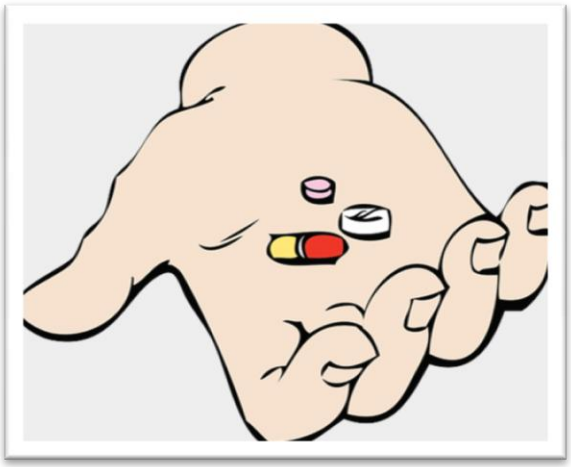
Universidade Federal de São João del-Rei
Campus Centro-Oeste - Dona Lindu
Divinópolis, Minas Gerais

Cartilha

Medicamentos para Diabetes



Projeto Empoderamento Farmacoterapêutico de pacientes com Diabetes Mellitus

2014/2015

Os objetivos do tratamento da diabetes são manter um bom controle do metabolismo, como manter seus níveis de glicemia em valores adequados, para promover saúde e melhorar sua qualidade de vida. Além disso, o tratamento visa contribuir para o seu bem estar físico e evitar complicações agudas e crônicas. O tratamento para a diabetes consiste em alimentação saudável, prática de exercícios físicos e uso medicamentos de acordo com o recomendado.

As metas para controle da glicemia estabelecidas pela Associação Americana de Diabetes encontram-se no quadro 1:

Quadro 1: Metas do controle glicêmico recomendadas pela ADA/EASD.

Hemoglobina Glicada (HbA1c)	**Glicemia de Jejum**	**Glicemia pré-prandial (1 hora antes de comer)**	**Glicemia pós-prandial (2 horas após comer)**
< 7%	**<100mg/dL**	**<130mg/dL**	**<180mg/dL**

ADA/EASD. ADA = American Diabetes Association. *EASD = European Association for the Study of Diabetes. Diabetes care, publicação online, abril de 2012.

Para controlar sua diabetes, é muito importante que você tome seus medicamentos todos os dias e nos mesmos horários, mesmo que você não esteja sentindo nada.

Os medicamentos mais utilizados na diabetes tipo 2 são as sulfoniluréias (Glibenclamida, Gliclazida e Glimepirida), a Metformina e a insulina. Caso você utilize alguns desses medicamentos, siga as orientações do seu médico e as orientações abaixo:

GLIBENCLAMIDA, GLICAZIDA ou GLIMEPIRIDA:

- Utilize este medicamento antes da refeição (15 minutos antes).
- Não se esqueça de se alimentar após o uso deste medicamento, pois se você se esquecer de se alimentar pode aumentar o risco de episódios de hipoglicemia (**diminuição** excessiva do nível de **açúcar no sangue), e se isso acontecer você pode sentir dores de cabeça e tontura, além de aumentar o risco de queda**.
- Não fique longos períodos sem comer, isso pode aumentar o risco de hipoglicemia (aumentando também a frequência de tontura e queda).
- Evite o consumo de álcool durante o tratamento com este medicamento.
- Este medicamento pode tornar a pele mais sensível à luz solar, então use um protetor solar diariamente.

METFORMINA:

- Tome este medicamento preferencialmente junto com as refeições (durante ou logo após comer a última porção da refeição).
- Evite o consumo de álcool durante o tratamento com a Metformina.
- Esse medicamento pode apresentar efeitos adversos gastrointestinais como sensação de “estômago cheio”, náusea, vômitos e diarreia. Esses sintomas podem ser reduzidos utilizando a Metformina durante ou logo após as refeições.

