**Anotações do palestrante para a apresentação informativa sobre o diabetes! Participe da luta contra o diabetes, aja agora!"**

[Slide 1]

[Slide 2] *Anotações do palestrante*

A nova estrutura global de serviços proporciona aos Leões e Leos novas oportunidades de servir, novas formas de unir homens e mulheres de todo o mundo voltados ao serviço e novas maneiras para garantir que superar os desafios do próximo século.

[Slide 3] *Anotações do palestrante*

Vamos seguir em frente através do serviço, concentrando os nossos esforços em cinco áreas: diabetes, visão, fome, meio ambiente e câncer infantil.

[Slide 4]

[Slide 5] *Anotações do palestrante*

Os Leões e Leos começarão a alcançar o nosso objetivo, esforçando-se para controlar a epidemia global de diabetes e ajudar aqueles afetados pela doença. Como a maior organização de serviço no mundo, podemos empoderar os outros para combater esta doença.

 [Slide 6] *Anotações do palestrante*

Vamos assistir a um vídeo curto sobre como uma família lida com o diabetes, e como o Lions clube local se comprometeu com ela.

[Slide 7]

[Slide 8]

[Slide 9]

[Slide 10] *Anotações do palestrante*

Na medida em que participamos da luta contra o diabetes, esta plataforma vai girar em torno de três estratégias básicas. É possível prevenir o diabetes tipo 2 em grande parte através de escolhas por um estilo de vida saudável. Todos os três tipos de diabetes podem ser controlados com medidas de controle claramente definidas e planos de gestão bem-sucedidos. E as pesquisas nos permitem levar modelos de apoio e técnicas de tratamento inovadores para as pessoas que mais precisam.

[Slide 11]

[Slide 12] *Anotações do palestrante*

A falta de insulina, ou sua ineficácia, significa que a glicose continua circulando no sangue. Isso pode causar lesões nos nervos, órgãos e vasos sanguíneos, o que pode por fim levar à cegueira, insuficiência renal, ataque cardíaco, derrame ou amputação de membros inferiores.

[Slide 13]

[Slide 14] *Anotações do palestrante*

Existem três tipos de diabetes, e combatemos todos eles.

O diabetes tipo 1 ocorre quando o sistema imunológico destrói as células produtoras de insulina de forma que o corpo não consegue produzir a insulina necessária. O diabetes tipo 1 geralmente se desenvolve em crianças e adolescentes, mas pode ocorrer em qualquer idade.

Pessoas com diabetes tipo 1 necessitam de insulina de forma regular, através de injeções ou uma bomba de insulina.

O diabetes tipo 2 ocorre quando a insulina é produzida, mas não consegue ser devidamente absorvida pelo organismo. As pessoas com diabetes tipo 2 podem ou não precisar de insulina, mas talvez sejam necessários outros tipos de medicação. Alguns fatores de risco para o diabetes tipo 2 podem ser reduzidos através de comportamentos saudáveis de forma consistente.

O diabetes gestacional acontece em mulheres grávidas e podem provocar complicações para mãe e filho, ambos pré e pós-parto. As mulheres que desenvolvem diabetes gestacional não necessariamente vivem com a doença pela vida toda, mas têm um risco maior de desenvolver diabetes tipo 2 após a gravidez. Se o diabetes gestacional não é controlado de forma adequada durante a gravidez, os bebês podem nascer com um peso de nascimento elevado, dificuldades respiratórias ou baixo teor de açúcar no sangue.

[Slide 15]

[Slide 16 ]

[Slide 17]*Anotações do palestrante*

Como Leões e Leos, podemos fazer muito para prevenir o diabetes e melhorar a vida de quem já tenha a doença.

[Slide 18]

[Slide 19] *Anotações do palestrante*

Após esta apresentação, vamos fazer alguns exercícios para entender como o diabetes afeta as nossas vidas de forma pessoal e decidir quais atividades de serviços podemos fazer para participar do combate ao diabetes.

[Slide 20] *Anotações do palestrante*

Como clube, podemos nos comprometer a fazer escolhas que podem prevenir o diabetes, como servir comida saudável nas reuniões. Podemos também criar desafios em âmbito de clube de beber oito copos de água por dia, comer uma porção de legumes em cada refeição ou baixar um aplicativo de boa forma física no celular e controlar o número de passos dados, calorias queimadas, ou minutos gastos com exercícios aeróbicos por semana.

[Slide 21] *Anotações do palestrante*

Mesmo pequenas coisas simples podem fazer uma grande diferença, especialmente com 1,4 milhão de Leões e Leos voltado à mesma causa. É fundamental que comecemos a fazê-las imediatamente, para que possamos ter um impacto imediato na comunidade e fazer a nossa parte para combater esta doença fatal.

Agora, vamos nos organizar em um grande círculo para fazer uma atividade prática. [Observação ao palestrante: Use o documento intitulado "Atividade prática" para realizar esta parte da reunião].

[Slide 22]