



# HIPERGLICEMIA E HIPOGLICEMIA



# ficha catalográfica

C581d

Citadela, Júlia

Hiperglicemia e hipoglicemia [recurso Eletrônico]. Júlia Citadela, Katrine Boddenberg, Patricia Daiane Zanine Tomazelli; revisoras Elisangela Argenta Zanatta, Patricia Daiane Zanini Tomazelli - Chapecó: edição do autor, 2023. PDF (15 p.):il. color.

ISBN: 978-65-00-70099-2

1. Hiperglicemia - Cartilha. 2. Atenção primária. 3. Hipoglicemia - Cartilha. I. Citadela, Júlia. II. Boddenberg, Katrine. III. Patricia Daiane Zanine Tomazelli. IV. Universidade do Estado de Santa Catarina. Mestrado Profissional em Enfermagem na Atenção Primária à Saúde. V. Título.

CDD: 616.462

Ficha catalográfica elaborada pela bibliotecária Marilene dos Santos Franceschi

CRB-14/812

BU- CEO/UDESC

# Organização e apoio

Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC  
Reitor: Dr. Dilmar Baretta

Centro de Educação Superior do Oeste  
Diretor fíreal: Dr. Cleuzir da Luz

Departamento de Enfermagem  
Chefe de Departamento: Me Lucineia Ferraz

Mestrado Profissional em Enfermagem na Atenção Primária à  
Saúde - MPEAPS

Coordenadora: Dra. Edlamar Kátia Adamy

Autores:  
Júlia Citadela  
Katrine Boddenberg  
Me Patricia Daiane Zanini Tomazelli

Revisão:  
Dra. Elisangela Argenta Zanatta  
Me Patricia Daiane Zanini Tomazelli

# Sumário

APRESENTAÇÃO .....	04
O QUE É HIPERfILICEMIA E HIPOfILICEMIA? .....	06
HIPERfILICEMIA .....	07
HIPOfILICEMIA .....	09
COMO CORRIfILR A HIPOfILICEMIA .....	11
REFERÊNCIAS .....	12
APOIADORES .....	14

# Apresentação

A hiperglicemia e a hipoglicemia são alterações no nível de glicose no sangue.

A hiperglicemia é caracterizada por um alto nível de glicose, já a hipoglicemia pelo baixo nível de glicose no sangue. Ambas as condições podem ser graves se não tratadas.

Com o objetivo de ajudar, principalmente, os adolescentes a compreender melhor essa doença crônica, foi desenvolvida esta cartilha com informações sobre: o que é hiperglicemia e hipoglicemia, seus sintomas e cuidados.

# Apresentação

Essa cartilha é um produto vinculado ao projeto de pesquisa “Desenvolvimento de tecnologias para a Consulta do Enfermeiro nas Redes de Atenção à Saúde”, contemplado pelo Edital CAPES/COFEN nº 8/2021 e vinculado ao Trabalho de Conclusão de curso da Enfermeira Patrícia Zanini Tomazelli intitulado Portal Educativo para Adolescentes com Diabetes Mellitus, produzido no âmbito do Mestrado Profissional em Enfermagem na Atenção Primária à Saúde da Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC).

Possui apoio financeiro da Fundação de Amparo à Pesquisa e Inovação de Santa Catarina (FAPESC), via editais CP 48/2021 e Nº 48/2022 .

# Hiperglicemia e Hipoglicemia O QUE É?

A pessoa diagnosticada com algum tipo de Diabetes *Mellitus* pode apresentar mudanças em seus níveis de glicose, ter baixa glicose no sangue (hipoglicemia) ou altos níveis de glicose no sangue (hiperglicemia).

O valor normal da glicose na corrente sanguínea é de 70 a 100 mg/dL



# Hiperglicemia

Altos níveis de glicose no sangue ocorrem quando o corpo não possui insulina suficiente ou quando o corpo não pode usar a insulina corretamente.

Isso pode ser causado por comer demais, não tomar as medicações corretamente, estresse ou doença.

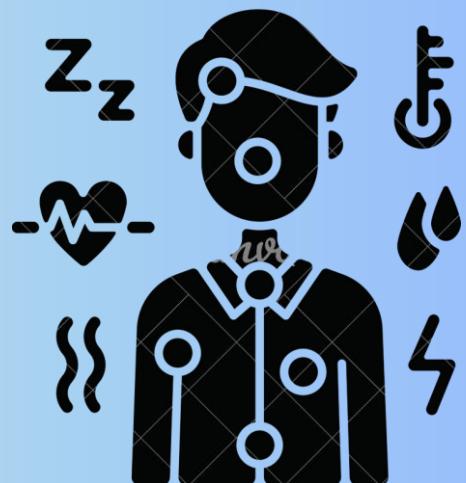
Quando esses níveis de açúcar são maiores que 126 mg/dL, é considerado uma hiperglicemia.



# Hiperglicemia

Quando a glicose está elevada podem surgir alguns sintomas, dentre eles estão:

- Sede excessiva
- Urina em excesso
- Aumento de apetite
- Respiração acelerada
- Náuseas / vômitos
- Dor abdominal
- Desidratação
- Alteração do nível de consciência



# Hipoglicemia



A hipoglicemia pode ocorrer devido ao excesso de insulina ou medicação, alimentação insuficiente, atraso de uma refeição ou pela prática de atividade física em excesso ou não programada.

A hipoglicemia é dividida em níveis:

Nível 1 - serve como alerta de hipoglicemia quando o valor for menor que 70 mg/dL.

