

***Dicionário do Diabetes***

## Dicionário do Diabetes

### A

#### A1C

O exame da Hemoglobina Glicada (A1C) ou Hemoglobina Glicosilada é um teste laboratorial de grande importância na avaliação do controle do diabetes. Ele mostra o comportamento da glicemia em um período anterior ao teste de 60 a 90 dias, possibilitando verificar se o controle glicêmico foi efetivo neste período.

Isso ocorre porque durante os últimos 90 dias a hemoglobina vai incorporando glicose em função da concentração que existe no sangue. Caso as taxas de glicose apresentem níveis elevados no período, haverá um aumento da hemoglobina glicada.

O valor de A1C mantido abaixo de 7% promove proteção contra o surgimento e a progressão das complicações microvasculares do diabetes (retinopatia, nefropatia e neuropatia).

#### Acantose nigricans

Alteração na coloração da pele que fica escurecida em regiões de dobras. Comum em pessoas obesas e naquelas que apresentam resistência insulínica. É vista em pacientes com diabetes tipo 2 e naqueles com pré-diabetes.

#### Acarbose

Medicamento hipoglicemiante de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Ele bloqueia a enzima alfa glicosidase que digere o amido dos alimentos. O resultado é uma redução do aumento do açúcar no sangue durante todo o dia, especialmente após as refeições.

#### Agudo

Descreve algo que acontece repentinamente e por curto período de tempo. O oposto de crônico.

#### Ajuste de insulina

Mudança na quantidade de insulina que uma pessoa com diabetes recebe baseado em fatores como planejamento de refeições, atividade física e níveis de glicemia sanguínea.

#### Albuminúria

Presença de albumina na urina. A albuminúria pode ser um sinal de nefropatia diabética (doença nos rins causada pelas complicações do diabetes mal controlado) ou aparecer em infecções urinárias.

#### Açúcar

1. Classe de carboidratos com sabor adocicado, incluindo glicose, frutose e sacarose.
2. Termo usado para se referir à glicemia sanguínea.

#### Amiotrofia

Tipo de neuropatia que resulta em dor, fraqueza e/ou debilidades musculares.

#### Anabolismo

Parte do metabolismo que se refere à incorporação de substâncias no organismo do indivíduo. Diz respeito à síntese de moléculas complexas a partir de outras mais elementares ou menos complexas. Para isso é necessário um certo dispêndio de energia, (ATP).

Exemplo: Formação de proteínas a partir de aminoácidos.

#### Análogos da insulina

Forma criada de insulina em que alguns aminoácidos na molécula de insulina foram modificados. Os análogos atuam da mesma forma que a insulina original, mas com alguns benefícios diferenciais para as pessoas com diabetes.

#### Anemia

Condição na qual o número de células vermelhas do sangue está abaixo do considerado normal para a idade, resultando em menor oxigenação para as células do organismo.

#### Angiopatia

Qualquer doença relacionada aos vasos sanguíneos (veias, artérias e capilares) ou aos vasos linfáticos.

#### Anticorpos

Proteínas produzidas pelo organismo para se proteger de substâncias estranhas como bactérias ou vírus. As pessoas que têm diabetes tipo 1 produzem anticorpos que destroem as células beta produtoras de insulina do próprio organismo.

#### Artéria

Vaso sanguíneo de grande calibre que leva sangue oxigenado do coração a todas as partes do corpo.

#### Arteriosclerose

É um termo geral usado para denominar o espessamento e endurecimento das artérias. Este endurecimento é decorrente do envelhecimento das pessoas.

#### Aspartame

Adoçante com quase nenhuma caloria e sem valor nutricional.

#### Ateroesclerose

Depósito, no interior das artérias, de substâncias gordurosas junto com colesterol, cálcio, produtos de degradação celular e fibrina (material envolvido na coagulação do sangue e formador de coágulos). O local onde esse depósito ocorre chama-se placa.

#### ATP

Adenosina-trifosfato. A partir do processo de respiração celular (extração de energia dos alimentos) as moléculas de ATP são armazenadas nas células. O ATP fornece energia necessária para as reações químicas celulares.

