



CENTRODEEDIA

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
SÃO ROMÃO DE CARNAXIDE



LAR NOSSA
SENHORA
DO AMPARO

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
SÃO ROMÃO DE CARNAXIDE



SAD
SERVIÇO DE APOIO
AO DOMICÍLIO

CENTRO SOCIAL PAROQUIAL
SÃO ROMÃO DE CARNAXIDE

DIABETES MELLITUS

Enfermeira | Mónica Santos

11 Fevereiro 2014

OBJETIVOS

Objetivo Geral:

- ❑ Adquirir conhecimentos sobre Diabetes Mellitus

Objetivos Específicos:

- Saber o conceito de diabetes e os vários tipos;
- Identificar os sintomas do seu desequilíbrio e saber atuar em caso de hipoglicémia e hiperglicémia;
- Compreender a forma correta da avaliação da glicémia capilar.

O QUE É A DIABETES?

- É uma doença caracterizada pela incapacidade do nosso organismo em transformar o açúcar que vem dos alimentos;
- A diabetes é uma doença que se caracteriza pela hiperglicemia que se deve em alguns casos, à insuficiente produção de insulina pelo organismo, noutros casos à insuficiente ação da insulina e frequentemente, à combinação destes dois factores.

- As pessoas sem diabetes devem ter uma glicemia entre 80 e 110 mg/dl antes das refeições e entre 110 e 140 mg/dl depois das refeições.

Avaliação da Glicémia Capilar

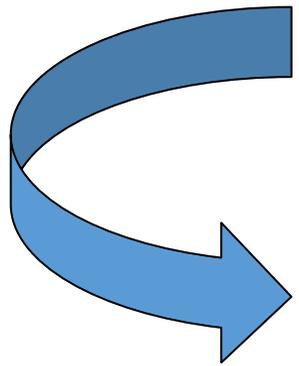
Importância da vigilância da Glicémia capilar

- A vigilância da glicémia capilar (açúcar no sangue) permite-nos verificar se os valores estão ou não próximos do normal para se evitarem complicações



Importância da vigilância da Glicémia capilar

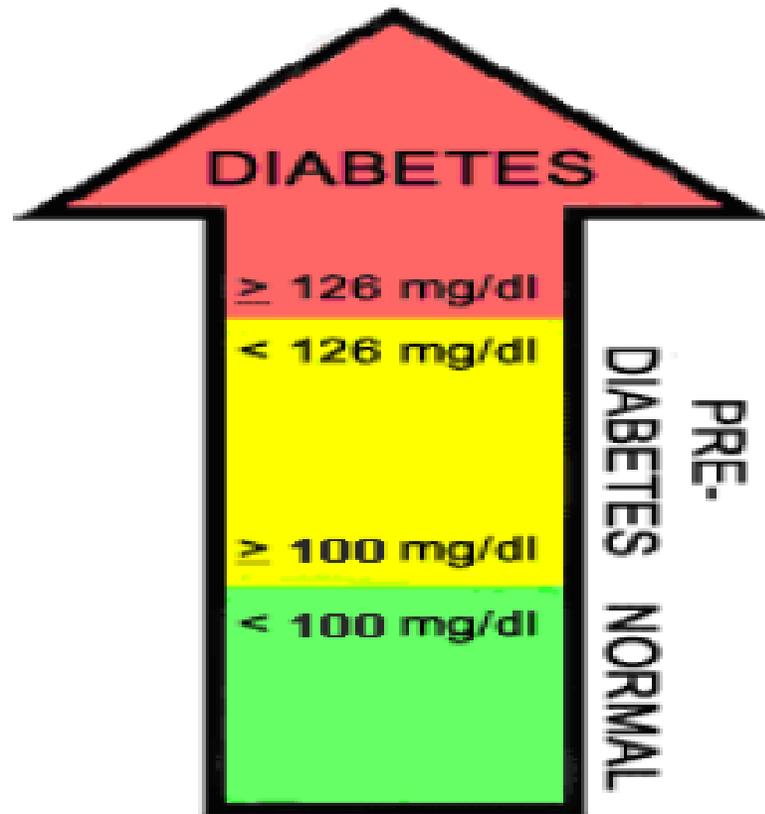
- A vigilância é feita pelo próprio;
- Permite mediante os valores corrigir:
 - A alimentação;
 - A atividade física;
 - Comportamentos incorretos



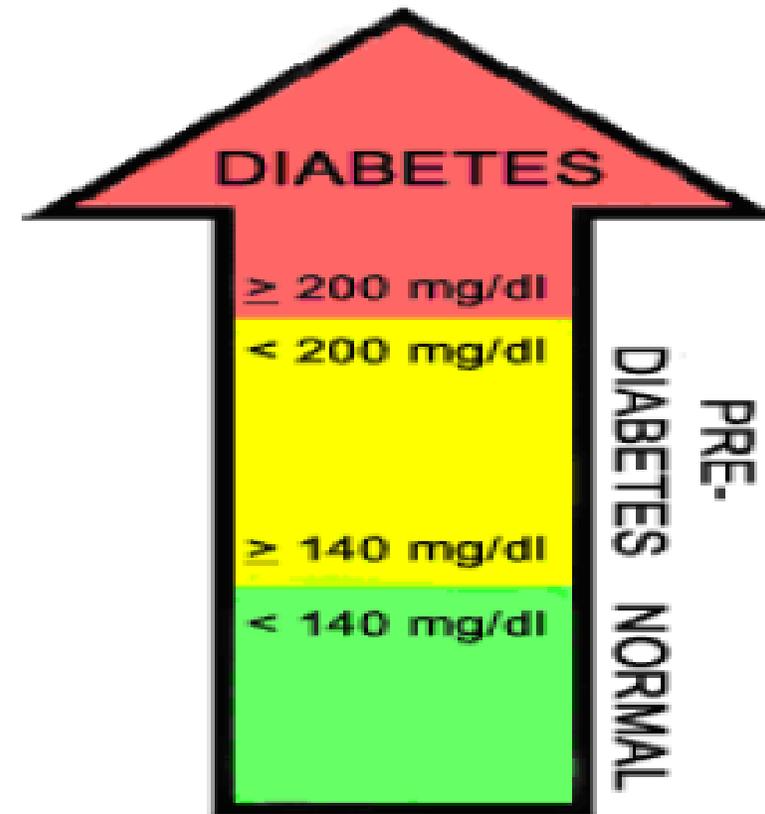
- ✧ Prevenir o aparecimento de desequilíbrios.
- ✧ Diminuir os riscos de aparecimento de complicações tardias.



