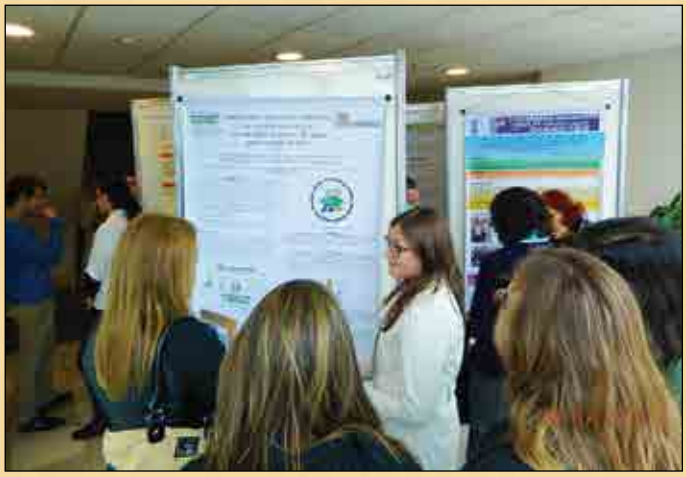
Grande público nas salas de aula, na exposição, nas oficinas, nos cursos e em todas as atividades deste Congresso.

Exame de Fundo de Olho

Massagem no stand SPA-Sorocaba

Sir Michael Hirst, Dr. Fadlo e Dr. Bent Lautrup

Avaliação da pressão planta no stand Pés Sem Dor



Pôster Temas Livres

Auditórios lotados, grande interesse dos congressistas e muita satisfação para os palestrantes que se sentem gratificados pelas platéias tão participativas e ávidas de informações.

Flagrantes da Sala Vip

A Sala VIP é o local de confraternização para os palestrantes, os amigos, convidados da indústria e as autoridades da área da saúde. É também uma maneira de agradecer a todos eles a grande colaboração que oferecem ao Congresso e à todas atividades da Anad.

Dr. João Paulo Tardivo, Adv. Dra. Fernanda Tavares, Adv. Dra. Adriana Daidone, Dra. Débora Nazato

Sir Michael Hirst, Dr. Marcos Tambascia, Dr. Fadlo, Sr. Reginaldo Ramos (Grow up) e Sr. Marcelo Rainer (Novartis)

Sir Michael Hirst, Dra. Hermelinda Pedrosa, Dra. Rosangela Rea, Psic. Susana, Dr. Airton Golbert, Dra. Ada Letícia Murro e Dr. Marcos Tambascia

Enfa. Grazia M. Gerra, Dr. Fadlo, Dra. Maria Cláudia Irigoyen e Prof. Educ. Fís. Dra. Kátia A. L. D'Avilla.

Dr. Antonio Carlos Lerário e Cristina, Dr. Durval Damiani e senhora, Dr. Raimundo Sotero, Dr. Celso Amodeo e senhora

Dr. Alvaro Pulchinelli, Dr. Fadlo, Sir Michael Hirst, Dr. Adagmar Andriolo e Dra. Cristina Khaualli

Dr. Walter Minicucci, Dr. Saulo Cavalcanti, Sr. Paulo Del Rio (Medtronic)

Dr. Luis Eduardo Caliari e Dr. Fadlo

Dr. Isidoro e Dra. Mauren Papadopol, Dra. Reine Fonseca, Dr. Bruno Geloneze, Dr. Gustavo Caldas e Dra. Geísa Macedo

Dra. Rosangela Rea, Dr. Antonio Carlos Pires, Dra. Hermelinda Pedrosa, Dr. Airton e Psic. Susana Golbert

Dr. Celso Amodeo, Dr. Fadlo, Dr. Raimundo Sotero, Sir Michael Hirst

Flagrantes da Sala Vip

Dr. Fadlo, Dra. Silmara Leite, Dr. Adriano A. Mehl e Dr. Rodrigo Lamounier

Dr. Mauro Sancovski, Dr. Bent Lautrup, Psic. Caroline Antunes, Farm. Alexandre Delgado, Dr. Paulo Henrique Morales e senhora

Dr. Alberto Barceló, Dr. Walter Miniccuci, Dra. Patrícia Chueiri, Dra. Lenilda, Dra. Reine Fonseca e Dr. Bent Lautrup

Psic. Susana Golbert, Dra. Hermelinda Pedrosa, Dr. Bent Lautrup, Dr. Fadlo, Sir Michael Hirst e Dra. Mauren Papadopol

Dr. Arual Augusto Costa, Dr. Orsine Valente, Dr. Mauro Sancovski, Dr.Roberto Betti e Dr. José Marcos de Goes

Dr. Denis Pajecki, Dra. Sylka Rodovalho, Dr. Orsine Valente e senhora, Dr. Fernando Valente e senhora, Dr. Airton Golbert

Dra. Geísa Macedo, Dr. Walter Minicucci, Dra. Zuleika Alpern, Dr. Balduíno e Susana Tshiedel, Dra. Hermelinda Pedrosa e Sir Michael Hirst

Dr. Ivan Munhoz, Dr. Carlos Cheque, Dr. Alexandre Fraige, Dra. Patrícia Dualib, Dr. Guilherme Yasbek e Dra. Elaine Escobar

Sr. Roberto Picitelli (Lowçucar), Sr. Marcus Miranda (Roche), Dr. Fadlo, Sr. Ronaldo Braga e Aldany Machado (Lilly)

Enfa. Luciana Santini, Nutr. Érika Lopes, Fisiot. Natali Ferrari, Psic. Cláudia Chernichev e Enfa. Mieco Hashimoto

Dr. Denis Pajecki, Dra. Sylka Rodovalho, Dr. Mario José Saad

Dra. Zuleika Alpern e Dr. Airton Golbert

Dr. Gustavo Caldas, Dr. João Afif Abdo, Dra. Carmita Abdo, Dra. Karla Mello e Nutr. Ana Maria Lottenberg

Dra. Karla Mello, Dr. Gustavo Orsatti, Dra. Rosangela Rea e Dr. Balduíno Tshiedel

Expositores

ANAD

BALIEIRO

BAYER

BD

BIODINA

CCA

DIATT

ELI LILLY

GERMED

GOLD - WOW NUTRITION

HT STREFFA

INSTITUTO DA VISÃO

JUXX

KCI

KENDALL

KIBON

Expositores

LOWÇUCAR

LUMINUS

MEDTRONIC

MERCK

MEX GROBAL

NOVARTIS

NOVO NORDISK

OPANANKEN

PÉS SEM DOR

PRONT MED

ROCHE

SANOFI DIABETES

SBD

SPA SOROCABA

TV MED

UNIP

Flagrantes da Exposição

Ana, Dinho e Sir Michael Hirst

Bijouterias

Mapa para saber de onde veio cada congressista

Coffe Breack oferecido pela Suavipan e QueensBerry

Confraternização e alegria

Público muito interessado e motivado

Agradecimentos

Banda da Polícia Militar

Mais uma vez contamos com a prestigiosa presença da banda da Polícia Militar de São Paulo que emociona a todos com a apresentação do Hino Nacional Brasileiro.

19 CONGRESSO BRASILEIRO MULTIDISCIPLINAR EM DIABETES®
24, 25, 26 e 27 DE JULHO DE 2014

Organização;

ANAD Associação Nacional de Assistência ao Diabético

SUA SAÚDE É A NOSSA META

IDF "Centre of Education"

International Diabetes Federation
IDF Centre of Education
2014-2016

Agradecimentos

Agradecemos a toda equipe da UNIP, Palestrantes, Expositores e Banda da Policia Militar, Equipe Anad, apoiadores, Acadêmicos da FMABC, congressistas e ao Público Presente em Nosso Evento. Se o congresso é um Sucesso, o mérito é de todos vocês. Obrigado!

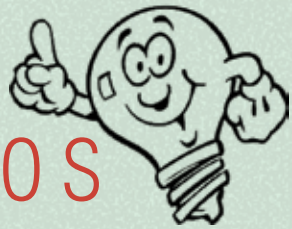
Se o Congresso é um sucesso, o mérito é de todos vocês. Obrigado!

Aguardamos a todos em 2015!

20 CONGRESSO BRASILEIRO MULTIDISCIPLINAR EM DIABETES®
23, 24, 25 e 26 DE JULHO DE 2015

Recomendação do Departamento de Educação da ANAD - DEANAD

Coordenação: Profª. Educ. Lilian Fanny de Castilho
Colaboradores: Pedagoga Maria Salete B. Lima e Pedagoga Claudete Gioielli



DICAS DE EXERCÍCIOS

Como faço para me exercitar o necessário de modo a melhorar a glicemia?

Caminhe. Muita gente fica surpresa ao verificar que uma caminhada é excelente exercício. Recomendamos para todos. Queima-se aproximadamente duzentas calorias em uma hora de caminhada. Você perderá meio quilo a cada duas semanas e meia a partir desta uma hora de exercícios (desde que não aumente a quantidade de alimentos que come). Vá até o shopping Center, supermercado ou farmácia da esquina a pé. Caminhar não prejudica os músculos e juntas e raramente provoca hipoglicemia. O exercício físico torna o organismo mais sensível à insulina, portanto o ajuda a alcançar um peso e uma glicemia normais. Comece hoje!

O exercício eleva ou diminui a glicemia?

O exercício poderá elevar ou diminuir a glicemia dependendo da quantidade de insulina circulante no sangue. Os músculos queimam glicose, portanto seu nível glicêmico fica mais baixo durante o exercício. Este nível descerá ainda mais se houver muita insulina no sangue, embora alguma seja necessária ou se não, em resposta ao exercício, o fígado produzirá mais glicose, fazendo a glicemia subir.

Teste a glicemia antes de exercitar-se. Se estiver baixa, beba algo que contenha açúcar. Se estiver alta, tome uma pequena dose de insulina regular (ou lispro). Se estiver acima de 300 mg/dL, recomendamos que o exercício seja adiado até que a insulina abaixe a glicemia até 250 mg/dL. Quanto mais intenso for o exercício, mais difícil fica prever se a glicemia irá aumentar ou diminuir. No caso de exercitar-se por muito tempo, verifique de novo a glicemia no meio da atividade. Com experiência, você conseguirá prever a influência do exercício sobre a glicemia. Talvez perceba um efeito de diminuição glicêmica por até vinte e quatro horas após um exercício pesado.

Quanto preciso comer para evitar hipoglicemia enquanto me exercito?

A quantidade de alimentos necessária para prevenir hipoglicemia durante ou após o exercício físico difere de uma pessoa para outra. De modo geral, se a glicemia estiver abaixo de 150 mg/dL antes do exercício, é uma boa ideia comer quinze gramas de carboidratos (uma porção de alimento amidoado, fruta ou leite). Se você tiver problemas com baixos níveis muito depois de exercitar-se, coma quinze a trinta gramas de carboidratos nos trinta minutos que se seguirem ao término da atividade para ajudar o organismo a repor a glicose normalmente armazenada nos músculos e para prevenir uma hipoglicemia posterior. Pode ser sanduíche, cinco a dez cream crackers ou quatro a oito wafers de baunilha ou biscoitos. Se for exercitar-se logo antes ou após a refeição, poderá reduzir glicemia, que normalmente aumenta depois de comer.

Por que fico com hipoglicemia quando corto a grama no sábado de manhã, mas nunca quando estou na minha escrivaninha de trabalho durante a semana?

Os músculos queimam glicose para trabalhar, portanto se você comer a mesma quantidade de alimentos e tomar a mesma dose de insulina, é normal que a glicemia fique mais baixa num dia de maior atividade física.

Você tem três escolhas:

1. Coma mais carboidratos no café-da-manhã;
2. Diminua a dose matinal de insulina regular (uns 20-40% menos é geralmente necessário para permitir uma hora de trabalho no jardim);
3. Faça um lanche no meio da manhã para prevenir a hipoglicemia;

Por que a glicemia fica baixa no meio da noite depois que me exercito durante o dia?

Exercitar-se faz bem, mas pode levar à hipoglicemia de várias maneiras. O exercício o ajuda a utilizar a insulina mais eficazmente, de modo que uma certa quantidade de insulina tem mais poder de diminuir a glicemia. Estes efeitos do exercício podem durar até vinte e quatro horas após seu término. É por isso que as doses de insulina geralmente devem ser diminuídas antes e após o exercício. Além disso, você deveria fazer uma refeição ou um lanche antes de exercitar-se se a glicemia estiver normal ou baixa. Se você equilibrar insulina, a ingestão alimentar e o exercício, terá menos hipoglicemia durante a noite após um dia ativo.

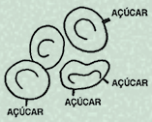
Por que sempre pareço ficar com a glicemia baixa após o sexo?

O sexo é exercício físico como correr ou aeróbica. Fazer um planejamento de comer logo antes ou pouco depois de fazer sexo para cobrir a glicose que usou é um modo de evitar baixos níveis glicêmicos. Talvez precise testar a glicemia antes, mesmo que isto possa diminuir a espontaneidade do momento. Talvez possa também pensar em aumentar o lanche que faz antes de dormir.

Fonte: 101 Dicas para Melhorar a Glicemia - ADA.

DICAS EDUCATIVAS

O que é o "teste de hemoglobina glicada"?



O teste de hemoglobina glicada mensura a porcentagem de moléculas de hemoglobina (a substância do sangue que carrega o oxigênio) que tem glicose anexada, Como esta porcentagem reflete diretamente os níveis glicêmicos médios da vida de um glóbulo vermelho (noventa dias), esta informação o ajuda e à sua equipe médica a avaliar seu controle glicêmico geral. Usa-se diversos testes para medir a hemoglobina glicada (como chamado hemoglobina A1c) e cada um deles tem seus próprios valores de limite e meta. Pergunte ao seu médico qual teste ele está usando e qual seria o valor de sua meta. O teste de hemoglobina glicada, junto à auto-monitorização da glicemia, tornou possível um bom controle glicêmico para os diabéticos.

Onde posso conseguir novas informações que me ajudarão a administrar a glicemia?

Na Anad: Rua Eça de Queiroz, 198 - Vila Mariana, São Paulo - telefone: (11) 5572-6659 ou e-mail: anad@anad.org.br

Qual deveria ser a frequência das consultas ao médico para manter a glicemia sob controle?

A medida que for fazendo um controle mais rígido do Diabetes, precisará ver seu médico semanalmente ou a cada duas semanas, a princípio. A frequência das consultas ao médico; vai depender de quanto tempo já tem a doença, sua capacidade de ajustar a medicação para o controle glicêmico rígido e se você tem qualquer das complicações diabéticas ou outro problema

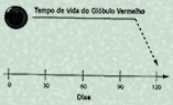
médico que possa interferir com sua administração da Diabetes. Depois disso, uma consulta a cada três meses pode ser suficiente para atingir seus objetivos.

No mínimo, você deveria planejar duas consultas anuais para um *t* ocular e renal e para manter-se motivado em relação ao bom controle glicêmico. Você deveria ter alguém com quem possa comunicar-se de imediato para discutir os problemas que vão surgindo, como uma hipoglicemia inexplicada ou uma doença súbita.

Por que o médico me pergunta sobre a média da leitura glicêmica em meu monitor?

Você pode usar a média glicêmica que o medidor calcula para melhorar o controle glicêmico. Estas médias não são médias verdadeiras dos seus níveis glicêmicos, mas apenas uma média das vezes que você testou. (Se, como muitos diabéticos, você medir a glicemia antes das refeições e na hora de dormir, este valor poderia mais precisamente ser chamado de média glicêmica pré-refeição.) Diabéticos com bom controle glicêmico mantêm esta média abaixo de 120mg/dl. Se a sua estiver muito acima disso, fique sabendo que precisa ajustar seu programa de administração do Diabetes.

Como a hemoglobina glicada ou hemoglobina A1c (HbA1c) ajuda a monitorar meu controle glicêmico?



Estes testes lhe dizem o quanto sua glicemia está sendo bem controlada dentro de um período de vários meses. Hemoglobina glicada e hemoglobina A1c são nomes de testes que medem a quantidade de glicose que está anexada aos seus glóbulos vermelhos. Esta interação com a glicose ocorre lentamente e torna-se permanente com o tempo. Como um glóbulo vermelho permanece no organismo por cento e vinte dias, a mensuração da quantidade de glicose anexada a eles é uma boa indicação de sua glicemia média em um período de dois a quatro meses. No entanto, ela não consegue determinar se você está tendo subidas e descidas glicêmicas frequentes. Estudos já demonstraram que quanto mais baixa estiver sua hemoglobina glicada ou hemoglobina A1c, menor será a probabilidade de que você venha a ter muitas das complicações causadas pela Diabetes.

O que é o DCCT e como ele me afeta?

