

DIÁRIO DE REGISTRO

DE

glicemia

Nome: _____

Endereço: _____

Telefone: _____

Em caso de emergência, avisar:



INSTITUTO DA
Criança
COM DIABETES

Aqui se aprende a voar

Ambulatório/Marcação de Consulta:

☎ 51 3357.2630 / 3357.2697

Hospital-Dia/Hot-line:

☎ 51 3357.2698

Endereço: Rua Álvares Cabral, 529

Cristo Redentor, Porto Alegre/RS

institudacrianacomdiabetes





História da Águia

A águia empurra gentilmente seus filhotes para a beirada do ninho.

Seu coração maternal se acelera com as emoções conflitantes, ao mesmo tempo em que ela sente a resistência dos filhotes aos seus persistentes cotucões:

“Por que a emoção de voar tem que começar com o medo de cair?“, ela pensou. Esta questão secular ainda não estava respondida para ela...

Como manda a tradição da espécie, o ninho estava localizado bem no alto de um pico rochoso, abaixo dele, apenas o abismo e o ar para sustentar as asas dos filhotes.

“E se justamente agora isto não funcionar?“, ela pensou.

Apesar do medo, a águia sabia que aquele era o momento. Sua missão

maternal estava prestes a se completar. Restava ainda uma tarefa final... o empurrão.

A águia tomou-se da coragem que vinha de sua sabedoria interior. **Enquanto os filhotes não descobrirem suas asas, não haverá propósito para sua vida.** Enquanto não aprenderem a voar, não compreenderão o privilégio que é nascer uma águia.

O empurrão era o maior presente que ela podia oferecer-lhes. Era seu supremo ato de amor. E então, um a um, ela os precipitou para o abismo... e eles voaram!

Texto extraído do livro de Tom Chung

Metas glicêmicas

= Glicosímetro =

Glicemia Capilar (GC): 70-180 mg/dL

(Idealmente: 70-140 mg/dL)

= Monitorização contínua =

>70% do Tempo no Alvo (70-180 mg/dL)

Hiperglicemia **nível 1:** <25% do Tempo (>180 mg/dL)
nível 2: <5% do Tempo (>250 mg/dL)

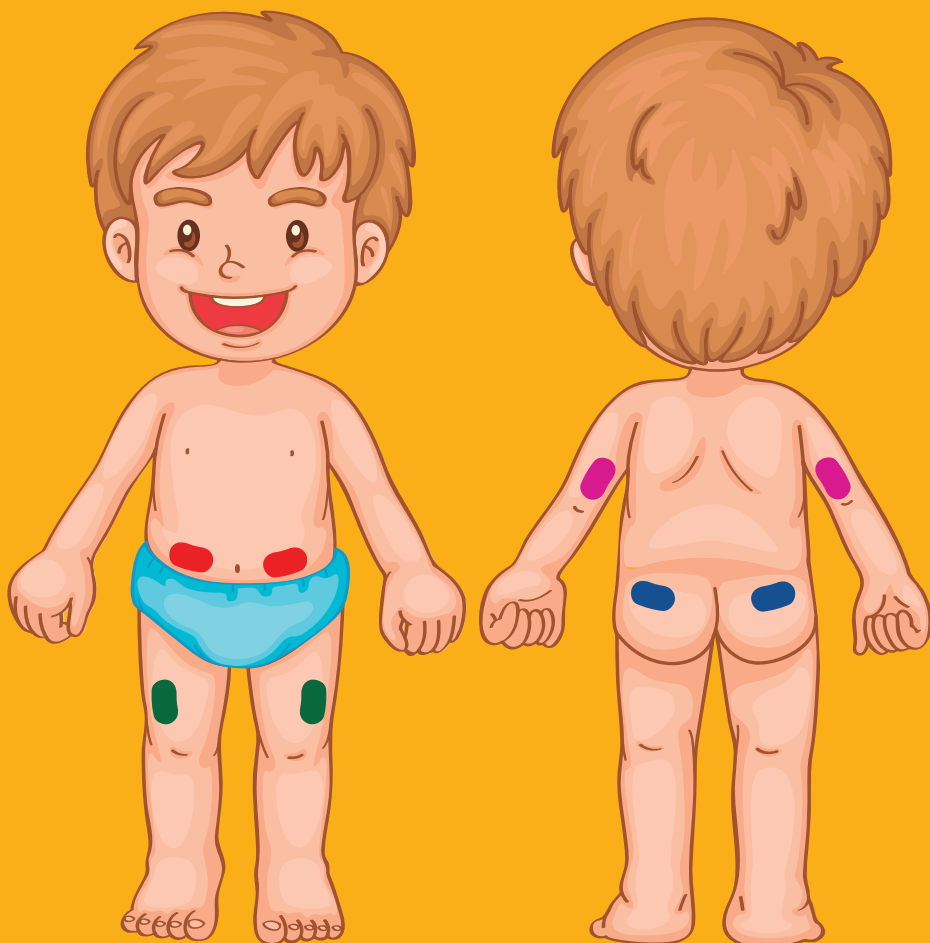
Hipoglicemia **nível 1:** <4% do Tempo (<70 mg/dL)
nível 2: <1% do Tempo (<54 mg/dL)