Valores padrão de Glicémia Capilar



Glicemia em jejum

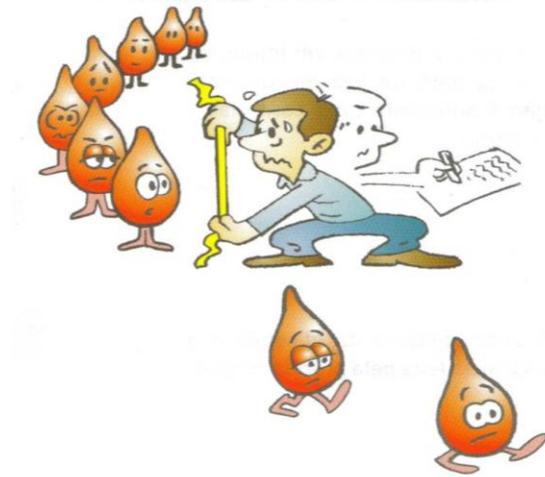


Glicemia ocasional + sintomas ou Prova de tolerância à glicemia oral

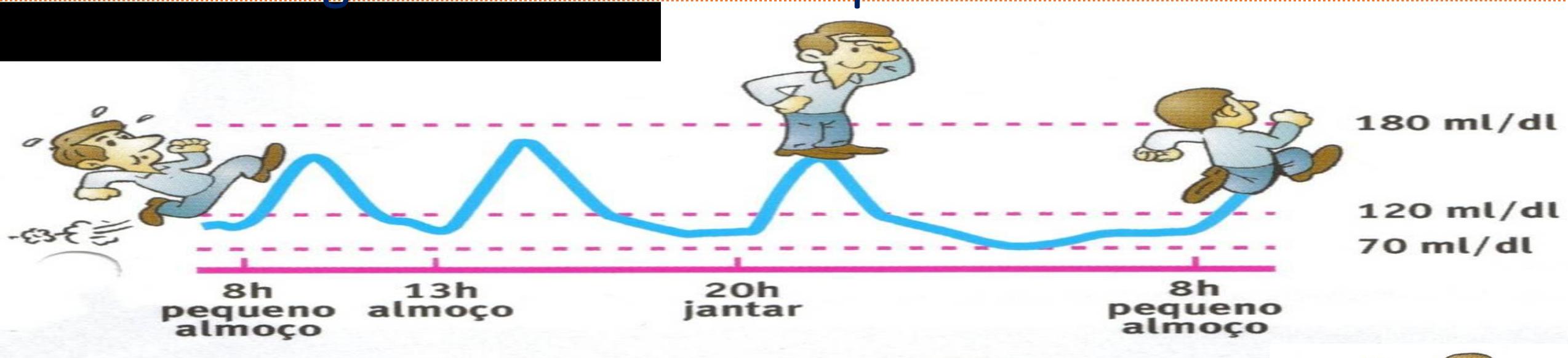
Vigilância da Glicémia Capilar

- Um teste à glicemia em jejum, só por si, feito de vez em quando, não é suficiente para controlar a diabetes ou para diagnosticar a diabetes;

■ A frequência com que deve avaliar a sua glicemia é variável. Pode ser necessário medir a glicemia várias vezes ao dia ou apenas uma ou duas vezes por semana consoante os valores da glicemia anteriormente obtidos e dependendo do estado em que se encontra.

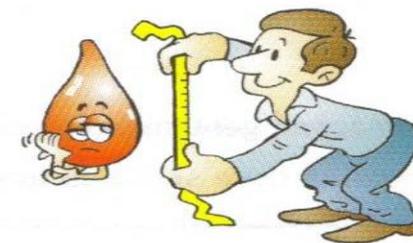


Vigilância da Glicémia Capilar

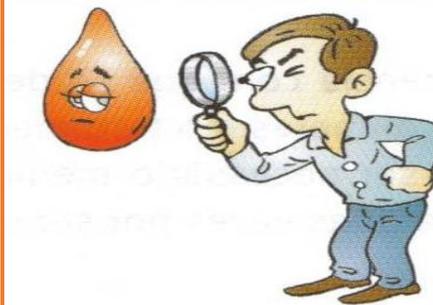


A avaliação da glicémia deve ser feita:

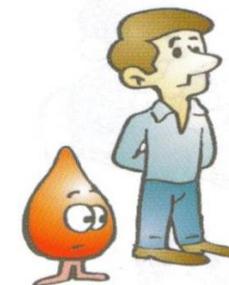
- Em jejum;
- Após as 3 principais refeições (2 horas depois);
- Antes das 3 refeições principais para decisão da dose de insulina a administrar;
- É também aconselhável fazer periodicamente um teste durante a noite (por ex: 03h00m ou 04h00m).