O DCCT é o Estudo do Controle e Complicações do Diabetes, uma longa experiência com o Diabetes que comprovou que as complicações podem ser retardadas ou prevenidas através do bom controle glicêmico. Mais de mil e quatrocentas pessoas com Diabetes Tipo 1 participaram deste estudo em centros espalhados pelos Estados Unidos por um período de cinco a oito anos. Metade destas pessoas receberam tratamento "convencional" (1-2 injeções de insulina por dia) e a outra metade seguiu uma administração "intensiva" do Diabetes (tantas injeções quanto necessárias para manter a glicemia próxima ao normal). Os participantes da terapia intensiva tiveram uma quantidade significativamente menor de complicações diabéticas. Como resultado do DCCT, todos os diabéticos (tipo 1 e 2) deveriam atuar para manter os níveis glicêmicos próximos ao normal.

GRUPO DE TERAPIA INTENSIVA DO DCCT

Doença ocular diabética
Risco 76% menor

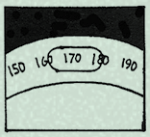
Doença renal diabética
Risco 54% menor

Doença dos nervos diabética
Risco 60% menor

Como a saúde dos dentes afeta meu controle glicêmico?

Doença crônica nas gengivas pode ser a causa de hiperglicemia inexplicada. Os diabéticos deveriam ir ao dentista para fazer uma limpeza dentária pelo menos duas vezes por ano porque eles sofrem um risco muito maior de desenvolver doenças nas gengivas do que as pessoas não diabéticas. Este tipo de problema resulta da formação de placa por baixo da linha da gengiva após a alimentação. A placa endurece, virando tártaro, o que irrita a gengiva e gradativamente corrói o osso que mantém os dentes onde estão. Assim sendo, a doença das gengivas pode levar à necessidade de dentaduras. A higiene dental diárias pode prevenir o início do problema. Escove os dentes pelo menos quatro vezes por dia com uma escova de cerdas macias e passe fio dental diariamente. O fio dental retira os alimentos do espaço entre os dentes e a placa da linha da gengiva.

Por que ganhei mais de sete quilos durante os três anos em que estiver trabalhando para melhorar meu controle glicêmico?



Algumas pessoas que praticam a "administração intensiva" para manter a glicemia sob controle acabam engordando. Como a insulina é um hormônio que ajuda o organismo a processar o alimento que você ingere, uma de suas muitas ações é armazenar gordura. Então faz sentido o fato de que injetar insulina para manter sua glicemia baixa também resulte num maior armazenamento de gordura. As razões para um bom controle glicêmico (diminuir o risco de doença ocular e renal, por exemplo) costumam ser mais importantes do que este ganho de peso potencial. A melhor maneira de evitar o ganho de peso é adotar um estilo de vida ativo e seguir o plano alimentar recomendado pela sua equipe médica, limitando a gordura e o total das calorias.

Como posso encorajar meu filho a tomar injeções de insulina se ele morre de medo de agulhas?

Tente um dos instrumentos disponíveis para aplicação de insulina que não utilizam agulhas. Eles fazem com que a insulina penetre a pele através de um esguicho de alta pressão. Algumas pessoas que têm fobia a agulhas preferem esse método de aplicações de insulina. O controle glicêmico feito com estes instrumentos é tão bom ou melhor do que o alcançado com insulina aplicada com seringas. Embora sejam um tanto incômodos e caros, o uso de um destes instrumentos por algumas semanas ou meses podem ajudar seu filho a sentir-se mais confortável com o processo de modo que fique mais aberto à tentativa de usar a seringa.

Minha visão é péssima. Como faço para ler os números do medidor de glicemia e para encher corretamente a seringa?

Muitos diabéticos têm problemas visuais. Por essa razão existem medidores de glicemia que anunciam os resultados. É possível verificar os números que você vê com o que ouve. Use uma lente de aumento para ler os números da seringa de insulina ou compre um tipo de lente de aumento que se adapta à seringa. Outra coisa a considerar também é a utilização de um injetor tipo caneta, que fornece uma quantidade específica de insulina a cada estalo, que você escuta ao girar o mostrador ou empurrar o êmbolo. Seu médico ou a ANAD fornecerão mais informações a respeito destes dois instrumentos. Ainda não disponíveis no Brasil

Fonte: 101 Dicas para Melhorar a Glicemia - ADA.

PERGUNTA: Pela lei federal é garantido aos diabéticos remédios e insumos de controle e monitoramento, mas em minha cidade (Itapeva- SP) tal procedimento é negado em virtude de eu não ser insulino dependente, alegando uma portaria da lei federal. É correto isso?

Luiz Carlos Martins
Itapeva / SP

RESPOSTA: *Prezado Luis,*

De fato a lei federal 11.347/06 prevê acesso gratuito a tratamento aos pacientes portadores de Diabetes. No entanto, a Portaria 2583 veio regulamentar essa norma estabelecendo quais itens estariam incluídos na obrigatoriedade desse fornecimento gratuito. São eles: insulinas NPH e Regular, tiras reagentes, lancetas e seringas, para os pacientes com Diabetes Tipo I e pacientes com Diabetes Tipo II usuários dessas insulinas.

Aos pacientes com Diabetes tipo II, que se tratam apenas com medicamentos orais, é garantido o fornecimento gratuito de glibenclamida, cloridato de metformina e glicazida. Nesses casos, o paciente poderá fazer a medição da glicemia no próprio posto de saúde.

Diante disso, a prefeitura de Itapeva está, num primeiro momento, cumprindo sua obrigação prevista nessas normas. Até porque o fornecimento desses itens é previsto como uma obrigação municipal.

No entanto, acima dessa lei federal, encontra-se a Constituição Federal que estabelece que a saúde é um direito de todos e um dever do Estado, sem discriminar um ou outro paciente ou tratamento. Isso significa que o fato do seu tratamento não estar disponível no posto de saúde, não lhe retira o direito de acesso gratuito a ele.

Porém, para exigir esse direito você terá que fazer um pedido administrativo diretamente à Secretaria de Estado da Saúde, através da apresentação do formulário e documentos próprios relacionados no site www.saude.sp.gov.br, link comissão de farmacologia.

Caso a sua necessidade também não seja atendida dessa maneira, você ainda poderá entrar na justiça para exigir o fornecimento do tratamento de que necessita. Para tanto, você poderá utilizar qualquer advogado de sua confiança ou, caso tenha uma renda familiar de até três salário mínimos, os advogados gratuitos da defensoria pública (localizada no fórum de sua cidade).

Atenciosamente,

Adv. Dra. Adriana Daidone
Advogada Voluntária da Anad

PERGUNTA: Ola, meu nome e Jane e a minha sogra tem Diabetes e toma insulina. No decorrer do tempo outros problemas de saúde apareceram como: complicação na visão, já fez cirurgia a lazer, bicos de papagaio, ela não tem estrutura nenhuma para trabalhar. Ela tem 55 anos, contribuiu 15 anos de carteira assinada, ficou dois anos recebendo o auxilio doença e agora eles negaram, dizendo que ela estar apta a trabalhar, gostaria de saber se por todos os problemas e por ter contribuído 15 anos se ela pode se aposentar?

Janilde Everton
São Paulo

RESPOSTA: *Prezada Jane,*

A concessão da aposentadoria por invalidez depende da comprovação da total incapacidade do segurado de exercer qualquer tipo de atividade remuneratória.

Essa incapacidade deve ser atestada pelo médico responsável e ser confirmada em perícia no INSS. Assim, se a sua sogra teve alta do auxílio-doença, significa que o perito entendeu que ela tem condições para trabalhar, de forma que um pedido de aposentadoria vai ficar prejudicado. Até porque o fato dela ter Diabetes não implica em incapacidade e aposentadoria automática por invalidez.

Da mesma forma, o Diabetes não é considerado deficiência que possa fundamentar um pedido de aposentadoria por idade em razão de deficiência. Para o INSS, é deficiente a pessoa que tem "impedimentos de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interação com diversas barreiras, impossibilitem que a pessoa participe de forma plena e efetiva na sociedade, em igualdade de condições com as demais pessoas que não possuem tal impedimento". A não ser que o problema na visão tenha gerado uma deficiência visual grave, não vejo como enquadrar sua sogra nessas exigências.

Por fim, se vocês tiverem um posicionamento contrário do médico dela à respeito da perícia do INSS, é possível recorrer da decisão no próprio INSS quanto à alta do auxílio-doença.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Adriana Daidone
Advogada Voluntária
da Anad

PERGUNTA: Sou Diabética desde quando tive meu filho há seis anos. Tive várias complicações, não consigo ficar muito tempo em pé, canso fácil, não posso pegar peso, meus ossos estão mais fracos, desmaio com frequência, e ainda tenho depressão, tenho crises de Diabetes alta e ao mesmo tempo de hipoglicemia, não consigo trabalhar, fico em casa e muitas das vezes de cama, queria saber se consigo aposentar por isso. Tenho 28 anos. Desde já grata.

Jennifer Sales
Rodrigues Gomes
Minas Gerais

RESPOSTA: *Prezada Jennifer,*

O seu diagnóstico de Diabetes não lhe garante automaticamente o direito a se aposentar por invalidez. Isso porque um paciente com o tratamento adequado e bem controlado, normalmente tem total condição para exercer praticamente qualquer atividade de trabalho. Por isso, antes de mais nada, seria interessante você verificar com o seu médico outras possibilidades de tratamento para que sua condição clínica melhore.

No entanto, caso de fato você não tenha condições definitivas e irreversíveis de trabalho, seja por conta dos agravantes da doença que você cita, ou pela depressão, sua incapacidade total deve ser atestada pelo seu médico. Esse é um dos documentos exigidos pela previdência ao dar entrada no pedido do benefício. Mesmo assim, sua incapacidade deverá ser analisada e confirmada por uma perícia no INSS.

Caso sua incapacidade para o trabalho seja temporária, até que você estabilize o controle da doença, você pode pedir pelo auxílio doença - benefício devido ao segurado que tenha contribuído para a previdência por pelo menos 12 meses e esteja incapacitado para o trabalho ou atividade habitual por motivo de doença.

Nesse caso você também passará por perícias médicas periódicas e receberá o benefício enquanto for reconhecida sua necessidade de manter-se afastada de qualquer atividade de trabalho para cuidar de sua saúde.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Adriana Daidone
Advogada Voluntária
da Anad

PERGUNTA: Estou entrando em contato para saber se consigo as insulinas Humalog e Lantus (esta principalmente) com algum desconto ou através do programa dose certa do Governo do Estado de SP. A Lantus é uma insulina muito cara e o refil dura para mim apenas 10 dias. Já a Humalog eu tomo variável e tenho adquirido a caneta descartável. Existe algum programa da Anad? Como exemplo: uma ação conjunta fazendo com que o governo (em qualquer seja municipal estadual ou federal) forneça esta insulina gratuitamente? No aguardo de vossa resposta.

Eduardo Flores
São Paulo

RESPOSTA: *Prezado Eduardo,*

As insulinas Lantus e Humalog não são fornecidas espontaneamente pelo Estado, mediante simples comprovação da patologia, nem mesmo pelo programa dose certa.

O Estado fornece gratuitamente aos portadores de Diabetes, mediante simples comprovação de que têm Diabetes, uma série de medicamentos orais, insumos e insulinas básicas. Porém os casos com necessidade diferenciada são analisados um a um.

No seu caso, é necessário fazer uma solicitação de Dispensação de Medicamento Excepcional, que precisará ser instruída com um laudo de seu médico e com alguns exames e documentos. O formulário para solicitação e os endereços de onde efetuar a entrega estão disponíveis no site da Secretaria de Saúde, www.saude.sp.gov.br.

Após alguns dias você receberá uma resposta via telegrama, informando se sua necessidade será ou não atendida. No caso de uma negativa da Secretaria de Saúde, e sendo sua necessidade de uso das insulinas atestada pelo médico que o acompanha, a solução será ingressar com uma ação judicial, requerendo que o Estado lhe forneça o tratamento. Para tanto será necessária a atuação de um advogado, público ou particular.

A Anad não patrocina nenhuma ação judicial, individual ou conjunta, apenas disponibiliza seu jurídico para elucidação de dúvidas dos pacientes.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da Anad

PERGUNTA: Meu filho tem 16 anos e há dois anos descobrimos que ele possui DM1. Há um ano mudamos de médico e ele passou a usar a Lantus e a Humalog e desde então, de certa forma, conseguimos, não equilibrar no verdadeiro sentido, mas não chega ao máximo em 400. Na consulta de ontem, o médico elaborou um laudo da necessidade de continuar com estes medicamentos. Tenho um colega que se propôs a entrar com ação judicial visando o fornecimento de Lantus e Humalog pelo estado. Como recém formado, ele pediu-me se eu conseguisse um modelo de ação para que possa adequar e dar inicio ao processo. Gostaria de saber se vocês podem me disponibilizar um modelo de ação para tal. Fico imensamente grato se for possível, pois está difícil manter a ele e minha família (ele possui duas irmãs mais novas) sendo que a nossa prioridade é ele. Fico no aguardo de resposta.

Deomir A. Sandrin
Chapecó/SC

RESPOSTA: *Prezado Sr. Deomir,*

A ANAD apenas disponibiliza seu departamento jurídico voluntário para elucidação de dúvidas dos associados e algumas outras atividades, mas não patrocina ações judiciais privadas. Os advogados voluntários da Associação, por sua vez, respeitam a regras internas dos seus escritórios particulares, e não disponibilizam minutas ou modelos de petições.

Seu advogado pode ter acesso a modelos de inúmeras formas: com seus professores, em manuais de Direito, em sites especializados em modelos de petições, em guias especializados em modelos de petições, em grupos de debate on-line, desenvolvendo-a a partir de sua tese e etc.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da ANAD

PERGUNTA: Por favor, ajudem-me se puder... Sou mãe de 4 filhos um deles é portador de DM1. Estamos sofrendo muito, fiquei impossibilitada para trabalhar, pois sempre quando começava em um

emprego minha filha tinha elevação da glicose, preciso trabalhar e não tenho renda a não ser uma pensão que não me ajuda em nada, sem falar que alimentos diet são muito caro. Será que há algum beneficio para minha filha ou desconto em alimento... Obrigada.

Michelle Barbosa
São Paulo

RESPOSTA: *Prezada Sra. Michelle,*

Seria necessária a colheita de maiores informações de seu caso, mas numa conjectura, talvez seja possível obter o Benefício de Prestação Continuada da Assistência Social - LOAS.

Dependerá, porém, de comprovar que sua renda, dividida por todos os membros da família que residem na mesma casa, é igual ou menor que ¼ de salário mínimo por pessoa. Além disso, o estado de saúde de seu filho terá de ser avaliado por um perito da previdência social.

No mais, é importante salientar que seu filho tem direito a receber gratuitamente do Estado todos os medicamentos e insumos que forem necessários ao tratamento da patologia, mas não há, no entanto, nenhum desconto para a compra de produtos diet ou light, para portadores de Diabetes ou de qualquer outra patologia.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da ANAD

PERGUNTA: Olá! Gostaria de esclarecimentos jurídicos acerca de uma ação para fornecimento de bomba de insulina. Entrei com um processo administrativo na Secretaria de Saúde de meu Estado e em Setembro de 2013 foi deferido meu pedido de fornecimento de bomba e Insulina. Ocorre que desde essa data a Secretaria resiste na entrega da bomba, alegando fracasso na licitação ou erros administrativos. Hoje ocorreu o pregão eletrônico, entretanto restou fracassado devido a algumas cláusulas do edital, que a Medtronic informou ser impossível cumprir. Gostaria de saber, portanto, qual a medida judicial que eu poderia tomar para conseguir que a Secretaria do Estado cumprisse com aquilo que deferiu administrativamente. Estou desesperada, pois não sei o que fazer, Sou advogada, entretanto, percebi que mandado de segurança para bomba de insulina não tem decisão favorável. Pensei em entrar com um pedido de obrigação de fazer contra o Estado. Aguardo orientação.

Ana Isabel Alves F. de Carvalho
Pernambuco

RESPOSTA: *Prezada Doutora,*

Como advogada, a senhora pode optar tanto pelo Mandado de Segurança quanto por uma Ação Ordinária de Obrigação de Fazer. Seu raciocínio está correto, e há decisões favoráveis de vários tribunais do país, no manejo das duas ações.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da ANAD

PERGUNTA: Por favor, peço informações se paciente diabético tipo 1 que apresentou CA de colon e em tratamento de quimioterapia, tem direito a acompanhante quando internado. Detalhe: paciente com 52 anos e no caso, preciso saber se há lei que garante esta informação se positiva, ok? Agradeço imensamente a informação, pois ultimamente tenho vivenciado o problema e sempre esbarro neste problema. Claro que vou ver outras saídas como um atestado médico por exemplo que solicitaria isto, mas quero saber se há lei para isto, ok? Abraços.