#### Auto-gerenciamento

Em diabetes, é o processo em andamento de gerenciar o diabetes. Inclui planejamento das

refeições e das atividades físicas, monitoramento dos níveis de glicemia, uso regular dos medicamentos para diabetes, cuidar dos episódios de hipoglicemia e hiperglicemia, cuidados durante viagens, etc. A pessoa com diabetes desenvolve seu próprio plano de tratamento após consultar vários profissionais como, por exemplo, endocrinologistas, diabélogos, enfermeiros e nutricionistas.

### B

#### Biguanidas

Classe de medicamento oral usado para tratar diabetes tipo 2. Diminui a glicemia por reduzir a quantidade de glicose produzida pelo fígado e por ajudar o corpo a responder melhor à insulina. Aumenta a sensibilidade da insulina nos tecidos periféricos, principalmente no fígado.

#### Bolus

Uma quantidade extra de insulina usada para reduzir um aumento inesperado da glicemia, frequentemente relacionada a uma refeição rápida.

#### Bomba de insulina

Pequena bomba implantada no corpo para liberar insulina de maneira contínua ao longo do dia. A liberação de insulina é comandada pelo usuário da bomba, através de um controle remoto. Podem ser liberados bolus de insulina (várias unidades ao mesmo tempo) nas refeições ou quando os níveis de glicose estão altos, baseados na programação feita pelo usuário.

### C

#### Calo

Pequena região da pele, geralmente localizada nos pés, que se torna grossa e dura em decorrência de pressão ou fricções nesta área.

#### Caloria

Unidade que representa a energia fornecida pelos alimentos. Carboidratos, proteínas, gorduras e álcool fornecem calorias na dieta. Carboidratos e proteínas têm 4 calorias em cada grama, gorduras têm 9 calorias por grama e álcool têm 7 calorias por grama.

#### Caneta de insulina

Dispositivo para injeção de insulina que se parece com uma caneta tinteiro e pode ser recarregada com cartuchos de insulina. Também pode ser adquirida para uso descartável.

#### Capilares

São os menores vasos sanguíneos do organismo. Os capilares têm paredes tão finas que permitem a passagem de glicose e oxigênio do interior dos capilares para as células.

Algumas pessoas com diabetes descompensado

## Dicionário do Diabetes

por longo tempo apresentam alterações de capilares especialmente na retina e rins. Por isso desenvolvem retinopatia e nefropatia diabética.

### Capsaicina

Fitoquímico que confere o gosto picante à pimenta vermelha. É o principal responsável pelas propriedades funcionais deste tempero. Dentre suas propriedades, destacam-se a dissolução de coágulos sanguíneos, ações expectorante e descongestionante, indutor de termogênese (efeito de transformar parte das calorias dos alimentos em calor), antioxidante e anti-bacteriana.

Recomenda-se que os indivíduos com problemas no trato gastrointestinal (gastrite, úlcera e hemorróidas) evitem a ingestão, uma vez que a capsaicina funciona como um agente agressor das mucosas.

Pode ser encontrado em forma de pomada para uso na pele com o objetivo de aliviar a dor da neuropatia diabética.

### Capsulite adesiva ou Ombro congelado

Condição que resulta em dor e progressiva rigidez articular do ombro, com perda da mobilidade em todas as direções. O diabetes é um fator de risco aumentado para o desenvolvimento desta condição.

### Carboidrato

Um dos três tipos de nutrientes dos alimentos, é um macronutriente. Os alimentos que possuem carboidratos são: amido, açúcar, frutas, vegetais e derivados do leite.

### Cardiologista

Médico especializado em tratar pessoas com problemas cardíacos.

### Catabolismo

Parte do metabolismo que se refere à assimilação ou processamento da matéria adquirida para fins de obtenção de energia. Diz respeito às vias de degradação, ou seja, de quebra das substâncias. Parte sempre de moléculas grandes, que contêm quantidades importantes de energia (glicose, triclicerídeos, etc). Estas substâncias são transformadas de modo a que restem, no final, moléculas pequenas, pobres em energia ( H<sub>2</sub>O, CO<sub>2</sub>, NH<sub>3</sub> ), aproveitando o organismo a libertação de energia resultante deste processo. É o contrário de anabolismo.

