

APRENDI

na Santa Casa BH



VOCÊ JÁ OUVIU FALAR EM

**DIABETES E
INSULINA**



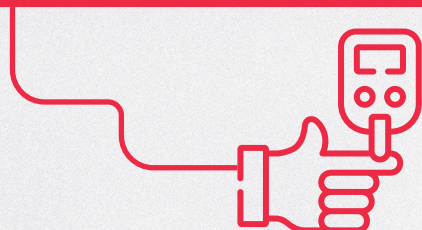
O QUE É DIABETES?

Diabetes é uma doença crônica que acontece quando há excesso de açúcar (glicose) no sangue. Existem dois tipos principais: tipo 1 e tipo 2.

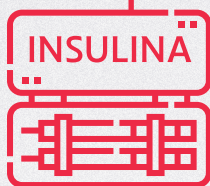
O **diabetes tipo 1** ocorre quando o corpo para de produzir insulina, que é o hormônio responsável por controlar o nível de açúcar no sangue. Isso acontece porque o sistema de defesa do corpo ataca as células do pâncreas que produzem insulina. Esse tipo costuma aparecer em crianças e adolescentes, mas também pode afetar adultos.

Já o **diabetes tipo 2** acontece quando o corpo não consegue usar bem a insulina que produz, fazendo com que o açúcar se acumule no sangue. Esse tipo está relacionado a fatores como excesso de peso, sedentarismo, pressão alta, triglicérides elevados e alimentação inadequada.

Quem tem diabetes precisa monitorar os níveis de açúcar no sangue e controlá-los com alimentação saudável, prática de exercícios físicos e, em alguns casos, uso de medicamentos. Se não for bem controlado, o diabetes pode causar problemas sérios de saúde, como doenças no coração, nos rins, nos olhos e nos nervos.



QUAL A DIFERENÇA ENTRE OS MEDICAMENTOS ORAIS E INJETÁVEIS PARA DIABETES?

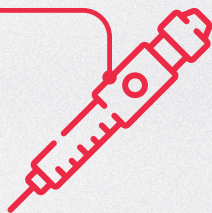


Os medicamentos orais usados principalmente para tratar o diabetes tipo 2. Eles ajudam a controlar o açúcar no sangue de diferentes formas, dependendo do tipo de remédio. Normalmente são indicados quando mudanças no estilo de vida, como alimentação saudável e prática de exercícios, não são suficientes para manter a glicose controlada. Já os medicamentos injetáveis são usados quando os medicamentos orais não conseguem controlar bem o açúcar no sangue. Eles são aplicados por meio de injeções, geralmente sob a pele. O mais conhecido é a insulina, essencial para pessoas com diabetes tipo 1, pois o corpo delas não produz esse hormônio.

Existem vários tipos de insulina, com ação rápida, intermediária ou prolongada, escolhidos conforme a necessidade de cada pessoa.

COMO APLICAR A INSULINA COM A SERINGA:

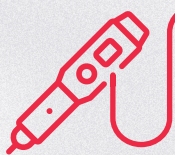
1. Retire o frasco de insulina da geladeira cerca de 15 minutos antes de utilizar o medicamento.
2. Lave as mãos com água e sabão e seque com um papel ou pano limpos.
3. Separe o material necessário para aplicar a insulina (algodão, álcool, seringa, agulha e a insulina).
4. Agite de modo suave ou pendular o frasco de insulina NPH entre as mãos por aproximadamente 20 vezes para uniformizar seu conteúdo. A insulina Regular não precisa ser agitada.



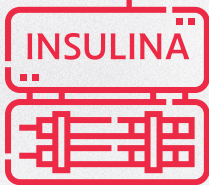
5. Limpe a tampa de borracha do frasco com algodão embebido em álcool.
6. Introduza ar na seringa de acordo com a dosagem prescrita pelo médico, puxando o êmbolo da seringa até a marcação correspondente à dose e injete no frasco de insulina. Isso facilita a entrada de insulina na seringa no próximo passo. Tome cuidado para não contaminar a seringa e a agulha.
7. Vire o frasco de cabeça para baixo e aspire a dose desejada de insulina. . Se houver bolhas de ar dentro da seringa, bata suavemente com os dedos na seringa até que as bolhas atinjam a superfície. Expulse as bolhas e acerte novamente a dosagem.
8. Faça uma “prega” na pele, com o dedo polegar e indicador, e introduza a agulha em um ângulo de 90°.
9. Injete a insulina completamente e aguarde 10 segundos para retirar a agulha da pele (isso evita vazamentos). Pressione o local com algodão e retire a agulha, fazendo uma suave pressão, sem massagear.
10. Descarte agulhas, seringas e frascos em uma embalagem plástica resistente (como uma garrafa PET) e leve até o centro de saúde de referência.

