

O Agente Comunitário de Saúde e o Diabetes



“Autorizamos a reprodução e divulgação deste material educativo, por qualquer meio convencional ou eletrônico, desde que não haja alterações de conteúdo e que seja citada a fonte.”

R484a Ribeiro, Stefâne Amorim; Soares, Aleida Nazareth; Moreira, Alexandra Dias; Reis, Janice Sepúlveda; Murta, Tatiane Géa Horta.

O agente comunitário de saúde e o diabetes. / Stefâne Amorim Ribeiro; Aleida Nazareth Soares; Alexandra Dias Moreira; Janice Sepúlveda; Tatiane Géa Horta. – Belo Horizonte/MG, 2018.

28 f., il.

Orientador: Tatiane Géa Horta.

Co-orientadora: Alexandra Dias Moreira.

Instituto de Ensino e Pesquisa Santa Casa BH, 2018.

1. Diabetes Mellitus. 2. Estudos de validação. 3. Materiais de ensino. 4. Agente comunitário de saúde. I. Ribeiro, Stefâne Amorim; Soares, Aleida Nazareth; Moreira, Alexandra Dias; Reis, Janice Sepúlveda; Murta, Tatiane Géa Horta. II. Título. III. Grupo Santa Casa de Belo Horizonte. IV. IEP.

616.462

O Agente Comunitário de Saúde e o Diabetes

AUTORES:

Stefãne Amorim Ribeiro

Prof^a. Dr^a Aleida Nazareth Soares

Prof^a. Dr^a Alexandra Dias Moreira

Prof^a. Dr^a Janice Sepúlveda Reis

Prof^a. Dr^a Tatiane Géa Horta Murta

COLABORADOR:

Prof^o. Adilson Adriano Miranda Braga

APRESENTAÇÃO

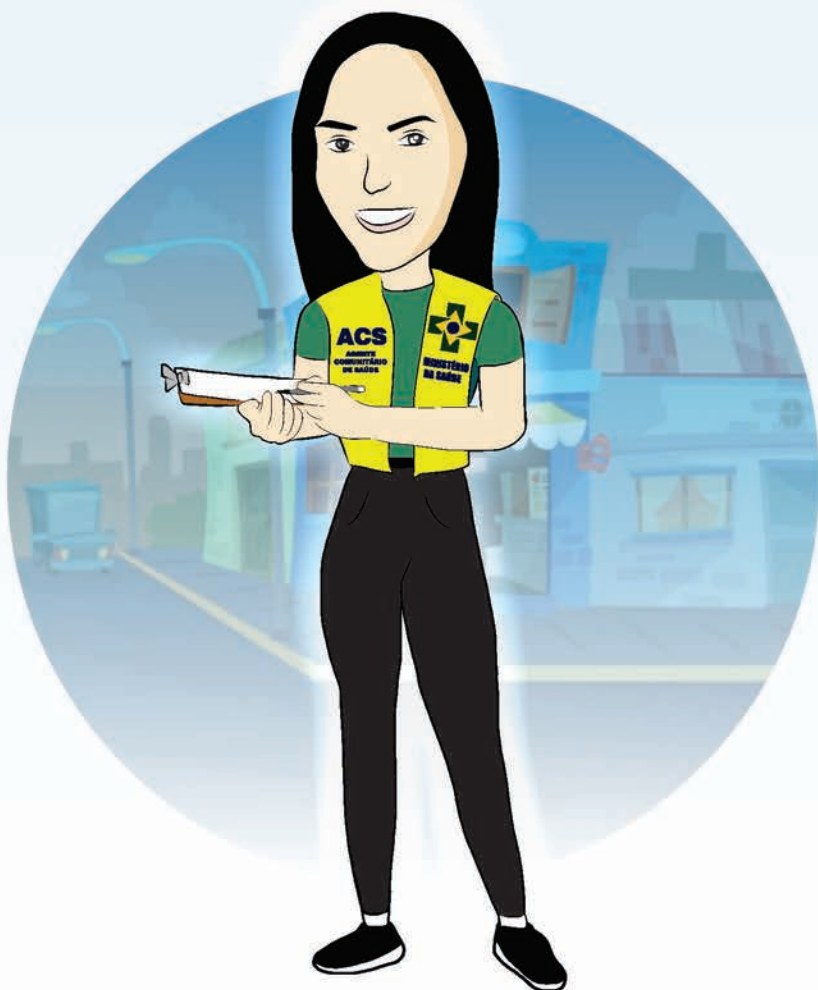
Este material é uma produção do Mestrado Profissional em Educação em Diabetes da Santa Casa BH. Foi elaborado para oferecer informações sobre diabetes para os Agentes Comunitários de Saúde (ACS).

