

---

**DIABETES MELLITUS!  
NÓS ENFERMEIROS  
PODEMOS TIRAR SUAS  
DÚVIDAS**

---

# FICHA CATALOGRÁFICA

Ficha catalográfica elaborada na Biblioteca Setorial do CCTA da Universidade Federal da Paraíba

D536 Diabetes mellitus! Nós enfermeiros podemos tirar suas dúvidas [recurso eletrônico] / Organizadores: Aurilene Josefa Cartaxo Gomes de Arruda ... [et al.] - João Pessoa: Editora do CCTA, 2020.

Recurso digital (1,06MB)

Formato: ePDF

Requisito do Sistema: Adobe Acrobat Reader

ISBN: 978-65-5621-021-6

1. Diabetes Mellitus – Cartilha - Orientações. 2. Diabetes Mellitus – Tipos e cuidados. 3. Cuidados de Enfermagem.  
I. Arruda, Aurilene Josefa Cartaxo Gomes de.

UFPB/BS-CCTA

CDU: 616.379-008.64(075.2)

# CRENCIAIS DOS ORGANIZADORES

## **AURILENE JOSEFA CARTAXO GOMES DE ARRUDA**

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da UFPB. Doutora em Ciências da Saúde pela Fundação Oswaldo Cruz - FIOCRUZ/RJ. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especializada em: Cuidados Intensivos - UFPB; Administração Hospitalar e Sanitária UNAERP-SP; Gerenciamento dos Serviços de Enfermagem pela SOBRAGEN. Bacharel em Direito pela FAP. Líder 1 do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

## **IOLANDA BESERRA DA COSTA SANTOS**

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da UFPB. Doutora em Ciências da Saúde pela UFPB. Mestre em Enfermagem Saúde Pública pela UFPB. Especializada em Administração Hospitalar pela UNAERP-SP. Membro Pesquisadora do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

## **LEILA DE CÁSSIA TAVARES DA FONSECA**

Enfermeira. Docente do Departamento de Enfermagem Clínica do Centro de Ciências da Saúde da UFPB. Doutora em Enfermagem pela UFPB. Mestre em Enfermagem pela UFPB. Bacharel em Direito pela FESP. Líder 2 do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

## **DAIANA BEATRIZ DE LIRA E SILVA**

Enfermeira com Licenciatura Plena em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba. Pós-Graduada em Urgência e Emergência pela Especializa Saúde. Membro do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde da Pessoa em Condições Críticas da UFPB.

# AUTORES

**AURILENE JOSEFA CARTAXO GOMES DE ARRUDA**

**ANGELICA SOUSA SILVA**

**DAIANA BEATRIZ DE LIRA E SILVA**

**ERICA MARIA BELMIRO DOS SANTOS**

**IOLANDA BESERRA DA COSTA SANTOS**

**JARDELIANE MOAMA DOS SANTOS DOMINGOS**

**LEILA DE CÁSSIA TAVARES DA FONSECA**

**MAX SANTOS PINHEIRO**

**ZARQUEU MANOEL DA SILVA**

**CARTILHA VINCULADA AO GRUPO DE ESTUDOS E PESQUISA EM SAÚDE DA PESSOA EM CONDIÇÕES CRÍTICAS-UFPB**

**Caro leitor (a)...**

**Esta cartilha foi elaborada com o objetivo repassar informações e cuidados aos portadores de diabetes mellitus.**

**Está destinada a profissionais e leigos que se encontrem a serviço de pessoas ou grupo de pessoas com este tipo de problema.**

**O conteúdo aqui exposto não pretende atingir a completude dos estudos sobre esta doença.**

**Olá, somos a Amanda,  
Bruno e João. Temos  
dúvidas em relação a  
Diabetes Mellitus, vocês  
podem nos ajudar?**



**Amanda**



**Bruno**



**João**



**Enfermeiro Paulo**



**Enfermeira Fernanda**

**Olá Pessoal! Somos os enfermeiros Paulo e Fernanda. Iremos tirar todas as dúvidas em relação ao Diabetes Mellitus.**

# O que é Diabetes Mellitus?

---



Amanda



Bruno



João



**Vou explicar.**



**Enfermeiro Paulo**

---

O diabetes mellitus é uma doença causada pela produção insuficiente de insulina ou pela absorção de insulina deficiente pelo organismo, sendo a insulina o hormônio responsável por regular os níveis de glicose no sangue.

Por isso, o diabetes se caracteriza principalmente pelo aumento da glicemia, chamado hiperglicemia (aumento da glicose no sangue).