Maria de Oliveira
Minas Gerais

RESPOSTA: *Prezada Sra. Maria,*

Teoricamente o paciente tem direito a acompanhante em tempo integral quando menor

de 18 anos de idade, de acordo com o art. 12 da Lei 8.069/90 - Estatuto da Criança e do Adolescente ou quando idoso, conforme art. 16 da Lei 10.741/03 - Estatuto do Idoso.

Porém, além dos casos específicos acima mencionados, a Portaria do Ministério da Saúde nº1286 de 26/10/93- art.8º e nº74 de 04/05/94, determina que: "O paciente tem direito a acompanhante, se desejar, tanto nas consultas, como nas internações. As visitas de parentes e amigos devem ser disciplinadas em horários compatíveis, desde que não comprometam as atividades médico sanitárias. Em caso de parto, a parturiente poderá solicitar a presença do pai."

É assim, portanto, e em analogia, que a maioria dos planos de saúde suplementar permitem a presença de um acompanhante, desde que a acomodação contratada possibilite a presença desse terceiro no ambiente.

Esperando ter auxiliado.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da ANAD

PERGUNTA: Sou portador de DT1 e fui diagnosticado com câncer (tumor gástrico) e fiz a retirada do estômago mês passado. Passo agora por sérias restrições alimentares... Preciso saber se os senhores possuem algum caso semelhante de Diabetes que, acumulada com outra patologia, teve êxito judicialmente na declaração de PNE. Desde já agradeço.

Urey Lopes
Goiás

RESPOSTA 1: *Caro Urey Lopes,*

A retirada total do estômago exige do paciente alguns cuidados. O principal é o de favorecer progressivamente com uma alimentação correta e fracionada, a adaptação de seu organismo à ausência do estômago que é um reservatório alimentar e para receber alimentos diretamente no intestino. Com a retirada do estômago o volume de cada refeição deve ser menor e para que não ocorra uma perda de peso importante, a alimentação deve ser fracionada em 5 a 6x/dia.

Pode ocorrer a Síndrome de Dumping, cujos sintomas são muito semelhantes ao que ocorre em uma hipoglicemia. Para isto você deve evitar doces ricos em açúcar, bebidas adoçadas, e refeições volumosas.

Em relação ao Diabetes e a retirada do estômago, não ocorre piora de seu Diabetes. Pode até ser que haja um melhor controle glicêmico, dependendo de seu peso atual. Se você toma insulina deverá com um endocrinologista novo tratamento estabelecer já que haverá uma redução do volume.

As vezes a suplementação de vitamina B12 intramuscular pode ser necessária. Fale com o seu médico.

Seguem abaixo algumas dicas:

Procure comer pouco e mais vezes. Evite exceto de líquidos junto com as refeições, no máximo 100mL.

Inclua em cada refeição um alimento do grupo das carnes (vaca, frango ou peixe)- 1 pedaço pequeno; um alimento do grupo dos cereais (arroz, macarrão, batata, mandioca, mandioquinha)- 2-3c/sopa; um alimento do grupo das leguminosas (feijão bem cozido, ervilha, lentilha) - 2 c/sopa; folhas cruas e legumes. Use azeite de oliva no tempero dos vegetais.

No café da manhã e lanches use pão integral, leite desnatado e queijo, de preferência branco. Se conseguir ½ unidade de fruta.

Doces quando for ingerir, o faça como sobremesa logo após a refeição e em pequena quantidade.

Boa sorte!

Nutr. Dra. Viviane Chaer Borges

Prezado Sr. Urey Lopes,

RESPOSTA 2: *Na verdade entende-se que o Diabetes por si não implica em necessidades especiais, salvo se, em decorrência dele, o indivíduo for acometido de alguma agravante incapacitante, como cardiopatia ou nefropatia graves. Os estudos são uníssonos no sentido de que não é o Diabetes que incapacita, e sim as consequências de seu controle clínico prejudicado.*

Se em seu caso, e em razão da cumulação das duas patologias distintas, as restrições a que se refere sejam de tal forma severas que impliquem em sua inadequação ao ambiente físico ou social, entendendo cabível uma ação declaratória, para estabelecer judicialmente a característica de portador de necessidades especiais. Porém, frise-se, não tenho conhecimento de nenhum precedente nesse sentido.

Atenciosamente,

Adv. Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Advogada Voluntária da Anad

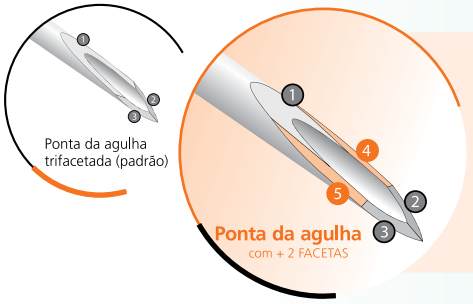
Departamento Jurídico:

Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Dra. Adriana Daidone
Dra. Fernanda Tavares

NOVA AGULHA
PARA CANETA DE INSULINA

BD Ultra-Fine™ Agulha Nano PentaPoint 4 mm x 0,23 mm

Penta point™ conforto



- **Primeira e única**
  - A única agulha do mercado com 5 facetas
- **Clinicamente comprovado**
  - Proporciona maior conforto[1]
  - 23% menos força na aplicação[1]
  - Preferência de 63% dos pacientes vs agulhas convencionais (trifacetadas)[1]

REDUÇÃO COMPROVADA DA DOR [1]

Para todas as pessoas[2,3]

Compatível com todas as canetas do mercado[4]

BD

BD BOM DIA
Educação em Diabetes

Atendimento ao Cliente
0800 011 5097
www.bdbomdia.com
bdbomdia@bd.com

1º **BD**, líder mundial em tecnologia no tratamento do diabetes com injetáveis

1. Hirsch L, Gibney M, Berube J, Manocchio J. The impact of a modified needle tip geometry on penetration force as well as acceptability, preference and perceived pain in subjects with diabetes. J Diab Sci Tech 2012;6(2):328-35. **2.** New injection recommendations for patients with diabetes. Diabetes & Metabolism Special issue 2, Sep 2010. **3.**Gibney, M.A., Arce, C.H., Byron, K.J., Hirsch, L.J., (2010). Skin and subcutaneous adipose layer thickness in adults with diabetes at sites used for insulin injections: implications for needle length recommendations., Curr Med Res Opin. 2010;26(6):1519–1530. **4.**Pesquisa BD realizada em 12/03/012. **5.**Patente nº PI9703644-7 vigorará até 20/06/2017.
Registro da Anvisa BD Ultra-Fine Pen Needle nº 10033430456 - Modelo: BD Ultra-Fine™ Agulha Nano PentaPoint 0,23mm (32G) X 4mm (5/32")
BD, Logo BD e todas as outras marcas são propriedade de Becton, Dickinson and Company. ©2014 BD.

PERGUNTA: Sou diabética há 28 anos, uso insulina Lantus e Apidra diariamente. Posso usar Linagliptina junto com insulina? Minha médica quer fazer uma experiência e eu estou receosa. Uso 10mg de Ramipril todos os dias, mas graças a Deus meus rins estão bons. Aguardo resposta. Grata,

Withmary Lacerda
Bahia

RESPOSTA: *Withmary,*

Se você não possui nenhuma contra-indicação para o uso desta classe de medicamentos, em princípio não há problemas. Medicamentos da classe da linagliptina tem um mecanismo de ação diferente da insulina, e se pode conseguir com seu uso, um melhor controle dos níveis glicêmicos. Caso sua médica tenha feito toda avaliação e você não apresente contra-indicações, pode ser uma boa opção para melhorar sua glicemia. Converse outra vez com sua médica, peça a ela para lhe explicar outra vez os motivos para introdução destes medicamentos e tire todas suas dúvidas. E nunca tome nenhum medicamento sem orientação médica.

Atenciosamente,

Dra. Vivian Fanny França Arruda
Médica Endocrinologista
Diretora Médica ANAD

PERGUNTA: Boa Noite! Meu filho tem DM1. Faz uso da insulina humana NPH. Seu exame de hemoglobina glicada deu um resultado de 7,8. Sua idade é de 8 anos e cinco meses. Gostaria de saber se pela idade dele esses valores estão muito altos. Obrigado!

Marcelo Silva
São Paulo

RESPOSTA: *Marcelo,*

Populações específicas como crianças e idosos devem ter sempre seus alvos glicêmicos individualizados de acordo com idade e suas características clinicas.

A American Diabetes Association recomenda diferentes metas glicêmicas de acordo com a idade da criança.

Crianças de 6 a 12 anos, faixa onde se enquadra seu filho, têm como alvo, hemoglobina glicada de até 8%. Para essa idade a recomendação de glicemia capilar antes das refeições é de 90 a 180mg/dL e antes de dormir de 100 a 180 mg/dL. Portanto, o valor de 7,8% que seu filho apresenta parece adequado.

Entretanto, é extremamente importante que a hemoglobina glicada não seja o único parâmetro utilizado para avaliar o controle. Como o valor deste exame é uma "média" de todas as glicemias nos últimos 3 meses, se olharmos isoladamente seu valor, sem analisar os valores de glicemia capilar podemos erroneamente dizer que o controle está bom, quando na verdade não está. Por exemplo: uma criança de 8 anos apresenta hemoglobina glicada de 7,5%. Está boa? Depende. Como estão as glicemias dela? Ela apresenta frequentes hipoglicemias e frequentes hiperglicemias? Num mesmo dia apresenta glicemia de 400 e de 40mg/dL? Portanto, apesar do valor de hemoglobina glicada estar bom, o controle glicêmico desta criança não está, na verdade esse valor de hemoglobina glicada é enganoso. Então, para dizer se esse valor do seu filho está realmente bom, temos que olhar as glicemias capilares dele também. O valor de 7,8%, associado a valores glicêmicos estáveis, sem grandes flutuações, hipoglicemias e hiperglicemias esporádicas, sim estaria bom. Mas se o 7,8% estiver associado a grandes flutuações glicêmicas, ou seja muitas hipos e hiperglicemias, podemos dizer que seu filho não apresenta um bom controle apesar de glicada num valor adequado.

A individualização das metas para cada paciente de acordo com suas características clinicas também é muito importante. Se uma criança tem tendência a hipoglicemias, podemos elevar seu alvo de hemoglobina glicada para que apresente um controle mais estável. Por outro lado, se é uma criança com glicemias bem estáveis, poucas hipoglicemias, podemos usar como meta valores mais baixos de glicada, como 7,5%, desde que não aumente o número de hipoglicemias.

Em resumo, o valor da hemoglobina glicada não deve ser o único parâmetro de avaliação. Isoladamente pode nos induzir ao erro e considerar que um paciente tem controle glicêmico adequado quando na verdade não o tem. Devemos sempre analisar o controle de glicemia capilar em conjunto com o valor da hemoglobina glicada para determinarmos se o paciente está adequadamente controlado ou se precisamos fazer mudanças em seu tratamento.

Atenciosamente,

Dra. Vivian Fanny Delgado de França Arruda
Médica Endocrinologista
Diretora Médica da Anad

PERGUNTA: Olá! Gostaria de saber se a diferença das insulinas NPH/N e a Detemir é apenas o tempo de efeito ou não há diferença entre as duas, só o nome cientifico? Desde já sou grato! Abraços,

Joel Jorlheu
Curitiba

RESPOSTA: *Sr. Joel,*

A diferença entre a Insulina NPH/N e a Detemir é a seguinte.

A Insulina NPH é a cópia, por processo de engenharia genética, igual a Insulina humana natural, feita pelo processo de DNA recombinante, em que se induz uma micro bactéria a produzir esse tipo de molécula. Ela vem misturada com um solvente "neutral protamine", descoberto pelo cientista Hagendor, por isso leva o nome da NPH, conferindo uma ação mais prolongada com pico de ação em torno de 8 a 10 horas e duração de 16 a 18 horas.

As pesquisas tem sido direcionadas para Insulinas que tenham maior tempo de ação, 24 horas ou mais, permitindo uma aplicação diária, sem picos acentuados de ação, evitando-se hipoglicemias.

A Detemir é uma dessas Insulinas que através de uma modificação na molécula, apresenta uma maior estabilidade e menor variabilidade, e por isso denominadas Insulinas basais.

Na mesma categoria se enquadra a Insulina Glargina. Como são moléculas modificadas são, denominadas análogos da Insulina humana, que pelas suas características farmacocinéticas, conferem um melhor controle da glicemia.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Médico Endocrinologista
Presidente Anad

PERGUNTA: Olá! Tenho DM2 sob controle e não sou obeso. Desculpe o desabafo e o palavreado, mas estou De SACO CHEIO de ir a alguns restaurantes, bares e recentemente a algumas festas juninas onde não tem refrigerante zero. Quando peço e dizem que não tem, ainda tenho que escutar piadinhas do tipo "Está de regime?" ou "Você não precisa!" E aí eu tenho que dizer que sou diabético. Não tenho vergonha disso, mas é constrangedor, pois o cidadão comum já olha diferente, como se eu tivesse uma doença contagiosa. Num país com tantas leis contra o preconceito e favoráveis às minorias, não estaria na hora de criar alguma campanha de conscientização ou até mesmo uma lei que obrigasse a ter bebidas sem açúcar? Conto com sua atenção! Um grande abraço!

Roman
São José dos Campos

RESPOSTA: *Olá Roman,*

Estou de pleno acordo com você. Campanhas de conscientização não obrigam, mas leis sim. Desta maneira é que consegui a aprovação da lei 11347 de 30 de setembro de 2006, que assegura a todos os brasileiros com Diabetes o tratamento e insumos para controle da doença. Assim surgiu a farmácia popular, por obrigação e não por iniciativa dos senhores governantes. Vou entrar em contato com algum Deputado Federal para solicitar um projeto de lei que obrigaria onde se vende refrigerantes normais a ter zero ou diet.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Médico Endocrinologista
Presidente Anad

PERGUNTA: Estou tomando Glimipimida 4 mg, Metformina 850 mg, um comprimido 3 vezes ao dia. Minha glicemia está descontrolada, Hemoglobina Glicada de 9%. Meu médico prescreveu insulina e manteve os outros medicamentos.

Olavo Santos
Ceará

RESPOSTA: *Prezado Olavo,*

O fato de seu Diabetes estar descompensado é uma indicação para insulinoterapia, que pode ser por um prazo definido, ou com terapia constante, dependendo da resposta de seu organismo.

Havendo melhor controle da glicemia e redução da hemoglobina glicada, e em comum acordo com seu médico, você deverá fazer a diminuição da Metformina e até a retirada da Glimipirida.

Lembro que as quantidades de insulina deverão ser variáveis, de acordo com a sua glicemia capilar, aumentando e diminuindo conforme a glicemia suba ou baixe. É o que chamamos de titulação de insulina. Bom controle e um abraço.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Médico Endocrinologista
Presidente Anad

PERGUNTA: Meu irmão está tomando insulina Lantus, mas como é muito caro, não está dando. Posso trocar pela NPH, que é distribuída na farmácia popular?

Noemia Sandrini
Bagé

RESPOSTA: *Cara Noemia,*

Antes de interromper o uso da Lantus, entre em contato com o laboratório Sanofi, pois agora eles dispõe de um programa para auxiliar pacientes no seu caso. Ligue no 0800 11 9020 e se informe.

A passagem da Lantus para NPH, é possível mas depende de indicação médica, visto que na mesma quantidade de unidades de Lantus, você deverá aplicar de 3 à 4 vezes ao dia, doses fracionadas da NPH.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Médico Endocrinologista
Presidente Anad

PERGUNTA: Sempre tive a ANAD como uma bússola moral, por isso gostaria de um parecer sobre essa matéria "Um novo tipo de doença é causada por aspartame", para mim a falta de fontes caracterizou como alarmismo. Desde já agradeço...

Krishna Caramori
São Paulo

RESPOSTA: *Olá Krishna*
O artigo foi escrito sem nenhuma base de conhecimento, aborda e mistura conceitos. Os sintomas alegados são comuns à maioria das doenças como obesidade, Diabetes e outras, nas pessoas que consomem os adoçantes artificiais.

Devo lembrar que hoje o maior consumo destes é de um adoçante de sucralose, cuja matéria prima é o açúcar da cana, e a stevia que também é natural. As misturas de adoçantes são pelo contrário mais interessantes pois com quantidades pequenas de cada se pode chegar ao poder de adoçar.

A adição dos adoçantes à alimentos é monitorada pelo F.D.A. Americano (Food and Drugs Administration), que como você disse da ANAD, é também a bússola moral e científica da medicina e dos medicamentos.

O artigo é sim alarmista, inconsistente, sem base científica, e extremamente distorcido, e a meu ver não merece nenhuma credibilidade.

Atenciosamente,

Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho
Médico Endocrinologista
Presidente Anad

Departamento Médico:

Dr. Fadlo Fraige Filho, Dr. Paulo Henrique Morales, Dra. Vivian Fanny de França Arruda, Dra. Alinne Alves Inuy e Dra. Débora Nazato

Medtronic

A segurança que você quer.
A liberdade que você merece.