### Catarata

Opacificação das lentes dos olhos (opacificação do cristalino). Pessoas com diabetes mal controlado têm maior tendência ao desenvolvimento de catarata.

### Células-alfa

Tipo de célula do pâncreas. As células alfa produzem e liberam um hormônio chamado glucagon quando os níveis de glicose sanguínea

diminuem. O glucagon vai ao fígado aonde “diz” que é necessário uma maior produção de glicose para fornecer energia.

### Células-beta

Tipo de célula do pâncreas. As células beta produzem insulina e são encontradas nas ilhotas de Langerhans do pâncreas.

### Cetoacidose diabética

Complicação aguda comum do diabetes melito, é caracterizada pela tríade de hiperglicemia, cetose e acidose. Laboratorialmente se caracteriza por pH arterial < 7,3; bicarbonato < 15 mEq/l e glicemia > 250 mg/dl, com moderado grau de cetonemia e cetonúria.

Esta condição pode ser precipitada principalmente por infecções, infarto agudo do miocárdio, acidente vascular encefálico, trauma e tratamento inadequado do diabetes.

Os sinais clínicos da cetoacidose são náuseas, vômitos, dor epigástrica (no estômago), hálito cetônico e respiração rápida. O não-tratamento desta condição pode levar ao coma e à morte.

### Cetonúria

Condição que ocorre quando as cetonas estão presentes na urina, um sinal de alerta na cetoacidose diabética.

### Circulação

Fluxo do sangue através dos vasos sanguíneos do corpo e do coração.

### Claudicação intermitente

Dor que aparece e desaparece nos músculos da perna. Esta dor resulta de uma falta de suprimento sanguíneo nas pernas e geralmente acontece quando a pessoa está caminhando ou se exercitando.

### Clorpropamida

Medicação de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Reduz a glicemia ajudando o pâncreas a produzir mais insulina e o corpo a usar melhor a insulina produzida. Pertence à classe dos medicamentos chamada sulfonilurêias.

### Colesterol

Tipo de gordura produzida pelo fígado e encontrada no sangue, músculos, fígado e outros tecidos. O colesterol é usado pelo corpo para a produção de hormônios esteróides (testosterona, estrógeno, cortisol e progesterona). O excesso de colesterol pode causar depósito de gordura nos vasos sanguíneos.

Seus componentes são:

HDL-Colesterol: tem efeito protetor para as artérias, é considerado o bom colesterol e deve ser mantido acima de 45 mg/dl.

LDL-Colesterol: relacionado às doenças cardiovasculares, é o mau colesterol. Deve estar abaixo de 100 mg/dl nos diabéticos.

VLDL-Colesterol: representa os triglicérides (um quinto destes).

### Coma

Um estado semelhante ao sono, mas em que a pessoa não está consciente. Pode ser causado por hiperglicemia (glicose alta no sangue) ou hipoglicemia (glicose baixa no sangue) em pessoas com diabetes.

### Combinação de medicamentos orais

Uma pílula ou comprimido que inclui, em sua composição, dois ou mais medicamentos diferentes.

### Complicações do diabetes

São os efeitos prejudiciais do diabetes no organismo, tais como: danos aos olhos, coração, vasos sanguíneos, sistema nervoso, dentes e gengivas, pés, pele e rins. Os estudos mostram que aqueles que mantêm os níveis de glicose do sangue, a pressão arterial e o colesterol próximos aos níveis normais podem ajudar a impedir ou postergar estes problemas.

### Contratura de Dupuytren

Doença hereditária de causa não estabelecida em que os dedos se contraem para dentro da palma da mão. Esta condição é mais comum em diabéticos e pode preceder o seu aparecimento.

### Creatinina

Produto residual das proteínas da dieta e dos músculos do corpo. É excretada do organismo pelos rins. Uma vez que as doenças renais progredem, o nível de creatinina aumenta no sangue.

### Crônico

Descreve algo que existe por longo período de tempo. O oposto de agudo.