INSULINA:

O tratamento do diabetes pode ser feito com insulina. As pessoas com diabetes tipo 1 precisam de injeções de insulina todos os dias, sempre. Já algumas pessoas com diabetes tipo 2 podem precisar de insulina com o passar dos anos. Caso você faça uso de insulina, siga as orientações abaixo:

Local para guardar a insulina: Mantenha o frasco na geladeira, na prateleira acima da gaveta de verduras e legumes. Não guarde na porta e nem no congelador.

Forma de transporte da insulina: Coloque-a em caixa de isopor ou caixa térmica sem gelo. Nunca é recomendado deixar a insulina em contato direto com o gelo, pois ela pode congelar e perder o efeito. Se a viagem for longa (durar mais de 12 horas) colocar gelo na caixa, separe-o do frasco de insulina com um objeto, por exemplo, você pode usar uma flanela ou pedaço de pano. O importante é não deixar a insulina em contato direto com o gelo.

Preparo da Insulina (Figura 1):

1- Separe todo o material: insulina, seringa, agulha, algodão e álcool.
2- Lave as mãos.
3- Role suavemente o frasco entre as mãos. Não agite vigorosamente!
4- Limpe a tampa de borracha do frasco com algodão umedecido em álcool.
5- Aspire o ar para dentro da seringa na quantidade prescrita da insulina. Cuidado para não contaminar a seringa e a agulha (Não as encoste em outros materiais).
6- Injete o ar que estava na seringa para dentro do frasco de insulina.
7- Vire o frasco de cabeça para baixo.
8- Aspire lentamente a insulina para dentro da seringa na dose prescrita.
9- Verifique se há bolhas de ar. Se houver, injete a insulina de volta para o frasco e aspire novamente a dose.
10- Verifique se a dose está correta.
11- Retire a agulha do frasco e cubra-a com o protetor.

