

## CRISE DE HIPOGLICÉMIA (DIABETES)

A diabetes é uma doença crónica caracterizada pelo aumento dos níveis de açúcar no sangue. Esta doença resulta de um deficiente funcionamento do pâncreas e da capacidade do nosso organismo usar a glicose (açúcar).

A diabetes da criança e do jovem requer tratamento com insulina.

A complicação mais grave e frequente do diabético é a crise de HIPOGLICÉMIA (baixa de açúcar no sangue). Ocorre habitualmente por atraso ou falha de uma refeição, vômitos, insulina em excesso, má técnica na administração de insulina ou actividade física intensa, surgindo então alguns dos seguintes sinais e sintomas.

### SINAIS E SINTOMAS

- Palidez, suores, tremores das mãos.
- Fome intensa.
- Confusão mental, raciocínio lento, bocejos repetidos, expressão apática, “apalermada”.
- Voz entaramelada.
- Alterações de humor: irritabilidade, agressividade, “rabujice”, teimosia, apatia.
- Palpitações, pulso rápido.
- Perda da fala e dos movimentos activos.
- Desmaio, convulsão, coma.

### O QUE DEVE FAZER

#### Hipoglicémia moderada

- Lidar com a pessoa com calma, meiguice e delicadeza (habitualmente há rejeição e teimosia em relação ao que lhe é proposto).
- Dar açúcar:
  - 1 colher de sopa cheia ou 2 pacotes de açúcar (10 a 15 g). Aguardar 2-3 minutos e repetir a operação até melhoria dos sintomas.
  - Determinar, se possível, uma glicémia capilar com o kit individual que habitualmente as pessoas diabéticas transportam consigo.
  - Após melhoria (mais ou menos 10 a 15 minutos), dar hidratos de carbono de absorção lenta (pão de mistura, bolachas de água e sal ou integrais, ou tostas).



## Hipoglicemia grave

Vítima com alterações de consciência.

- Deitar a vítima em Posição Lateral de Segurança (PLS, ver pág. 61).
- Fazer uma papa de açúcar e colocá-la no interior da bochecha.
- Se a vítima não recuperar, chamar o 112.

### O QUE NÃO DEVE FAZER

- Deixar a vítima sozinha.
- Dar líquidos açucarados à vítima com alterações de consciência.

#### Note bem

Utilize o açúcar à menor suspeita, pois tomado em exagero de vez em quando não prejudica, enquanto a falta ou o atraso ataca o cérebro e pode levar ao coma e à morte.

Se a vítima não consegue engolir, é uma situação grave que necessita transporte urgente para o Hospital.

Não perder tempo!

