

Diabetes e insulina

A insulina é um hormônio natural produzido pelo corpo que ajuda a transformar o açúcar ingerido dos alimentos em energia. A principal função da insulina é ajudar a transportar o açúcar do sangue para as pequenas células que formam o corpo.

Pessoas com **diabetes tipo 1** não produzem a própria insulina e, portanto, precisam tomar injeções de insulina para controlar o açúcar no sangue.



Pessoas com **diabetes tipo 2** não produzem insulina suficiente ou a insulina produzida pelo corpo não funciona tão bem quanto deveria. Elas precisam tomar medicamentos, injeções de insulina ou diferentes medicamentos injetáveis para tratar o diabetes e ficarem saudáveis.



Há vários tipos diferentes de insulina. Alguns tipos duram um período longo no corpo e ajudam a controlar o açúcar no sangue quando você não come. Outros tipos de insulina agem rápido e ajudam a controlar o açúcar no sangue após as refeições, mas não duram muito tempo.

A maioria dos tipos de insulina precisa ser injetada com:



seringas e
agulhas



canetas de
insulina



bombas
de insulina

Esta tabela lista os diferentes tipos de insulina que podem ser usados para tratar o diabetes.

Tipo de insulina	Começa a funcionar em...	Maior força em...	Dura...	Clara ou turva?
Duração rápida/muito rápida ^{1,2} Glulisina (Apidra®) Lispro (Humalog®) Asparte (NovoLog®)	15 minutos	1 hora	2-4 horas	Clara
Asparte (Fiasp®) ³	15-20 minutos	2 horas	5-7 horas	Clara
Inalável (Afrezza®) ¹	12-15 minutos	30 minutos	3 horas	Contida em um cartucho
Curta/rápida duração ¹ Regular (Humulin® R, Novolin® R)	30 minutos	2-3 horas	3-6 horas	Clara
Duração intermediária ¹ NPH (Humulin® N, Novolin® N)	2-4 horas	4-12 horas	12-18 horas	Turva
Longa duração Detemir (Levemir®) ^{1,4} Glargina (Basaglar®, Lantus®) ^{1,5,6}	1-2 horas	Sem pico	24 horas	Clara
Glargina (Toujeo®) ⁷	6 horas	Sem pico	24-36 horas	Clara
Degludec (Tresiba®) ⁸	1 hora	Sem pico	42 horas	Clara

Você pode ter que tomar a mesma quantidade de insulina todos os dias ou tomar quantidades diferentes dependendo dos resultados de açúcar no sangue. Em alguns casos, pode ser necessário usar uma mistura de diferentes tipos de insulina, como **insulinas de curta/rápida duração** e **insulinas de longa duração**.

Alguns tipos de insulina são vendidos em frascos pré-misturados ou em canetas. O médico decidirá o tipo e a quantidade de insulina e com qual frequência é necessário tomar a insulina.



É importante **verificar o nível de açúcar no sangue** todos os dias usando um medidor de glicose (açúcar) no sangue para garantir que a insulina tomada esteja funcionando.

A dieta e os níveis de açúcar no sangue serão importantes para decidir se alguma mudança é necessária na dose de insulina.

Adição da insulina à seringa

1

Sempre adicione primeiro a insulina clara à seringa e depois a insulina turva

2

Misture a insulina turva rolando-a suavemente entre as mãos antes de adicioná-la à seringa

3

Não agite a insulina

4

Verifique os rótulos do frasco para garantir que esteja usando o tipo certo de insulina

Armazenamento da insulina



Um frasco ou uma caneta de insulina aberta pode ser armazenada em temperatura ambiente



Não guarde a insulina no freezer nem em locais quentes, como carros ou soleiras de janelas, pois ela pode perder a força e não funcionar tão bem



Se a insulina não for usada em 30 dias, guarde-a no refrigerador



Se a insulina clara tiver ficado turva ou contiver pedaços sólidos, descarte-a



Descarte a insulina que foi mantida em temperatura ambiente por mais de 30 dias



Sempre tenha em mãos um frasco ou uma caneta extra de cada tipo de insulina que você usa



Nunca compartilhe sua insulina nem agulhas com os outros

É importante fazer refeições regulares ao tomar insulina. Tomar insulina ajuda os níveis de açúcar no sangue a ficarem normais, mas se você tomar muita insulina ou não comer, o açúcar no sangue pode ficar muito baixo.

Verifique a bula do medicamento ou entre em contato com o fabricante do medicamento para saber como armazená-lo e usá-lo. Para evitar entupimento e/ou contaminação da agulha da seringa, não armazene o medicamento dentro da seringa.

Fale com o seu médico ou outro prestador de atendimento médico se tiver dúvidas sobre a insulina.

1. American Diabetes Association. Insulin Basics. <http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/medication/insulin/insulin-basics.html>. Atualização em 26 de março de 2019. Acesso em 27 de março de 2019.
2. Donner J, Sarkar S. Insulin – Pharmacology, Therapeutic Regimens, and Principles of Intensive Insulin Therapy. In: Feingold KR, et al., eds. Endotext [Internet]. U.S. National Library of Medicine, 23 de fev. de 2019. www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK278938/.
3. Fiasp® (injeção de insulina asparta), para uso subcutâneo ou intravenoso [bula]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.; pp.2,4
4. Levemir® (injeção de insulina detemir), para uso subcutâneo [bula]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.
5. Basaglar® (injeção de insulina glargina), para uso subcutâneo [bula]. Indianapolis, IN: Eli Lilly and Company.
6. Lantus® (injeção de insulina glargina), para uso subcutâneo [bula]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.
7. Toujeo® (injeção de insulina glargina) U-300, para uso subcutâneo [bula]. Bridgewater, NJ: Sanofi-Aventis, U.S. LLC.
8. Tresiba® (injeção de insulina degludec), para uso subcutâneo [bula]. Plainsboro, NJ: Novo Nordisk, Inc.