## D

### Defeitos congênitos

Problemas ou condições que estão presentes ao nascimento.

### Derivados da D-fenilalanina

Classe de medicamentos de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2 que reduz a glicemia ajudando o pâncreas a produzir mais insulina após as refeições.

### Dermopatia

Doença de pele.

### Derrame ou acidente vascular cerebral

Conhecido popularmente como derrame cerebral, o acidente vascular cerebral (AVC) ou encefálico é uma doença que consiste na interrupção súbita do suprimento de sangue com oxigênio e nutrientes para o cérebro, lesando células nervosas, o que pode resultar em graves conseqüências, como inabilidade para falar ou mover partes do corpo. Há dois tipos de derrame,

## Dicionário do Diabetes

o isquêmico e o hemorrágico.

### Desidratação

Perda de líquidos do organismo pelo aumento importante da frequência urinária, sudorese excessiva, diarreia ou vômito.

### Dessensibilização

É uma maneira de parar ou diminuir a resposta a reações alérgicas a algumas coisas. Por exemplo, se uma pessoa apresenta uma reação alérgica a alguma coisa, o médico dá a esta pessoa uma pequena quantidade desta substância para aumentar a sua tolerância e vai aumentando esta quantidade progressivamente. Após um período de tempo, maiores doses são oferecidas antes que a dose total seja dada. É uma maneira de ajudar o organismo a prevenir as reações alérgicas.

### Dextrose, também chamada de glicose

Açúcar encontrado no sangue que serve como principal fonte de energia do organismo.

### Diabetes autoimune latente em adultos

Condição em que o diabetes tipo 1 ocorre em adultos.

### Diabetes gestacional

Tipo de diabetes melito que se desenvolve durante a gravidez e habitualmente desaparece após o parto, mas aumenta o risco da mãe desenvolver diabetes no futuro. O diabetes gestacional é controlado com planejamento das refeições, atividade física e, em alguns casos, com o uso de insulina.

### Diabetes insipidus

Condição caracterizada por micções frequentes e volumosas, sede excessiva e sensação de fraqueza. Esta condição pode ser causada por um defeito na glândula pituitária ou no rim. Na diabetes insipidus os níveis de glicose estão normais.

### Diabetes juvenil

Termo formal para diabetes insulino dependente ou diabetes tipo 1.

### Diabetes melito

Condição caracterizada por hiperglicemia resultante da inabilidade do organismo para usar a glicose sanguínea para produzir energia. No diabetes tipo 1, o pâncreas não mais produz insulina. Assim, a glicose não pode entrar nas células para ser usada como energia. No diabetes tipo 2, o pâncreas também não produz quantidade suficiente de insulina, ou então o organismo não é capaz de usar corretamente a insulina produzida.

### Diabetes melito insulina dependente (IDDM)

Termo formal para diabetes tipo 1.

### Diabetes melito insulina não dependente

Termo formal para diabetes tipo 2.

### Diabetes secundária

Tipo de diabetes causado por outras doenças ou certos medicamentos ou químicos.

### Diabetes tipo 1

Condição caracterizada por altos níveis de glicose causada por deficiência na produção de insulina. Ocorre quando o próprio sistema imune do organismo produz anticorpos contra as células-beta produtoras de insulina, destruindo-as. O diabetes tipo 1 se desenvolve principalmente em crianças e jovens, mas pode ocorrer em adultos. Há tendência em apresentar cetoacidose diabética.

### Diabetes tipo 2

Condição caracterizada por altos níveis de glicose causada tanto por graus variáveis de resistência à insulina quanto por deficiência relativa na secreção de insulina. O tipo 2 se desenvolve predominantemente em pessoas na fase adulta, mas pode aparecer em jovens.

### Diabetogênico

Que causa diabetes. Alguns medicamentos causam aumento da glicemia resultando em diabetes. Por exemplo, os glicocorticóides.

### Diabetologista

Endocrinologista especializado em diabetes melito.

### Diagnóstico

Determinação de uma doença a partir dos seus sinais e sintomas.