Avaliação da Glicémia Capilar



- É a forma mais rápida e prática de fazer o controle da quantidade de açúcar no sangue (glicemia). Além disso, pode ser realizada a qualquer momento.
- É indispensável que as punções sejam feitas com a técnica correta, para serem pouco ou nada dolorosas e a gota de sangue de tamanho suficiente.
- Permite detetar valores normais, altos e baixos



Avaliação da Glicémia Capilar

Antes de avaliar a glicémia deve verificar:

- Condição do material;
- Validade das tiras reativas e conservação;
- Puncionador;
- Glicómetros mal codificados (os que

Avaliação da Glicémia Capilar

Como se realiza:

- Lave as mãos com água e sabão. É indicado usar água quente em dias frios para que o sangue saia com mais facilidade
- Não usar álcool;
- Seque bem as mãos;
- Ajustar a profundidade da picada;



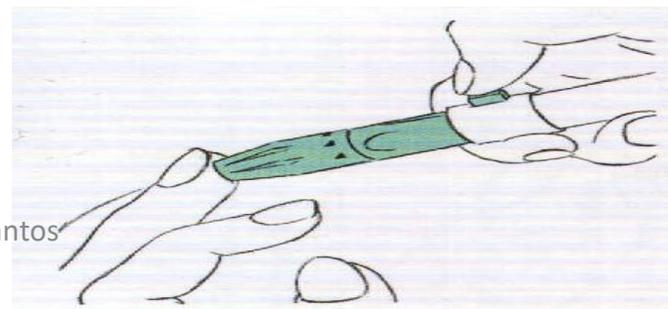
Avaliação da Glicémia Capilar

- Coloque a fita no aparelho;
- Picar o dedo no bordo lateral da polpa do dedo com lancetas finas, utilizando dispositivos adequados (ex: caneta);
- Aperte o dedo abaixo do local picado até que se obtenha a gota de sangue.



Avaliação da Glicémia Capilar

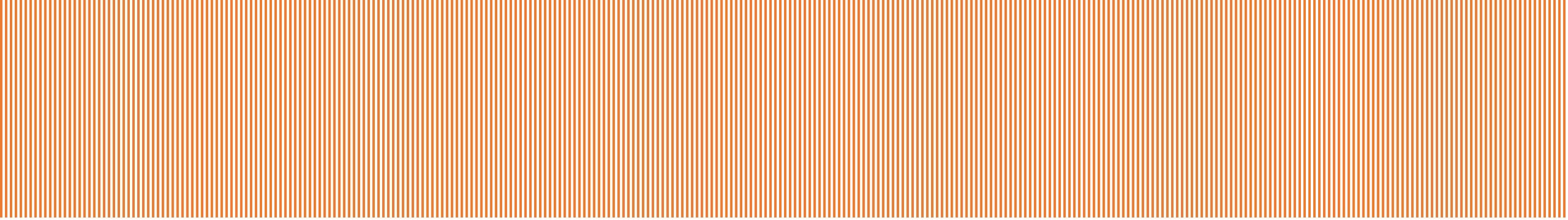
- A picada do dedo deve ser no bordo lateral da polpa do dedo e não na polpa pois com a continuação das picadas a polpa do dedo perde sensibilidade;
- Face a esta situação também se deve alternar os dedos da picada, havendo uma rotatividade dos mesmos, evitando picar os dedos indicador e polegar, porque estes são os dedos mais utilizados para agarrar os objetos e para tocar.



Avaliação da Glicémia Capilar

- Deixe a gota ser absorvida na zona indicada na fita;
- Pressione o local picado com o auxílio de uma compressa embebida numa solução desinfetante (ex: álcool) até que pare de sair sangue.
- Aguarde a leitura realizada pelo aparelho
- Registe o valor no seu livro de registos, com a indicação da data e hora a que foi executado.





Hipoglicémia

A partir de que valor de glicémia se considera ser uma hipoglicémia?