Prof^ª. Dr^ª Janice Sepúlveda Reis
Endocrinologista, Coordenadora do Mestrado Profissional
em Educação em Diabetes da Santa Casa BH.

SUMÁRIO

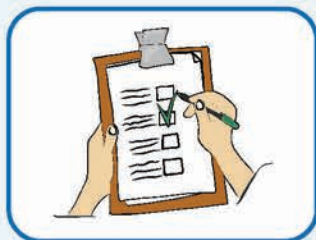
Agente Comunitário de Saúde (ACS)	06
Funções do ACS	07
Diabetes	08
Fatores de risco	09
Exames diagnósticos	10
Glicemia capilar	11
Hiperglicemia	12
Hipoglicemia	13
Cuidados com a insulina	14
Descarte dos materiais utilizados	15
Atividade física	16
Frequência das consultas	17
Vacinas	18
Complicações do diabetes	19
Prevenção das complicações do diabetes	20
Cuidados com os pés	21
É importante saber!	22

Agente Comunitário de Saúde (ACS)



O seu trabalho é essencial no acompanhamento das pessoas com diabetes.

Funções do ACS junto às pessoas que têm diabetes



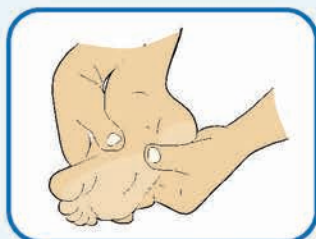
Identificar e cadastrar as pessoas com diabetes que moram na sua área.



Realizar a visita domiciliar pelo menos uma vez por mês.



Procurar por pacientes que não comparecem às consultas.



Estimular o autoexame dos pés todos os dias.



Divulgar como funciona a Unidade Básica de Saúde da sua área: como são feitos os grupos, consultas, renovação de receita, etc.

O que é Diabetes?

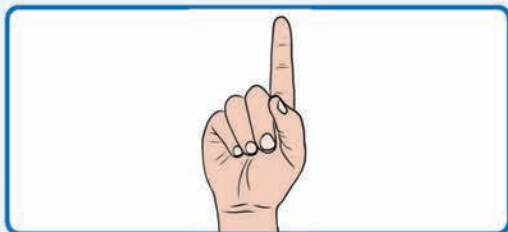
É o aumento da glicose no sangue.

Ocorre devido à falta ou dificuldade da insulina para exercer a sua função.

Quais são os principais tipos de diabetes?

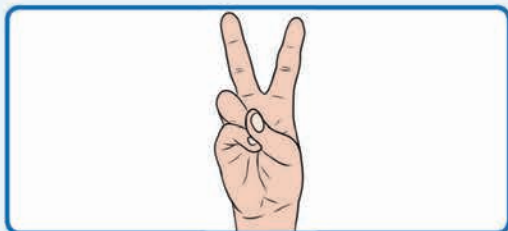
Diabetes Tipo 1

É caracterizado pela falta de produção de insulina pelo pâncreas.