### Diálise

Quando os rins estão muito doentes, eles deixam de realizar suas funções, o que pode levar a risco de vida. Nesta situação, é preciso substituir as funções dos rins de alguma maneira, o que pode ser feito realizando-se um transplante renal, ou através da diálise. A diálise é um tipo de tratamento que visa repor as funções dos rins, retirando as substâncias tóxicas e o excesso de água e sais minerais do organismo, estabelecendo assim uma nova situação de equilíbrio. Existem dois tipos de diálise: a hemodiálise e a diálise peritoneal.

### Diálise peritoneal

Ao invés de utilizar um filtro artificial para “limpar” o sangue, é utilizado o peritônio, que é uma membrana localizada dentro do abdômen e que reveste os órgãos internos. Através da colocação de um catéter flexível no abdômen, é feita a infusão de um líquido semelhante a um soro na cavidade abdominal. Este líquido, que chamamos de banho de diálise, vai entrar em contato com o peritônio, e por ele será feita a retirada das substâncias tóxicas do sangue. Após um período de permanência do banho de diálise na cavidade abdominal, este fica saturado de

substâncias tóxicas e é então retirado, sendo feita em seguida a infusão de novo banho de diálise. Esse processo é realizado de uma forma contínua e é conhecido por CAPD, sigla em inglês que significa diálise peritoneal ambulatorial contínua. A diálise peritoneal é uma forma segura de tratamento realizada atualmente por mais de 100.000 pacientes no mundo todo.

### Diarréia diabética

É um dos sintomas do acometimento do sistema nervoso autônomo pela polineuropatia simétrica distal que acomete alguns diabéticos. Leva à incontinência fecal ou à constipação.

### Doença auto-imune

Desordem do sistema imune em que ele próprio ataca e destrói tecidos que acredita serem estranhos ao corpo.

### Doenças cardiovasculares

Doença do coração e vasos sanguíneos (artérias, veias e capilares).

### Doença cerebrovascular

É um dano aos vasos sanguíneos do cérebro que resulta em derrame (acidente vascular cerebral -AVC). Os vasos tornam-se obstruídos por depósitos de gordura (aterooclrose) ou tornam-se espessados ou duros bloqueando o fluxo sanguíneo para o cérebro. Quando o fluxo é interrompido, as células nervosas sofrem dano ou morrem, resultando no derrame. Pacientes com diabetes descompensado têm maiores riscos de AVC.

### Doença coronariana

Doença do coração causada por estreitamento das artérias que fornecem sangue ao coração. Se o fluxo é cortado, o resultado é um ataque cardíaco.

### Doença macrovascular

Doença de grandes vasos, como aquelas encontradas no coração. Lipídeos e coágulos sanguíneos acumulam-se nos vasos e podem causar aterosclerose, doença coronariana, derrames ou doença vascular periférica.

### Doença microvascular

Doença dos pequenos vasos, como as encontradas nos olhos, nervos e rins. As paredes dos vasos encontram-se espessadas mas fracas. Sangram, perdem proteína e diminuem o fluxo sanguíneo às células.

### Doença vascular periférica

Doença dos grandes vasos dos braços, pernas e pés. Pode ocorrer quando os principais vasos dessas áreas são bloqueados e não recebem sangue suficiente. Os sinais são: dor e cicatrização lenta de lesões nessas áreas.

## E

## Dicionário do Diabetes

### Edema

Inchaço causado pelo excesso de fluidos no organismo.

### Edema macular

Inchaço na mácula.

### Efeito colateral

Ação não esperada de um medicamento. Ou seja, significa a ação sobre alguma parte do organismo diferente daquela que precisa ser tratada pelo medicamento.

### Efeito Somogyi

O aumento da dose da NPH antes do jantar pode desencadear o efeito Somogyi, definido por uma hiperglicemia matinal de rebote provocada pelo pico hormonal de hormônios contrarreguladores (glucagon e adrenalina), em resposta a uma hipoglicemia durante a madrugada.

### Eletromiografia

Técnica voltada para o estudo da função muscular através da pesquisa do sinal elétrico que o músculo emana, abrangendo a detecção, a análise e seu uso.

### Endocrinologista

Médico que trata pessoas que apresentam problemas nas glândulas endócrinas, como os diabéticos.

