

## **DIABETES: ATENÇÃO ÀS EMERGÊNCIAS**



A maioria das pessoas com diabetes mantêm o nível de glicose no sangue em limites próximos ao normal com alguns cuidados apropriados. Mas também precisam estar alerta a problemas graves que podem ocorrer tanto pela falta quanto pelo excesso de glicose no sangue. Hipoglicemia, glicose

muito baixa no sangue, é um efeito colateral de alguns hipoglicemiantes (medicamentos para baixar a glicose no sangue) e pode ocorrer com jejum prolongado ou durante exercícios ou esforços físicos. O nível de glicose também pode ficar perigosamente alto levando a problemas como a cetoacidose ou ao coma hiperosmolar.

### **Hipoglicemia**

Hipoglicemia é um problema em potencial para pessoas que tomam insulina ou vários dos outros medicamentos hipoglicemiantes usados para tratar o diabetes, incluindo as sulfonilureias ou as glinidas, estando ou não associadas a outros medicamentos.

A hipoglicemia é menos frequente nos diabéticos tipo 2 do que nos do tipo 1, mas pode ser muito grave quando ocorre. O açúcar no sangue pode se tornar anormalmente baixo quando a dose de medicamento estiver muito alta, ou durante exercícios, ou quando a ingestão de carboidratos for muito baixa, ou por atraso ou perda de uma refeição, ou por uma combinação desses fatores.

A busca mais agressiva por níveis normais de glicose para controle do diabetes pode aumentar o risco de hipoglicemia. A hipoglicemia habitualmente desperta alertas em muitos órgãos e sistemas. O cérebro, que depende quase exclusivamente de glicose como fonte de energia para funcionar, é especialmente sensível à falta de açúcar. A queda da glicose no sangue estimula o sistema nervoso autônomo e produz sintomas semelhantes a um ataque de ansiedade.

A secreção de epinefrina (adrenalina) causa sudorese, tremores, palpitações, sensação de leveza no cérebro, cefaleia e fome. A liberação de epinefrina é uma resposta corretiva, não apenas por causar fome, mas por promover produção de glicose pelo fígado. Se a hipoglicemia não for tratada rapidamente, ela pode afetar a função cerebral levando a turvamento da visão, empastamento da voz, confusão mental, beligerância, agressividade, comportamento semelhante à embriaguez, perda da consciência, desmaio, descerebração (semelhante a uma convulsão), coma e morte.

Se estiver dirigindo e sentir ou perceber algum desses sinais, pare imediatamente! Providencie algo com açúcar para ingerir e aguarde melhorar para continuar a viagem.

Nem todos sentem tais sinais e sintomas e pode ser difícil distinguir a hipoglicemia de um momento de ansiedade. Beta bloqueadores usados para tratar hipertensão arterial ou doença cardíaca podem mascarar os sintomas o que pode resultar em hipoglicemia mais grave. Bebida alcoólica também pode mascarar sintomas de hipoglicemia. Caso ocorra durante o sono pode ser percebido apenas por suor indevido, pesadelos, despertar súbito por cefaleia muito intensa. É muito importante estar atento a esses sinais e sintomas de hipoglicemia que podem rapidamente produzir complicações muito graves.

É melhor prevenir a hipoglicemia do que tratar. As pessoas que tomam insulina podem apresentar hipoglicemia em algum momento, em especial por mudanças

na alimentação como deixar de fazer alguma refeição. Se toma bebidas alcoólicas, se alimenta frequentemente de forma irregular ou tem doença grave nos rins ou fígado está correndo risco maior, devendo vigiar com maior atenção aos sinais da hipoglicemia.

### **Tratando açúcar baixo no sangue**

Mesmo sendo uma ótima ideia realizar uma dosagem de glicose no sangue, se houver suspeita de hipoglicemia pode não dar tempo de chegar a um local com o recurso ou esperar pelo resultado da dosagem. Uma vez que apresente qualquer sinal ou sintoma suspeito, inicie imediatamente o tratamento. Siga as recomendações de protocolos para diabéticos: coma 15 gramas de glicose e espere 15 minutos, os alimentos abaixo podem fornecer os 15 gramas de carboidrato:

- 3 tabletes ou blisters de glicose;
- 1/2 copo (cerca de 100 ml) de suco de fruta ou de refrigerante com açúcar;
- 1 copo (cerca de 200 ml) de leite;
- 6 ou 7 balas duras adoçadas com açúcar;
- 2 colheres de sopa de passas ou frutas secas;
- 1 colher de sopa de açúcar.