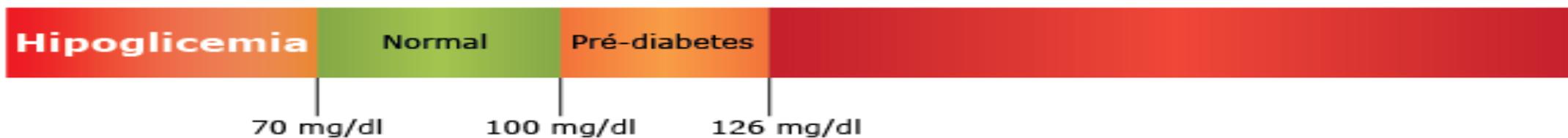


- Hipoglicémia:
Glicémia \leq 70mg/dl

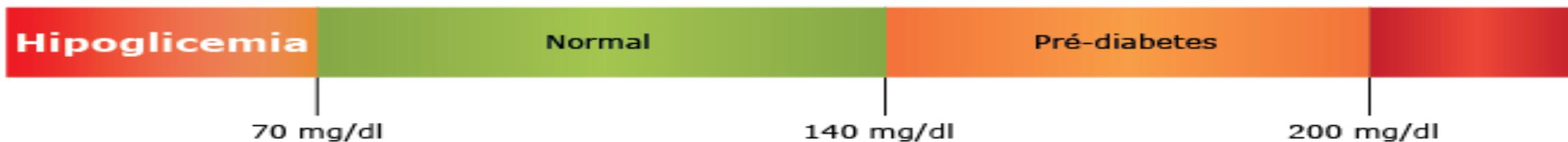
Valores de referência



Jejum



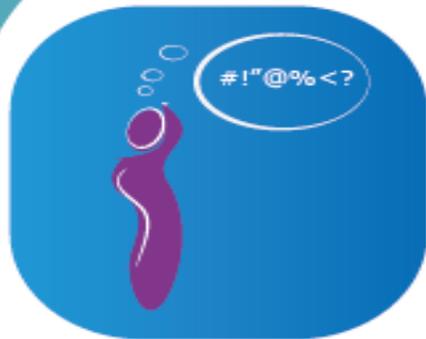
2 horas depois da refeição



● glicose

● glóbulos vermelhos

Sintomas de Hipoglicemia



Dificuldade em
raciocinar



Tremores

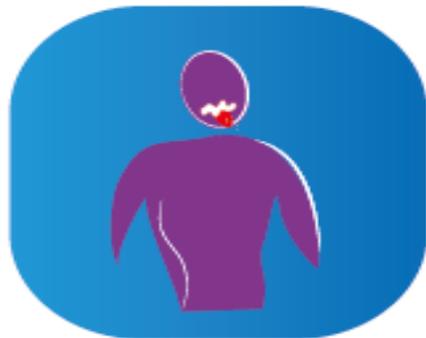


Palidez

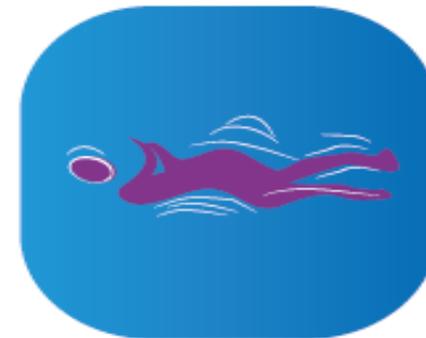


Palpitações

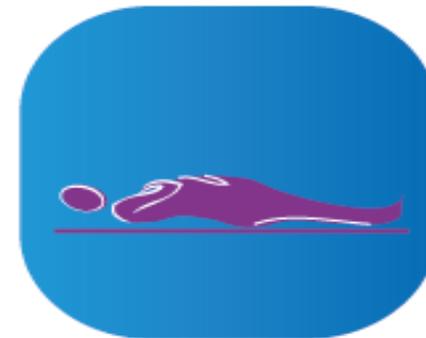
Em casos mais extremos a Hipoglicemia pode causar:



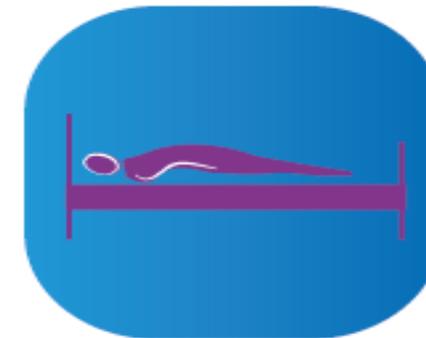
Formigueiros
nos lábios e
língua



Convulsões



Perda de
Consciência



Coma

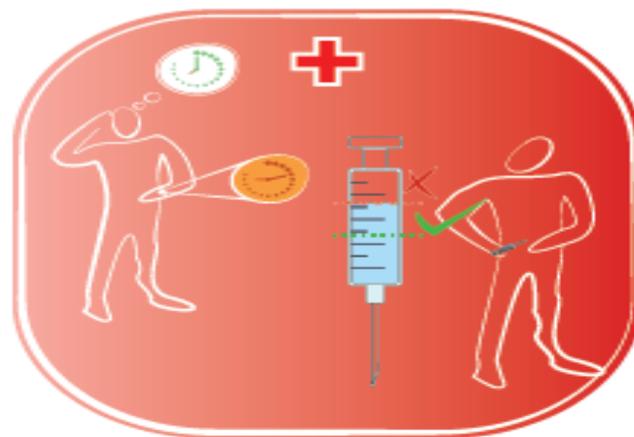
Causas da Hipoglicémia

- Atraso da refeição ou não comer a quantidade habitual;
- Diarreia ou vômitos;
- Engano na medicação (insulina ou comprimidos);
- Exercício físico (vigoroso ou prolongado) não compensado;
- Ingestão de bebidas alcoólicas

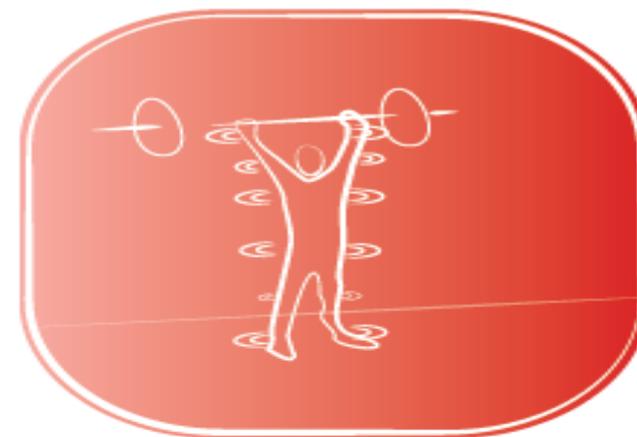
O que pode causar Hipoglicemia



**Erros na
alimentação**
(saltar refeições)



Erros na medicação
(doses desadequadas de medicação)



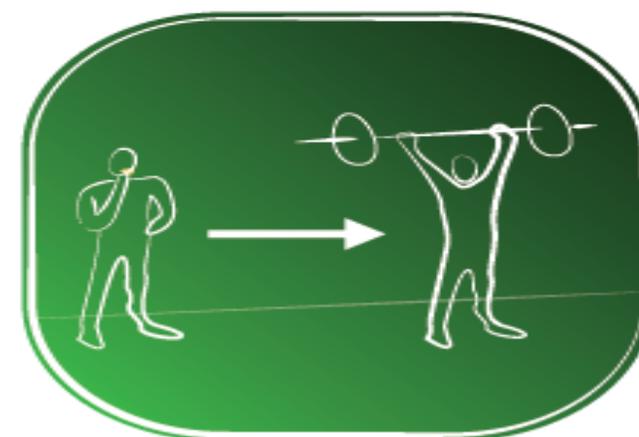
**Exercício físico
não programado**



Não salte refeições



**Faça a medicação
segundo as
recomendações
médicas**



**Faça uma refeição leve
com hidratos de
carbono antes do
exercício**



Tratamento da Hipoglicémia

- Açúcar de absorção rápida



- Após correção da hipoglicémia:
 - Açúcar de absorção lenta (para prevenir nova hipoglicémia)

