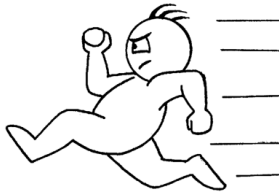


Como funciona a insulina?

Existem dois grandes tipos de insulina.

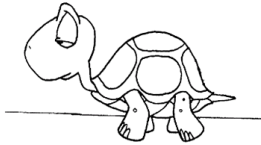
Rápida

- É rápida no início de ação e curta na duração.
- Controla os níveis de açúcar após comer.



Lenta ou intermédia

- É mais demorada no início de ação e dura mais tempo.
- Controla os níveis de base do açúcar no sangue ao longo do dia.



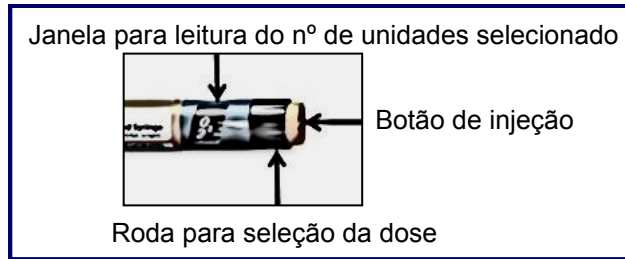
**Nenhuma insulina é melhor que outra.
Cada uma tem as suas indicações.**

E na prática, como se dá a injeção de insulina?

- Habitualmente é administrada por um dispositivo, semelhante a uma caneta. Este tem, na extremidade, uma fina agulha.



- A insulina é prescrita em número de unidades.
- O número de unidades é selecionado através de uma roda e consegue ler-se numa janela.
- Há também um som (um clique) que é ouvido quando se roda — cada clique equivale a 1 ou 2 unidades



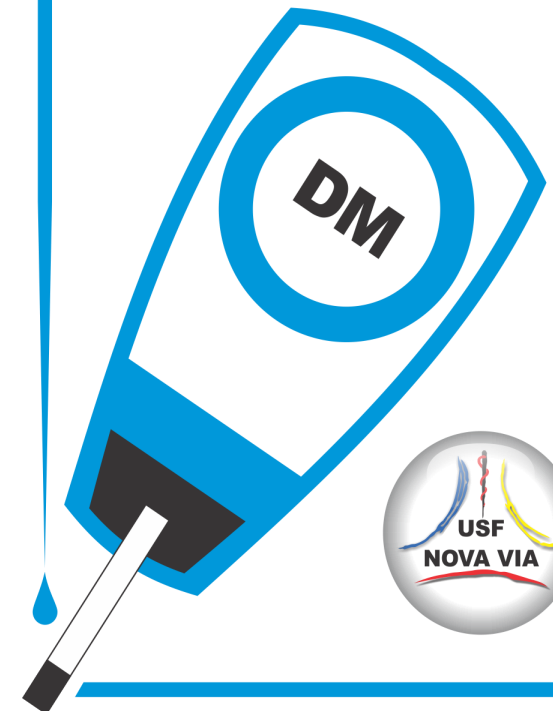
1. Primeiro, lavar as mãos
2. Depois fazer uma prega com os dedos no local escolhido
3. Colocar a caneta perpendicular (a 90 graus) em relação à pele
4. De seguida carregar no botão de injeção
5. Demora cerca de 10 segundos a administrar



Autora: Dra. Ana Sofia Esperança
Data de elaboração: Novembro de 2013
Data da próxima revisão: Novembro de 2016
Data de aprovação em Conselho Geral: Setembro de 2014
Unidade de Saúde Familiar Nova Via
Rua da Boa Nova, 325, Valadares
Tel. 22 713 74 17 / 22 713 02 06

Insulinoterapia

**DO SEU LADO
no controlo da Diabetes**



Porquê fazer insulina?

Na Diabetes há desequilíbrio, entre:

A insulina que o organismo produz



A insulina que é necessária

Tratamento da Diabetes...

Inclui vários fatores:

- Alimentação equilibrada
- Atividade física adequada às capacidades
- Manutenção de peso adequado

A grande maioria dos Diabéticos precisa também de medicação.

Podem ser necessários comprimidos, insulina ou ambos.

A Diabetes é uma doença crónica

A Diabetes evolui ao longo do tempo.

- O tratamento também se deve adaptar, caso a caso, e evoluir consigo ao longo dos anos.
- Se o tratamento com comprimidos deixar de ser suficiente, é natural que precise de insulina.

Iniciar insulina significa que estou muito mal?

Não!

- O pâncreas deixa de produzir insulina. Como tal, é necessário fornecê-la.
- A partir desse momento, a doença não vai avançar mais depressa nem mais devagar. Vai simplesmente andar melhor controlada!

Os comprimidos não funcionam para sempre.

Administrar insulina é natural, quando se é Diabético.

Se iniciar insulina, deixo os comprimidos?

- A maior parte das pessoas que inicia insulina, mantém comprimidos para a Diabetes.
- Alguns deles poderão ser reduzidos.



Dói? É complicado? Demora muito tempo?

- Geralmente associamos injeção a dor. Mas as agulhas de insulina são muito finas, quase como fios de cabelo!
- A administração de insulina requer aprendizagem e treino, que será feito com apoio do seu Médico e Enfermeiro de Família.
- Os dispositivos são práticos e fáceis de usar, permitindo a seleção exata da dose.

Com o tempo verá que administrar insulina é fácil e consome pouco tempo!

Preciso de picar o dedo?

- Através das picadas no dedo podemos saber, de imediato, o nível de açúcar no sangue.
- No início da insulino terapia, deve fazê-las regularmente.
- O seu Médico combinará consigo quando as deve fazer.



Através das picadas no dedo, o Médico pode avaliar o grau de controlo da Diabetes e ajustar a medicação.

É essencial registar os valores, e levar à consulta!