

DIABETES

**ORIENTAÇÕES BÁSICAS  
PARA OS AGENTES  
COMUNITÁRIOS DE SAÚDE**

**Governo do Estado da Bahia**

Jacques Wagner

**Secretário de Saúde do Estado da Bahia**

Jorge José Santos Pereira Solla

**Superintendência de Atenção Integral à Saúde**

Alfredo Boa Sorte

**Diretoria de Gestão do Cuidado**

Débora Carmo

**Coordenação de Rede de Cuidados Especializados**

Luana da Silveira

**Diretoria do Centro de Diabetes e Endocrinologia do Estado da Bahia**

Reine Marie Chaves Fonseca

**Equipe Técnica**

*Elaboração de Texto:* **Maria das Graças Velanes de Faria**

*Ilustração:* **André Luiz Santos Souza**

*Projeto Gráfico:* **Manoel Guimarães**

*Revisão de Texto:* **Reine Marie Chaves Fonseca**

*Normalização Técnica:* **Ivone Brito da Silva Figueredo**

**Colaboradores:**

**Amália Caldas Porto** SESAB/CEDEBA

**Júlia de Fátima Coutinho** SESAB/CEDEBA

Faria, Maria das Graças Velanes

Diabetes: Orientação Básica para os Agentes Comunitários de Saúde  
Salvador: SESAB/CEDEBA, 2001.p.il.

Diabetes. Título.