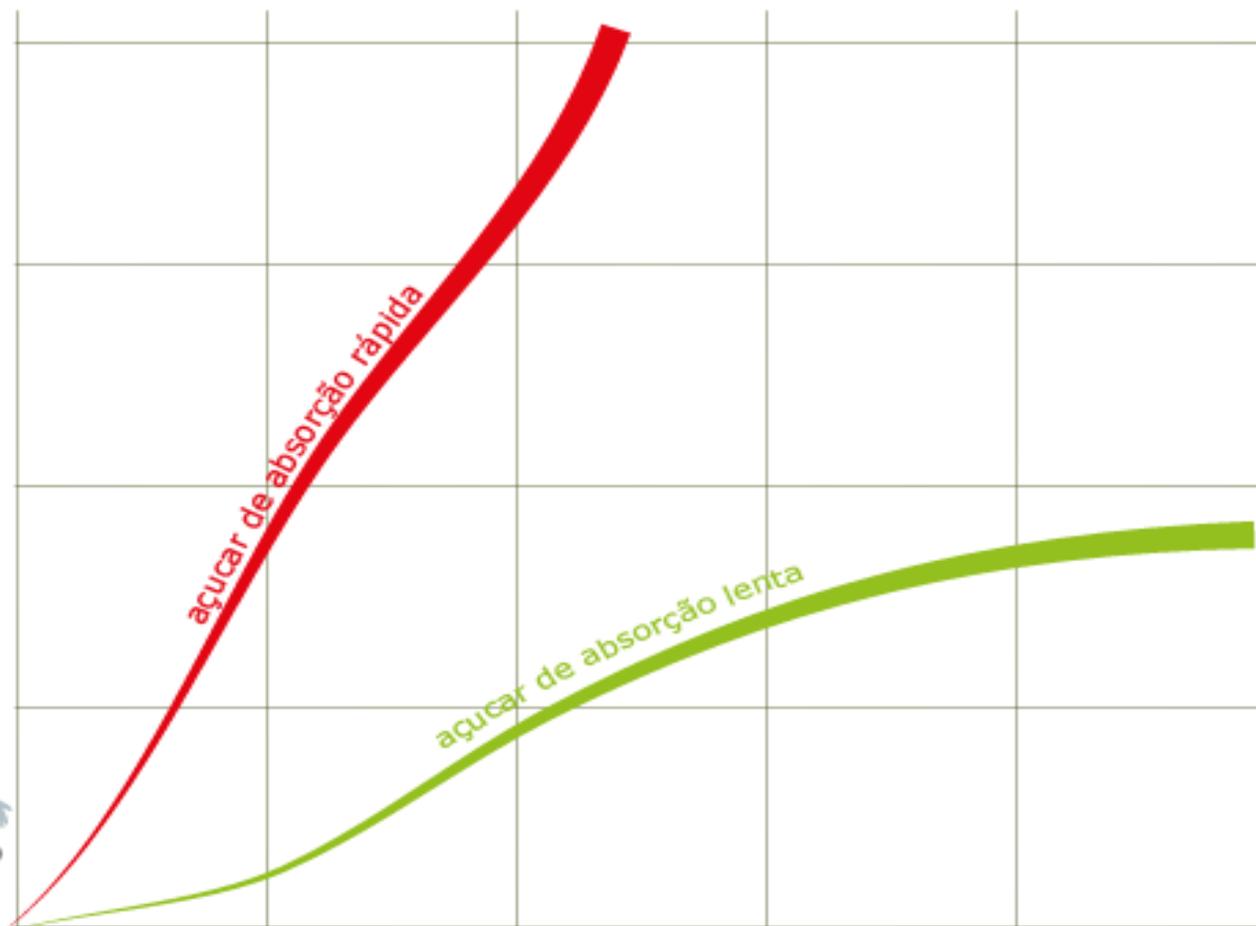


Absorção de açúcar

2 - Ingestão de água com açúcar



1 - Ingestão de doces



5 minutos



15 minutos



25 minutos



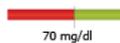
45 minutos



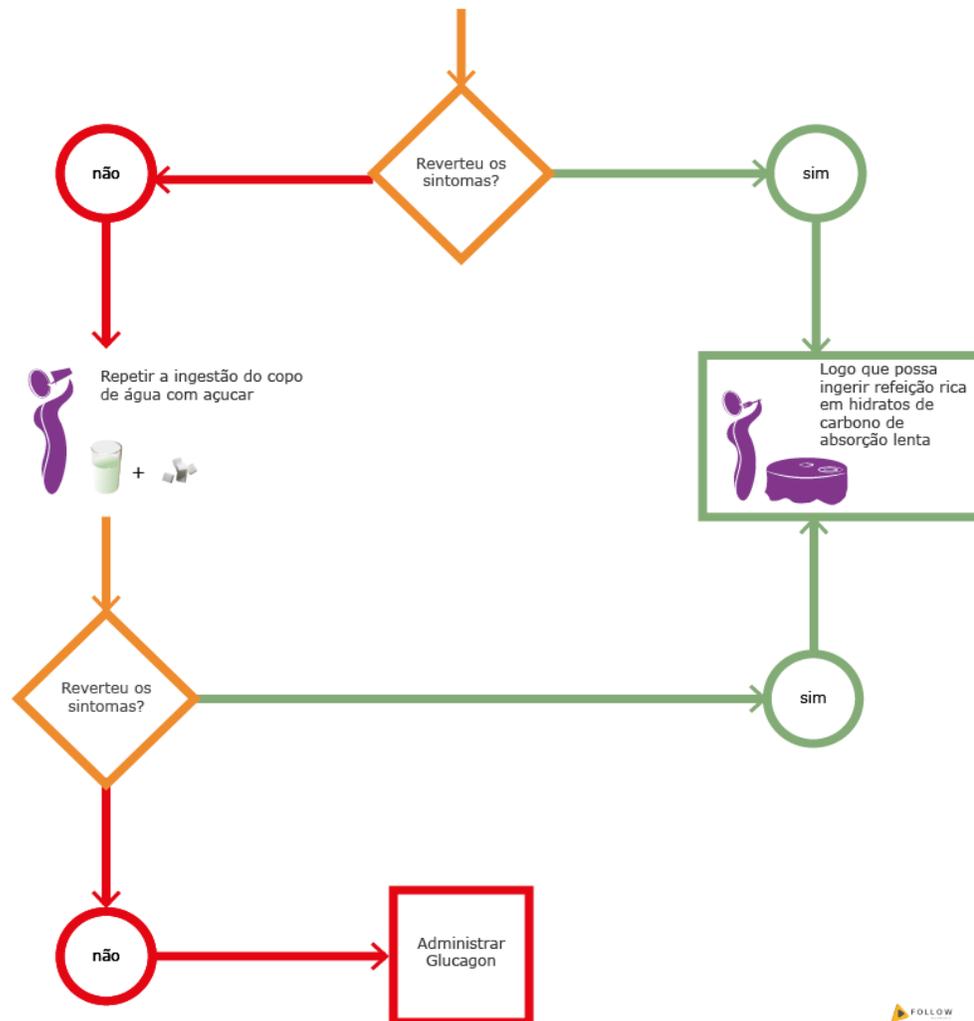
60 minutos

Como atuar em caso de hipoglicemia?

Hipoglicemia
(< 70 mg/dl)



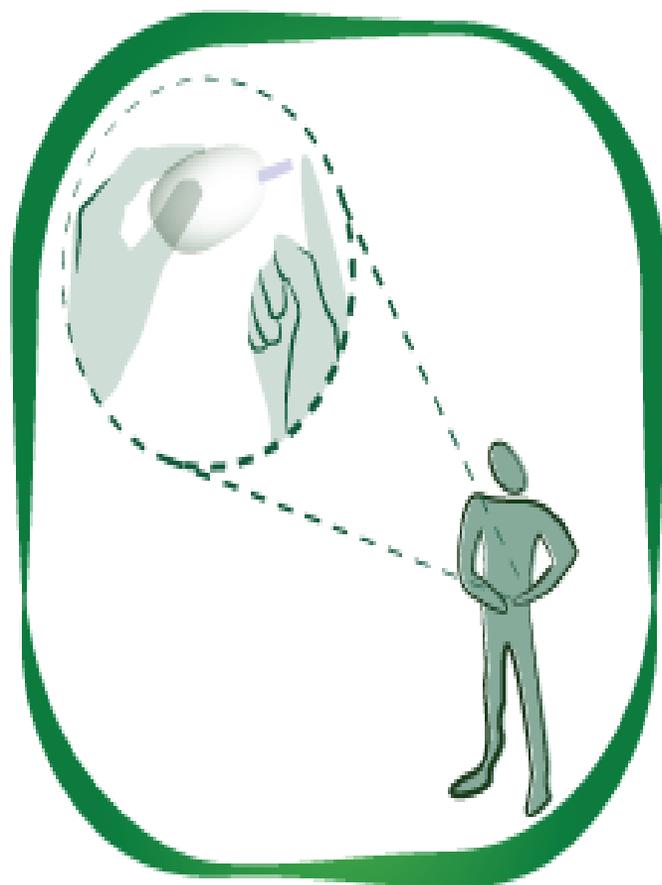