Outubro/2013

Reg. ANVISA 10339190306

MiniMed Paradigm® REAL-Time

O primeiro sistema integrado de bomba de insulina com Monitorização Contínua de Glicose (CGM) em tempo real.[1]

- **FACILIDADE DE USO**
  Navegação simples, intuitiva e com instruções na tela, que facilitam o uso.

- **FLEXIBILIDADE**
  Basais em microdoses de 0,05 U de insulina, com possibilidade de diferentes doses ao longo do dia.

- **FUNCIONALIDADE DIFERENCIADA**
  - Bolus Wizard® (calculadora de bolus de insulina) ajuda a simplificar o cálculo da quantidade de insulina, reduzindo erros e facilitando a rotina diária.
  - Controle glicêmico e proteção contra a hipoglicemia.

Transmissor MINILINK™ e Sensor Contínuo de Glicose: Monitora os níveis de glicose e transmite os resultados por radiofrequência à bomba de insulina (sem necessidade de fios).

Conjunto de infusão e cânula: Envia a insulina continuamente, do reservatório da bomba até o subcutâneo.

Paradigm® REAL-Time: Combina uma bomba de insulina com as leituras contínuas de glicose em tempo real. Possibilita manter as glicemias dentro das metas ideais.

Para mais informações ligue 0800 773 9200
ou acesse www.medtronicdiabetes.com.br

Inovando para a vida.

Referências bibliográficas: 1. Bode, B.W.; Gross, T.M.; Thornton, K.R.; Mastrototaro, J.J. Continuous glucose monitoring used to adjust diabetes therapy improves glycosylated hemoglobin: a pilot study. Diabetes Res. Clin. Pract., v.46, n.3, p.183-190, 1999. Kaufman, F.R.; Gibson, L.C.; Halvorson, M.; Carpenter, S.; Fisher, L.K.; Pitukcheewanont, P. A pilot study of the continuous glucose monitoring system: clinical decisions and glycemic control after its use in pediatric type 1 diabetic subjects. Diabetes Care, v.24, n.12, p.2030-2034, 2001. Ludvigsson, J.; Hanas, R. Continuous subcutaneous glucose monitoring improved metabolic control in pediatric patients with type 1 diabetes: a controlled crossover study. Pediatrics, v.111, n.5, pt 1, p.933-938, 2003. Doyle, E.A.; Weinzimer, S.A.; Steffen, A.T.; Ahern, J.A.; Vincent, M.; Tamborlane, W.V. A randomized, prospective trial comparing the efficacy of continuous subcutaneous insulin infusion with multiple daily injections using insulin glargine. Diabetes Care, v.27, n.7, p.1554-1558, 2004. Bode, B.; Gross, K.; Rikalo, N. et al. Alarms based on real-time sensor glucose values alert patients to hypo- and hyperglycemia: the guardian continuous monitoring system. Diabetes Technol. Ther., v.6, n.2, p.105-113, 2004.

Aspectos Psicológicos e o Controle Glicêmico

O perfil psicológico e o grau de aceitação do DM1, influenciam diretamente nos níveis glicêmicos dos pacientes. O Diabetes Mellitus é uma doença crônica grave que necessita de tratamento intensivo e orientação médica adequada.

O comprometimento significante na qualidade de vida é frequentemente relacionado ao Diabetes, incluindo limitações funcionais, estresse social e financeiro, desconforto emocional e até mesmo a depressão. Estima-se que a redução da qualidade de vida no diabético seja decorrente das complicações a longo prazo e do controle glicêmico inadequado.

Foi realizado um estudo, com análise nos cadastros de 150 pacientes portadores do DM1. Todos os pacientes participam de um projeto educacional, "Diabetes Weekend", que proporciona uma colônia de final de semana, em Minas Gerais. Esse projeto é realizado por uma equipe multiprofissional (enfermeiros, nutricionistas, psicólogos, endocrinologista.)

As variáveis estudadas foram idade, sexo, tempo de DM1, esquema insulínico utilizado, administração da insulina, dose diária de insulina, perfil psicológico e glicemia capilar.

O perfil psicológico do paciente foi avaliado por um profissional especializado (psicólogo), foram investigados a forma como o paciente está lidando com o Diabetes, a presença dos sentimentos de medo em relação à hipoglicemia/hiperglicemia e suas repercussões em ambientes públicos.

Os resultados apontam que a presença de uma doença crônica degenerativa gera sentimentos diversos de angústia, temor e incertezas nos diabéticos, e em seus familiares. Muitas vezes os portadores do DM1 sentem-se frustrados ou "esgotados" com o tratamento e a auto monitorização.

O desconforto psicossocial gerado pelo Diabetes tem um impacto negativo sobre a capacidade do paciente manter as recomendações básicas de tratamento. Por conta disso, por maiores que sejam os esforços dos profissionais

da saúde, os aspectos de comprometimento na qualidade de vida dificultam a evolução do paciente, resultando na menor adesão ao tratamento.

Para alguns pacientes, a necessidade de auto monitorização, aplicações diárias de insulina, gera desconforto, frustração e preocupação, levando a omissão das doses de insulina.

A forma que o paciente lida com a doença, tem relação com os níveis glicêmicos. A aceitação do Diabetes, o autocuidado e a maneira que o paciente encontra para enfrentar a doença, vão influenciar diretamente na glicemia. Por conta disso há importância em se trabalhar com uma equipe multiprofissional, que irá auxiliar o indivíduo nas diversas áreas que o Diabetes atua.

O papel do psicólogo na abordagem com o paciente diabético, visa o desenvolvimento do auto-controle, da conscientização da doença e do acompanhamento comportamental. Estimular a responsabilidade do paciente diabético, na busca de uma maior aceitação da doença, resulta em uma maior adesão ao tratamento.

A Educação em Diabetes é um passo fundamental, para que se consiga atingir as metas do tratamento. A qualidade de vida, envolvendo o lazer e a cultura, proporciona ao diabético aquisição de conhecimentos, estimulação da monitorização e melhor aceitação, através de um acompanhamento multiprofissional, como é realizado na ANAD.

Fonte: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-27302004000200009

Programação PsicoAnad

Todas as segundas-feiras

14:00 hs: Grupo de Reflexão

15:30 hs: Grupo de Educação em Diabetes

Todas as terças-feiras

11 hs: Aula de Dança

Todas as quartas-feiras

14:00 hs: Grupo de Artesanato

15:30 hs: Grupo de Educação em Diabetes

Última quinta-feira do mês:

15:30 hs: Comemoração dos Aniversariantes do mês

Todas as sextas-feiras

10 hs: Aula de Canto

11 hs: Aula de Dança

Colaboradores:
Bayer, BD, Abbott, Jasmine, Kopenhagen, Lowçucar, Ofner, Diatt, Talento.

Psic. Carolina Del Guídice Antunes

Associação de Diabéticos de Santa Barbara D´Oeste

A ADSB nos conta sobre uma atividade de confraternização das mães da associação.

Na ocasião foram homenageadas:

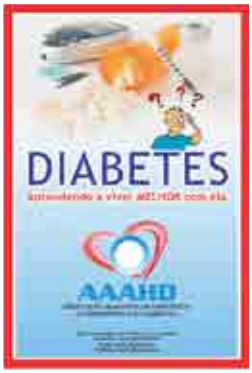
- A mãe mais idosa (com 90 anos)
- A mãe mais nova (com 42 anos)
- A que tinha mais filhos (com 9 filhos)

Todas receberam brindes, houve sorteio, contadores de história, danças, lanches diet e a atração principal - os tocadores de BERRANTE.

Parabéns pela linda festa!

Associação Alagoana de Assistência ao Hipertenso e ao Diabético

A AAAHD criou uma cartilha do Diabetes. A partir desta edição vamos colocar todas as suas mensagens.



Associação dos Diabéticos de Ourinhos

A ADO participou da 3ª Festa das Nações Cristãs de Ourinhos, em evento para arrecadar fundos para os mais carentes e que teve o patrocínio da Rádio Melodia.

Houve sorteio de bicicleta, geladeira, rádios, micro ondas, máquina de lavar, etc, todos doados para o bem da comunidade. Para participar bastava contribuir com 1 kg de alimento.

A ADO montou uma barraca de comidas diet. Bonita ação, Parabéns!

Associação Sergipana de Proteção ao Diabético

A ASPAD coordenou mais um mutirão de Diabetes.
Desta vez na cidade Umbaúba com grande apoio do Prefeito.

Entre as atividades houve: palestras-distribuição de materiais educativos, exames de glicemia capilar, aferição de pressão arterial, cálculo de IMC e circunferência abdominal, e atendimento aos exames alterados, pelo Dr. Raimundo Sotero.

Foram feitos 474 testes com os monitores Accu Check, da Roche, com 369 resultados alterados (77,85%).

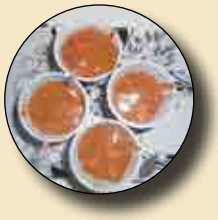
Associação de Diabetes Sempre Amigos de Indaiatuba

A Sempre Amigos continua muito atuante.

Estão implantando um Núcleo de Educação em Diabetes na cidade de Itu. O 1º encontro com os diabéticos da cidade aconteceu em maio. Sucesso e continuidade são os desejos da FENAD.

Associação de Diabetes Sempre Amigos

SOBREMESA DE MORANGO



INGREDIENTES:

- 1 embalagem de leite condensado diet
- 200 g de chocolate Diatt ao leite picado
- 200 ml de leite desnatado
- 1 lata de creme de leite light
- 1 colher (café) de essência de morango
- 200 g de morangos lavados e picados.

MODO DE PREPARO:
Misturar o creme de leite com o leite e o chocolate levar para derreter em banho-maria ou microondas. Deixar esfriar e acrescentar os morangos e a essência de morango.

Rendimento: 6 porções 150g

Informações nutricionais por porção:	
Valor Energético:	260kcal
Carboidratos:	12,5g
Proteínas:	20,0g
Gorduras Totais:	14,4g

ESPAGUETE DE ABOBRINHAS

INGREDIENTES:

- 300 g de espaguete integral
- 10 ml de óleo de canola
- 40 g de dente de alho picados bem miudinho
- 200 g cebola média picada
- 300 g abobrinhas pequenas picadas
- 50 g azeitonas picadas
- 95 g cenoura pequena ralada
- 400 g de peito de frango cortado em cubinhos
- 400g de tomates médios picados. Se desejar tire a pele.
- pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher (chá) de orégano
- Cheiro verde e sal a gosto
- 250 ml de água.

MODO DE PREPARO:
Cozinhe o espague *"al dente", por* aproximadamente 7minutos.

Cozinhe também "*al dente*", de preferência no vapor, a abobrinha e reserve.

Coloque numa panela grande, o óleo, acrescente a cebola, deixe dourar e coloque o alho. Em seguida coloque o frango e deixe dourar também, logo após adicione os tomates, a pimenta - do - reino, temperos a gosto e a cenoura ralada. Cozinhe por aproximadamente 10 minutos

Acrescente a água e o orégano, deixe ferver em fogo médio até dar uma encorpada.

Então coloque a abobrinha, as azeitonas e em seguida o macarrão, mexa bem.

Tampe a panela e deixe cozinhar por mais 1 minuto, desligue e sirva.

Rendimento: 4 porções 200 g cada

Informações nutricionais por porção:	
Valor Energético:	398kcal
Carboidratos:	49,75g
Proteínas:	14,92g
Gorduras Totais:	15,47g

COCADINHAS DE FORNO

INGREDIENTES:

- 1 lata de leite condensado diet
- 100 g de chocolate branco Diatt
- 150 g de coco seco ralado.

MODO DE PREPARO:
Misture todos os ingredientes, coloque em forminhas e leve para assar.

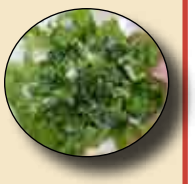
Rendimento: 40 cocadinhas de 20g

Informações nutricionais por porção:	
Valor Energético:	57kcal
Carboidratos:	4,75g
Proteínas:	3,25g
Gorduras Totais:	2,7g

SALADAS DE FOLHAS VERDES VARIADAS, COM MOLHO DE IOGURTE

INGREDIENTES PARA O MOLHO:

- 1 copo de iogurte desnatado
- ½ xícara (chá) de cebolinha verde picada
- 3 colheres (sopa) de vinagre de álcool
- 2 colheres (chá) de azeite extra virgem
- Sal a gosto



MODO DE PREPARO:
Misture o iogurte e a cebolinha, tempere com o vinagre, o azeite e Leve a geladeira por 1 hora. Sirva com salada verde de sua preferência.

Informações nutricionais por porção:	
Valor Energético:	57kcal
Carboidratos:	4,75g
Proteínas:	3,25g
Gorduras Totais:	2,7g

BOLO DE LEITE CONDENSADO - ZERO AÇÚCAR

INGREDIENTES

- 3 ovos (150g)
- 1 embalagem de de **PÓ PARA PREPARO DE SOBREMESA SABOR LEITE CONDENSADO LOWÇÚCAR ZERO AÇÚCAR** (220g)
- 1 colher (sopa) de fermento químico em pó (12g)

MODO DE PREPARO:
Prepare o leite condensado conforme as instruções da embalagem. Em seguida junte o restante dos ingredientes e misture bem. Coloque em uma forma de 20cm de diâmetro untada com margarina e leve para assar em forno pré-aquecido à 180° C por aproximadamente 40 minutos

Rendimento: 19 porções de 35g

Informações nutricionais por porção:	
Valor energético:	89,5kcal
Carboidratos:	7,3g
Proteína:	4,3g
Gorduras totais:	5,2g

GELADO MINEIRO - ZERO AÇÚCAR

INGREDIENTES

- ½ embalagem de de **PÓ PARA PREPARO DE SOBREMESA SABOR LEITE CONDENSADO LOWÇÚCAR ZERO AÇÚCAR** (110g)
- 1 embalagem de **PÓ PARA PREPARO DE PUDIM LOWÇÚCAR ZERO AÇÚCAR SABOR COCO** (25g)
- 1 embalagem **PÓ PARA PREPARO DE GELATINA ZERO AÇÚCAR SABOR ABACAXI** (170g)
- 1 embalagem de iogurte natural (170g)

MODO DE PREPARO
Prepare o pudim conforme as instruções da embalagem, coloque em taças ou refratório e leve para gelar até adquirir consistência. Prepare o leite condensado conforme as instruções da embalagem e reserve. Prepare a gelatina conforme as intruções da embaçagem. Acrescente o leite condensado, o iogurte natural e bata por aproximadamente 5 minutos. Coloque sobre o pudim já gelado e leve novamente a geladeira até adquirir consistência.

Rendimento: 16 porções de 50 g

Informações nutricionais por porção:	
Valor energético:	38,8kcal
Carboidratos:	5,5g
Proteína:	2,5g
Gorduras totais:	0,4g

BROWNIE COM CASTANHA DE CAJU - ZERO AÇÚCAR

INGREDIENTES:

- ½ xícara (chá) de margarina culinária (75g)
- 1½ xícara (chá) de **ADOÇANTE CULINÁRIA LOWÇÚCAR** (155g)
- 3 ovos (150g)
- 1 xícara (chá) de farinha de trigo ntegral (120g)
- 1 xícara (chá) de castanha de caju triturada (75g)
- 150g de chocolate ao leite diet picado

MODO DE PREPARO
Em um recipiente misture a farinha e o adoçante culinária.Reserve. Em uma panela coloque o chocolate, a margarina e leve ao fogo baixo até derreter o chocolate.

Retire do fogo, acrescente os ovos ligeiramente batidos, a farinha junto com o adoçante reservados e misture delicadamente. Por último junte a castanha e mexa somente para misturar. Coloque em uma forma de bolo inglês 30cmx12cm, untada e enfarinhada e leve para assar em forno pré aquecido à 180° C por aproximadamente 30 minutos. Retire do forno, deixe esfriar e corte em pequenos quadrados.