---

# Quais os tipos de Diabetes Mellitus?

---



Amanda



Bruno



João

Ótima pergunta  
pessoal.



Enfermeiro Paulo

---

**Existem dois principais tipos de Diabetes Mellitus:**

- **Diabetes tipo I**: a doença surge na infância ou adolescência, tem causas desconhecida e a melhor forma de prevenir é com hábitos de vida saudáveis (alimentação saudável, atividade física, não consumir álcool e outras drogas).
- **Diabetes tipo II**: quando o organismo não consegue aproveitar a insulina produzida, e está relacionada ao sobrepeso, sedentarismo, hipertensão arterial, hábitos alimentares inadequados.

---

**E além desses tipos de Diabetes existe o pré-diabetes que é quando os níveis de açúcar no sangue estão altos mas não tanto que caracterize uma diabetes.**

---

**Complementando  
nosso amigo Paulo.**



**Enfermeira Fernanda**

# O que muda na minha vida depois da diabetes?

---



Amanda



Bruno



João

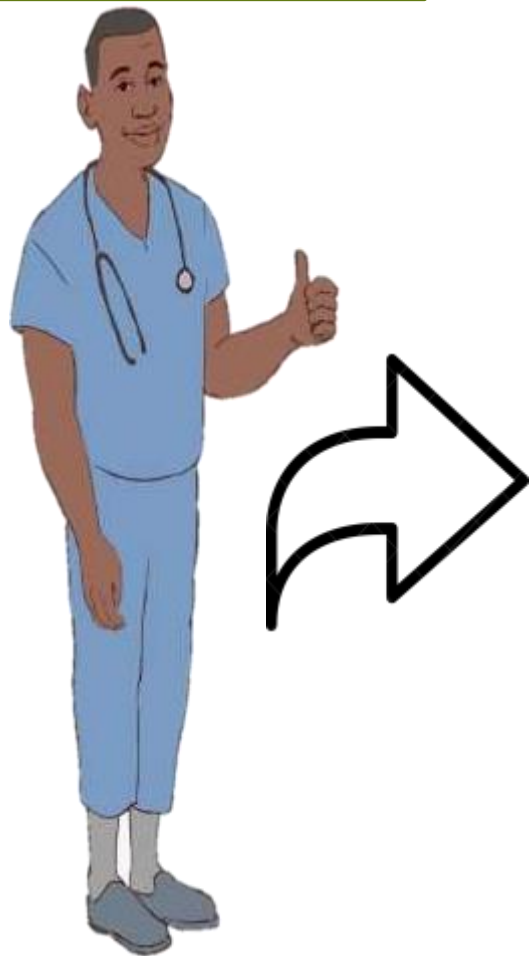
**Vou responder.**

Após receber o diagnóstico médico para diabetes, você precisa repensar seus hábitos de vida, pois com o controle da glicemia (açúcar no sangue) muitas complicações podem ser evitadas e você poderá conviver normalmente com o diabetes. Vamos às orientações?!



**Enfermeira Fernanda**

**Isso mesmo  
Fernanda,  
complementando  
suas palavras.**



**Enfermeiro Paulo**

---

O uso da medicação para controle da doença deve ser feito exatamente conforme a prescrição médica e de enfermagem de sua unidade de saúde.

---



**Enfermeiro Paulo**

---

**Outra mudança muito importante a partir de agora é a sua dieta. E isso pode ser mais simples do que você imagina!**

**Você pode conversar com a equipe de enfermagem ou médica para pedir orientações sobre os tipos de alimentos que podem ser consumidos, além de solicitar consulta com o profissional de nutrição do seu município para montar um cardápio adaptado a você, tentando atender suas necessidades nutricionais.**

---



**Isso mesmo Paulo.**

---

**A atividade física pode ser sua fiel companheira a partir de agora e com certeza lhe ajudará a manter o controle de sua glicemia e do seu peso, auxiliando evitar a obesidade, uma poderosa inimiga da nossa saúde.**

**Vamos vencer a preguiça e ganhar mais saúde!**

---



**Enfermeira Fernanda**

**Importante atentar  
para essas  
informações pessoais.**

**Observe-se!!**

Preste atenção na sua pressão arterial. A associação entre diabetes e pressão alta pode aumentar os riscos para doenças cardiovasculares.

Verifique sua pressão arterial regularmente!

Observe se os seus pés apresentam insensibilidade.