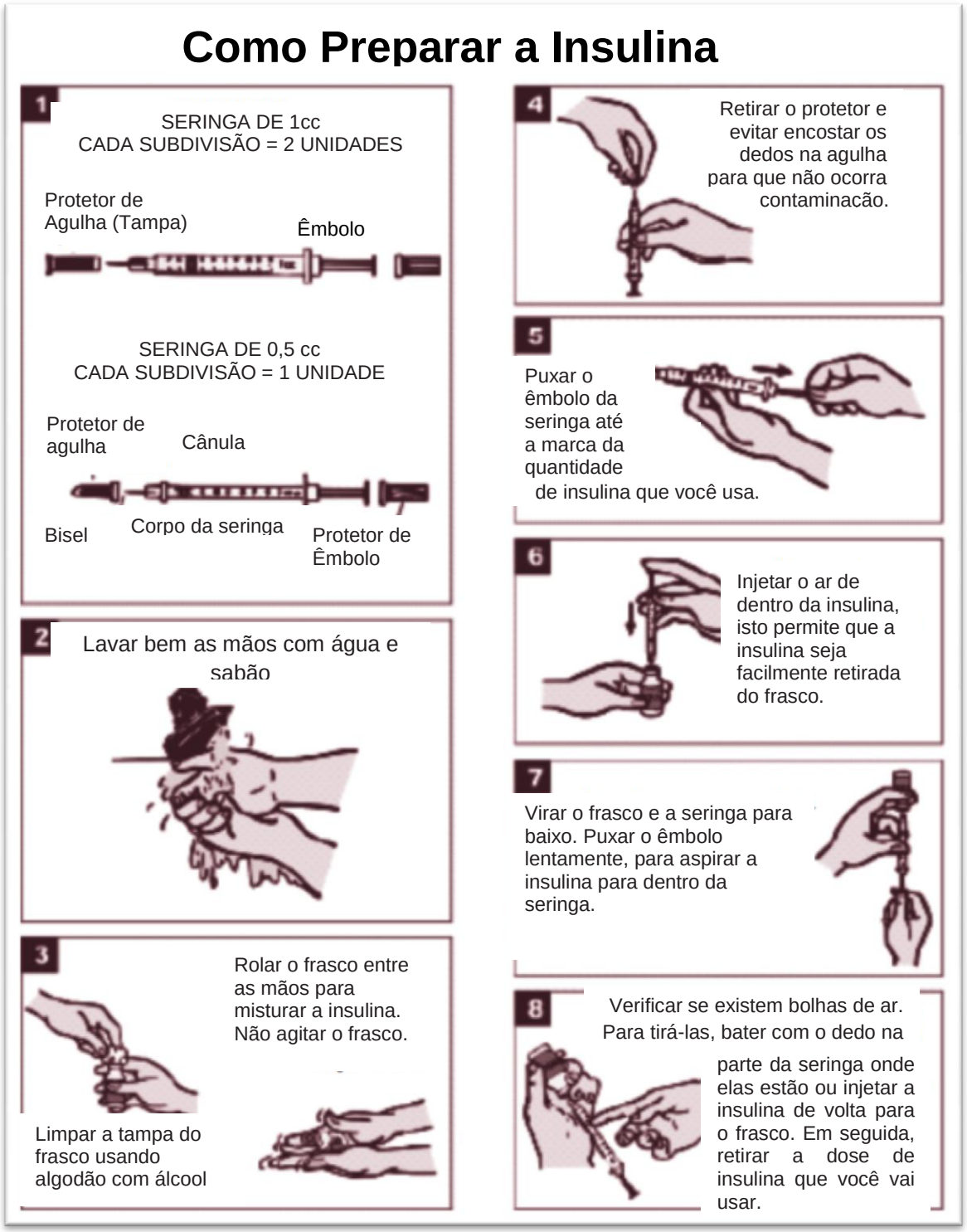


Figura 1: Como preparar a insulina. Fonte: BRASIL, 2006.

Escolha do local para aplicação (Figura 2):

1- abdômen (barriga) (com espaço de pelo menos 2 cm do umbigo)
2- Coxa (frente e lateral externa)
3- Braço (parte posterior)
4- Glúteo (parte superior e lateral das nádegas)

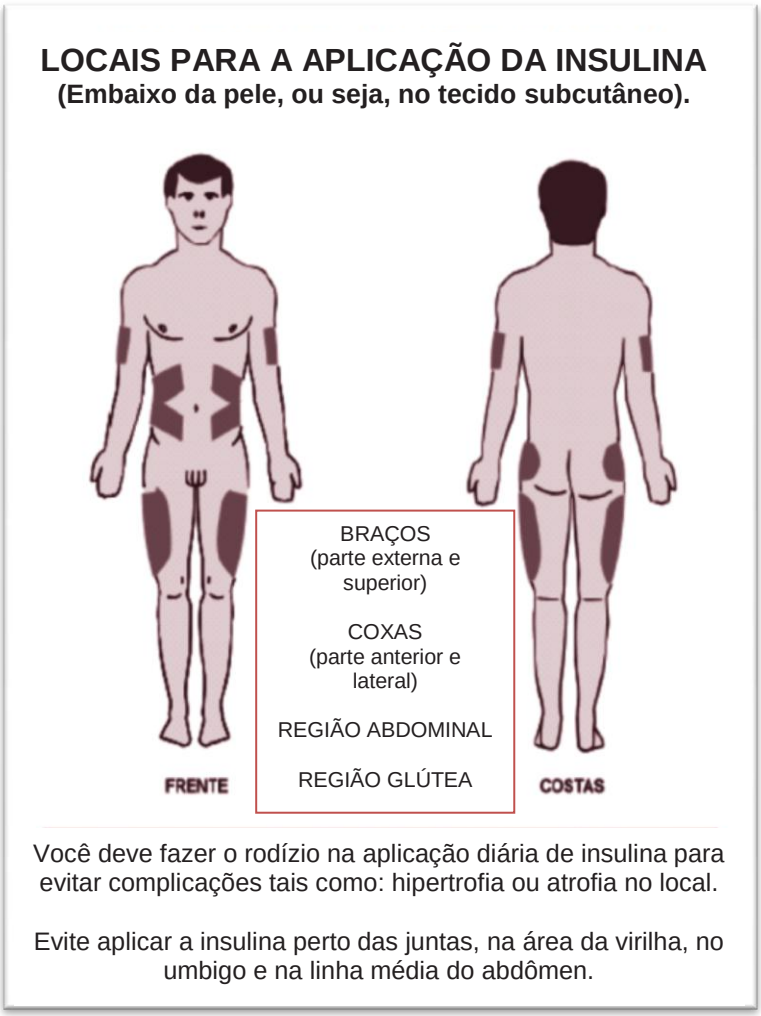


Figura 2: Locais para aplicação da insulina. Fonte: BRASIL, 2006.