Rendimento: 18 porções de 40g

Informações nutricionais por porção:	
Valor energético:	161,6kcal
Carboidratos:	19,6g
Proteína:	3,3g
Gorduras totais:	8,5g

DATAS COMEMORATIVAS

Julho

2 Dia do Hospital

19 Dia da Caridade

20 Dia do Amigo
Dia da Amizade

26 Dia da Vovó

Agosto

5 Dia Nacional da Saúde
Dia Nacional da Farmácia

8 Dia Nacional do Combate ao Colesterol

10 Dia da Enfermeira

27 Dia do Psicólogo

29 Dia Nacional do Combate ao Fumo

31 Dia da Nutrição

Aniversariantes da Anad

4/8 Dra. Maria do Socorro Oliveira Sousa

14/8 Sonia Junko Yanao Hanashiro

Aniversariantes da Diretoria

8/7 Sra. Maria Aparecida Miguel

24/7 Dr. Vicente Amato Neto

25/7 Dr. João Roberto de Sá

30/7 Sr. Renato Borges

3/8 Enf. Marcia Camargo de Oliveira

4/8 Prof. Claudio Cancellieri

15/8 Prof. Dr. Simão Lottenberg

19/8 Dr. Carlos Eduardo Carvalho

26/8 Sr. Reginaldo Ramos

29/8 Sra. Anna M. Ferreira

Convênios da Anad

Para melhor atender nossos associados continuamos conveniados com especialistas

PROFISSIONAIS

Cardiologia
- Dr. Antônio Carlos Brilha
- Dr. Eduardo Lopes Palacios
- Dr. José Marcos de Góes

Cirurgia Vascular
- Equipe do Dr. Bonno Van Bellen
- Prof. Dr. Nelson de Luccia
- Equipe do Dr. Wolfgang Zorn

Dermatologia
- Dr. Leonardo Abrucio
- Instítuto Superior de Medicina e Dermatologia

Fonoaudiologia
- Ana Luisa Ornellas Borges de Oliveira
- Paula Vulcan Gomes

Feridas em Pé Diabético
- CLIPÉS – Clínica Integrada para Prevenção e Tratamento dos Pés
- Enfª. Vera Ligia Lellis

Geriatria
- Drª. Eneide P. de Moura

Ginecologia/Obstetrícia
- Dr. Mauro Sancovski

Hepatologia / Gastro Clínica e Cirúrgica
- Dr. Rogério Renato Peres

Nefrologista
- Dra. Anita Saldanha

Neurologia
- Dr. Ricardo de Carvalho Nogueira

Oftalmologia
- Dr. Arnaldo Gesuele
- Clínica de Olhos Dr. Moacir Cunha
- Dra. Juliana M. Ferraz Sallum
- Dr. Marco Antônio Albhy
- Dr. Paulo H. Morales

Otorrinolaringologia
- Clínica Dr. Osvaldo Leme

Optica
- Qualitá Occhiali

Ortopedia
- Dr. Fábio Batista

Urologia
- Dr José Carlos Truzzi

Entidades
- Amil Total Care
- Biomecânica USP – Fac. Educação Física (grátis)
- Clínica Croce (atendimento médico e imunizações)
- Foccus Medicina Diagnóstica
- Instituto de Moléstias Oculares – IMO (oftalmo)
- ISMD - Instituto Superior de Medicina e Dermatologia Ltda.
- Senac – podologia (grátis)
- CAENF – LISF – UNIFESP Enfª Monica Gamba
- Universidade Mackenzie – genética (grátis)
- USP (odonto) CAPE – Centro de atendimento a pacientes especiais (grátis)
- Centro de preservação e adaptação de membros de São Paulo (calçados especiais, próteses, órteses e podobarometria).
- Centro de Saúde Vila Mariana
- Escola Paulista de Medicina /Olho diabético
- Farmácia Magistral - Biofarma (de manipulação) Paraíso, Lapa, Pinheiros, Osasco e Santana.

Laboratórios
- A + Medicina Diagnóstica - 16 unidades - (consulte endereços)
- Militello - Laboratório de Análises Clínicas
- OMNI - Medicina Diagnóstica

Pneumologia
- Sare - Serviço de Assistência Respiratória S/C

Consultas e exames com tabelas reduzidas (AMB) para sócios. Venha marcar na recepção

ATIVIDADE GRATUITA

Aniversários na ANAD

Todos os meses nossos associados comemoram seu aniversário na ANAD, com bolo diet da OFNER!

PATROCÍNIO: Ofner

Julho

02/7 - Thaís Aparecida da Rocha
06/7 - Norma Toma (Tiyoko Toma)
10/7 - Ragê de Souza Petri
14/7 - Laércio Graciolli
14/7 - Fábio Provedel
16/7 - Bassim Gaui
17/7 - Rosa Teixeira
20/7 - Aloína Maria S. da Silva
22/7 - Júlia Jorge
26/7 - Lorena Borges dos Santos
27/7 - Joaquim dos Santos

Agosto

01/8 - Apolônia Silva de Souza
03/8 - Maria Viana de Souza
03/8 - Alessandra P. Calmon
03/8 - Orlando Russo
08/8 - Leonor Francendini
09/8 - Dina Catalina Sablich
09/8 - Maria Forniellis
14/8 - Maria Bernardino Rosa
14/8 - Maria das Graças A. de Souza
15/8 - Oswaldo Uliam
19/8 - Marlene M. Moltalva
24/8 - Elisa Antunes A. Santos

SUPERVISÃO: Nutri. Hanna Ferraz Martiniano, **COLABORADORAS:** Nutri. Marlene Valença, Nutri. Mirella Beni, Nutri. Isabelle Fontanelli. **Estagiárias**: Eliete Marquez, Letícia Bedin, Luciana B. Lins, Maria Luiza Nascimento, Mayara Molleis e Regina Ramos.

Benefícios da Beringela

Segundo historiadores, a **berinjela** é originária da Índia, local em que era cultivada como planta ornamental, e foi levada para a Europa pelos árabes, seus grandes apreciadores, desde o século XIII.

O vegetal é rico em água, vitaminas (vit. A, vit.B1, vit.B2, niacina e vit.C) e mineirais (cálcio, ferro, potássio, magnésio, fósforo) e flavonóides. Uma unidade de aproximadamente 150g têm apenas 30 calorias e sua casca conta com a ação da antocianina, composto bioativo antioxidante que pode colaborar na redução do colesterol ruim.

A berinjela é considerada um alimento funcional, ou seja, que pode trazer benefícios para nosso organismo, prevenindo doenças cardiovasculares e que pode auxiliar no controle da pressão arterial e glicemia sanguínea. Também é usada em receitas vegetarianas, pois sua consistência assemelha-se com a da carne, tornado-a uma ótima substituta, pode ser consumida cozida, assada, refogada, na salada e como pesto, só devemos evitá-la frita.

Gira em torno da berinjela a polêmica de que ela é um alimento emagrecedor e que "cura" o Diabetes, pessoas tomam água, e comem sua farinha em dietas para emagrecimento e para melhorar a glicemia, a questão é que a berinjela é um alimento rico em água, logo seu valor calórico é reduzido e por conter quantidade significante de fibras, ajuda a saciar a fome e reduzir a glicemia.

Mas é importante não fazer dietas sem acompanhamento de um profissional da área, pois pode causar prejuízos à saúde, pois mesmo a berinjela sendo um alimento funcional, devemos complementar a alimentação com outros nutrientes imprescindíveis ao nosso bem- estar.

"A berinjela pode ser encontrada em farinha e cápsula, mas nada substitui comer e apreciar este alimento funcional; basta procurar aprender receitas que sejam de seu agrado".

Fonte: Mallmann, Luana Peixoto. "Extração de antocianinas a partir de casca de berinjela (solanum melongena)." (2011). Hannanutri: Maria da Conceição, R. Gonçalves, et al. "Berinjela (Solanum melongena L.)–mito ou realidade no combate as dislipidemias?." Brazilian Journal of Pharmacognosy 16.2 (2006): 252-257.

Universidade Cruzeiro do Sul

SÃO CAMILO

Associado Diet

Inscreva-se para apresentar sua receita. Você será a "estrela" do dia e todos poderão conhecer uma nova delícia.

Lembramos aos nossos associados que o departamento de nutrição da ANAD (DNA) continua atuando de segunda-feira a sábado, com as seguintes ações:

- Consultas individuais
- Consultas de sala de espera
- Associado Diet
- Grupos de orientação nutricional
- Grupos de dinâmica
- Café da Manhã Diet
- Dia de vivência
- Cursos de Culinária
- Orientação dietética

ATIVIDADES GRATUITAS

Programa de Atividades para 2014 - Ligue para se informar sobre os temas do mês: (11) 5572-6559 **

MESES	Vivência O dia todo	Café da manhã Sextas às 8h	Associado Diet às 14h	Chá da Tarde Quartas às 15h	Culinária Diet Lowçucar às14h	Culinária Diet Diatt às14h
AGOSTO	21	8 e 15	28	6, 13 e 27	5 e 26	12
SETEMBRO	4 e 18	12 e 26	25	10, 17 e 24	16 e 30	2

Café da Manhã e Oficinas – Seguido de Palestras Educativas - "DATAS SUJEITAS À ALTERAÇÕES"

EQUIPE DNA

Hanna F. Martiniano, Isabelle Fontanelli, Marlene Valença e Mirella Beni

EXISTE O JEITO TRADICIONAL DE TRATAR O DIABETES. E EXISTE O NOSSO JEITO.

No mundo inteiro, o Diabetes avança. Por isso, temos o dever de avançar também. Somos a Sanofi Diabetes. Uma nova marca, que projeta para o futuro um compromisso de líder: ir além dos limites de sempre, superando fronteiras, para que as pessoas com Diabetes tenham uma vida com mais qualidade. Por meio da integração de tratamentos, tecnologia e serviços, a Sanofi Diabetes está transformando seu poder de inovação em benefícios reais, capazes de proporcionar ao paciente um melhor controle glicêmico.

SANOFI DIABETES

JUNTOS SUPERANDO FRONTEIRAS

Supervisora: Nutricionista Hanna Ferraz Martiniano. **Estagiárias:** Eliete Marquez, Letícia Bedin, Luciana B. Lins, Maria Luiza Nascimento, Mayara Molleis e Regina Ramos. **Atividades:** Palestra com o fisioterapeuta Mateus Martinez "Pés Diabéticos" , quermesse da ANAD, Artesanato "bandeira de alfinete", bingo, coral da ANAD e quadrilha. **Colaboradores:** Saborama, Hué, Meias Selene, Stevita.

Cardápio

CAFÉ DA MANHÃ

Leite com achocolatado;
Melão;
Pão integral com peito de peru, alface e queijo cottage;

COLAÇÃO

Mamão com aveia

ALMOÇO

Entrada: Salada mix de folhas
Prato Principal: Escondidinho de mandioquinha com carne
Acompanhamento: Couve refogada
Sobremesa: Gelatina brasileira
Bebida: Suco de tangerina diet

LANCHE DA TARDE

Bolo de fubá
Guaraná diet

TOTAL DO CARDÁPIO:

Valor calórico: 1088,67 kcal
Carboidratos: 135 g
Proteínas: 61,25 g
Lipídios: 33,39 g

RECEITA MAIS APRECIADA PELOS ASSOCIADOS:

Escondidinho de carne desfiada

Ingredientes:

Carne:

- 800g de carne (lagarto) cozida e desfiada
- 2 colheres (sopa) de óleo
- 3 dentes de alho amassados
- 1 cebola grande picada
- 2 tomates sem pele e sementes picados
- Sal, pimenta do reino e coentro picado a gosto
- 1/2 xícara (chá) de cheiro verde picado

Purê:

- 1/2kg de mandioca e ½ kg abóbora japonesa cozida e espremida
- 1 copo de iogurte desnatado
- 2 colheres (sopa) de margarina
- Sal, pimenta do reino e noz moscada a gosto
- 100g de queijo ralado

Modo de Preparo:

Carne:
Refogue e cozinhe a carne (lagarto) desfie ainda quente. Doure as cebolas no óleo de soja acrescente a carne cozida e desfiada. Acrescente o pimentão vermelho, verde e amarelo, tempere a gosto com sal e pimenta finalize com salsinha e cebolinha verde. Reserve.

Purê:
Cozinhe a mandioca e a abóbora em água até estar bem macia. Escorra e passe no espremedor de batata. Leve ao fogo com a margarina, alho e deixe dourar. Junte a mandioca e a abóbora no purê, leite e misture. Tempere com sal a gosto e finalize com salsinha e iogurte. Monte em pirex uma camada generosa do purê, outra de carne e finalize com o purê. Passe uma camada de requeijão light e leve ao forno para gratinar.
Rendimento: 15 porções de 130g

Informação nutricional por porção:

Calorias: 422.18 Kcal
Proteínas: 36,88g
Carboidratos: 37,05g
Lipídios: 14,5g

Supervisora: Nutricionista Hanna Ferraz Martiniano. **Estagiárias:** Eliete Marquez, Letícia Bedin, Luciana B. Lins, Maria Luiza Nascimento, Mayara Molleis e Regina Ramos. **Atividades:** Roda de conversa com a podóloga da ANAD Luciana Gurjev "Saúde dos Pés", dinâmica "Sudoku", artesanato "macramê", bingo e relaxamento com música. **Colaboradores:** Saborama, Hué, Meias Selene, Stevita.

Cardápio

CAFÉ DA MANHÃ

Leite com achocolatado;
Banana com granola;
Pão integral com patê de ricota e cenoura;

COLAÇÃO

Melão

ALMOÇO

Entrada: Sopa creme de ervilha
Prato Principal: Berinjela recheada com carne moída
Prato Base: Arroz integral
Acompanhamento: Vagem souté
Sobremesa:Creme de papaia
Bebida: Suco de uva

LANCHE DA TARDE

Gelatina com iogurte
Cookie

TOTAL DO CARDÁPIO:

Valor calórico: 997,23kcal
Carboidratos: 116,97 g
Proteínas: 49,62g
Lipídios: 29,20g

RECEITA MAIS APRECIADA PELOS ASSOCIADOS:

Beringela Recheada

Ingredientes:

- 1 berinjela;
- 200g de carne moída;
- 1 Ovo;
- ½ colher de sopa de farinha de rosca;
- 1 colher de sopa de salsinha e cebolinha;
- 1 colher de sopa de alho; cebola,
- 1 colher de sopa rasa de óleo
- Sal a gosto

Modo de Preparo:

Corte a berinjela ao meio e retire sua polpa, submetendo-a uma breve fervura .

Refogue a polpa da berinjela e a carne moída separadamente. Unir os dois refogados e adicionar um pouco de ovo mexido. Recheear as berinjelas e salpicar farinha de rosca juntamente com queijo ralado. Levar ao forno para assar. Servir com molho de tomate.

Rendimento: 6 porções de 340g

Informação nutricional por porção:

Calorias: 140 Kcal,
Proteínas: 8g,
Carboidratos: 19,7g,
Lipídios: 5,2g

74th Scientific Sessions - ADA

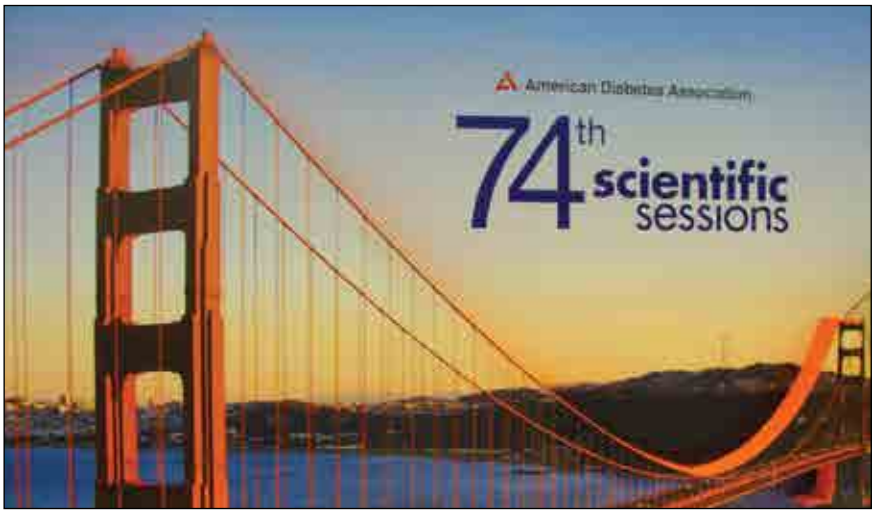
São Francisco - USA

Mais uma edição do congresso ADA, onde nosso presidente Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho participou ativamente. Dr. Fadlo representou a Anad e Fenad em todas as atividades que ocorreram.

Sua meta principal é trazer as novidades e os avanços científicos para nossas entidades e divulgá-las nas nossas revistas Diabetes Clínicas e Anad Informa.

Ocorreu a reunião do CEO da Sanofi com convidados especiais e autoridades como Dra. Helena, ex-presidente da American Association of Clinical Endocrinologists.

Também reunião das Associações Membros da IDF, com mais de 40 entidades representadas, lideradas pelo presidente Sir Michael Hirts e a CEO Petra Wilson.



Aconteceu também a reunião de "Insulin Task Force", *da IDF, com a reeleição de seus membros, sendo Dr. Fadlo, um deles.*

Dr. Fadlo, Dra. Helena, Sr. Marcus Vinicius - Gerente Sanofi Diabetes Brasil.

Outra reunião importante foi a dos Centros de Educação da IDF, onde a Anad é um dos 8 referendados.

Florencia Aguire, Dr. Fadlo Fraige, Dr. Danid e Dominique Aguire

Médicos brasileiros na recepção oferecida pelo CEO Sanofi.

Dr. Fadlo com o presidente cientifico do Congresso, Dr. Robert Ratna.

ANAD

A Anad tem atividades educativas diárias que você pode conferir nesta revista ou se informar também pelo telefone 11 5572-6559.