CDU: 616.379-008.64

# O que é o Diabetes?

É importante descobrir  
em sua comunidade

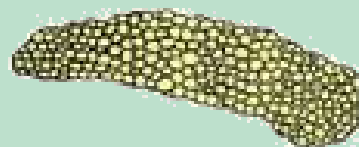


# Como surge o Diabetes?

**A Energia (força) é Vida para a Manutenção do Nosso Organismo**

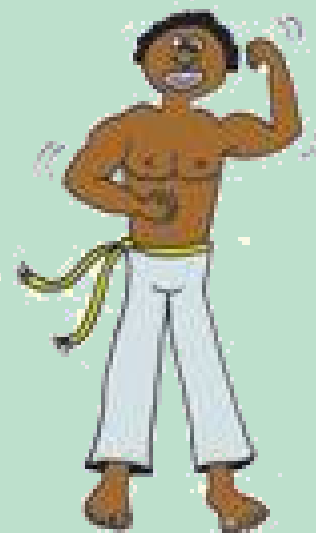


+

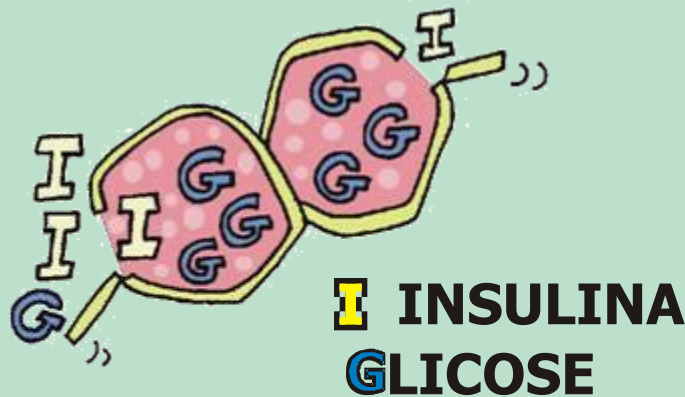


=

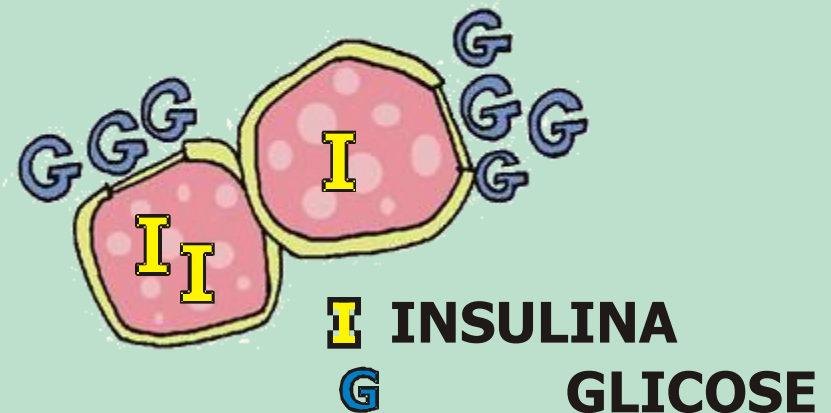
**Insulina**



# O jogo da glicemia...



A "chave" abre a porta da célula



A "chave" não consegue  
abrir a porta da célula ou  
abre com dificuldade.

**Tomando alguns cuidados o diabético pode  
levar uma vida inteiramente normal**

# Quais os Sintomas mais Freqüentes do Diabetes?



**É preciso constatar a presença de dois ou mais desses sintomas para que se possa pensar no aparecimento do diabetes.**

# Quais os Fatores de Risco para o Diabetes?



Pessoas com história familiar de diabetes.



Grávidas



Sedentários



Estressados



Portadores de Colesterol elevado



Hipertensos

Estas pessoas devem ser identificadas em sua comunidade

# Quais os Tipos mais Comuns do Diabetes?



# **Tratamento: Por Quê Investir?**

**SEMPRE**

dieta e atividade física

comprimidos e insulina

**QUANDO NECESSÁRIO**

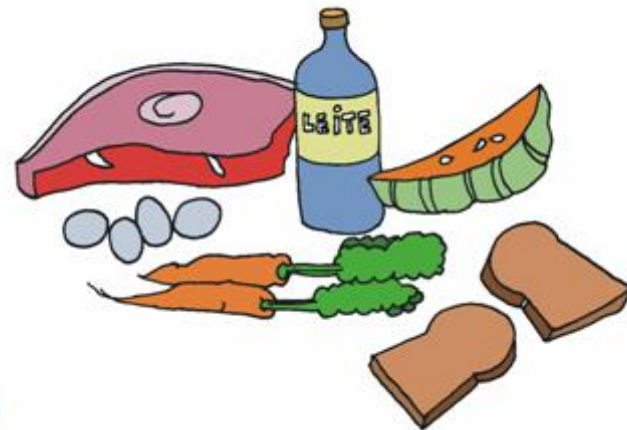
# Hábitos Alimentares: Porquê Planejar?



**Liberados**



**Não pode comer**



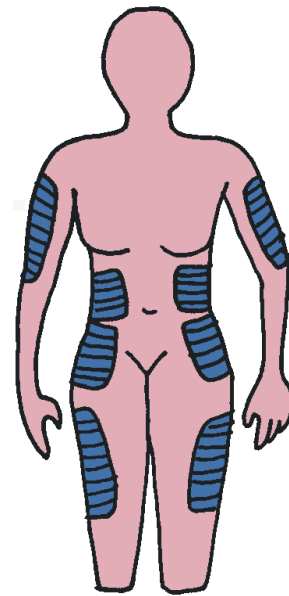
**Moderados**

**o planejamento alimentar do diabético deve ser acompanhado no seu domicílio.**

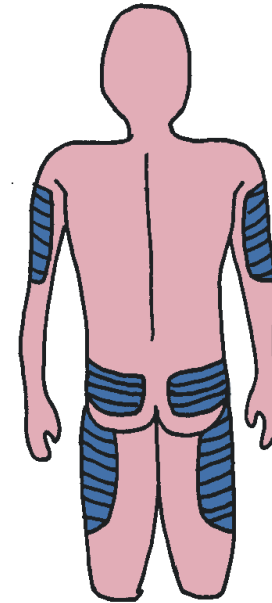
# Dicas para Controlar Melhor o Diabetes:

- Variar sempre o cardápio alimentar
- Evitar os alimentos gordurosos
- Comer alimentos ricos em fibras
- Evitar o uso de bebidas alcóolicas
- Evitar os alimentos que contenham açúcar
- Fazer as refeições e lanches em intervalos regulares.