Dar bebida doce
copo de água com açúcar



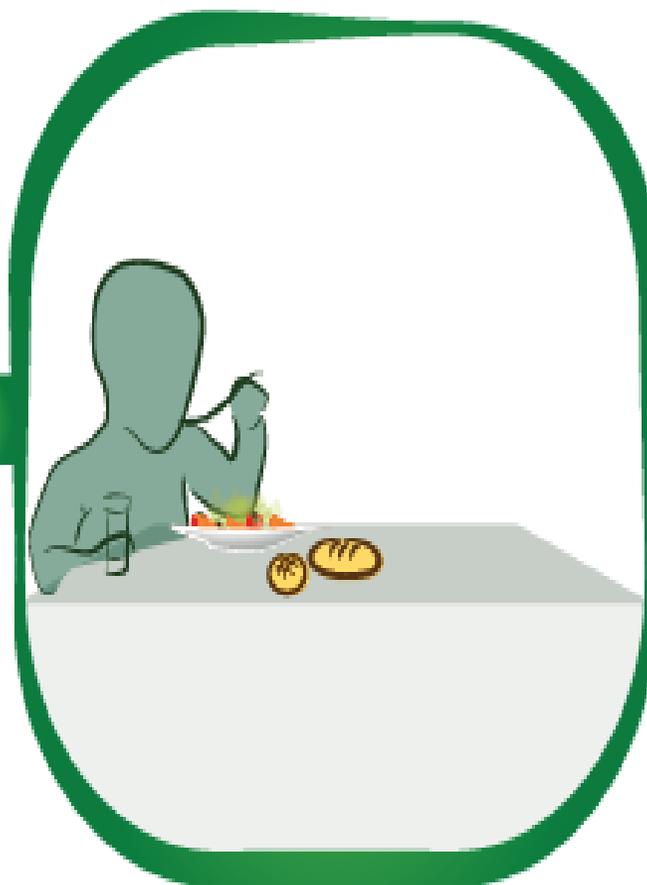
Prevenção da Hipoglicémia

- Fazer uma vigilância das glicemias capilares ao longo do dia
- Ingerir hidratos de carbono ao longo do dia e em todas as refeições
- Ajustar as doses de insulina às necessidades alimentares e ao exercício físico
- Variar os locais de administração de insulina