Metas de Hemoglobina Glicada (HbA1c): < 7%

Locais de aplicação



insulina



Lembrete: realizar rodízio dos locais conforme orientação!

Conduta *em* hipoglicemia

Lembrete: higienizar as mãos para realizar glicemia capilar

Utilizar carboidrato de absorção rápida

	Nível 1: Glicose < 70 até 54mg/dL	Nível 2: Glicose < 54mg/dL
Pré-escolar (até 5 anos):	3-5g 5g = 1 colher de chá de açúcar diluída em água ou 1 colher de chá de mel.	6-10g 10g = 2 colheres de chá de açúcar diluídas em água ou 2 colheres de chá de mel.
Escolar (6 a 10 anos):	7-10g 10g = 1 colher de sobremesa de açúcar diluída em água ou 1 colher de sobremesa de mel.	14-20g 20g = 2 colheres de sobremesa de açúcar diluídas em água ou 2 colheres de sobremesa de mel.
Adolescentes e Adultos:	10-15g 15g = 1 colher de sopa de açúcar diluída em água ou 1 colher de sopa de mel ou 150ml de refrigerante normal (não diet) ou 150ml de suco (não diet).	20-30g 30g = 2 colheres de sopa de açúcar diluídas em água ou 2 colheres de sopa de mel.

Nível 3: evento grave com alteração mental e/ou física e que requer assistência de terceiros

- Pegar, com o dedo, mel ou açúcar (1 ou 2 colheres de sopa) e passar na parte interna da bochecha e gengiva do paciente ou aplicar ½ a 1 ampola de glucagon (Glucagen®) intramuscular ou subcutâneo, conforme orientação médica.
- Após melhora dos sintomas e normalização da glicose, liberar a refeição.
- Se não houver melhora ou se tiver crise convulsiva ou perda de consciência, **procurar atendimento médico de urgência.**

Em todas as situações **aguardar 10-15 minutos, refazer o teste de glicemia** e, quando a glicemia estiver > 70mg/dL, **oferecer alimento.**

Conduta *em* hiperglicemia

Se glicose persistente maior ou igual a 250 mg/dL

- Hidratar via oral.
- Entrar em contato com a equipe do ICD para ajustes de doses de insulina.

