

Como acontece o diabetes?

Todo açúcar contido nos alimentos que comemos, após a digestão, é transportado do sangue para os vários órgãos pela ação do hormônio insulina. Esse açúcar que chamaremos de glicose deve sair do sangue e entrar nas células musculares, hepáticas adiposas, etc para servir de energia para as atividades do nosso organismo. O transportador da glicose é a insulina, a diminuição ou falta de produção da insulina, assim como a resistência de algumas células do nosso organismo em utilizar esse açúcar transportado, geram o Diabetes. Portanto o diabetes é o aumento do açúcar no sangue decorrente de: produção deficiente do hormônio insulina pela pâncreas e/ou defeito na ação da insulina.

Quais são os tipos de diabetes?

Os tipos mais comuns são:

- Diabetes do tipo 1: Ausência total da produção de insulina (morte das células beta do pâncreas).
- Diabetes do tipo 2: Deficiência na produção de insulina pelas células betas do pâncreas e ação diminuída da insulina nos tecidos do organismo (resistência a ação da insulina).
- Diabetes Gestacional: Ocorre na mulher ainda não diabética durante a gestação.

Como é realizado o diagnóstico de diabetes?

1-Glicemias ao acaso maior ou igual a 200 mg/dL (qualquer hora do dia, independente da hora da última refeição). Havendo os sintomas: perda inexplicável de peso, beber muito líquido, urinar muito.

2-Glicemia de jejum maior ou igual a 126 mg/dL (8 horas de jejum). O resultado precisa ser confirmado pela repetição do teste em outro dia.

3-Glicemia 2 horas após teste de tolerância à glicose maior ou igual a 200 mg/dL. O resultado precisa ser confirmado pela repetição do teste em outro dia.

Quais são os sintomas do Diabetes?

Perda inexplicável de peso, beber muito líquido, urinar muito, turvação da visão, fraqueza e desânimo. No diabetes do tipo 2 o paciente pode não apresentar sintomas e o diagnóstico aparecer durante exames laboratoriais de rotina.

Qual é o tratamento?

Diabetes do tipo 1: Mudanças no estilo de vida (alimentação saudável e atividade física) e Insulina. Tipos de Insulina: Ação Rápida (começam a agir em minutos) e ação intermediária (agem após algumas horas)

Diabetes do tipo 2: Mudanças no estilo de vida (alimentação saudável e atividade física) e comprimidos (antidiabéticos orais). São de vários tipos: Alguns aumentam a produção de insulina pelo pâncreas outros diminuem a resistência a insulina nos músculos, fígado e tecido adiposo.

Diabetes Gestacional: Mudanças no estilo de vida (alimentação saudável e atividade física leve) e insulina, se necessário.

O que é “automonitorização” da glicose?

É saber naquele dado momento como está sua glicose sanguínea. Para isso é necessário uma punção na ponta de um dos dedos com medidor chamado glicosímetro. Essa medida é essencial para o controle adequado do

Diabetes, permitindo ao paciente avaliar sua resposta individual ao tratamento.

O que é “hipoglicemia”?

É quando a glicose no sangue está abaixo de 70 mg/dl. Os sintomas são: tremores, sensação de fome, batadeira, sudorese, enjoos, dor de cabeça, tonturas, formigamentos e até alterações da consciência. Acontece devido à omissão ou atraso de refeição, dose excessiva de insulina ou de comprimidos, após exercícios intensos ou prolongados. Em casos de hipoglicemia é necessário fornecer um copo de água com 1 colher de sopa de açúcar ou 1 copo de suco de laranja ou 3 balas moles ou 1 copo de refrigerante normal (não diet).

Quais são as complicações do diabetes?

Acontecem naqueles pacientes que não levam a sério as mudanças no estilo de vida e não utilizam as medicações corretamente e não fazem sua automonitoração. São elas principalmente: retinopatia(diminuição da visão), nefropatia(alterações no funcionamento dos rins) e neuropatia(alterações dos nervos, principalmente das pernas).

Como posso tratar o diabetes na SES?

Na Secretaria de Saúde do Distrito Federal, os Centros de saúde estão capacitados para orientá-lo. Procure então o Centro de Saúde mais próximo da sua residência, fale com a enfermeira responsável pelo Programa de Diabetes, procure saber seus direitos, e o que está disponível para você naquele local.

Os diabéticos do tipo 2 são geralmente acompanhados pelo clínico do Centro de Saúde, em consultas de 3/3 ou 4/4 meses. Os Diabéticos do tipo 1 devem ser acompanhados pelo endocrinologista. As gestantes são geralmente encaminhadas para acompanhamento no Alto Risco de um hospital da rede SES.

Quais são os insumos distribuídos pela SES para o tratamento e controle do diabetes?

- Fitas para glicemia capilar
- Seringas para aplicação de insulina
- Agulha para caneta de insulina
- Glicosímetros (para casos específicos)

Quais são os medicamentos distribuídos pela SES para o tratamento e controle do diabetes?

- Metformina 850mg;
- Glibenclamida 5mg;
- Glicazida MR 30mg;
- Insulinas Regular, NPH, Lispro, Glargina e Detemir.

Como adquirir os insumos e medicamentos para o tratamento e controle do Diabetes?

Para adquirir medicamentos e insumos na SES o usuário deverá ser cadastrado no Programa de Diabetes. O cadastro pode ser feito em qualquer Unidade Básica de Saúde. Os medicamentos e insumos são distribuídos pela Secretaria de Saúde do DF nas farmácias dos Centros de Saúde, próximas à residência do usuário, mediante receita do médico ou enfermeiro, em duas vias. A quantidade do material a ser dispensado será de acordo com o protocolo de insumos da SES, a depender do tipo de diabetes, do tratamento e da situação atual do paciente, comprovada por meio de relatório médico.

Como devo descartar as agulhas, seringas e lancetas utilizadas em casa?

Após a utilização de seringas, agulhas e lancetas, este material deve ser colocado dentro de uma embalagem plástica rígida, de preferência um frasco vazio de água sanitária ou garrafa pet. É importante deixá-la em um local da casa que esteja fora do alcance das crianças. Importante: deve-se mantê-la sempre no mesmo lugar. Quando o recipiente estiver parcialmente cheio, ele deve ser levado à unidade de saúde mais próxima ao domicílio e entregue na sala de curativos (ou sala de procedimentos). Este lixo será coletado por empresas especializadas que se encarregarão da coleta de resíduos patológicos e destruição por incineração. Tal procedimento é importante para a proteção do meio-ambiente e da saúde de garis e demais pessoas que manuseiam o lixo.