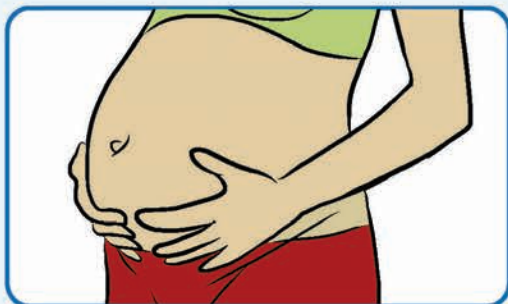
Diabetes Tipo 2

Há produção de insulina, porém é insuficiente e/ou não age como deveria.



Diabetes Gestacional

É um tipo de diabetes que surge durante a gravidez e pode desaparecer após o parto.



Quais são os fatores de risco para ter diabetes?



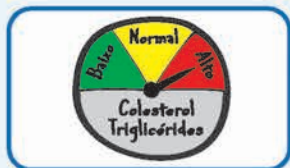
Estar acima do peso.



Pré-diabetes.



Hipertensão.



Colesterol e triglicérides altos.



Pais ou irmãos com diabetes.



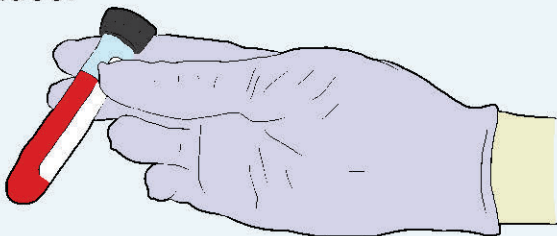
Bebê com peso superior a quatro quilos ao nascer.



Diabetes gestacional.

Quais exames são feitos para saber se a pessoa tem diabetes?

É avaliada a glicose no sangue através da coleta no laboratório. As pessoas são diagnosticadas com diabetes com os seguintes resultados:



- Glicose em jejum maior ou igual a 126 mg/dL em dois exames;
- Glicemia a qualquer hora do dia maior que 200 mg/dL com sintomas;
- Hemoglobina glicada maior ou igual a 6,5%.

Hemoglobina glicada é a média da glicose nos últimos 90 a 120 dias.

Teste Oral de Tolerância à Glicose (TOTG) é a glicemia 2 horas após a ingestão de dextrosol. Dextrosol é uma substância que tem açúcar.

O que é teste de glicemia capilar?

É a coleta de sangue na ponta do dedo. O sangue é colocado em uma fita de teste que será avaliada pelo glicosímetro.

O ACS deve orientar a pessoa a anotar os valores da glicose e levar às consultas.



O que é hiperglicemia?

É a glicose alta para a idade:

Crianças: maior que 180 mg/dL em jejum e 2 horas após alimentação.

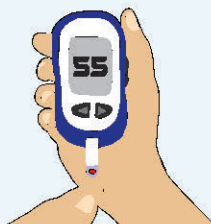
Adolescentes e adultos: maior que 130 mg/dL em jejum e 180 mg/dL 2 horas após alimentação.

O que a pessoa pode sentir quando a glicose está alta?



O que é hipoglicemia?

É a glicose menor que 70 mg/dL para todas as idades.



Quais são os sintomas?



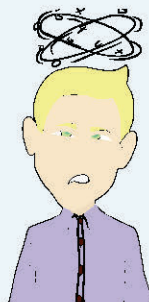
TREMORES



**CORAÇÃO
ACCELERADO**



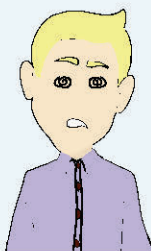
**SUOR
FRIO**



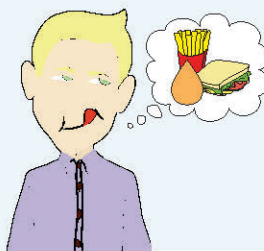
TONTEIRA



ANSIEDADE



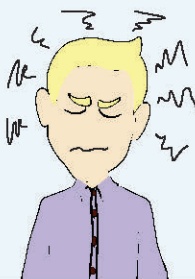
**VISÃO
BORRADA**



FOME



**FRAQUEZA E
CANSAÇO**



**DOR DE
CABEÇA**



**NERVOSO
OU CHATEADO**

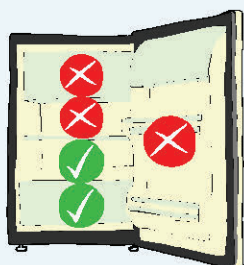
Como orientar o armazenamento das insulinas?