Também oferecemos consultas médicas, nutricionais, de enfermagem, odontologia, de fisioterapia e aulas de enfermagem. Na sede vocês encontram endocrinologista e oftalmologista, e as outras especialidades nos convênios da Anad.

Os exames laboratoriais também podem ser feitos em laboratórios conveniados. Conheça também o nosso site www.anad.org.br e nossa fan page no Facebook.

Se você tem Diabetes, ou conhece alguém que tem, venha conhecer a Anad e se associar. Você será muito bem recebido, pois nossa missão é **"Melhorar a sua qualidade de vida".**

Hábitos Alimentares Saudáveis

A *American Heart Association* publicou resultados de um trabalho com mais de 120 mil mulheres de 30 a 55 anos acompanhadas durante 26 anos.

O estudo mostra que uma dieta saudável após o diagnóstico de DT2 protegeu essas mulheres de mortalidade cardiovascular e por todas as causas, muito mais significativamente do que aquelas que mantiveram maus hábitos alimentares.

Stress e DM2

A Universidade de Gotemburgo (Suécia) apresentou um estudo com 7500 homens, em que demonstram que os homens em estado de stress permanente têm 45% a mais de chances de DM2.

O tempo de estudo foi de 35 anos com homens nascidos em 1915 e 1925.

Do total 6828 não tinham histórico de D.M, coronariopatia ou AVC e 899 desenvolveram D.M.

Nozes Previnem Diabetes?

A Universidade de Harvard realizou um estudo com 140 mil mulheres, de 35 a 77 anos, onde comiam nozes de duas a três vezes por semana, com a finalidade de prevenir o DT2.

As que comeram 28 gramas duas vezes por semana tiveram 24% menos chances de vir a ter Diabetes.

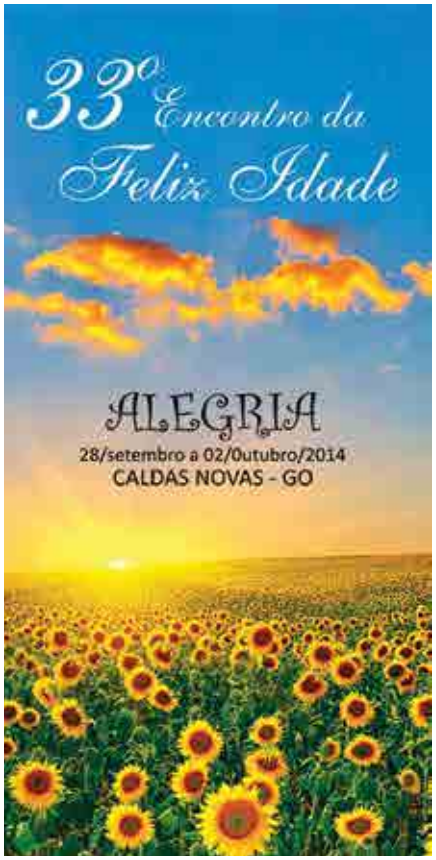
Diabetes Gestacional e Apnéia do Sono

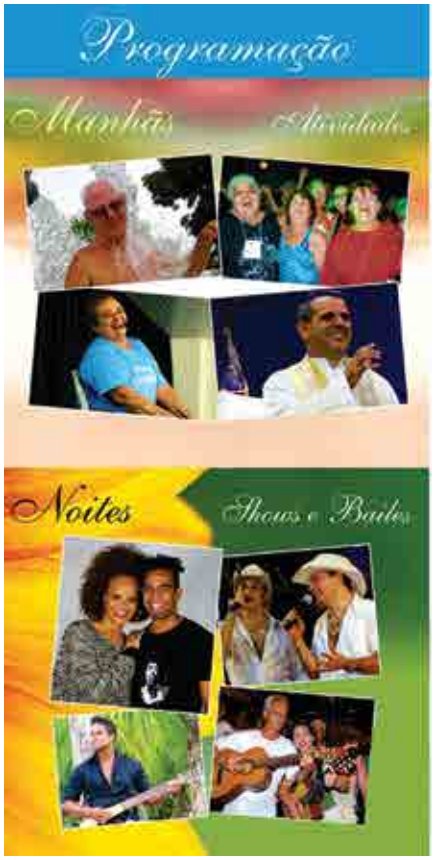
Um estudo do *"Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism"* sugere que o Diabetes Gestacional pode provocar um aumento do risco da apnéia do sono.

Aponta ainda o estudo que as mulheres com Diabetes Gestacional tendem a dormir uma hora a menos por noite.

D.M e Alimentos Ácidos

A revista Diabetologia publicou um estudo do Centro de Investigação e Epidemiologia e Saúde da População - França, com 66 mil mulheres, por 14 anos, que consumiram uma dieta ácida, com alimentos de origem animal o que propiciou o aumento de risco para o DM2.





Programação:

- Ginástica
- Risoterapia
- Danças
- Caminhada
- Hidroginástica
- Palestras
- Missa de ação de graças
- Baile
- Serestas
- Show com Luciana Melo e Jair de Oliveira

28/09 a 02/10 de 2014
Caldas Novas - GO

Informações:
(35) 3212-7445
(35) 8802-7400

E-mail:
encontro@felizidade.com.br
Site:
www.felizidade.com.br

Se é Bayer, é bom

BAYER CONTOUR®TS SEU 1º MONITOR

Insira a tira

faça sua medição

e pronto

VIDA SAUDÁVEL E DIABETES

A IDF convoca a todos para organizar pelo Dia Mundial do Diabetes "cafés de manhã" saudáveis, mostrando a importância da alimentação saudável para prevenir o DT2 e suas sérias complicações. E sugere que todos participem vestidos de azul que é a cor do círculo, o símbolo global do cuidado com o Diabetes.

A IDF sugere que cada entidade escolha um local público, onde organize um café da manhã saudável, que consiga atrair o público em geral e o interesse da mídia.

Ao confirmar sua entidade envie as informações para anad@anad.org.br, onde será compartilhada com a comunidade global.

Você também pode enviar uma receita saudável, listando os ingredientes, medidas e o modo de fazer. Inclua também uma imagem.

A Campanha do Dia Mundial do Diabetes 2014 está concentrada na alimentação saudável. Uma das idéias desta Campanha é que:

A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL COMEÇA NO CAFÉ DA MANHÃ

Por favor, compartilhe conosco as ações planejadas.

Faremos divulgação das suas atividades nas nossas revistas e site e informaremos a IDF para que também conste no site deles e no Atlas Mundial.

PARA ATLETAS E ESPORTISTAS

Palmilhas ortopédicas melhoram a qualidade de vida de todos que sofrem com dores nos pés, nos tornozelos, nos joelhos e nas costas devido à má postura ou a problemas nos pés e na pisada.

48,8% da população brasileira pratica algum tipo de esporte ou exercício físico. O uso de palmilhas ortopédicas personalizadas e confeccionadas sob medida reduz as lesões dos membros inferiores em 49%*. (fonte: http://ajs.sagepub.com/)

Atletas famosos como Tiger Woods (golfe) e Roger Federer (tênis) são usuários de palmilhas ortopédicas confeccionadas sob medida.

PARA PESSOAS QUE TRABALHAM EM PÉ

A frequência das dores aumenta sensivelmente de acordo com o número de horas trabalhadas em pé por dia: pessoas que trabalham dez horas em pé diariamente sofrem duas vezes mais dores nos pés.

Palmilhas ortopédicas personalizadas e confeccionadas sob medida são de grande ajuda para a redução e eliminação das dores nos pés desses trabalhadores.

PARA IDOSOS

Com o avanço da idade há um aumento na frequência de dores nos pés. Acima de 65 anos, 34,2% dos homens e 55,1% das mulheres sentem dores nos pés sempre ou muitas vezes.

O uso de palmilhas personalizadas confeccionadas sob medida ajuda a reposicionar a estrutura óssea e a compensar a fraqueza dos músculos e tendões. Seu uso reduz ou elimina as dores nos pés dos idosos.

PARA DIABÉTICOS

Acima de 65 anos, 21% dos homens e 13% das mulheres sabem que sofrem de Diabetes.

A falta de sensibilidade nos pés, a Neuropatia, afeta 56% dos homens e 22,1% das mulheres com Diabetes.

Diariamente, estas pessoas correm o risco de sofrer lesões que não saram e que em muitos casos causam amputação parcial ou total dos pés.

O uso de palmilhas ortopédicas personalizadas confeccionadas sob medida e com contato total dos pés ajuda a redistribuir a pressão na planta dos pés e reduz a probabilidade de lesões e amputações.

Venha fazer uma avaliação gratuita de seus pés aqui na ANAD

DOR DE CABEÇA ATINGE 13 MILHÕES DE BRASILEIROS DIARIAMENTE

A dor de cabeça frequente e intensa pode afetar de forma significativa o dia a dia, atrapalhar o desempenho no trabalho e a vida social. A dor varia de intensidade, pode ser sentida como um ligeiro desconforto ou de forma insuportável. Hoje é comum ouvir queixas de pessoas com o problema, mas felizmente na maioria dos casos não é sintoma de doença grave, pode ser apenas sinal de estresse, tensão, fadiga, ansiedade ou distúrbios emocionais.

No Brasil, cerca de treze milhões de pessoas apresentam dores de cabeça diariamente. O número é maior do que o encontrado em outros países, como Estados Unidos, por exemplo. A informação é da Sociedade Brasileira de Cefaleia (SBCE).

Existem vários tipos básicos de dor de cabeça e a mais comum é a tensional episódica, geralmente causada por falta de sono e cansaço. Normalmente a dor é localizada na testa e/ou nuca ou topo da cabeça. Não costuma ter sintomas associados e a frequência pode variar muito.

Outro tipo é a cefaléia em salvas, caracterizada por crises de forte intensidade e latejante. A dor é de um lado só e costuma durar de minutos a três horas e aparece em dias seguidos ou alternados. Geralmente é associada com vermelhidão no olho, lacrimejamento e entupimento nasal

Já a enxaqueca, assim como a cefaléia tensional, é considerada uma dor de cabeça primária. São chamadas de primárias porque elas mesmas são a doença. O problema, de fundo genético, acomete mais as mulheres. "A dor começa leve e vai aumentando, enjôo e sensibilidade à luz podem acompanhar a enxaqueca. Com esforço físico a dor aumenta, o que faz com que a pessoa prefira ficar em repouso".

Não podemos deixar de citar a dor de cabeça secundária, nesses casos é o resultado de uma infecção ou aumento da pressão dentro do cérebro. As causas variam de doenças relativamente simples, como a sinusite, até doenças mais graves, como tumores cerebrais.

Independente do tipo, o ideal é procurar ajuda de um médico que vai avaliar o caso e indicar o melhor tratamento.

Manter hábitos e alimentação saudáveis podem ajudar a evitar a dor de cabeça. Entre as recomendações estão o combate ao estresse, a prática de exercícios físicos e técnicas de relaxamento, além de evitar locais muito escuros ou iluminados em excesso e não ficar muito tempo em frente à tela de computador.

Fonte: Dr. Shigueo Yonekuna, Neurologista do Instituto do Sono de Campinas e Piracicaba

ANAD OFERECE MAIS QUALIDADE AOS ASSOCIADOS

NOVIDADE

CardioChek P·A

mexglobal | Group

"Soluções completas para o Diagnóstico Clínico"

TESTES DE COLESTEROL E TRIGLICERIDES

Agora você pode fazer aqui na ANAD seus testes de colesterol (e frações) e triglicérides para conhecer como estão as "gorduras" no seu organismo.

Informe-se na secretaria!

PÉS SEM DOR

Palmilhas Personalizadas

Avaliação Gratuita do Pé

Você quer cuidar dos seus pés?

Quer identificar a neuropatia?

Quer prevenir as lesões nos pés?

Então, agora você tem uma possibilidade formidável!

Ligue para: (11) 5572-6559
e agende sua avaliação gratuita.

A avaliação é feita por aparelhos de Baropodometria e "scanner". Assim você conhecerá quais são os pontos de pressão que colocam seu pé em risco.

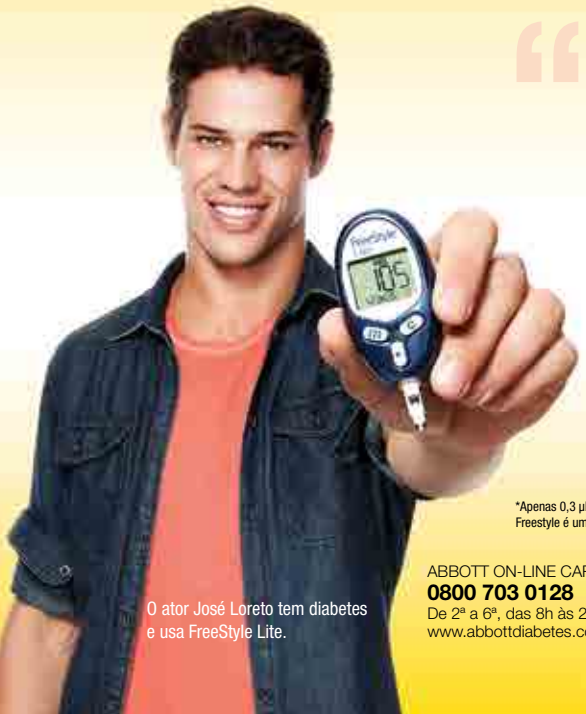
Não se prenda ao passado

Uma nova realidade na monitorização do diabetes

FreeStyle

"Ter o controle da minha saúde é fundamental. Por isso mudei para FreeStyle Lite, um monitor de glicemia confortável e fácil de usar, que me permite aproveitar mais da vida."

AGO/13 V1



O ator José Loreto tem diabetes e usa FreeStyle Lite.

Menos dor

Menor amostra de sangue do mercado*

Sem codificação

Um passo a menos na hora do teste

VIVA ESSE MOVIMENTO HOJE

Adquira seu FreeStyle Lite nas melhores drogarias ou acesse **www.freestylelite.com.br**

*Apenas 0,3 µL.
Freestyle é uma marca registrada Abbott Diabetes Care Inc. Kit FreeStyle Lite - Reg. ANVISA 80146501734. Tiras Teste FreeStyle Lite com 50 - Reg. ANVISA 80146501707.

ABBOTT ON-LINE CARE
0800 703 0128
De 2ª a 6ª, das 8h às 20h
www.abbottdiabetes.com.br

www.abbottdiabetes.com.br

Abbott Diabetes Care

PERGUNTA: Olá. Tenho 19 anos e sou diabético desde os 9. Faço uso de insulina com aplicação via caneta e gostaria de utilizar a bomba de infusão.

Porém antes de solicitar ao governo onde pego medicação gostaria de testá-la pra ver se me adapto e gostaria de auxílio nessa questão. Se existe algum órgão ou alguma indicação para que eu possa experimentar o aparelho antes de solicitar ao Estado. Vocês podem me ajudar? Obrigado!

Felipe Silva
São Paulo

RESPOSTA: *Sr. Felipe,*

Sou Mieco Alice Hashimoto, gerente de educação e treinamento da Medtronic Diabetes, e gostaria de esclarecer as suas dúvidas.

Informo que a Medtronic oferece um mês de uso da bomba de insulina Paradigm para os pacientes indicados por médicos endocrinologistas.

Por favor, informe seus dados pessoais (nome completo, idade, endereço completo com cep e nome + fone do médico endocrinologista). Se por ventura, o senhor não tiver a indicação formal do seu médico, a nossa equipe poderá contatá-lo e informar o seu interesse na terapia com bomba de insulina.

Atenciosamente,

Mieco Hashimoto
Ger. Educação &Treinamento Diabetes

PERGUNTA: Olá, gostaria de receber orientação e apoio. Sou diabético há mais de três anos e dependo de insulina. Nos últimos meses não tenho recebido insulina em quantidade suficiente para minhas duas aplicações diárias de 20 e 10 unidades, manhã e noite, respectivamente. A Central de Distribuição de Medicamentos da cidade onde resido atualmente me fornece 01 frasco de 1.000 unidades, sendo que o médico receitou 02 frascos. Em teoria, 900 unidades seria o suficiente para 30 dias, no entanto, há sempre certa quantidade de insulina que fica na seringa, da ponta da agulha ao primeiro traço marcador das unidades. Assim, com esse desperdício, 1.000 unidades (01 frasco) não é suficiente para 30 dias. A quantidade de insulina que recebo dura em torno de apenas 20 ou 22 dias. Não posso passar nem um dia sem as aplicações de insulina, pois a glicemia sobe descontroladamente colocando minha vida em risco. Como posso me conduzir nessa situação?