### Endocrinologista pediátrico

Médico que trata de crianças com problemas em glândulas endócrinas como o diabetes.

### Enzima

Proteína produzida pelo organismo que gera uma reação química. Por exemplo, as enzimas produzidas pelo intestino que ajudam no processo digestivo.

### Euglicemia

Nível normal de glicose no sangue.

### Exame de urina

Também chamado de urinálise, o teste de urina é feito através de uma amostra de urina e pode diagnosticar doenças do sistema urinário e outros sistemas do organismo. Alguns testes são feitos em uma amostra simples e outros pela coleta da urina durante 24 horas. Pode ser feita uma cultura da urina para verificar o crescimento de bactérias na urina.

## F

### Fase de lua-de-mel

Remissão temporária da hiperglicemia que ocorre em algumas pessoas próximo ao diagnóstico do diabetes tipo 1, quando alguma secreção de insulina retoma sua ação por um curto período de tempo, geralmente alguns meses, antes de parar

novamente.

### Fator de risco

Qualquer coisa que aumente a chance de uma pessoa desenvolver uma doença.

### Fenômeno do alvorecer

É o aumento dos níveis de glicemia por volta das 4 às 8 horas da manhã. O “fenômeno do alvorecer” é explicado pela hiperglicemia resultante do pico de GH (hormônio de crescimento) determinado pelo ciclo circadiano, associado ao fim do efeito da insulina NPH da noite anterior. Para resolver este problema indica-se a passagem da dose noturna de antes do jantar, para antes de dormir, separando-se da aplicação da insulina regular: assim o paciente passa a fazer três aplicações.

### Fígado

Órgão que transforma alimento em energia, remove álcool e toxinas do sangue, e fabrica bile. A bile, produzida pelo fígado, é importante na digestão, especialmente das gorduras. Após secretada pelas células hepáticas ela é recolhida por canalículos progressivamente maiores que a levam para dois canais que se juntam na saída do fígado e a conduzem intermitentemente até o duodeno, que é a primeira porção do intestino delgado. Com esse canal biliar comum, chamado ducto hepático, comunica-se a vesícula biliar através de um canal sinuoso, chamado ducto cístico. Quando recebe esse canal de drenagem da vesícula biliar, o canal hepático comum muda de nome para colédoco. Este, ao entrar na parede do duodeno, tem um músculo circular, designado esfíncter de Oddi, que controla o seu esvaziamento para o intestino.

### Frutose

Açúcar encontrado naturalmente em frutas e mel. Contém quatro calorias por grama.

## G

### Gangrena

Morte de um tecido do organismo. Na maioria dos casos é causada por ausência de fluxo sanguíneo ou infecção. Pode levar à amputação do local acometido.

### Gastroparesia

Tipo de neuropatia que afeta o estômago. A digestão dos alimentos pode ser incompleta ou retardada, resultando em náuseas, vômitos ou sensação de plenitude gástrica, tornando o controle glicêmico difícil.

### Gengivite

Condição em que as gengivas apresentam-se com sinais inflamatórios e sangramentos.

### Glândulas

Grupo de células que secreta substâncias. As glândulas endócrinas secretam hormônios e as glândulas exócrinas secretam saliva, enzimas e

água.

### Glândulas endócrinas

Grupo de células especializadas em liberar hormônios na corrente sanguínea. Por exemplo, as células das ilhotas pancreáticas que secretam insulina são glândulas endócrinas.

### Glaucoma

É quando há aumento da pressão intra-ocular e danos ao nervo óptico decorrentes desse aumento de pressão. Esses danos se expressam no exame de fundo de olho e por alterações no campo de visão.

### Glicemia de jejum

Teste que checa os níveis de glicose após um período de jejum de 8 a 12 horas (frequentemente dura uma noite). Este teste é usado para diagnosticar o pré-diabetes e o diabetes. Também pode ser usado para monitorar pessoas com diabetes.

### Glicemia pós-prandial

Teste de glicose feito entre 1 a 2 horas após refeição.

### Glicemia pré-prandial

Medida da glicemia antes da refeição.