Após a ingestão do alimento, espere em torno de 15 minutos. Se não sentir nenhuma melhora após estes 15 minutos, repita o tratamento e espere mais 15 minutos. Feito isso, procure dosar a glicose no sangue para verificar se está em nível seguro. Em seguida, o paciente deve ser levado imediatamente a um serviço médico de urgência.

### **Cetoacidose diabética**

Cetoacidose diabética é a situação em que o açúcar no sangue chega a níveis muito altos. É mais comum em pessoas com diabetes tipo 1 do que as do tipo 2.

Ela ocorre quando a insulina cai a nível criticamente baixo; com frequência quando uma aplicação não é realizada ou quando a quantidade é pequena para uma dada circunstância ou por um período de doença, estresse, ou tratamento. Doenças, estresse e alguns tratamentos aumentam a vulnerabilidade por causa de mudanças na produção de hormônios. Esta mudança pode se opor à ação da insulina, causando insuficiência relativa da mesma, necessitando de correção temporária com aumento da dose de insulina tomada.

Com o nível baixo de insulina as células não conseguem absorver a glicose do sangue para produzir energia. Para obter a energia necessária elas passam então a “quebrar” a gordura armazenada. Um subproduto natural dessa “quebra” das gorduras são substâncias ácidas chamadas cetonas. Por não conseguir metabolizar com a velocidade suficiente, as cetonas vão se acumulando na corrente sanguínea, tornando o sangue acidótico (de onde vem o termo cetoacidose). O acúmulo de glicose no sangue também provoca uma excreção renal rica em glicose, que por sua vez carrega grande quantidade de água, causando desidratação.

Sintomas de cetoacidose:

- Aumento da sede;
- Aumento da frequência e volume de urina (polaciúria e poliúria);
- Respiração rápida (hiperventilação);
- Náusea e vômito;
- Fadiga;
- Dor abdominal;
- Hálito “azedo”, cetônico ou acidótico.

Com a progressão dessas condições, a desidratação levará à queda da pressão arterial e isto pode evoluir para confusão mental e coma se a glicemia se tornar extremamente alta. Como os sinais de alerta se desenvolvem ao longo de vários dias, uma dosagem de glicose pode apontar níveis em elevação com risco

crescente de cetoacidose. Também pode ser detectado o risco de cetoacidose por monitoramento de cetonas na urina, o que pode ser facilmente feito em casa com testes à venda em farmácias; e deve ser feito o teste cutâneo de glicemia que pode mostrar elevação anormal. Algum sinal ou sintoma ou doença pode apontar risco de descompensação, em especial sintomas gastrointestinais como dor abdominal, náusea ou vômito. Nestes casos, procure uma equipe assistencial, pois o tratamento poderá necessitar de maiores cuidados como aplicação de doses de insulina repetidas ou contínua, administração de fluidos e eletrólitos intravenosos e correção da acidose. Cetoacidose não tratada pode ser fatal.

### **Coma hiperosmolar**

Raramente pode ocorrer elevação de níveis de glicose no sangue até atingir níveis extremamente altos (acima de 800mg/dl). Esse quadro leva à desidratação grave, confusão mental e coma. Ocorre com maior frequência em idosos que não reconhecem a tempo os sinais e sintomas de estresse, doença ou mudanças que sugiram hiperglicemia, permitindo a elevação a níveis extremos de glicose. Por vezes, informar os sintomas se torna difícil devido a um derrame prévio ou demência, por exemplo.

Com a piora do problema, ocorre sonolência, confusão mental, desmaio e queda da pressão arterial, que evoluem levando ao coma hiperosmolar. Esta rara condição que ocorre mais em idosos com diabetes tipo 2, pode ser fatal. Ela requer hospitalização e tratamento em UTI (unidade de tratamento intensivo) e pode ser evitada com o monitoramento da glicemia e firme aderência ao programa de tratamento.

Se você é portador de diabetes ou tem em sua casa alguma pessoa em tratamento, fique atento às recomendações deste artigo e siga as orientações da equipe assistencial.



Prevenir ou detectar e tratar precocemente as situações de emergência é muito importante para evitar agravos, complicações, internações, coma e morte. Se tiver dúvidas quanto ao tipo de diabetes ou qualquer dúvida quanto às recomendações procure uma equipe assistencial.

**Se você está fazendo tratamento de diabetes, mantenha essas recomendações próximas a você, facilmente acessíveis e visíveis.**

**Isto pode salvar a sua vida!**