Manter as insulinas em uso na temperatura até 30°C ou na geladeira.



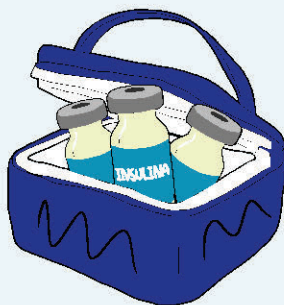
A insulina em uso deve ser utilizada por 30 a 60 dias de acordo com o fabricante.



A insulina não utilizada deve ficar na geladeira na gaveta de verduras ou na prateleira acima.

Não deve ser colocada na porta devido à variação de temperatura, nem próximo ao congelador.

Como orientar o transporte de insulina?



Em viagens, a insulina deve ser levada na bagagem de mão.

A insulina pode ser transportada em recipiente de isopor com gelo ou bolsa térmica. Não deixar o gelo em contato com a insulina.

Como orientar o descarte dos materiais utilizados?

Seringas, agulhas, lancetas e fitas de teste devem ser jogadas em um recipiente rígido e com tampa. Nunca devem ser jogados no lixo doméstico.

Quando o recipiente estiver cheio, deve ser levado a uma unidade de saúde onde será descartado da forma correta.



Quais os benefícios da atividade física?



- ✓ Controle da glicose;
- ✓ Controle do peso;
- ✓ Redução dos níveis de colesterol e triglicérides;
- ✓ Melhora da autoestima e qualidade de vida;
- ✓ Controle da pressão arterial.

**É recomendado realizar no mínimo
150 minutos de atividade física por semana.**

Como orientar a frequência das consultas para as pessoas com diabetes?



Clínico Geral ou Endocrinologista

A cada três meses, ou de acordo com a necessidade.



Enfermeiro

Pelo menos uma vez ao ano.



Exame dos pés

Pelo menos uma vez ao ano.



Nutricionista

Pelo menos uma vez ao ano.



Psicólogo

De acordo com a necessidade.



Cardiologista

Pelo menos uma vez ao ano.



Dentista

Pelo menos uma vez ao ano.



Educador físico

De acordo com a necessidade.



Oftalmologista

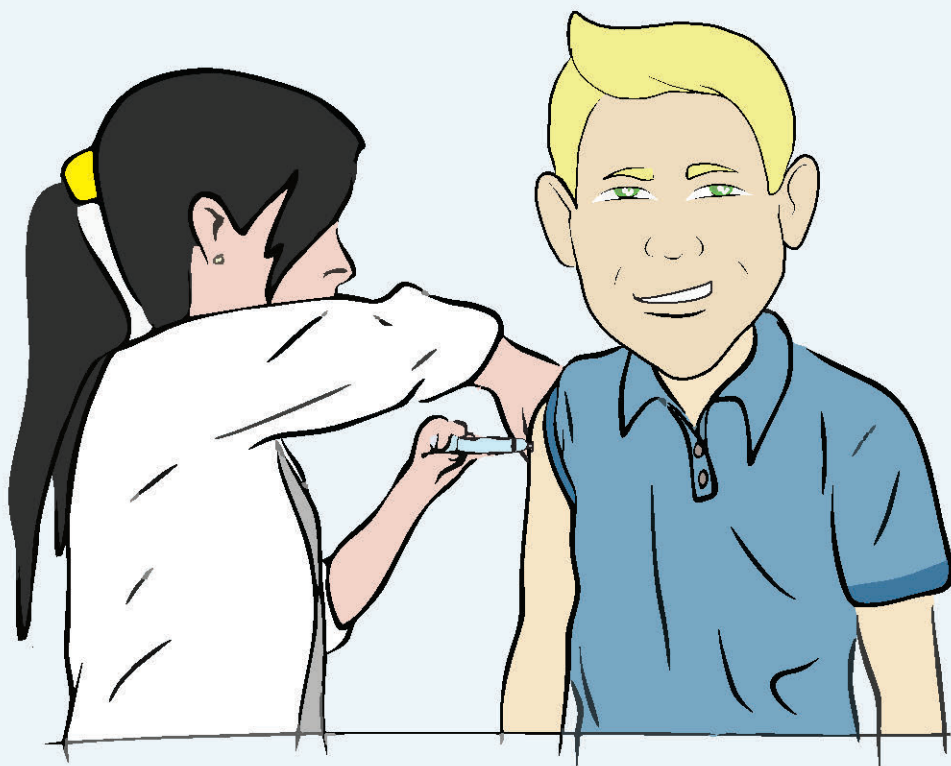
Pelo menos uma vez ao ano.