# Quais os Medicamentos Disponíveis para o Tratamento ao Diabético?



**frente**



**costas**

# Que Tipo de Insulina o Diabético Usa com Mais Freqüência?

Encontra-se disponível nas unidades básicas de saúde apenas a insulina NPH.



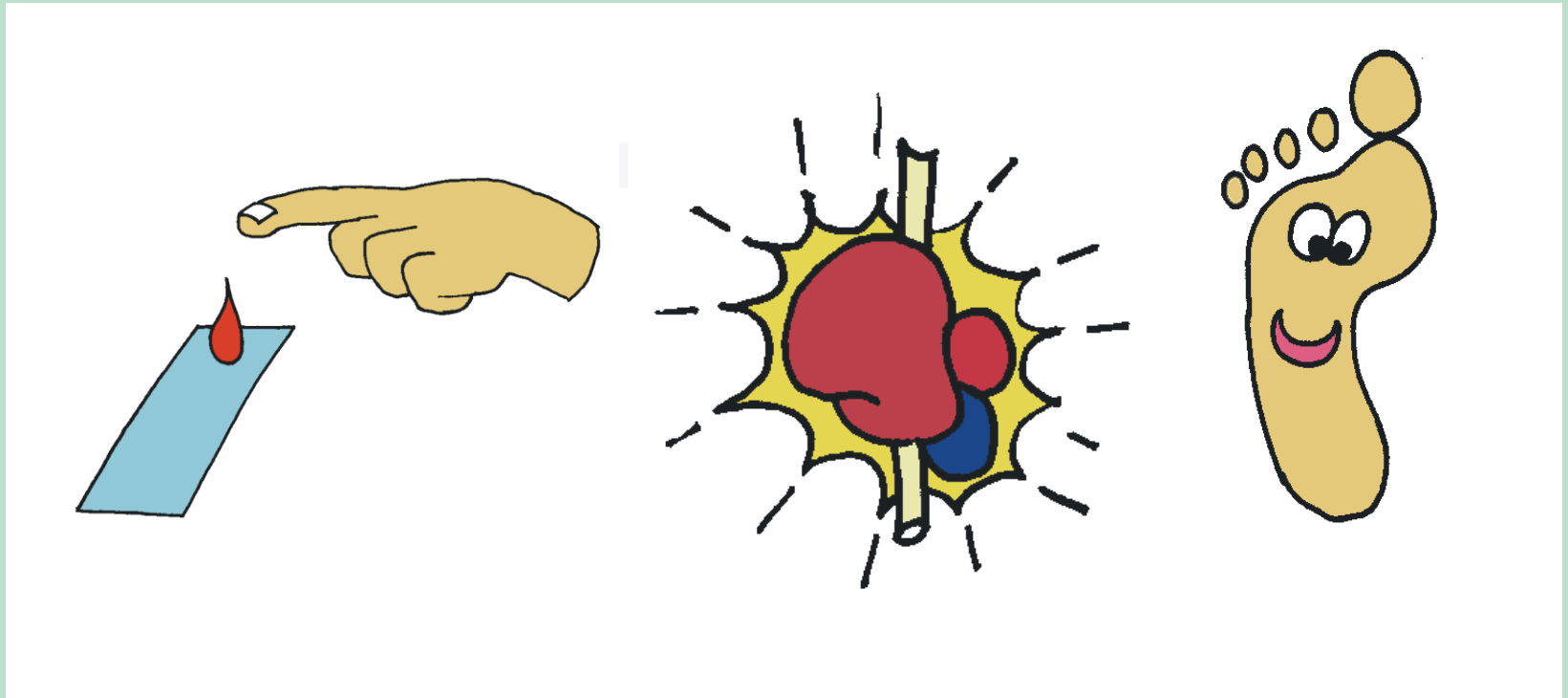
# Exercício Físico: Por Quê Praticar?



# Hipoglicemiantes Orais

- São comprimidos que ajudam a diminuir o açúcar no sangue
- Não são insulinas
- Tem a finalidade de controlar a glicemia
- Deve ser usado todos os dias, obedecendo os horários prescritos pelo médico.

