

Valores de referência			
Glicémia	Ótimo	Aceitável	Mau
Em jejum	70-110 mg/dl	111-125mg/dl	> 126 mg/dl
Após refeições	100-140 mg/dl	141-199 mg/dl	> 200 mg/dl

Sinais de hipoglicémia

- Fome súbita
- Tremores
- Suores frios
- Sensação de fraqueza
- Dores de cabeça

O que fazer?

- Avaliar a glicémia capilar
- Ingerir bebida açucarada/açúcar se se confirmar hipoglicémia

Sinais de hiperglicémia

- Urinar em excesso
- Excesso de sede
- Boca seca
- Perda de peso

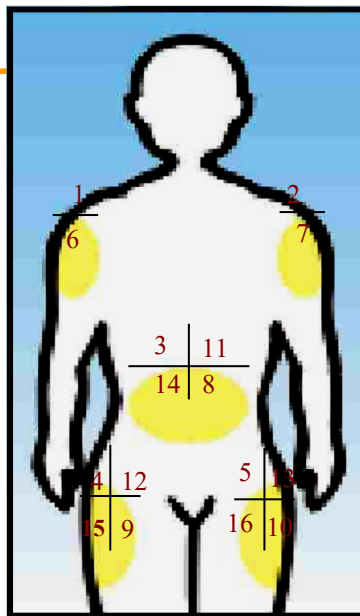
O que fazer?

- Avaliar a glicémia capilar
- Administrar insulina se se confirmar hiperglicémia

- Se persistir perfil hiperglicémico contactar médico para ajustar ou ligar 112.

Recomendações

- **Alterne as zonas de administração** seguindo o sentido dos ponteiros do relógio
- **Crie um esquema rotativo das zonas de injeção** (exemplo no esquema abaixo; se administrar dois tipos de insulina prefira o abdómen para a insulina rápida e as coxas e os antebraços para a insulina lenta)
- **Espace os pontos de injeção** dois dedos, quando administrar na mesma zona
- **Conserve a insulina** no frigorífico e, depois de aberta, a uma temperatura inferior a 25C



Avaliação da glicemia capilar Administração de insulina



UNIDADE DE CONVALESCENÇA

Hospital Nossa Senhora D'Assunção — Seia
Rua D. Alexandrina Soares de Albergaria - 6270-498
SEIA
Tel: 238320726 - Fax: 238320788
e-mail: enfermagemcc@ulsguarda.min-saude.pt

Avaliação da glicemia capilar

1. Preparar o material

- Compressas e desinfetante/ álcool
- Lanceta
- Máquina de avaliação da glicemia capilar
- Fitas de avaliação da glicemia capilar
- Contentor para agulhas usadas
- Saco do lixo

2. Lavar e secar as mãos

3. Ligar a máquina de avaliação da glicemia capilar e conectar a respetiva fita

4. Escolher a zona da picada: bordo lateral da polpa dos dedos

5. **Desinfetar a zona da picada** numa só passagem com a algodão embebido em álcool e deixar secar completamente

6. **Colocar a lanceta junto ao dedo** e pressionar o botão para a picada



7. **Espremer ligeiramente** o dedo, sem tocar no local da picada, até formar uma gota de sangue

8. **Aproximar a fita à gota de sangue** até a fita ficar preenchida

9. Fazer compressão do local da picada com compressa

10. **Verificar o valor no visor** da máquina e efetuar o seu **registo**



Colocar lanceta no contentor de agulhas usadas

Administração de insulina

1. Preparar o material

- Seringa, agulha e insulina ou caneta de insulina pré carregada
- Contentor para agulhas usadas
- Compressas
- Álcool
- Saco do lixo

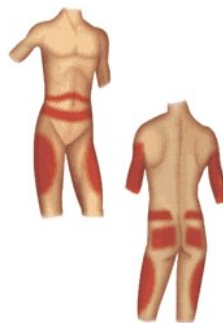


2. Lavar e secar as mãos

3. **Utilizar** a caneta de insulina pré carregada devidamente preparada com as unidades a administrar

4. Zonas de administração:

- face anterior da coxa
- parte anterior e superior do braço
- abdómen (a cerca de quatro dedos do umbigo)



5. **Desinfetar a zona da picada** numa só passagem com a compressas embebidas em álcool

6. **Ao administrar a insulina colocar a caneta perpendicularmente (90°) sob a pele** e empurrar o êmbolo. Deve escolher a agulha adequada à sua estrutura física

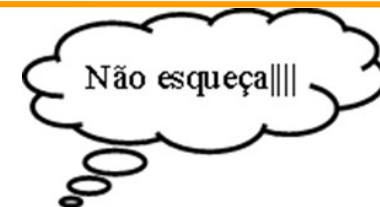


7. **Fazer uma prega**, pegando na pele com o dedo polegar e o dedo médio sem atingir o musculo

8. Retirar a caneta de insulina num movimento rápido, passados 7 a 10 segundos do fim da injeção



9. Largar a prega, somente após retirar a agulha e aplicar compressão ligeira no local da picada



Mude a agulha da sua seringa de 3/3 dias e SOS

10. Colocar a agulha no contentor para agulhas usadas quando trocar de caneta e em SOS.

Quando cheio entregue na farmácia