Como orientar as vacinas para as pessoas com diabetes?

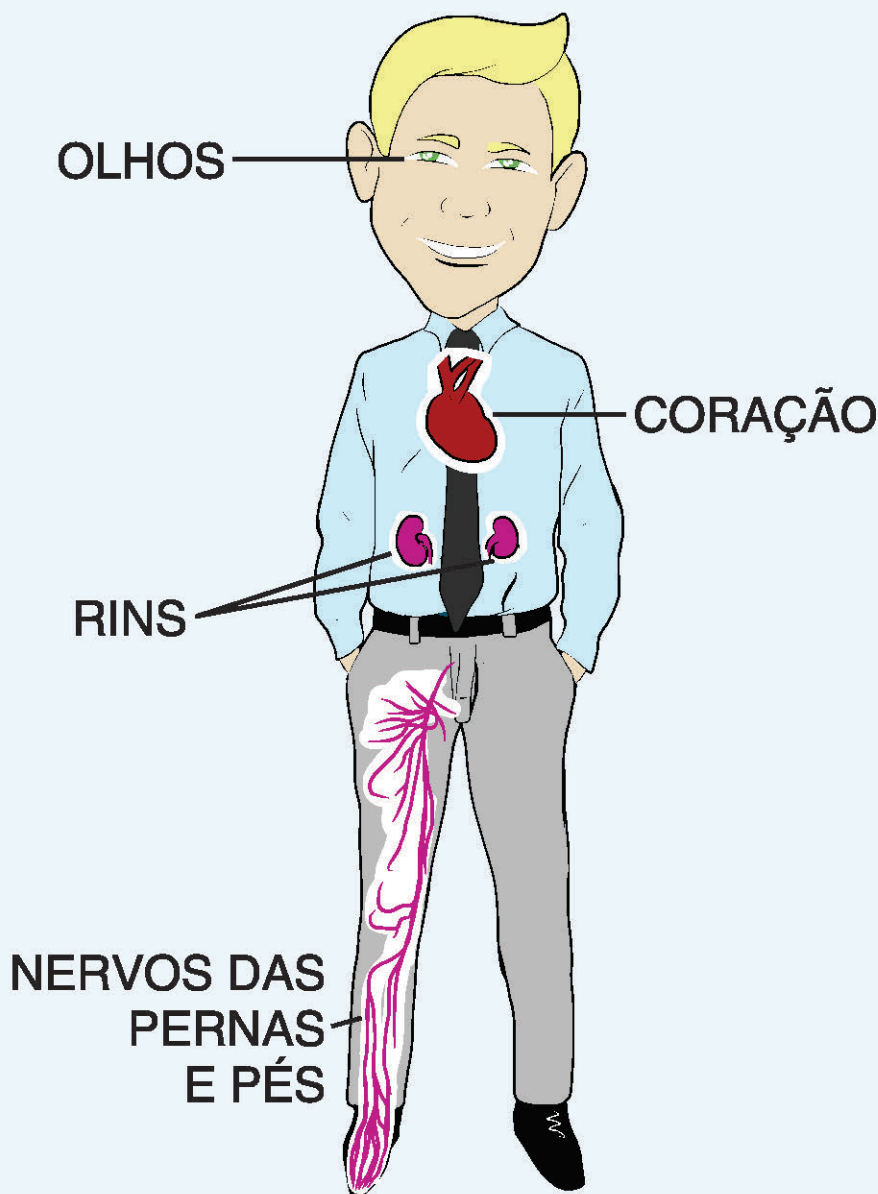
Além das vacinas do calendário, elas devem receber:

