

A Meni explica A DIABETES



A Hipoglicemia na Diabetes



O QUE SIGNIFICA?

Tal como o nome diz (hipo = baixo, glicemia = glucose no sangue), a hipoglicemia é a descida do açúcar no sangue abaixo de um valor considerado normal (70 mg/dl).

PORQUE É IMPORTANTE?

A glucose é a principal fonte de energia que as células do organismo utilizam para o seu funcionamento. Diferentes de outras células do organismo, as do cérebro dependem de forma exclusiva do fornecimento de glucose, de modo que sofrem especialmente com a hipoglicemia, podendo dar lugar a alterações graves.

O QUE ACONTECE NO ORGANISMO?

Quando a glucose escasseia e as células do tecido nervoso não podem ser alimentadas normalmente, o organismo ativa uma série de mecanismos para se proteger da situação de perigo e para avisar a pessoa que deve atuar com rapidez. Produz-se o aumento de uma série de hormonas, como a adrenalina, o cortisol, o glucagon e a hormona de crescimento, cuja finalidade é colocar em atividade as reservas de glucose que existem fundamentalmente no fígado.

A Hipoglicemia na Diabetes



SINTOMAS

Apresentam-se de forma rápida e variam de uma pessoa para a outra. Os mais usuais são **suores, palpitações, nervosismo, sensação de fome, debilidade e modificações de comportamento**. Se a situação não for corrigida pode surgir a visão desfocada, dificuldade em falar, confusão mental e perdas de memória.

CAUSAS

A descida excessiva de glucose nas pessoas com Diabetes pode ser devida a uma **dose excessiva de insulina** ou de **comprimidos hipoglicemiantes**, por **ingestão insuficiente de hidratos de carbono** na alimentação, por **exercício físico** inadequado, ou, ainda, por uma combinação de dois ou mais destes fatores.

O QUE FAZER?

Aos primeiros sintomas de hipoglicemia deve-se tomar açúcar (1a2 pacotinhos) ou um copo (150 ml) de alguma bebida que contenha hidratos de carbono de rápida absorção (sumos de fruta). Os sintomas podem ceder em 5-10 minutos. Se ao fim deste tempo não se tiverem registado melhoras, deve repetir-se a toma de açúcar ou de sumo.

Se a hipoglicemia for grave, e acompanhada de diminuição ou perda de consciência, com necessidade de ajuda de terceiros, não se deve tentar a ingestão de açúcar, outros alimentos ou líquidos, sendo necessária a injeção de uma ampola de glucagon por via subcutânea (da mesma forma que a insulina) ou intramuscular.

O glucagon coloca em atividade as reservas de glucose do organismo e tem efeito em 5-10 minutos.

Após a recuperação deve proceder-se a **ingestão de hidratos de carbono de absorção lenta**, como pão ou bolachas. Se a situação não estabilizar, a pessoa afetada deve receber assistência médica imediata.

A hipoglicemia provocada pelos antidiabéticos orais é quase sempre mais prolongada.

Em qualquer das situações pode ser necessário o recurso a um serviço de urgência para que sejam administrados soros glicosados (com açúcar).

- Ajuste as doses dos medicamentos às suas necessidades reais.
- Mantenha um horário de alimentação tão regular quanto possível.
- Antes de exercícios físicos imprevistos, ingira quantidades moderadas de hidratos de carbono.



IMPORTANTE

É fundamental ter sempre consigo saquetas de açúcar.



Na condução e nos desportos de risco a possibilidade de hipoglicemia aumenta, de modo que o controlo da glicemia deve ser feita com frequência.

Nota: A informação contida neste folheto é complementar das recomendações fornecidas pelos profissionais de saúde e em nenhuma situação as substitui.

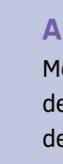
GlucoMen[®] areo Medidor de Glicemia + Cetonemia

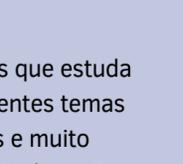


NOVO
MEDIDOR
com as
MESMAS TIRAS

Maior Simplicidade
e Fiabilidade
para pessoas
com Diabetes

- Elevada Estabilidade
- Tira Grande
- Botão de Ejeção da tira
- Números Grandes com fácil leitura
- Envio de resultados ao Profissional de Saúde

 www.glucomenday.pt
Linha de Apoio ao Utilizador: 800 200 468


Viva uma Vida Nova



A MENI EXPLICA A DIABETES

Meni é a conselheira da Menarini Diagnósticos que estuda de forma aprofundada alguns dos mais frequentes temas de saúde, e os explica de forma clara, simples e muito acessível. Nas publicações “A Meni explica a Diabetes” encontra respostas às suas perguntas e dúvidas sobre os diversos aspetos desta doença, e algumas sugestões e recomendações que ajudam a conviver melhor com a Diabetes, e a viver mais e melhor a sua vida!



www.glucomenday.pt
Linha de Apoio ao Utilizador:
800 200 468



com a colaboração da:

Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal
A mais antiga Associação de diabéticos do Mundo