# Quais as Medidas de Controle do Diabetes?



# A Meta de Controle da Glicemia Deve ser:

- Jejum 80 a 126 mg%
- Após qualquer refeição até 140 mg%

# Complicações Agudas: Por quê Atenuar?



Uso de medicação  
em excesso

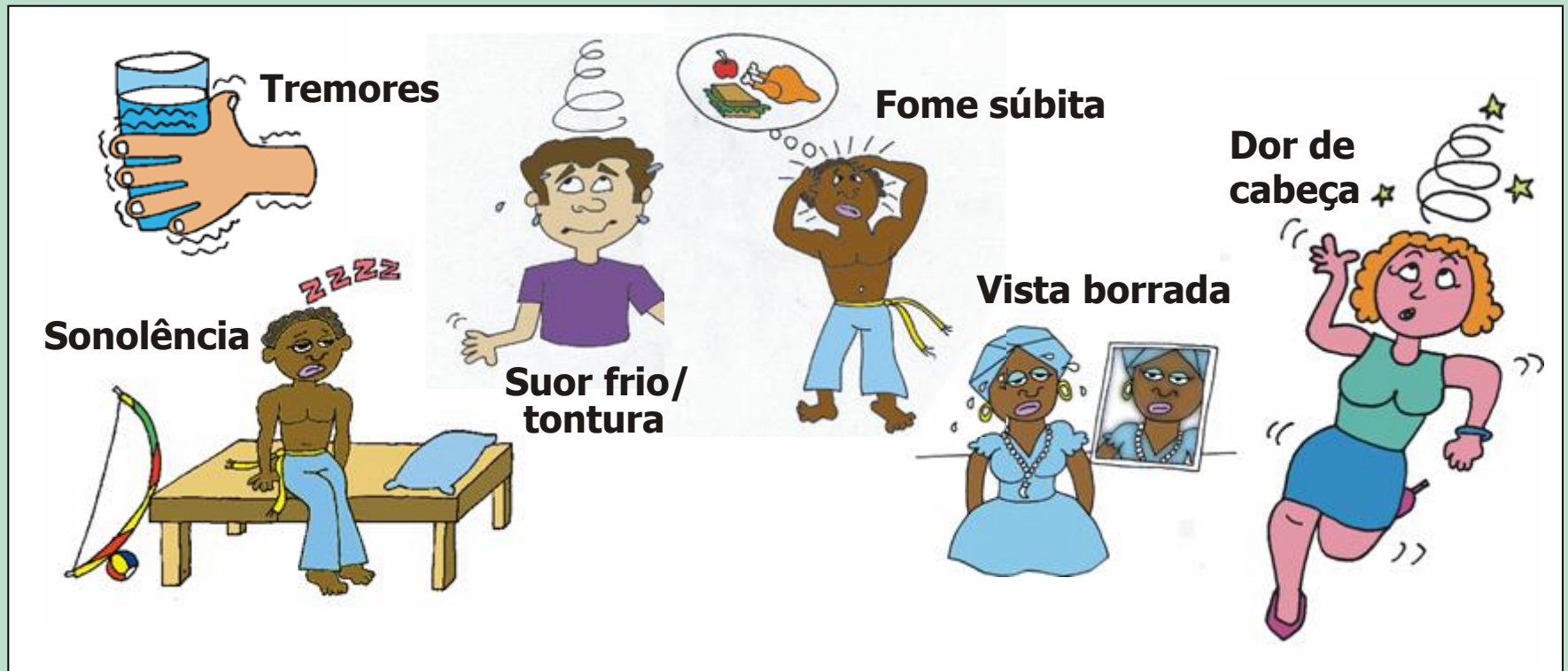


Omissão de  
refeições



Exercício  
exagerado

# O Que o Diabético Poderá Sentir?



# No Caso de Hipoglicemia, o Que Fazer?

- Não dar líquidos nem alimentos
- Passar açúcar ou mel na mucosa da boca, debaixo da língua
- Levar ao hospital de imediato



