

**CARACTERÍSTICAS, CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DA DIABETES  
MELLITUS TIPO 2: UMA ANÁLISE DA RELAÇÃO COM A OBESIDADE E O  
ESTILO DE VIDA SEDENTÁRIO**

CHARACTERISTICS, CAUSES AND CONSEQUENCES OF TYPE 2  
DIABETES MELLITUS: AN ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP WITH  
OBESITY AND SEDENTARY LIFESTYLE

HOFFMEISTER, Jocieli Hoffmeister<sup>1</sup>; Mário Sérgio Braga Couto<sup>2</sup>; Renata  
Saurin<sup>3</sup>; Roberta Rampelotto<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Graduanda em Biomedicina da Unidade Central de Educação FAI Faculdades –UCEFF/São Miguel do Oeste, SC, Brasil.

<sup>2</sup> Biomédico, Professor da Unidade Central de Educação FAI Faculdades – UCEFF/Itapiranga, SC, Brasil.

<sup>3</sup> Biomédica, Especialista em Análises Clínicas, Pós graduada em Hematologia e Oncologia, professora na Unidade Central de Educação FAI Faculdades - UCEFF, São Miguel do Oeste, SC, Brasil

<sup>4</sup> Farmacêutica, Doutora em Ciências Farmacêuticas, Professora da Unidade Central de Educação FAI Faculdades –UCEFF/São Miguel do Oeste, SC, Brasil.

E-mail para correspondência: [labela@hotmail.com](mailto:labela@hotmail.com)

**Introdução:** A diabete mellitus (DM) é uma síndrome metabólica de origem múltipla, caracterizada pelo aumento da glicose em decorrência da falta de produção/ ou incapacidade da insulina exercer sua função. Atualmente, aproximadamente 46% das pessoas com DM não recebem um diagnóstico adequado.<sup>3</sup> A causa da doença pode variar significativamente, mas a característica principal é a deficiência na produção de insulina ou a diminuição de secreção da mesma.<sup>4</sup> A DM pode ser classificada em tipo 1, 2 e

gestacional,<sup>3</sup> sendo a do tipo 2 (DMT2) a mais comum, responsável por 90% dos adoecimentos, predominando em pessoas que não precisam de insulina, caracterizada por elevação da glicemia, resistência e deficiência relativa de insulina.<sup>1-3</sup> A obesidade e o estilo de vida sedentário são os principais fatores que contribuem para a DMT2.<sup>4</sup> **Objetivo:** Investigar as características, causas e consequências da DMT2, relacionando com a obesidade e o estilo de vida sedentário dos pacientes. **Método:** Trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva, utilizando as bases de dados SciELO, Elsevier e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando as palavras-chave: Controle glicêmico, hábitos alimentares, sobrepeso, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram selecionados estudos publicados entre 2016 e 2024, de acesso público, que estivessem de acordo com o tema e objetivos propostos. Os trabalhos que não atenderam a esses critérios, bem como aqueles publicados parcialmente ou repetidos, foram excluídos. **Resultados e Discussão:** O diagnóstico do DMT2 é de suma importância, destacando que a modificação da dieta alimentar e a prática de atividades físicas são medidas essenciais para controlar o sobrepeso, um fator crucial na resistência à insulina e progressão desta condição.<sup>4</sup> Além disso, ressalta-se a prioridade de um tratamento que aborda a hiperglicemia após as refeições, podendo ser complementado com insulina ou com algum medicamento, como a metformina.<sup>1</sup> A complexidade do DMT2, e as adversidades que surgem da hiperglicemia mal controlada, como disfunções e insuficiência de vários órgãos exigem um tratamento multidisciplinar para um controle eficaz da doença.<sup>1,2</sup> Pesquisas enfatizam a importância de se prevenir e controlar a doença, especialmente para combater o sobrepeso e a obesidade, fatores de risco importantes para a evolução do DMT2.<sup>2,4</sup> Outro estudo aponta que a resistência à insulina ocorre devido a diminuição da atividade do hormônio, geralmente desencadeada pelo acúmulo excessivo de gordura circulante, levando a obesidade.<sup>3</sup> **Conclusão:** É vital assegurar um diagnóstico preciso e uma terapia adequada do DMT2, considerando as particularidades de cada pessoa, para preservar os níveis glicêmicos controlados e prevenir possíveis complicações relacionadas. Tais medidas são vitais para direcionar diretrizes na esfera da saúde pública e práticas clínicas

para o enfrentamento eficaz da epidemia de DM2. É importante salientar que a prática de atividade física de forma regular e adotar hábitos alimentares

saudáveis, além de diminuir o nível de gordura, mantém o controle glicêmico e diminui a incidência e o impacto do DM2 na população.

**Palavras-chave:** Controle glicêmico; Hábitos alimentares; Sobrepeso.

## REFERÊNCIAS

1. RIGALLEAU, V. et al. Tratamiento de la diabetes tipo 2. **EMC-Tratado de medicina**, v. 22, n. 2, p. 1-7, 2018.
2. SILVA, Alice Dias et al. Estado nutricional, fatores de risco e comorbidades em adultos portadores de diabetes mellitus tipo 2. **HU Revista**, v. 46, p. 1-9, 2020.
3. BERTONHI, Laura Gonçalves. **Diabetes mellitus tipo 2: aspectos clínicos, tratamento e conduta dietoterápica**. 2018.
4. GARBEY, Dania Lilia Cardona et al. Características clínico-epidemiológicas de pacientes com diabetes mellitus tipo 2 em uma área de saúde. **Medisan**, v. 22, não. 07, pág. 522-539, 2018.