- Vacina contra a pneumonia

- Vacina contra a gripe



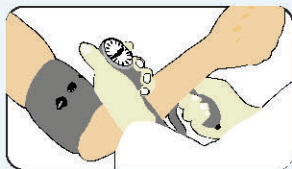
Quais são os principais locais do corpo que podem ser afetados pelo diabetes?



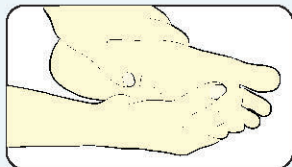
Como prevenir as complicações do diabetes?



Controlar a glicose.



Controlar a pressão arterial.



Cuidar dos pés.



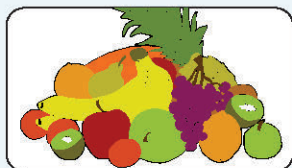
Manter o peso ideal.



Não fumar.



Praticar atividade física.



Ter uma alimentação adequada.

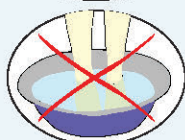
Como orientar o cuidado com os pés?



Olhar os pés todos os dias. Procurar rachaduras, bolhas, inchaços, feridas entre os dedos, inflamações ou mudança de cor.



Lavar os pés todos os dias com sabonete neutro e água morna ou fria. Nunca usar água quente.



Nunca deixar os pés de molho.



Enxugar bem os pés, principalmente entre os dedos.



Lixar as unhas dos pés em linha reta. Não cortá-las e não tirar cutículas.



Não andar descalço, mesmo dentro de casa.



Aplicar creme hidratante nos pés e nunca entre os dedos.



Utilizar meias de algodão, sem costura, sem elástico e trocá-las diariamente.



Não cortar calos e verrugas.

É importante saber!

A pessoa que tem diabetes deve aferir a pressão arterial. Se durante três dias diferentes o valor for igual ou maior que 140 x 90 mmHg, terá o diagnóstico de hipertensão arterial.

São fatores de risco para ter hipertensão:



Ter diabetes.



Estar acima do peso.



Não praticar atividade física regularmente.



Fumar.



Ter uma alimentação inadequada.



Consumir bebidas alcoólicas.



Ter familiares hipertensos.

Referências:

Brasil. Lei nº 10.507, de 10 de julho de 2002. Cria a profissão de agente comunitário de saúde, e dá outras providências. Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília, 11 jul. 2002. Seção 1.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia Prático do Agente Comunitário de Saúde/Ministério da Saúde. Brasília: 2009.

Brasil. Ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. O trabalho do Agente Comunitário de Saúde. Brasília: 2009.

Sociedade Brasileira de Diabetes. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes: 2015-2016. São Paulo (Brasil): AC Farmacêutica; 2016.

GRUPO SANTA CASA BH

Provedor

Saulo Levindo Coelho

Diretor Executivo

Porfírio Marcos Rocha Andrade

Diretor do Instituto de Ensino e Pesquisa Santa Casa BH

Erlon Campelo Câmara

Coordenação Mestrado Profissional em Educação em Diabetes

Prof^a. Dr^a. Janice Sepúlveda Reis

Ilustrações e design

Daniel Douglas de Souza Amorim

Instituto de Ensino e Pesquisa Santa Casa BH
Rua Domingos Vieira, 590, Santa Efigênia
Belo Horizonte/MG – CEP 30150-240
santacasabh.org.br