Prevenir a Hipoglicemia:



Vigiar níveis de Glicemia
ao longo do dia



Ingerir hidratos de
carbono em todas as
refeições



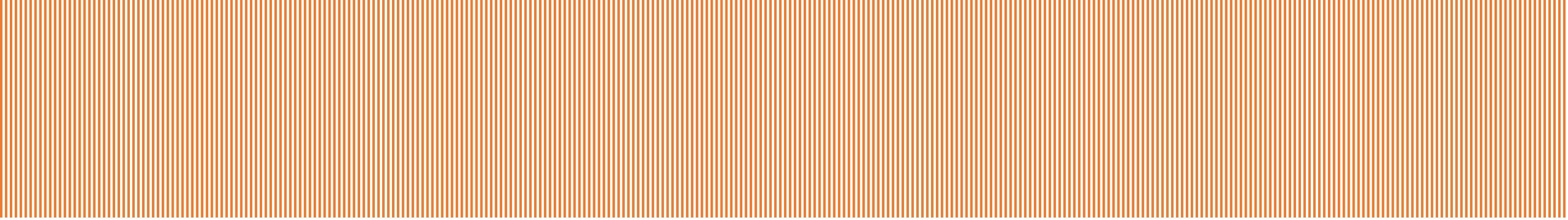
Alimentação

Exercício

Ajustar as doses de
insulina às necessidades

Hipoglicémia Grave

- Quando o nível de açúcar no sangue desce além dos 70 mg/dl temos uma hipoglicemia, no entanto estes valores podem descer de tal maneira que a pessoa pode perder a consciência e até entrar em coma.
- Este quadro é uma Emergência e a pessoa deve ser transportada imediatamente para o Hospital.
- Portanto se a pessoa que tem uma hipoglicemia apresentar sinais de perda de consciência deve ligar imediatamente para o 112.



Hiperglicémia

- Dá-se o nome de glicemia à quantidade de glicose no sangue. Ao aumento excessivo da glicemia, chama-se Hiperglicémia.

Valores de Glicemia



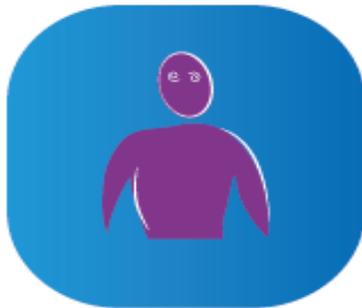
Jejum



2 horas depois da refeição



Sintomas de Hiperglicemia



Visão turva



Sensação de boca seca (Xerostomia)



Sudação excessiva



Cansaço



Comichão por todo o corpo c/ maior incidência na área genital



Sede constante e intensa (Polidipsia)



Apetite incontrolável (Polifagia)



Urinar com muita frequência (Poliúria)

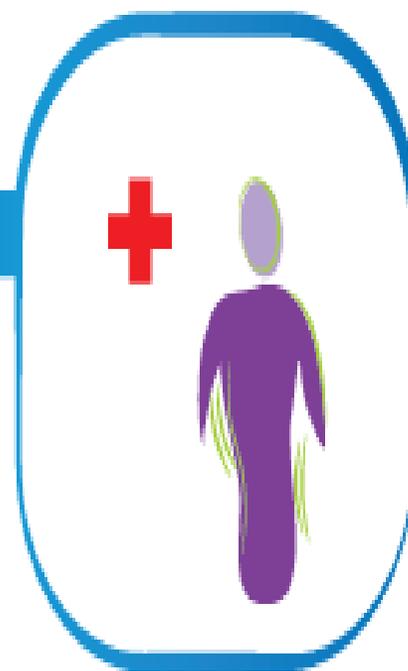
Hiperglicémias pontuais provocadas por:



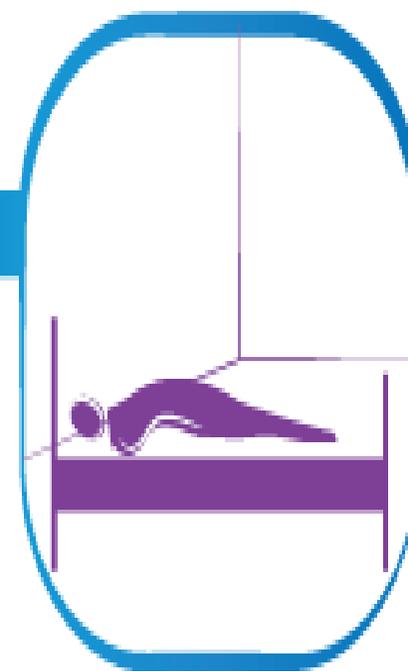
Ingestão excessiva em hidratos de carbono



Situações de stress



Alterações na ação da medicação



Períodos de doença aguda

Administração de Insulina

- ❑ A técnica de administração de insulina é extremamente importante para que esta cumpra o seu efeito.
- ❑ A técnica de administração varia de pessoa para pessoa tendo em conta especificidades como por exemplo a espessura do tecido adiposo (camada de gordura por baixo da pele). Todas as pessoas têm tecido adiposo, mesmo as mais magras.
- ❑ A insulina tem que ser administrada por baixo da pele, no tecido adiposo e não no músculo, por isso o tamanho da agulha é muito importante.