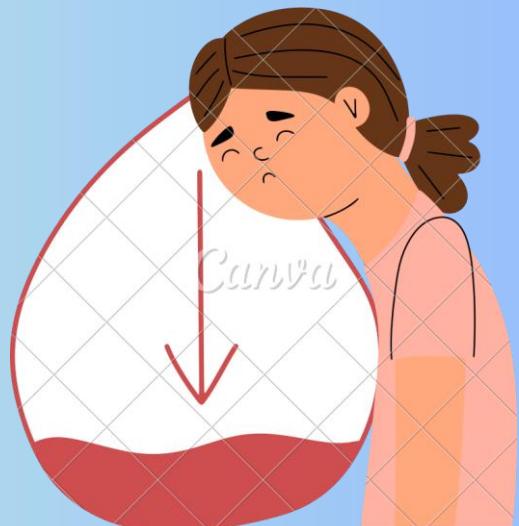
Nível 2 - é uma hipoglicemia significativa quando o valor for menor 54 mg/dL. Ela indica uma hipoglicemia grave.

Nível 3 - considerada uma hipoglicemia severa, sendo que seu valor é menor que as taxas do nível 1 e 2.

# Hipoglicemias

Quando a glicose está baixa podem surgir alguns sintomas, dentre eles estão:

- Fome repentina
- Cansaço
- Suor excessivo
- Tonturas
- Visão turva
- Dor de cabeça
- Tremores
- Batimentos cardíacos acelerados
- Dormência nos lábios e língua
- Confusão mental
- Convulsões



# Como corrigir a hipoglicemia

## Regra dos 15 X 15

- Consuma de 15 a 20 gramas de carboidratos considerados de rápida absorção, como uma colher de açúcar dissolvida em água, uma colher de mel, refrigerante ou suco de laranja integral;
- Depois de 15 minutos, verifique sua glicose;
- Se continuar baixa, repita o processo;
- Assim que a taxa voltar ao normal, faça um pequeno lanche, caso sua próxima refeição estiver planejada para uma ou duas horas.



# REFERÊNCIAS

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020 [Internet]. São Paulo (SP); 2019. p. 11-19 [cited 2022 Nov 20]. Available from: <http://www.saude.ba.gov.br/wpcontent/uploads/2020/02/Diretrizes-SociedadeBrasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>.

BERNARDO, L. S.; DA SILVA, R. L. F.; SPARAPANI, V. C.; C. NASCIMENTO, L.; FONSECA, L. M. F. Você sabe o que é diabetes mellitus tipo 1?: Cartilha educativa sobre Diabetes Mellitus tipo 1 para a criança e sua família. [201-?]. Disponível em: <https://gruposdepesquisa.eerp.usp.br/gpecca2/wp-content/uploads/2014/06/Cartilhadiabetes1.pdf> . Acesso em: 24 nov. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. Diabetes (diabetes mellitus). Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/diabetes/diabetes>. Acesso em: 18 nov. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde. Hiperglicemia aguda sintomática. Disponível em: [https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/diabetes-mellitus-tipo-2-\(DM2\)-no-adulto/unidade-de-atencao-primaria/dm2-aguda/hiperglicemia/sintomatica/](https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/diabetes-mellitus-tipo-2-(DM2)-no-adulto/unidade-de-atencao-primaria/dm2-aguda/hiperglicemia/sintomatica/). Acesso em: 24 nov. 2022.

# REFERÊNCIAS

**BRASIL**, Ministério da Saúde. Hipoglicemia. Disponível em: [https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/diabetes-mellitus-tipo-2-\(DM2\)-no-adulto/unidade-de-atencao-primaria/dm2-aguda/hipoglicemia/#pills-manejo-inicial](https://linhasdecuidado.saude.gov.br/portal/diabetes-mellitus-tipo-2-(DM2)-no-adulto/unidade-de-atencao-primaria/dm2-aguda/hipoglicemia/#pills-manejo-inicial). Acesso em: 24 nov. 2022.

**INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION**. IDF Diabetes Atlas 10th edition 2021. Disponível em: <https://diabetesatlas.org/2022-reports/>.

**MARTINS**, F. R.; **HEINEN**, R. C.; **COSTA**, E. C. R. importância do teste oral de tolerância à glicose para o diagnóstico de diabetes gestacional e prevenção de suas complicações para a mãe e para o feto. *Revista Multidisciplinar em Saúde*, v. 3, n. 4, 2022. <https://doi.org/10.51161/rems/3576>.

**REZENDE**, S.A.O.; **REIS**, J.S.; **RIBEIRO**, H.S. Desmistificando a alimentação do aluno com diabetes nas escolas. Instituto de Ensino e Pesquisa Santa Casa BH. [2019?] Disponível em: <https://diabetes.org.br/wp-content/uploads/2021/11/cartilha-ead.pdf>. Acesso em 20 jan. 2023.

**RODACKI**, M. T; **fiABBAY** M. Classificação do diabetes. Disponível em: <https://diretriz.diabetes.org.br/classificacao-do-diabetes/>. Acesso em: 24 jan. 2023

**RODACKI**, M.; et al., Classificação do diabetes. Diretriz Oficial da Sociedade Brasileira de Diabetes (2022). DOI: 10.29327/557753.2022-1.

**SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES**. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020 [Internet]. São Paulo (SP); 2019. p. 11-19. [acesso em 20 Nov 2022]. Disponível em: <https://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/02/Diretrizes-Sociedade-Brasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>.

# APOIADORES



**UDESC**  
UNIVERSIDADE  
DO ESTADO DE  
SANTA CATARINA