Euzébio Rodrigues
Maranhão

RESPOSTA: *Prezado Euzébio,*

De acordo com o seu relato, imagino que esteja utilizando seringas de insulina com agulhas removíveis, aquelas que precisamos encaixar no corpo da seringa. Esse tipo de seringa possui o que chamamos de espaço residual ou espaço morto, local no encaixe entre a seringa e a agulha onde após a aplicação, uma pequena quantidade de insulina permanece não utilizada. De acordo com a literatura, são perdidas em média 5 unidades de insulina no espaço residual das seringas de insulina com agulhas removíveis.

Em um cálculo aproximado, se você faz duas aplicações diárias de insulina, perde-se no espaço residual da seringa até 10 unidades de insulina / dia. No final do mês terá perdido 300 unidades de insulina.

Como muito bem explicado por você, não se pode negligenciar as aplicações diárias, elas são imprescindíveis para seu tratamento, além disso, as 300 unidades de insulina que literalmente vão para o lixo, acarretam um ônus desnecessário para a saúde pública.

Portanto, caso mesmo após seu médico ter solicitado dois frascos de insulina os mesmos não sejam fornecidos, sugiro que solicite o fornecimento de seringas de insulina com agulhas fixas. Esse tipo de seringa tem a agulha embutida, não há espaço residual, logo, não há perda de insulina e consequentemente 1 frasco de insulina com 1000 UI será o suficiente para o seu tratamento mensal.

Atenciosamente,

Enfa. Kelly Rodrigues Rocha
Educadora em Diabetes da Clínica de Pesquisa Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho

PERGUNTA: Minha mãe é diabética e aplica diariamente insulina. O médico recomendou o uso de sapatos para diabético e é algo difícil de encontrar. A AACD têm sapatos com palmilhas especiais para diabéticos, entretanto não ficou claro que o sapato é totalmente recomendado para tal tipo de paciente. Gostaria de maiores informações sobre como deve ser esse sapato, pois tenho uma pessoa que confeccionar calçados e vai fazer por encomenda. Aguardo por sua resposta e agradeço a sua atenção.

Wesley Nagatomy
São Paulo

RESPOSTA: *Prezado Wesley,*

Traga sua mãe à ANAD (Rua Eça de Queiroz, 198 - Vila Mariana) para fazer uma avaliação dos pés, totalmente gratuita. A partir do resultado ela poderá comprar palmilhas específicas para os pés dela, que serão confeccionadas de acordo com as necessidades que ela apresentar.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

SUA SAÚDE É A NOSSA META

PERGUNTA: Gostaria de uma informação. Meu sobrinho tem 11 anos e é diabético, vi um sorvete da Kibon com o selo de vocês, posso comprar sem ficar com medo de subir a glicose dele. Desde já obrigada,

Danielle
Espírito Santo

RESPOSTA: *Prezada Danielle,*

Sim, há sorvetes Kibon e Nestlé com selo Anad. No entanto ele não poderá servir-se à vontade, tem que entrar como substituição a outro alimento e constar na dieta específica que ele deve ter.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Prezados, O que os senhores acham da bomba de insulina?

Cícero Zetty
Rio de Janeiro

RESPOSTA: *Prezado Cícero,*

É um método de insulinoterapia aprovado como sendo o melhor e o que mais se aproxima da secreção natural do pâncreas. É para Diabetes Tipo 1. Conheça melhor e faça um mês grátis de experiência.

MEDTRONIC - 0800 888 3003

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Há 2anos foi diagnosticado o DM1. Então eu fui à pesquisa, inconformada com o diagnóstico não há cura. Busco informações em tudo, desde o empírico ao científico. Notei que há muitas pesquisas cuja eficiência é comprovada, mas nunca vai aos humanos, não evoluem. Isto me deixa intrigada como funciona se o HIV com menos tempo já encontraram vacina e outras coisas mais, e o Diabetes nada, tem que morrer, em consequência da enfermidade. Tenho vontade de contribuir com as minhas buscas. Tenho formação da área da saúde, e talvez poder ser útil para acabar com esta terrível doença. O importante é não se conformar e sim ir em busca de uma saída, com carinho.

Eleda Dechen
Rio Grande do Sul

RESPOSTA: *Eleda,*

Você tem razão, o importante é perseverar, mas você precisa saber que quem tem Diabetes não tem uma sentença de morte. Ao contrário, com controle correto pode ter uma vida mais saudável do que quem não tem Diabetes.

É necessário que tome as medicações rigorosamente dentro do prescrito, mude para hábitos saudáveis com uma dieta balanceada e sadia, faça exercícios físicos regularmente, não fume, não beba e controle sua glicemia.

Ou seja a pessoa vai dar mais atenção a si mesma, se cuidar mais e dar atenção às suas necessidades.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: A ansiedade é um sintoma causador da Diabetes?

Amarillys M. Oliveira
São Paulo

RESPOSTA: *Amarillys,*

Sintoma não é causa.

Ansiedade não é sintoma de Diabetes, nem provoca Diabetes.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Bom dia, sou diabética há mais ou menos 2 anos, tomo Metformina de 500mg três vezes ao dia e faço academia também três vezes por semana (sendo 30 minutos de esteira e 30 minutos de musculação) e mesmo tomando cuidado as vezes como algo que não devo. Meu Diabetes hoje está em 300. Queria saber se posso substituir o açúcar por adoçante dietético em pó nas receitas, se dá certo ou tem outra medida e como faço leite condensado sem açúcar?

Jaqueline Borges Cardoso Lucio
Santa Catarina

RESPOSTA: *Jaqueline,*

Você tem Diabetes e por tanto não pode ingerir açúcar. Você deve obrigatoriamente usar adoçante culinário específico para forno e fogão nas suas receitas. Já existe o leite condensado diet da Lowçúcar.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Olá gostaria da ajuda de vocês, meu esposo descobriu que está com Diabetes, porque começou a sentir todos os sintomas: boca seca, visão embaçada, cansaço e outros. Fez exames e a glicemia estava em 450 mg/dL e o colesterol 265 total. Começou a tomar os remédios 1 comprimido de Amaryl pela manhã em jejum, 1 comprimido Glifage a noite após as refeições. Nos últimos exames a glicemia baixou para 319 mg/dL e o colesterol ficou normal, só que ele está emagrecendo muito e já perdeu 14 kg por causa da dietas por conta própria e isto está deixando ele muito desmotivado. Vocês teriam como nos ajudar em uma dieta e me responder se a insulina seria mais ideal? Obrigado.

Tais Honória Neres
Bahia

RESPOSTA: *Prezada Tais,*

Ele deve ser atendido por um endocrinologista que é o especialista em Diabetes. Esse médico é quem indicará a melhor medicação para o Diabetes e outras doenças associadas. A partir da medicação a dieta adequada deverá ser orientada.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Boa noite, moro em Petrópolis/RJ, sou diabética há mais de 18 anos. Tenho 49 anos. Faço uso de medicações que estão muito caras para meu orçamento mensal, quero saber se tem alguma forma de obter meus medicamentos de forma mais em conta. E aproveito para saber aonde posso procurar um grupo de apoio aqui na minha cidade.

Muito obrigada,

Isabela Arantes Guedon Simões
Petrópolis

RESPOSTA: *Prezada Isabela,*

Procure o posto de saúde mais próximo de sua residência, munida das receitas médicas, comprovante de residência e demais documentos e lá eles informarão quais medicamentos poderá conseguir. Procure também a Farmácia Popular.

Procure a: Associação dos Diabéticos de Barra Mansa - ADIBAM, R. Fortaleza, 393 - Apto. 101 - Bairro Getúlio Vargas - Barra Mansa/RJ, 21 2106-3469.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Meu pai tem Diabetes tipo 2 e está perdendo muito peso. No momento ele está pesando menos de 60 quilos. Gostaria de saber se existe alguma vitamina que ele possa tomar para ajudar a não perder peso.

Infelizmente não temos condições de pagar um médico particular e na rede pública só tem horário no mês de agosto,

precisamos de orientações para cuidar da saúde dele. Desde já agradeço.

Renata dos Santos Costa
São Paulo

RESPOSTA: *Prezada Renata,*

Só o médico pode definir o tratamento após avaliação e exames. Sugiro que associe seu pai à ANAD e marque consulta com nossos médicos.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

PERGUNTA: Boa noite! Minha mãe é diabética e tem se queixado de sua pele dizendo estar enrugada ou ressecada, existe algum tipo específico de hidratante para diabéticos?

Atenciosamente,

Elisabeth
São Paulo

RESPOSTA: *Prezada Elisabeth,*

Sim, há muitos. Peça que ela venha à Anad, Rua Eça de Queiroz, 198 - Vila Mariana, São Paulo / SP. Telefone: (11) 5572-6559 e conheça todas as possibilidades.

Atenciosamente,

Equipe ANAD

Você tem dúvidas sobre tratamento, dieta, medicamentos ou qualquer outro assunto relacionado ao Diabetes?

Então escreva para nós e procuraremos ajudá-lo.

E-mail:

anad@anad.org.br

STEVIAFARMA
Achocolatado com Stévia

- **Apresentação:**
  Achocolatado Stevita em pó
- **Edulcorantes:**
  Stévia
- **Embalagem:**
  Pote contendo 220g
- **Com selo de Qualidade e Confiança ANAD**

WNUTRI
Luminus Life DHA

- **Apresentação:**
  Nectar de fruta de baixa caloria;
- **Edulcorantes:**
  Sucralose e acessulfame de potássio;
- **Sabor:**
  Manga;
- **Embalagem:**
  1 litro e 200ml;
- **Com selo de Qualidade e Confiança ANAD**

QUALIDADE ANAD Associação Nacional de Assistência ao Diabético CONFIANÇA

DOCES DA VOVÓ
Geléia de Fruta Diet

- **Apresentação:**
  Geléia Doces da Vovó Diet;
- **Edulcorantes:**
  Sucralose e Sorbitol;
- **Sabor:**
  Morango;
- **Embalagem:**
  Vidro com 200g;
- **Com selo de Qualidade e Confiança ANAD**

LOWÇÚCAR
Achocolatado com Mais Cacau

- **Apresentação:**
  Achocolatado New Choco Dark;
- **Edulcorantes:**
  Ciclamato de sódio, aspartame, acessulfame de potássio e sacarina sódica;
- **Embalagem:**
  Pote com 210g;
- **Com selo de Qualidade e Confiança ANAD**

FREESTYLE Grátis

(Na compra de uma caixa de tiras com 50 unidades)

Kit com 1 Monitor
1 Lancetador
10 Lancetas
10 Tiras

CONTOUR TS
R$ 59,90

Kit com 1 Monitor
1 Lancetador
10 Lancetas
50 Tiras

ACCU-CHEK Active
R$ 49,90

Kit com 1 Monitor
1 Lancetador
10 Lancetas
10 Tiras

OneTouch SelectSimple

R$ 40,00

Kit com 1 Monitor
1 Lancetador
10 Tiras OneTouch Ultra

SUA SAÚDE É A NOSSA META
IDF "Centre of Education"
International Diabetes Federation

"Educação em Diabetes no Rádio"

Rádio Trianon 740 Am (São Paulo)
Rádio Universal 810 Am (Baixada Santista)
Pela internet: www.radiotrianonam.com.br

PROGRAMA EDUCAÇÃO EM DIABETES

Há 10 anos levando informação e orientação para São Paulo, Grande São Paulo e Baixada Santista.

NO RÁDIO

- 2ª, 4ª e 6ª-feiras, das 16h às 16h30
- Programa interativo ligue e participe pelos telefones dos ouvintes:

3253-4845 / 3289-3580

Você pode colaborar divulgando nossos programas, bem como reproduzí-los em sua cidade ou região. Para mais informações ligue para Anad (11) 5572-6559 ou envie um e-mail para: mkt@anad.org.br

Cartas dos ouvintes e telespectadores

Dr. Fadlo, bom dia.

Sou ouvinte assíduo dos programas do Prof. Fadlo o maior programa em Educação em Diabetes.

Há muitos anos venho acompanhando o programa e recebi muitos benefícios e hoje sou bem informado.

Os atendentes tanto na emissora quanto na Anad são muitos gentis.

Peço a Deus que proteja o doutor e toda equipe.

Ubaldo da Cunha
Guarulhos

Dr. Fadlo,

Quero parabenizá-lo pelo excelente programa, que nos ensina a viver de maneira mais saudável. Ajudando também as pessoas que ainda não possuem a doença a evitar essas complicações.

Obrigada por nos ajudar.

Teresa Cristina
Santo André

Bom dia Dr. Fadlo,

É com muito prazer que eu escrevo elogiando o seu programa na rádio. Eu acompanho sempre e sou muito grata ao senhor, pois muito eu aprendo pelos seus conselhos maravilhosos pois eu sou diabética há mais de 10 anos.

Parabéns Dr. Fadlo, ao senhor e sua equipe de trabalho.

Jacyra R. Cardoso
São Paulo/SP

Querido Dr. Fadlo e todos da Rádio Trianon,

É com imenso carinho que escrevo, quero parabenizá-lo pelo programa que cresce cada dia mais.

Fui selecionada na campanha de novembro no Colégio Madre Cabrini, na fisioterapia, estou tendo boa melhora, pois tive neuropatia diabética e os nervos do pé e da perna ficaram dormentes.

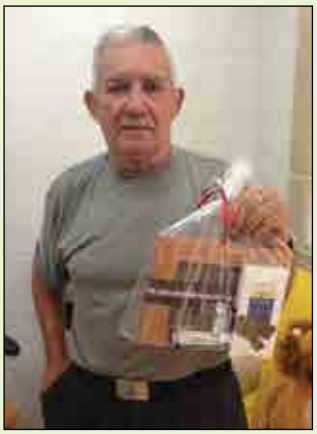
Hoje tenho ótimo resultados estou começando a movimentar os pés e sentí-los. Quero agradece a Dra. Vivian (endócrino) por me orientar a ter um bom controle glicêmico.

Dr. Fadlo e família Anad, um forte abraço e muito obrigado pelo carinho que vocês têm com todos nós diabéticos.

Alserina Correia
São Paulo

PREMIADOS DA RÁDIO

Estes são ouvintes que ligaram e ganharam prêmios. Ligue e Participe:
3253-4845 / 3289-3580 Rádio Trianon: 740 AM: 2ªf, 4ªf e 6ªf às 16h.



Antonio Carlos de Oliveira
Kit Brasil Cacau

Carlos Roberto Alberti
Kit Jasmine

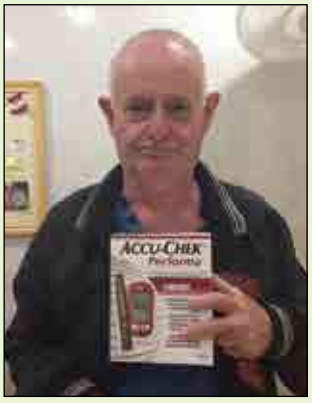
Antonio Serafin
Kit Diatt

Cleoffe Cândida de Capitani
Kit Kopenhagen

Geralda Consuelo
Kit Finn

Jacyra Rodrigues Cardoso
Kit Lowçucar

Seleta Leonora Leite
Glicosímetro One Touch UltraMini (J&J)



Claudionor Ferreira
Glicosímetro Accu Chek Performa (Roche)

Alserina Correia Farias
Glicosímetro Contour TS (Bayer)

"Educação em Diabetes na TV"

Entrevista Médica, Reportagens, Noticias sobre Saúde,
Culinária - Receitas próprias para quem tem diabetes,
Orientações em nutrição, Odontologia, Podologia, Atividades Físicas e outros.