### Glicogênio

Forma de glicose encontrada no fígado e nos músculos.

### Glicose

Uma das formas mais simples de açúcar.

### Glicose sanguínea

Também chamada de açúcar no sangue, é o principal açúcar encontrado no sangue e a principal fonte de energia para o organismo.

### Glicosímetro

Pequeno acessório portátil usado por pessoas diabéticas para checar os níveis de glicose sanguínea. Após um pequeno corte na pele com uma agulha ou bisturi, é colocada uma gota de sangue em uma fita própria para leitura dos níveis de glicose no glicosímetro. O monitor ou glicosímetro faz a leitura e mostra o nível de glicose por um número que aparece no display digital do aparelho.

### Glicosúria

Presença de glicose na urina.

### Glimepirida

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Estimula a secreção de insulina ligando-se a um receptor específico na célula-beta do pâncreas que determina fechamento dos canais de potássio (K+) dependentes de ATP (adenosina-trifosfato), resultando em despolarização da célula. Pertence à classe das sulfoniluréias.

## Dicionário do Diabetes

### Glipizida

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Estimula a secreção de insulina ligando-se a um receptor específico na célula-beta do pâncreas que determina fechamento dos canais de potássio (K<sup>+</sup>) dependentes de ATP (adenosina-trifosfato), resultando em despolarização da célula. Pertence à classe das sulfoniluréias.

### Glomérulo

Rede de capilares recoberta por células epiteliais nos rins, é o local onde o sangue é filtrado e os produtos de excreção são removidos.

### Glucagon

Hormônio produzido pelas células-alfa do pâncreas. Ele aumenta a glicose sanguínea. Uma forma injetável de glucagon, disponível por prescrição médica, pode ser usada no tratamento da hipoglicemia severa.

### Glucovance

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. É uma combinação de glyburide e metformina.

### Glyburide

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Pertence à classe das sulfoniluréias.

### Gordura

Um dos três principais nutrientes dos alimentos. Os alimentos que fornecem gordura são: manteiga, margarina, óleos, nozes, carnes vermelhas, peixes, frango e alguns derivados do leite.

O excesso de calorias é estocado no organismo na forma de gordura, fornecendo uma reserva de energia ao organismo.

### Gramas

Unidade de medida de peso. Em algumas dietas para diabéticos, a sugestão de quantidades é dada por grama.

## H

### HDL colesterol

Do inglês *high-density-lipoprotein cholesterol*, ou colesterol de baixa densidade. Também chamado de bom colesterol.

### Hemodiálise

Tipo de diálise que vai promover a retirada das substâncias tóxicas, água e sais minerais do organismo através da passagem do sangue por um filtro. A hemodiálise, em geral, é realizada 3 vezes por semana, em sessões com duração média de 3 a 4 horas, com o auxílio de uma máquina, dentro de clínicas especializadas neste tratamento. Para que o sangue passe pela

máquina, é necessária a colocação de um catéter ou a confecção de uma fistula, que é um procedimento realizado mais comumente nas veias do braço, para permitir que estas fiquem mais calibrosas e, desta forma, forneçam o fluxo de sangue adequado para ser filtrado.

### Hereditariedade

Passagem de uma característica de pais para filhos.

### Hiperglicemia

Excesso de glicose no sangue. Hiperglicemia de jejum é o nível de glicose acima dos níveis considerados normais após jejum de 8 horas. Hiperglicemia pós-prandial acima dos níveis considerados normais após 1 ou 2 horas após alimentação.

### Hiperinsulinemia

Condição em que os níveis de insulina no sangue estão mais altos que o normal. Causada pela superprodução de insulina pelo organismo. Relacionado à resistência insulínica.

### Hiperlipidemia

Condição em que os níveis de gorduras e colesterol estão mais altos que o normal.

### Hipertensão

Condição presente quando o sangue flui através dos vasos com força maior que a normal. Também chamada de pressão alta. Hipertensão pode causar esforço cardíaco, dano aos vasos sanguíneos, e aumenta o risco de um ataque cardíaco, derrame ou acidente vascular cerebral, problemas renais e morte.