Para evitar a hipertrofia ou atrofia (lesões na pele e/ou tecido próximo a pele), desenvolvimento de nódulos duros e depósitos de gordura, é importante fazer o rodízio de aplicação da insulina dentro de uma mesma região, como:

- Alternar a coxa ou o braço esquerdo ou direito
- Dividir cada região em pequenas partes com distância mínima de 1 cm (um ou dois dedos), formando vários pontos distintos em cada região de aplicação.
- Aplicar em um ponto diferente a cada aplicação, dentro da mesma região. Aplicar no mesmo ponto somente após 14 dias, tempo necessário para a cicatrização, prevenindo as lesões.
- Quando se esgotarem as possibilidades em uma mesma região é só então mudar para outra

É muito importante que você se lembre sempre de fazer um rodízio do local de aplicação da insulina. Cada aplicação você deve fazer em um local diferente para evitar as lesões!

1- Escolha a parte do corpo para a aplicação
2- Limpe a pele com água e sabão ou algodão e álcool
3- Segure com as pontas dos dedos uma área da pele e faça uma prega cutânea
4- Pegue a seringa e segure-a como se fosse um lápis
5- Introduza a agulha na pele num ângulo de 90º
6- Solte a prega cutânea e injete toda a insulina da seringa.
7- Retire a agulha e pressione o local de aplicação por alguns segundos com o algodão.



Figura 3: Como aplicar a insulina. Fonte: BRASIL, 2006.

Descarte as seringas, agulhas e lancetas em garrafas plásticas e entregue a uma unidade de saúde.

Os meus medicamentos:

As fichas abaixo são para controle dos medicamentos que você faz uso, inclusive os da diabetes. Vamos organizá-los da melhor forma possível, para que você não se esqueça de tomar nenhum medicamento durante o dia.

Os meus Medicamentos						
Nome e dosagem	Número de comprimidos					
	Jejum 	Café da Manhã 	Almoço 	Lanche 	Jantar 	Deitar 

Diário para automonitorização da sua Glicemia:

Anote nesta ficha os valores de sua glicemia diariamente. Não se esqueça de levar esse diário para a equipe de saúde em sua próxima consulta.

Valores de Glicemia							
Mês: _____				Ano: _____			
Dia	**Jejum** 	**Antes do Almoço** 	**Depois do Almoço** 	**Lanche** 	**Jantar** 	**Depois do Jantar** 	**Observações**
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

Diário para automonitorização da sua Glicemia:

Anote nesta ficha os valores de sua glicemia diariamente. Não se esqueça de levar esse diário para a equipe de saúde em sua próxima consulta.

Valores de Glicemia							
Mês: _____				Ano: _____			
Dia	**Jejum** 	**Antes do Almoço** 	**Depois do Almoço** 	**Lanche** 	**Jantar** 	**Depois do Jantar** 	**Observações**
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

Referências Bibliográficas:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diabetes Mellitus. (Cadernos de Atenção Básica, n. 16). Brasília, 2006

Organizadores:

Aluna do Programa de Pós-Graduação em Ciências Farmacêuticas: Jéssica Azevedo de Aquino
Prof. Dr. André de Oliveira Baldoni
Profª Drª Cristina Sanches Giraud

Colaboradores:
Profª Drª Clareci Silva Cardoso
Profª Drª Cláudia di Lorenzo Oliveira
Profª Mariana Linhares Pereira
Profª Drª Roberta Carvalho de Figueiredo

Projeto: Estratégia Farmacoterapêutica para Empoderamento Individual de Pacientes com Diabetes Mellitus

Universidade Federal de São João del-Rei
Campus Centro-Oeste - Dona Lindu
Divinópolis, Minas Gerais