

Como o diagnóstico é feito

Aula educativa existente • revisão médica final pendente. Não altera prescrição.

O diagnóstico de diabetes depende de exames de laboratório interpretados por um profissional de saúde. Nesta aula, você vai conhecer esses exames e os valores que a equipe usa como referência. Lembre-se: a tabela é educativa, não serve para você se diagnosticar.

Os exames de laboratório

Glicemia de jejum: mede a glicose no sangue depois de pelo menos 8 horas sem comer.

Hemoglobina glicada (HbA1c): mostra uma média aproximada da glicose dos últimos 2 a 3 meses. Não precisa de jejum.

Teste oral de tolerância à glicose (TTGO): a pessoa colhe sangue em jejum, toma uma bebida padronizada com 75 g de glicose e colhe de novo depois de 2 horas, em repouso, no laboratório.

A refeição comum do dia a dia não é TTGO. Medir a glicose depois do almoço com o aparelho não equivale a esse exame.

Quando um resultado alterado precisa ser confirmado

Em uma pessoa sem sintomas, um único resultado alterado precisa ser confirmado. A confirmação pode ser feita repetindo o exame ou com outro exame diferente, conforme a avaliação da equipe. Por isso não é verdade que sempre são necessários 'dois jejuins'.

Quando a pessoa tem sintomas clássicos — muita sede, muita urina, perda de peso sem explicação — ou está em uma crise de glicose alta, uma glicemia casual (colhida a qualquer hora) de 200 mg/dL ou mais no sangue do laboratório pode bastar para o diagnóstico.

Os limites da hemoglobina glicada

A HbA1c é muito útil, mas pode ficar enganosa em algumas situações: anemias, transfusão de sangue recente, algumas alterações da hemoglobina (hemoglobinopatias), gravidez, doença renal avançada, entre outras.

Nesses casos, a equipe pode preferir outros exames. Se você tem alguma dessas situações, vale contar na consulta.

Aparelho e sensor não fazem diagnóstico

O glicosímetro (aparelho de ponta de dedo) e o sensor de glicose são ferramentas de acompanhamento. Eles são muito úteis no tratamento, mas não substituem os exames de laboratório para diagnosticar diabetes.

Se uma medida no aparelho de alguém da família deu alta, o caminho é procurar a unidade de saúde para fazer os exames adequados.

Sem diagnóstico automático: Nenhum formulário ou tabela desta plataforma faz diagnóstico. Resultados devem ser interpretados pela equipe de saúde.

mg/dL: Miligramas por decilitro. É a unidade em que a glicose costuma ser informada no Brasil.

HbA1c: Hemoglobina glicada. Mostra uma média aproximada da glicose de 2 a 3 meses.

TTGO: Teste oral de tolerância à glicose, feito no laboratório com uma bebida padronizada de 75 g de glicose.

Glicemia casual: Glicose medida em qualquer horário, sem precisar de jejum.

O que vale lembrar

- O diagnóstico usa exames de laboratório: glicemia de jejum, hemoglobina glicada e TTGO.
- Sem sintomas, um resultado alterado precisa ser confirmado.
- Aparelho e sensor acompanham o tratamento, mas não fazem diagnóstico.

Atividade opcional • uma pequena ação

Se você tem exames antigos, anote as datas e os resultados na planilha 'Meus exames' do seu caderno. Não tente interpretar sozinho: leve a planilha para a consulta.

Perguntas comentadas • não bloqueiam o estudo

Medir a glicose 2 horas depois do almoço com o aparelho é igual ao TTGO?

Alternativa: Sim, é a mesma coisa.

Não. O TTGO é feito no laboratório, com uma bebida padronizada de 75 g de glicose e coleta de sangue venoso.

Resposta adequada: Não. O TTGO usa uma bebida padronizada no laboratório e o aparelho não faz diagnóstico.

Isso. A refeição comum varia muito, e o aparelho serve para acompanhamento, não para diagnóstico.

Alternativa: Só se o almoço tiver arroz e feijão.

Nenhuma refeição comum substitui o TTGO, independentemente do cardápio.

Uma pessoa sem sintomas teve um único resultado alterado. O que costuma acontecer?

Alternativa: O diagnóstico já está fechado.

Em pessoas sem sintomas, um resultado alterado precisa ser confirmado antes do diagnóstico.

Resposta adequada: A equipe confirma com repetição ou outro exame, conforme a avaliação.

Correto. A confirmação pode ser com o mesmo exame ou com outro, e não precisa ser sempre 'dois jejuns'.

Alternativa: A pessoa pode ignorar, porque não tem sintomas.

Não ter sintomas não quer dizer que está tudo bem. O resultado merece confirmação e conversa com a equipe.

Fontes do conteúdo existente

Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes — Diagnóstico de diabetes mellitus

<https://diretriz.diabetes.org.br/diagnostico-de-diabetes-mellitus/>

American Diabetes Association — Diagnosis

<https://diabetes.org/about-diabetes/diagnosis>