APLICAÇÃO CANETA DESCARTÁVEL:

1. Retire a caneta de insulina da geladeira cerca de 15 minutos antes de utilizar o medicamento.
2. Lave as mãos com água e sabão e seque com um papel ou pano limpos.
3. Em um local limpo separe a caneta descartável, a agulha para caneta e o algodão,
4. Agite de modo suave ou pendular a caneta de insulina NPH entre as mãos por aproximadamente 20 vezes para uniformizar seu conteúdo. A insulina Regular não precisa ser agitada.
5. Remova a tampa da caneta e enrosque a agulha



6. Retire as duas proteções da agulha (a maior, transparente, e a menor, colorida).
7. Gire a extremidade da caneta para selecionar a quantidade de unidades necessárias e orientadas pelo seu médico.
8. Aplique a insulina de acordo com os passos 8 e 9 do item “Aplicação injeção/seringa”.



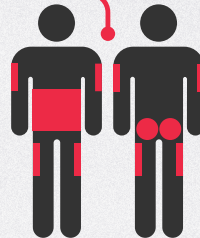
APLICAÇÃO CANETA REUTILIZÁVEL

1. Retire a caneta de insulina da geladeira cerca de 15 minutos antes de utilizar o medicamento.
2. Lave as mãos com água e sabão e seque com um papel ou pano limpos.
3. Em um local limpo separe a caneta reutilizável, um refil, a agulha para caneta e o algodão.
4. Remova a tampa da caneta.
5. Desenrosque a caneta e insira o refil.
6. Enrosque novamente a caneta.
7. Enrosque a agulha na caneta.
8. Retire as duas proteções da agulha (a maior, transparente, e a menor, colorida).
9. Gire a extremidade da caneta para selecionar a quantidade de unidades necessárias e orientadas pelo seu médico.

10. Aplique a insulina de acordo com os passos 8 e 9 do item “Aplicação injeção/seringa”.

QUAIS OS LOCAIS ADEQUADOS PARA APLICAÇÃO DA INSULINA?

- Braços (parte externa e superior)
- Abdômen (região da barriga)
- Nádegas (região superior e lateral)
- Coxas (parte anterior e lateral)



LEMBRE-SE DE ALTERNAR OS LOCAIS QUANDO FOREM REALIZADAS VÁRIAS APLICAÇÕES AO LONGO DO DIA.



INSULINA

COMO ARMAZENAR?

Frascos, canetas descartáveis ou refis que ainda não foram utilizados devem ser armazenados dentro da geladeira (NÃO devem ser colocados na porta ou no congelador).

Após aberto, o frasco poderá ficar em temperatura ambiente (entre 15°C e 30°C) ou dentro da geladeira (2°C e 8°C) por até 30 dias. Após esse período, o medicamento deverá ser descartado.

A caneta descartável em uso pode ser armazenada em temperatura ambiente ou na geladeira. Já a caneta reutilizável deve ser mantida SOMENTE em temperatura ambiente.

Durante uma viagem, é importante manter a temperatura da insulina. Você pode usar uma caixa de isopor com gelo ou refrigerador portátil, mas não deixe a insulina congelar.

ATENÇÃO! Não deixe a insulina exposta a raios solares ou em contato direto com o gelo, para evitar que o medicamento perca sua função.



FIQUE ATENTO A HIPOGLICEMIAS!

A hipoglicemia ocorre quando o açúcar do sangue abaixa mais do que o desejável. Isso pode acontecer devido a doses altas de insulina ou pela falta de alimentação. Você poderá sentir suor frio, tontura, tremedeira, taquicardia, ansiedade, confusão mental e até desmaiar. Conte ao seu médico se tiver esses sintomas. Ao sair de casa, sempre leve consigo balas, biscoitos ou outros alimentos doces para se recuperar em caso de hipoglicemia.



**AGORA VAMOS PRATICAR?
ENCONTRE AS PALAVRAS RELACIONADAS.**

A	P	L	I	C	A	Ç	Ã	O	Ç	A	I
C	B	E	N	D	I	F	E	B	R	E	N
A	L	W	M	G	S	V	Q	U	I	T	J
D	I	A	B	E	T	E	S	C	Ã	O	E
S	Z	F	E	U	R	P	A	I	P	N	Ç
A	A	I	N	S	U	L	I	N	A	T	Ã
Ç	M	C	S	K	R	E	G	E	M	U	O
O	B	L	E	U	V	I	X	Q	D	R	B
E	X	A	G	E	R	R	D	E	S	A	L
P	R	E	C	A	N	E	T	A	T	A	A

**PALAVRAS QUE DEVEM SER
ENCONTRADAS NO CAÇA-PALAVRA:**

- Insulina
- Diabetes
- Aplicação
- Injeção
- Caneta



APRENDI

na **Santa Casa BH**



Santa Casa BH

SAÚDE DE PONTA PARA TODOS

SAC SANTA CASA BH HOSPITAL DE ALTA COMPLEXIDADE 100% SUS

✉ **EMAIL:** sac@santacasabh.org.br

☎ **TELEFONE:** (31) 3238-8731

📍 **ATENDIMENTO PRESENCIAL:** Rua Francisco Sales, 1111, Santa Efigênia, Belo Horizonte - MG, CEP 30150-221. O atendimento ocorre no 1º andar, no corredor do Salão Nobre, na segunda porta à direita.

Estamos abertos de segunda a quinta-feira, das 8h às 18h, e às sextas-feiras, das 8h às 17h.