Administração de Insulina

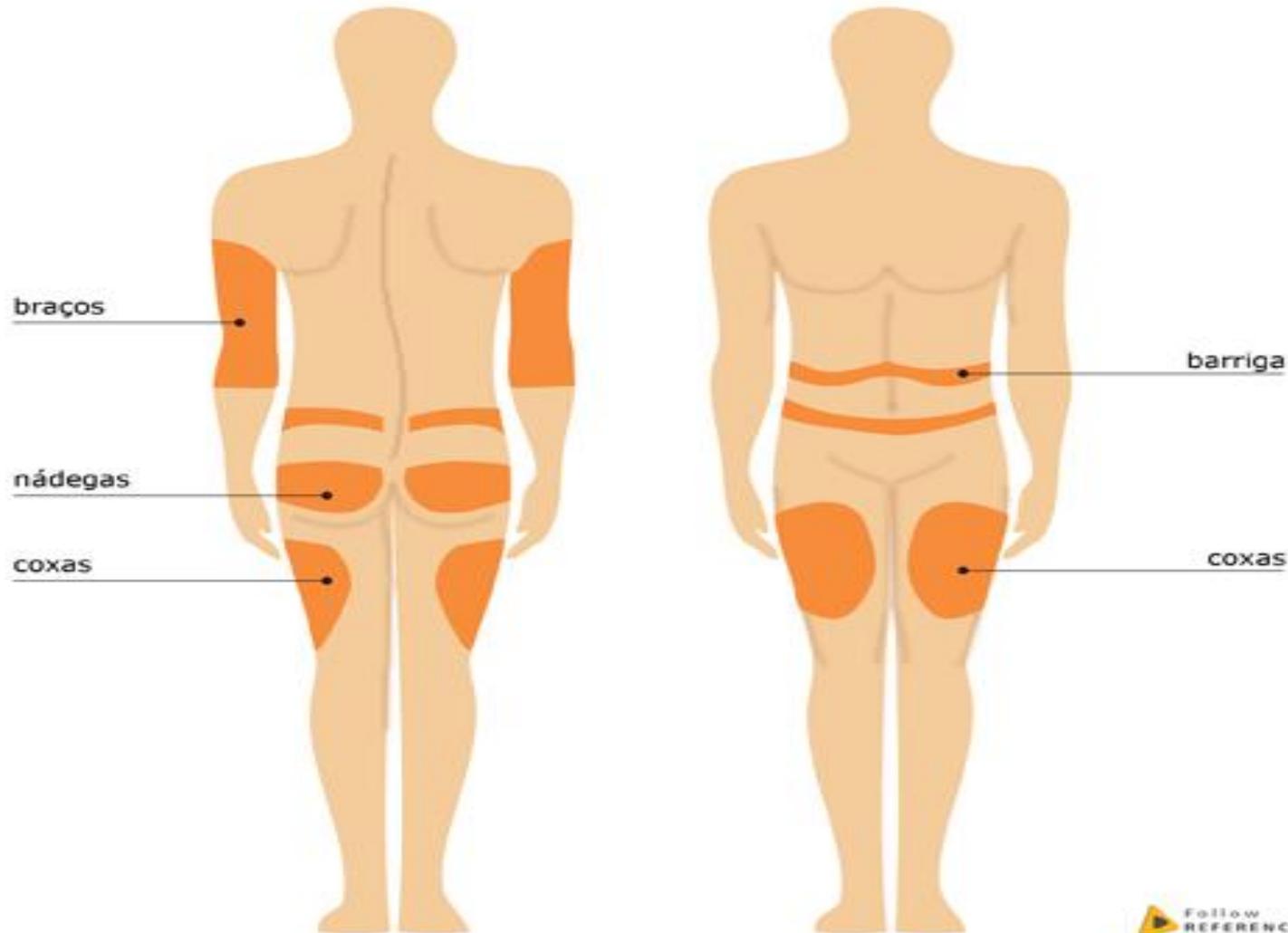
Para administrar a insulina deve fazer uma prega na pele com o dedo polegar e com o indicador e injetar com a agulha perpendicular à pele. A agulha não deve ser retirada imediatamente, espere 10 a 15 segundos.



Riscos da incorreta administração de Insulina

Se a prega de pele apanhar o músculo existe o perigo de acelerar a absorção da insulina podendo provocar hipoglicemia. Outra das situações é a insulina ser administrada dentro da pele (intradérmica), esta situação pode causar dor e/ou reações alérgicas.

Rotatividade dos locais de administração de insulina



É importante que varie o local onde é administrada a [insulina](#), utilizar sempre o mesmo local leva à criação de nódulos na pele (lipodistrofias) que prejudicam a absorção, além disso massacra a pele e pode causar feridas.

Rotatividade dos locais de administração de insulina

A rotatividade dos locais de administração de insulina é importante dentro de uma mesma área de aplicação, devendo se fazer da seguinte forma:

- ❑ Não injetar insulina perto do umbigo. Como o tecido não é resistente, a absorção da insulina não será tão consistente.
- ❑ Não aplicar insulina perto de pintas ou cicatrizes.
- ❑ Usar somente a área exterior do braço, onde há mais gordura.

Rotatividade dos locais de administração de insulina

- ❑ Para facilitar a prega subcutânea no braço, apoiá-lo no encosto de uma cadeira ou utilizar agulhas curtas, pois não necessitam de prega subcutânea e facilitam a aplicação.
- ❑ Não aplicar insulina na parte interna das coxas. Ao caminhar, este local se tornará mais dolorido.
- ❑ Não injetar insulina em uma área que será exercitada na sequência. Os exercícios aumentam o fluxo sanguíneo e isso faz com que a insulina de ação lenta seja absorvida mais rapidamente do que o normal.
- ❑ Escolher o comprimento da agulha corretamente pode reduzir a dor da injeção.

Rotatividade dos locais de administração de insulina

- ❑ Mudar o local de aplicação a cada uma ou duas semanas.
- ❑ Quando injetar a insulina na mesma área do corpo, sempre alternar o local da injeção.
- ❑ Em seguida, escolher outra área do corpo e repetir o processo.
- ❑ Usar a mesma área por pelo menos uma semana para evitar variações extremas de glicose no sangue.
- ❑ Alternar os lados (direito e esquerdo) do local escolhido.