**Enfermeira Fernanda**

---

# Como posso manter o controle do açúcar no meu sangue (glicemia)?



Bruno

Ótima pergunta  
Bruno, vou te  
responder.



Enfermeiro Paulo

---

**Você deve respeitar o intervalo entre o uso de cada  
medicação, pois ao tomar os hipoglicemiantes  
(comprimidos) ou aplicar insulina (injeção  
subcutânea) em horários muito próximos, você pode  
baixar muito a quantidade de açúcar no seu sangue,  
o que não é saudável, pois o organismo sempre busca  
o equilíbrio!**

---

# Quais os malefícios da diabetes descontrolada?



Amanda



João

O diabetes, quando não é tratado corretamente, pode acabar evoluindo para formas mais graves e apresentar várias complicações entre elas:



- ❖ **Pé diabético;**
- ❖ **Problemas arteriais e amputações;**
- ❖ **Neuropatia Diabética;**

**Interessante perguntar isso Amanda e João. Vou explicar.**



**Enfermeira Fernanda**

- 
- ❖ **Doença renal;**
  - ❖ **Problemas nos olhos como: Catarata, Glaucoma e Retinopatia;**
  - ❖ **Pele mais sensível;**
  - ❖ **Alteração de humor, ansiedade e depressão.**
- 



# O que é a síndrome do pé diabético? Como evitar?

---



Amanda



Bruno



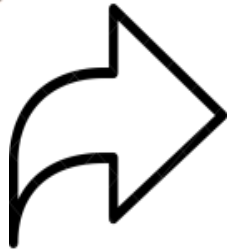
João



Ótimas perguntas  
pessoal. Vou  
responder.



Enfermeiro Paulo



---

São feridas que podem ocorrer no pé das  
pessoas com diabetes onde é difícil à cicatrização  
devido aos níveis elevados de açúcar no sangue  
e/ou circulação sanguínea deficiente.

É uma das complicações mais comuns do diabetes  
mal controlado. Sendo a maior causa de amputação  
entre os diabéticos.

---

**Complementando  
meu amigo Paulo.**

---

Para evitar, basta procurar o enfermeiro de preferência ou um médico para a realização da avaliação dos seus pés, você deve também seguir as recomendações dada pelo profissional e realizar visitas frequentes a unidade para evitar complicações futuras.

---



**Enfermeira Fernanda**

# Qual a importância da atividade física no diabetes!

---



Amanda



Bruno



João

**É de extrema importância pessoal.**

---

Recomenda-se que a prática de atividade física ocorra regularmente, pelo menos 30 minutos, três vezes na semana, com isso haverá um aumento na ação da insulina e o músculo terá sua captação de glicose também aumentada, assim ocorrerá a diminuição da glicose circulante na corrente sanguínea.

Por tanto, é fundamental a realização de atividade física para o diabético.

---



**Enfermeira Fernanda**



Enfermeiro Paulo

---

**Para que não esqueça  
de controlar suas  
medicações, sugerimos  
as anotações no mapa a  
seguir**

---



Enfermeira Fernanda

# CONTROLE DAS MINHAS MEDICAÇÕES

Nome da medicação	Horário da medicação	Quantidade de vezes ao dia medicação	Observações em relação à essa medicação

# ANOTAÇÕES IMPORTANTES




Enfermeiro Paulo

**Será que contribuímos de alguma forma, agora ponham em prática os ensinamentos.**

---



Enfermeira Fernanda



## Referências

BANDEIRA, F.; COSTII, B. B.; PIMENTEL, L. B. Griz, L. H.M.; PITALUGA, M. M. Diabetes e doença cardiovascular. In: BANDEIRA, F. **Protocolos clínicos em endocrinologia e diabetes**. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. cap. 3, p. 28-33.

Brasil. Ministério da Saúde.. **Manual do pé diabético**: estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília, 2016. Disponível em:

<<http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2016/abril/07/Manual.pe.diabetico.pdf>.> Acesso em: 28 de Jan. 2020.

Brasil. Ministério da Saúde. **Diabetes** (diabetes mellitus): Sintomas, Causas e Tratamentos. Secretaria de Atenção à Saúde. Brasília, 2017. Disponível em: <<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/diabetes>.> Acesso em: 31 de Jan. 2020.

LIMA, L. R.; CORREIA, A. G.; BANDEIRA, F. Aspectos gerais do diagnóstico e tratamento do diabetes melito tipo 2. In: BANDEIRA, F. **Protocolos clínicos em endocrinologia e diabetes**. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. cap. 1, p. 3-17.