Sinais de alerta de Cetoacidose

- Respiração rápida e profunda
- Hálito de cetona
- Vômitos frequentes
- Confusão mental

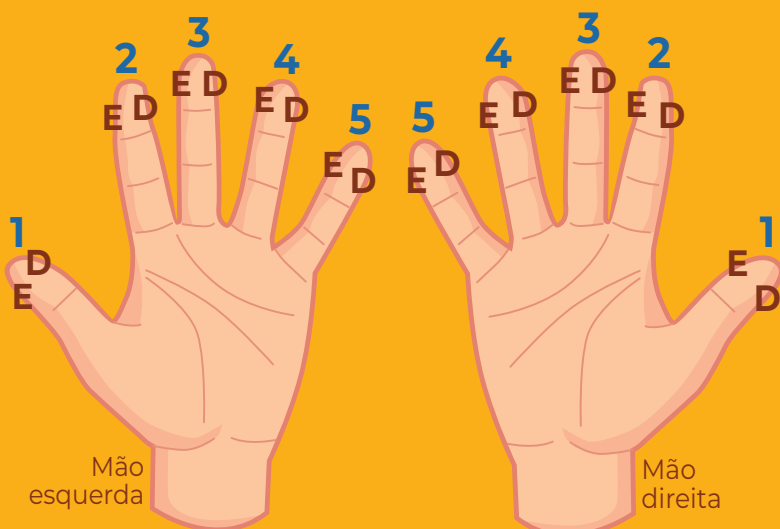
PROCURAR
ATENDIMENTO
DE URGÊNCIA

Como realizar rodízio *de*

PONTA DE DEDOS

- 1 Polegar
- 2 Indicador
- 3 Médio
- 4 Anelar
- 5 Mínimo

E: Esquerdo
D: Direito



Formas doar para o ICD

Doação Direta

Você pode doar em dinheiro diretamente em uma das contas do ICD ou via PIX.

Via PIX:

02774358000105
(Chave PIX CNPJ)

Via transferência bancária:

Banco do Brasil nº001

Agência 2375-2
Conta Corrente 6456-4
CNPJ 02.774.358/0001-05

Banco Bravisul nº041

Agência 077
Conta Corrente 06.0423500-1
CNPJ 02.774.358/0001-05

Nota Fiscal Gaúcha

Nota Fiscal Gaúcha é um programa que, por meio de sorteios de prêmios mensais e descontos no IPVA, visa incentivar os cidadãos e cidadãs a solicitar a inclusão do CPF na emissão do documento fiscal no ato de suas compras, bem como conscientizá-los sobre a importância social do tributo.

- 1 - Cadastre-se pelo site <https://nfg.sefaz.rs.gov.br>;
- 2 - Escolha o Instituto da Criança com Diabetes como entidade beneficiada;
- 3 - Solicite a inclusão do nº CPF em todas as suas compras (Supermercado, Farmácia, Postos de Gasolina, Comércio em Geral, etc).

Tampinha Legal

O Instituto da Criança com Diabetes arrecada tampinhas que são revertidas para a aquisição de insumos doados aos pacientes do ICD e ainda ajudamos o planeta reciclando plástico.

TIPOS DE TAMPINHA:

De produtos alimentícios: água mineral, refrigerantes, óleo de cozinha, vinagre, sorvete, maionese, chocolate em pó, leite, café solúvel, adoçante.

De higiene pessoal: acetona, creme dental, perfume, lenços umedecidos, xampu, cosméticos, etc.

De higiene doméstica: detergente, alvejante, amaciante, etc.

Hemoglobina glicada (HbA1c)

Onde você está?

8x (700%) maior risco de Retinopatia

6x (500%) maior risco de doença renal do diabetes

4x (300%) maior risco de Neuropatia



Atenção!

Quanto **maior** a hemoglobina glicada, **maior** o **risco** das complicações do diabetes

Valores de referência

HbA1c (%)	Glicemia média (mg/dL)
7,0	154
8,0	183
9,0	212
10,0	240
11,0	269
12,0	298

Glicemia média estimada:
 $28,7 \times \text{HbA1c} - 46,7$

INSTITUTO DA
Criança
COM DIABETES



icdrs.org.br

institudodacriançacomdiabetes