800.000 telespectadores em mais de 22 grandes Cidades e regiões recebem o programa pioneiro "Educação em Diabetes pela TV" - TV ANAD

Veja as cidades e os canais de veiculação

TV Aberta - São Paulo - Canal 9 NET / Canal 72 ou 99 TVA
TV Comunitária - Curitiba - Canal 5 NET e 72 TVA
TV Comunitária - Brasília - Canal 8 NET
TV Cruzeiro - SP - Canal 32 VHF
TV Comunitária - Vila Velha - Canal 16 - TV Ambiental
TV Focus - Nova Friburgo - Rio de Janeiro - Canal 20
TV Tupã - Tupã - São Paulo - Canal 10 - TV Cabo
TV Mantiqueira - Atibaia e Bragança Paulista - Canal 22 NET
TV Comunitária de Cubatão - Canal 11 Dig. / 18 Anal. NET
TV Guarulhos - Canal 20 NET
TV Comunitária de Osasco - Canal 06 e 22 NET
TV Comunitária de Ribeirão Preto - Canal 09 NET
TV Comunitária de Jaú - Canal 15 NET
TV Com. de São José do Rio Preto - Canal 16 NET
TV Comunitária de Campinas e Indaiatuba - Canal 08 NET
TV ECO Canal Comunitário do ABCDM - Canal 96 NET
TV Comunitária de Itapetininga - Canal 99 NET
TV Comunitária de Peruíbe - Canal 16 SAT
TV Com. de São José dos Campos - Canal 95 NET
TV Com. de Mogi das Cruzes - Canal 09 Dig. / 96 Anal. NET
TV Canal Comunitário de Valinhos - Canal 3 - Big TV NET
TV Canal Comunitário de Sorocaba - Canal 7 NET
TV Ilhéus - Canal 2 - TV Cabo
RTV - Caçapava - Canal 03 Dig. / 9 Anal. NET
TV Alpha - Botucatu - Canal 02 NET
TV Guarujá - Canal 11 Dig. / 96 Anal. NET

ACESP
ASSOCIAÇÃO DOS CANAIS COMUNITÁRIOS DO ESTADO DE SÃO PAULO

Você pode colaborar divulgando nossos programas, bem como reproduzi-los em sua cidade ou região.
Para mais informações ligue para Anad (11) 5572-6559 ou envie um e-mail para: mkt@anad.org.br

DIRETORIA DA ANAD

Presidente
Prof. Dr. Fadlo Fraige Filho

Vice Presidente
Dr. Marivaldo Medeiros

Vice Presidente Honoris Causa
(In memorian)
Dr. Cristovan Benedicto Borges

Diretora Médica
Dra. Vivian Fanny Delgado de França Arruda

Primeira Secretária
Dra. Ana Miriam Gebara

Primeiro Tesoureiro
Prof. Dr. Paulo Henrique Morales

Segundo Tesoureiro
Psic. Paulo Koiti Sayama

Diretora de Relações Públicas
Sra. Zélia Xedich Prado

Diretora Educação e Orientação
Enfa. Profa. Dra. Odete de Oliveira

Diretoria de Assitência Social
Sr. Nelson Freire Napoleão

Conselho Fiscal - Efetivos
Sr. César Dolcemascolo
Sr. Sérgio Noschang
Dr. João Sergio Almeida Neto

Conselho Fiscal -Suplentes
Sr. Rufino Gomes Soares Neto
Dr. Carlos E. Carvalho

Conselho Consultivo:
Dra. Adriana Daidone
Dr. Alexandre Fraige
Nutr. Profa. Dra. Ana Maria P. Lottenberg
Sr. André Pedrosa
Sr. Argeu Villaça Filho
Dr. Arual Augusto Costa
Prof. Dr. Bernardo Leo Wajchenberg
Sr. Bruno Casselli
Prof. Ed. Fís. Claudio Cancellieri
Dra. Cynthia Maria Bassotto Cury Mello
Dr. Domingos Malerbi
Sr. Edson Mazzeto Jr.
Sr. Eduardo Katz
Sra. Fernanda Villalobos
Prof. Dr. Fredy Eliaschewitz
Prof. Dr. João Roberto de Sá
Farm. Laurena de Almeida Magnoni
Sra. Luciana Zilioli
Dr. Luiz Flávio de Freitas Leite
Enfa. Márcia Camargo de Oliveira
Dr. Márcio Krakauer
Sr. Nelson Vieira Barreira
Enfa. Paula M. de Pascali Honório
Sr. Paulo Del Rio
Sr. Paulo Roberto Quartim Barbosa
Sr. Reinaldo Bertagnon
Sr. Reginaldo Ramos
Prof. Dr. Roberto Betti
Sr. Roberto Pisciteli
Sr. Ronaldo Braga
Farm. Sandra Alves
Dr. Simão Lottenberg
Enfa. Profa. Dra. Sônia A. Alves Grossi
Sr. Thomas Gierse
Sr. Toshihiro Assamura
Dr. Uriel Maldonado
Prof. Dr. Vicente Amato Neto
Dr. Walmyr Ribeiro de Mello

Conselho de Voluntários:
Sra. Alice Miranda da Silva
Sra. Angela Odete G. Rico
Sra. Assunta Catarina C. Petonine
Sra. Beatriz Dias Gonçalves
Sra. Carmen Nascimento
Sra. Cleoffle C. de Capitani
Sra. Dulce de Jesus Oliveira
Sra. Elza Cassoni Magwitz
Sr. Fernando Augusto Gonçalves
Sr. Fulvio Traldi
Sra. Maria Ilka Ribeiro Silva
Sr. Joaquim dos Santos
Sra. Judith Soares Fidelis
Sr. Kazue Miyamoto
Sr. Litsuko Y. Camargo
Sra. Lucilla Schuett de Moraes
Sra. Maria Aparecida Miguel
Sra. Maria Bernardino Rosa
Sra. Maria Cleusa C. de O. Pinto
Sra. Maria Fornielles das Chagas
Sra. Maria Helena Cassoni
Sra. Maria Kikue Ezure
Sra. Maria Luiza S. Sayama
Sr. Mateus Tobias da Silva
Sra. Neide de Lourdes Martins Barreto
Sr. Oscar T. Hirano
Sra. Rosa Teixeira
Sra. Sophia Maduar Collaltto

Administração da ANAD

Superintendente
Educ. Profa. Lilian F. de Castilho

Farmacêuticos Responsáveis
Dr. Alexandre Delgado
Dr. Luís Flávio de Freitas Leite

Assistência Jurídica
Dra. Adriana Daidone
Dra. Cynthia Cury
Dra. Fernanda Tavares

Accu-Chek®

A linha completa para o controle da glicemia.

ACCU-CHEK® Active

ACCU-CHEK® Performa

ACCU-CHEK® Performa Nano

ACCU-CHEK ACTIVE, ACCU-CHEK PERFORMA e
ACCU-CHEK PERFORMA NANO são marcas registradas Roche.
Reg. ANVISA 10287411023, 10287410616 e 10287410821.

ACCU-CHEK®

História da vida real...

Vera Lúcia Frumento Faria

Nasceu em São Paulo, no bairro do Paraíso, em 4 de maio de 1949. Seu pai, Gildo Frumento, trabalhava em uma fábrica de tecidos como gerente, e a sua mãe Sara Frumento era dona de casa. Vera tem uma irmã, dois anos mais nova, chamada Laura, com quem sempre conviveu e hoje são grandes amigas.

Vera estudou até o Ensino Médio e fez especialização para ser Professora do pré primário. Durante 15 anos trabalhou nessa área, em uma escola, com crianças de até 4 anos de idade. Nessa época Vera se casou com o Sérgio, com quem está até hoje, são 42 anos de casamento e união. Após sair do seu trabalho na escola, foi ser secretária no Hospital Israelita Albert Einstein, ficou lá por 25 anos até sua aposentadoria.

Vera é uma pessoa que adora mexer com planta, horta e flores, chegou a fazer curso de jardinagem na Prefeitura de São Paulo, hoje em dia mora em uma Chácara em Itupeva, onde tem seu pomar e sua horta para cuidar. Ela sempre está acompanhada de seus três cachorros, diz gostar muito de animal, por ser uma ótima companhia.

Em 1951 ficou diabética, Vera tinha apenas dois anos, e nessa época não existiam muitos tratamentos, medicamentos e médicos especializados no Brasil. Então, seu pai vendeu a casa onde moravam em São Paulo e se mudaram para Roma, na Itália, onde morou durante 2 anos para obter todo o tratamento necessário para o controle do Diabetes. Após os tratamentos serem realizados no Brasil, a família retornou e passaram a morar aqui novamente. A família sempre apoiou Vera, o que foi muito importante para a aceitação da doença e adesão ao tratamento. Hoje sua glicemia está controlada, Vera faz exercício todos os dias e tem uma alimentação saudável, e chegou até a ganhar um prêmio por ser a paciente portadora do Diabetes por mais tempo, e sem sequelas.

Em 2014, ficou sabendo da ANAD, na fila do posto de saúde do SUS, indicaram para que ela começasse a frequentar e se cuidar ainda mais. Vera acha muito importante sempre estar se cuidando, e espera vir com mais frequência na ANAD, para participar das atividades e ter um acompanhamento da equipe multiprofissional.

1986 - Vera na chácara em Itupeva

1991 - Vera com sua irmã e mais duas amigas

1951 - Vera e sua irmã mais nova Laura

Vera e seu marido Sérgio

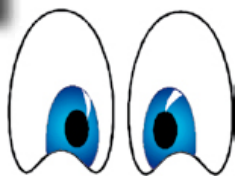
Pais da Vera dona Sara e seu Gildo em 2000

	Dentistas	Médicos	Podólogos	Enfermeiras	Nutricionistas	Outros Profissionais
2ª Feira	Dr. Alexandre Fraige 13h às 16h	Endocrinologista Dra. Vivian Fanny 8h às 16h30	Luzinete P. Silva 8h às 16h	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 17h	Nutr. Marlene Valença 8h às 12h Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 17h	Aconselhamento Genético 8h às 11h GRATUITO Psic. Carolina Antunes 12h às 17h Educação Física Prof. Luiz Americo Bravo 8h30 às 11h30
3ª Feira	Dra. Maria do Socorro 11h às 14h30	Endocrinologista Dra. Aline Inuy 13h às 15h00	Luciana Gujev 9h20 às 16h	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 17h CGMS	Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 17h Nutr. Mirella Egli 8h às 11h30	Aconselhamento Genético 8h às 11h Psic. Carolina Antunes 10h às 16h
4ª Feira	Dr. Alexandre Fraige 12h às 13h	Endocrinologista Dra. Débora Nazato 8h às 12h	Luzinete P. Silva 8h às 16h	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 17h	Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 17h Nutr. Mirella Egli 8h às 11h30	Aconselhamento Genético 8h às 11h GRATUITO Psic. Carolina Antunes 11h às 17h Educação Física Prof. Luiz Americo Bravo 8h30 às 11:30h
5ª Feira	Dra. Maria do Socorro O. Sousa 11h às 16h	Oftalmologista Dr. Paulo Henrique Morales 11h30	Luciana Gujev 9h20 às 16h	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 17h	Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 17h	Aconselhamento Genético 8h às 11h GRATUITO Psic. Carolina Antunes 8h às 15h
6ª Feira	Dr. Alexandre Fraige 10h às 14h	Endocrinologista Dra. Aline Inuy 8h às 12h. Endocrinologista Dra. Mônica Freitas 13h às 16h30	Hoesia Carvalho 8h 16h	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 17h CGMS	Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 17h	Aconselhamento Genético 8h às 11h GRATUITO Psic. Carolina Antunes 8h às 13h
Sábado	Dr. Alexandre Fraige 8h às 11h	Endocrinologista Dra. Débora Nazato 8h às 12h	Hoesia Carvalho 8h às 11h20	Enfa. Luiza Tieko Kiguchi 8h às 12h	Nutr. Isabelle Fontanelli 8h às 12h Nutr. Hanna Martiniano 8h às 12h	Palestras Multiprofissionais: 10h GRATUITO

TODAS AS 6ªs FEIRAS PREPARO E APLICAÇÃO DE INSULINA COM CONSULTORA DA B.D.

UTILIDADE PÚBLICA
SERVIÇOS GRATUITOS

Tratamento Oftalmológico



Você que é associado Anad, poderá marcar consulta oftalmológica e exames de FUNDO DE OLHO com Prof. Dr. Paulo Henrique Avila Morales

Recomendações: Não ir em jejum e levar acompanhante.
ATENDIMENTO: todas as quintas-feiras às 11h30. É necessário chegar 11h para a preparação do exame (dilatação das pupilas)

Profissional do Bimestre

Claudete Gioielli

Chegou a vez da Claudete. É ela que cuida das finanças, dos pagamentos e dos depósitos da Anad. Também coordena o trabalho dos funcionários, seus horários e atividades. Está o tempo todo ocupada, colocando ordem na casa. Parabéns pelo trabalho!

SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO CONSUMIDOR

ABBOTT	0800 7030128
ASTRAZENECA	0800 0145578
BAYER PHARMA	0800 7021241
BAYER DIABETES	0800 7231010
BD	0800 0555654
ELI LILLY	0800 7012233
GSK	0800 7015433
JOHNSON	0800 130 666
MEDLEY	0800 7739200
MEDTRONIC	0800 8883003
MERCK	0800 7277293
NOVO NORDISK	0800 7720126
ROCHE	0800 7030014
SANOFI-DIABETES	0800 7030014
SANOFI PASTEUR	0800 7030080
SERVIER	0800 0177011

PALESTRAS 2014

ATIVIDADE GRATUITA

Todos os sábados às 10hs Aberto ao público em geral prestação de serviços gratuitos

JULHO	
05/07	"Doença Artenal no D.M" ***Dr. Guilherme Yasbek***
12/07	"Educação para o tratamento em D.M" ***Enfa. Thalita Barreira Modena***
19/07	"Fisioterapia em D.M." ***Fisiot. Ana Carolina Basso Schmitt***
26/07	Congresso
AGOSTO	
02/08	"Importância do autocuidado no pé do paciente Diabético" ***Enfa. Pod. Vera Lígia Lellis Jacob***
09/08	"Exames Laboratoriais em DM" ***Dr. Álvaro Pulchenelli Jr.***
16/08	"Hipertensão e Doenças Cardíacas" ***Dra. Mirela Yunes***
23/08	"Aconselhamento Genético do Diabetes: Orientação e Prevenção" ***Prof. Dr. Horácio Bernardo Rosário***
30/08	"Nutrição e D.M" ***Nutr. Viviane Ferri Ross Peruche***
SETEMBRO	
06/09	"Odonto e D.M" ***Dr. Alexandre Fraige***
13/09	"Alimentação e Saúde dos Rins" ***Nutr. Marlene Valença***
20/09	"Odonto e D.M" ***Dr. Alexandre Fraige***
27/09	"Direito na Saúde" ***Adv. Dra. Adriana Daidone***

A **Anad** é uma entidade de **Utilidade Pública** e tem programas sociais, assistenciais, educativos visando os portadores desprovidos de recursos.

Ajude a Anad a ajudar os mais necessitados.
Colabore: Faça sua contribuição.

Faça doações:
Banco Bradesco
Agência: 0108-2 / **C/C:** 161.161-5

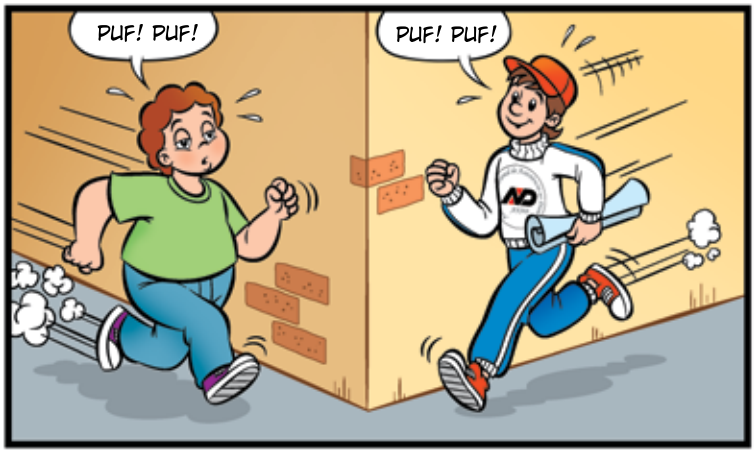
A responsabilidade social é de todos!

ATENÇÃO

Trate seu Diabetes com um especialista.
Procure um **ENDOCRINOLOGISTA.**

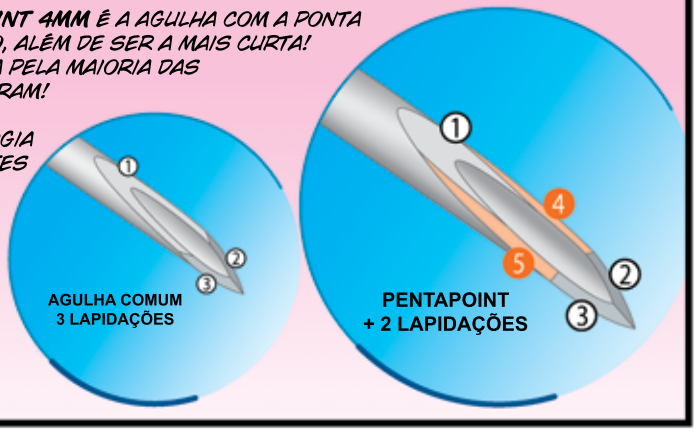
ANA & DINHO em: JÁ ERA BOM... FICOU MELHOR!

BD



*"A **BD NANO PENTAPOINT 4MM** É A AGULHA COM A PONTA MAIS FINA DO MERCADO, ALÉM DE SER A MAIS CURTA! POR ISSO, É PREFERIDA PELA MAIORIA DAS PESSOAS QUE A TESTARAM!*

ELA POSSUI A TECNOLOGIA PATENTEADA DE 5 CORTES NA PONTA DA AGULHA, COMPARADA COM 3 DAS AGULHAS COMUNS! O RESULTADO DISSO É MUITO MAIS CONFORTO, MENOS DOR E MAIOR FACILIDADE NA APLICAÇÃO!"



Consulte seu médico para obter mais informações.

FIM

Criação e produção: Gibiosfera – Produções Artísticas – www.gibiosfera.com.br — Todos os direitos reservados à ANAD.