

Glicose alta, dias de doença e urgências

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

A glicose pode subir por vários motivos: infecção, alguns remédios, insulina insuficiente ou estresse. Na maioria das vezes, isso se resolve com acompanhamento. Mas algumas situações são urgências. Esta aula fica sempre aberta para consulta.

Sinais de glicose alta

Muita sede, urinar muito, cansaço, visão embaçada e boca seca podem indicar glicose alta.

Infecções, alguns medicamentos (como corticoides), estresse e insulina insuficiente podem elevar a glicose.

Não ter sintomas não garante que esteja tudo bem: por isso o acompanhamento é importante.

Cetoacidose e estado hiperosmolar

Cetoacidose diabética: acontece quando falta insulina. O corpo passa a produzir cetonas em excesso e o sangue fica ácido. É mais comum no tipo 1, mas pode ocorrer no tipo 2 e com remédios SGLT2 — às vezes sem glicose extremamente alta.

Estado hiperosmolar: glicose muito alta com desidratação importante, mais comum no tipo 2, especialmente em idosos.

As duas são emergências e precisam de atendimento no hospital.

Quando procurar atendimento imediato

Vômitos que não param, dor abdominal, respiração profunda ou rápida, sonolência, confusão, desmaio, ou não conseguir beber líquidos: procure atendimento imediato ou ligue 192. Não espere um valor de glicose nem a próxima aula.

Dor no peito e sinais de AVC (boca torta, fraqueza de um lado do corpo, fala alterada) também são urgência.

Urgência: procure atendimento agora: Vômitos persistentes, dor abdominal, respiração rápida ou profunda, sonolência, confusão, desmaio, não conseguir beber líquidos, dor no peito ou sinais de AVC: ligue 192 ou vá ao pronto-socorro.

Dias de doença: ter um plano por escrito

Quando você fica doente (gripe, diarreia, infecção), a glicose pode mudar bastante. Cada pessoa precisa de um plano individual, combinado com a equipe e por escrito, com: com que frequência medir a glicose e, se indicado, as cetonas; como se hidratar, respeitando restrições de rins ou coração; quando entrar em contato com a equipe; e o que fazer com cada remédio.

Esta plataforma não indica pausas ou ajustes de remédios. Essas decisões são da sua equipe.

Quando falar com a equipe rapidamente

Se a glicose continua alta apesar de seguir o plano, ou se o aparelho mostra 'HI' (valor alto demais para medir), entre em contato com o serviço de saúde prontamente.

Nenhum número no aplicativo 'libera' você de procurar ajuda. Se você está passando mal, procure atendimento.

Hiperglicemia: Glicose alta no sangue.

Cetonas: Substâncias produzidas quando o corpo usa gordura como combustível por falta de insulina.

HI: Mensagem do aparelho quando a glicose está acima do que ele consegue medir.

O que vale lembrar

- Vômitos persistentes, dor abdominal, respiração rápida, confusão ou não conseguir beber: atendimento imediato.
- Cetoacidose pode ocorrer no tipo 2 e com SGLT2, mesmo sem glicose muito alta.
- Tenha um plano de dias de doença por escrito e o contato da equipe à mão.

Atividade opcional • uma pequena ação

Preencha no caderno o cartão de contato da equipe: nome da unidade, telefone, horário de atendimento e o que fazer fora do horário. Peça à equipe seu plano de dias de doença por escrito.

Perguntas comentadas • não bloqueiam o estudo

Pessoa com diabetes tem vômitos que não param e respiração rápida, com glicose 190 mg/dL. O que fazer?

Alternativa: Esperar, porque a glicose não está tão alta.

A cetoacidose pode acontecer sem glicose muito alta, especialmente com SGLT2. Os sinais importam mais que o número.

Resposta adequada: Procurar atendimento imediato.

Correto. Vômitos persistentes e respiração rápida são sinais de urgência.

Alternativa: Fazer exercício para baixar a glicose.

Exercício não é tratamento para glicose alta com mal-estar.

Sobre os dias de doença, o que é correto?

Alternativa: Existe uma regra igual para todos sobre parar os remédios.

Não existe regra única. O plano é individual e definido pela equipe.

Resposta adequada: É importante ter um plano individual por escrito, combinado com a equipe.

Isso. Peça seu plano e guarde junto com o cartão de contato.

Alternativa: Basta esperar passar.

Dias de doença podem mudar muito a glicose. Siga o plano e procure ajuda se piorar.

Fontes do conteúdo existente

CDC — Managing sick days

<https://www.cdc.gov/diabetes/living-with/managing-sick-days.html>

CDC — Diabetic ketoacidosis

<https://www.cdc.gov/diabetes/about/diabetic-ketoacidosis.html>

Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes — Manejo do diabetes mellitus tipo 2

<https://diretriz.diabetes.org.br/manejo-do-diabetes-mellitus-tipo-2/>