# A hipoglicemia pode ser evitada?

- Programar seus exercícios físicos
- Ingerir um lanche antes dos exercícios
- Utilizar medicações prescritas nas doses e horários corretos
- Usar sempre o **Cartão de Identificação** do diabético
- Ter sempre consigo balas, chocolates
- Não omitir os horários das refeições
- Evitar bebidas alcóolicas

**Estas informações devem ser divulgadas na sua comunidade.**

# Complicações Crônicas: Por que Prevenir?



**Doenças no  
Coração**



**Alterações  
na Visão**



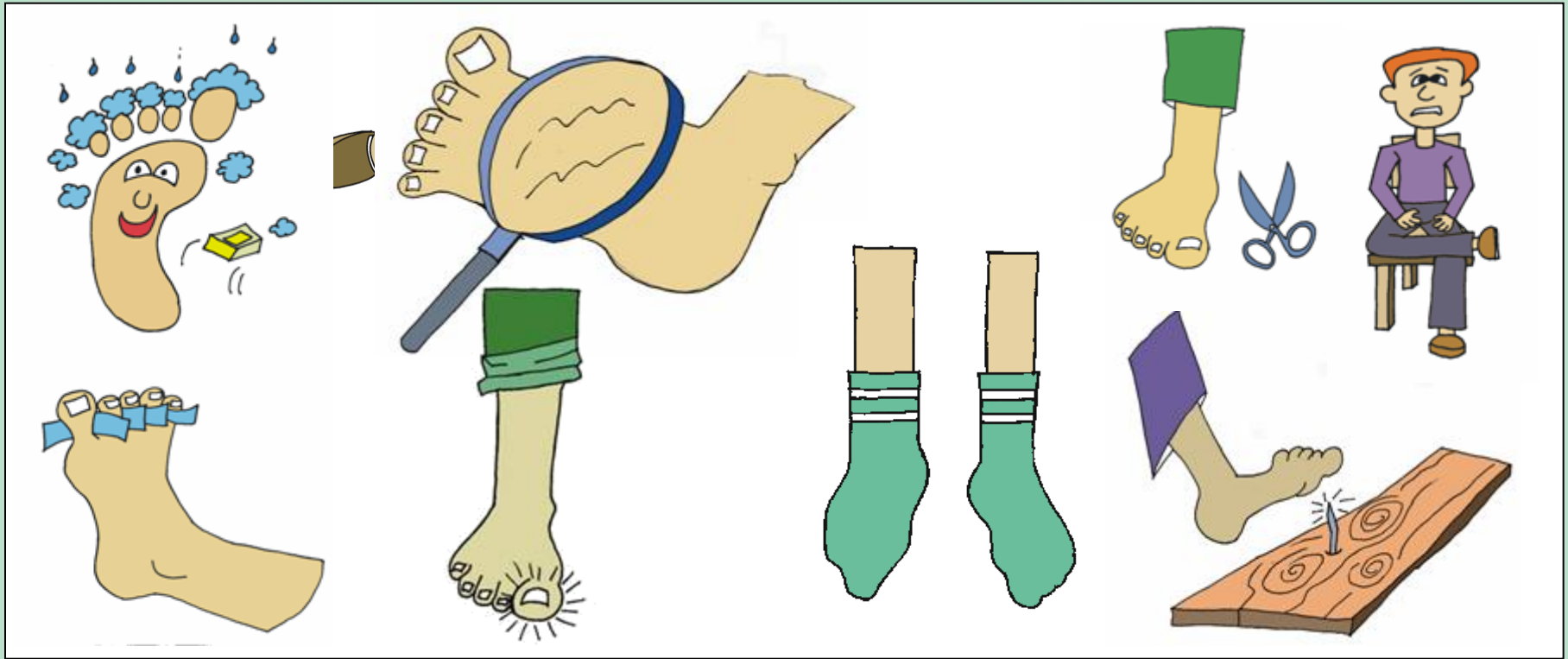
**Problemas  
nos Rins**



**Alterações  
nos Pés**

**Evitar o  
consumo  
do fumo**

# O Pé do Diabético: Cuide Bem Dele

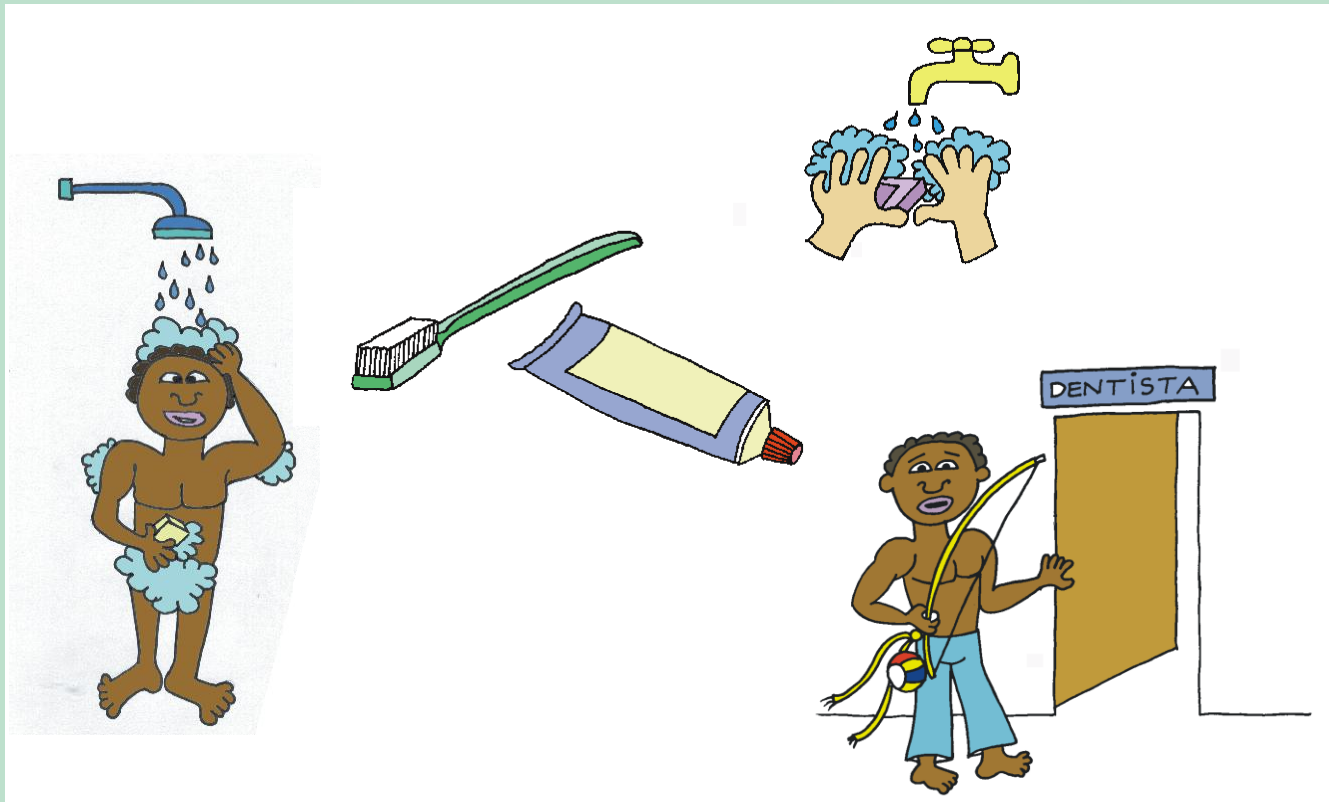


# Sinal Vermelho para o Pé do Diabético

- Usar "escalda pé"
- Retirar calos ou cortar unha com estiletos, canivetes ou lâminas.
- Colocar nos ferimentos, soluções químicas (líquidos, pomadas) pó de café ou similares



# Cuidados Higiênicos: O Que Saber?



# Situações Especiais: O Que alertar?

- **As viagens devem ser programadas. Não esquecer de levar as medicações, insulina, seringas, agulhas e algodão para o uso diário. Não expor o frasco de insulina ao sol.**
- **Não há qualquer inconveniente que o diabético receba as vacinas habituais (DPT, APO, anti-sarampo, rubéola, etc.) nos centros ou clínicas.**
- **Nas férias podem surgir mudanças no controle do diabetes, relacionadas ao grau de atividade física. Atentar para sinais de hipoglicemia.**
- **Em caso de infecções agudas como:**
  - **diarréia, gripes, etc. o açúcar no sangue pode subir. O diabético deve continuar tomando a medicação prescrita pelo médico e procurar o Centro de Saúde.**
- **A diabética pode engravidar e ter um bebê saudável. Mas a gravidez deve ser acompanhada, rigorosamente, pela equipe de saúde e programada em acordo com o seu médico.**

# Educação do diabético: Como motivá-lo?



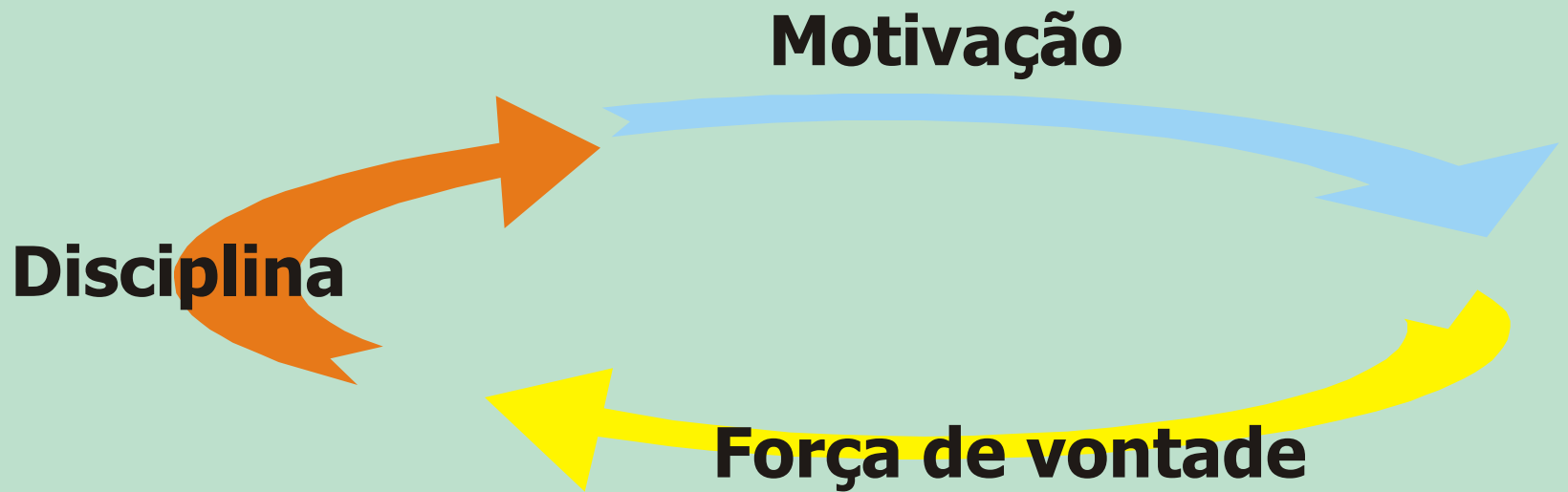
**Comemoração do dia mundial do diabetes**

**Grupos educativos para diabéticos**



**Participação em eventos festivos**

# Como a Auto-estima Favorece ao Bom Controle do Diabético?



# Referências Bibliográficas

- BAHIA. Secretaria da Saúde. Controle seu diabetes. [ Salvador] : CEDEBA, s.d. 15 p.
- BAHIA. Secretaria da Saúde. Diabético: Cuide de seus pés! [ Salvador] : CEDEBA, s.d. (folder)
- BRASIL. Ministério da Saúde. Manual de diabetes. 2 ed. Brasília: Departamento de Assistência à Saúde. Coordenação de Doenças crônico Degenerativas. 1983. 92 p.
- COSTA, Arual Augusto. Manual de diabetes. 2 ed. São Paulo: Savier, 1994. 129 p.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Convivendo com o diabetes. São Paulo, s.d. 15 p. (Fascículo 1, 2).