### Hipoglicemia

Condição que ocorre quando há uma queda excessiva nos níveis de glicose, freqüentemente abaixo de 70 mg/dL, com aparecimento rápido de sintomas. Os sinais de hipoglicemia são: fome, fadiga, tremores, tontura, taquicardia, sudorese, palidez, pele fria e úmida, visão turva e confusão mental. Se não for tratada, pode levar ao coma. É tratada com o consumo de alimentos ricos em carboidratos como pastilhas ou sucos com glicose. Pode também ser tratada com uma injeção de glucagon caso a pessoa esteja inconsciente ou incapaz de engolir. Também chamada de reação à insulina.

### Hipoglicemiantes orais

Medicamentos usados por via oral em pessoas com diabetes tipo 2 para manter os níveis de glicose próximos ao normal. As classes de hipoglicemiantes são: inibidores da alfa-glicosidase, biguanidas, derivados da fenilalanina, meglitinídeos, sulfoniluréias e tiazolidinediones.

### Hipoglicemia sem sintomas

Estado em que a pessoa não sente ou não reconhece os sintomas de hipoglicemia. As pessoas que têm episódios freqüentes de hipoglicemia

podem deixar de sentir os sinais de alerta.

### Hipotensão

Pressão sanguínea baixa ou queda repentina na pressão sanguínea. A hipotensão pode ocorrer quando uma pessoa muda rapidamente de uma posição sentada ou deitada para a posição de pé, causando vertigem ou desmaio.

### Hormônio

Substância química produzida por uma parte do corpo e liberada no sangue para desencadear ou regular funções particulares do organismo. Por exemplo, a insulina é um hormônio produzido pelo pâncreas que diz a outras células quando usar a glicose para energia. Hormônios sintéticos, usados como medicamentos, podem ser semelhantes ou diferentes daqueles produzidos pelo organismo.

### Humor vítreo

É uma substância gelatinosa e viscosa, formada por substância amorfa semilíquida, fibras e células. Faz parte do corpo vítreo do olho.

### Ilhotas

Grupo de células localizadas no pâncreas responsáveis pela produção de hormônios que ajudam o organismo a quebrar e utilizar os alimentos. Por exemplo, as células-alfa produzem glucagon e as células-beta produzem insulina. Também chamadas de células de Langerhans.

### Impotência

Incapacidade para ter ou manter a ereção para atividades sexuais. Também chamada de disfunção erétil.

### Imunossupressor

Medicamento que suprime a resposta imune natural do organismo. Os imunossupressores são dados aos pacientes transplantados para evitar a rejeição de órgãos ou para pacientes com doenças autoimunes.

### Incidência

Medida da freqüência em que uma doença ocorre. Número de casos novos de uma doença em um certo grupo de pessoas por um certo período de tempo.

### Incontinência

Perda do controle da bexiga ou do intestino, perda acidental de urina ou fezes.

### Índice de filtração glomerular

Medida da habilidade dos rins de filtrar e remover excretas do organismo.

### Índice de massa corporal (IMC)

Medida usada para avaliar se uma pessoa está

## Dicionário do Diabetes

abaixo do peso, com peso normal, com sobrepeso ou obesa.

É calculada pela medida do peso corporal em quilogramas dividida pelo quadrado da altura em centímetros. Existe uma tabela da Organização Mundial de Saúde que classifica as medidas de acordo com o resultado encontrado.

### Infarto do miocárdio

Interrupção do suprimento sanguíneo para o coração por estreitamento dos vasos ou bloqueio do fluxo. Também conhecido por ataque cardíaco.

### Inibidores da ECA (Enzima Conversora da Angiotensina)

Medicação oral para tratamento da hipertensão. Os inibidores da enzima conversora da angiotensina é ideal para ser usado em diabéticos hipertensos, especialmente para os que apresentam perda de albumina pela urina, pois ajuda a diminuir o dano renal. Mas devem ser levadas em consideração as contra-indicações de uso desta medicação.

### Injeção

Infiltração de medicação ou nutrientes líquidos no corpo através de uma seringa. Uma pessoa com diabetes pode usar agulhas curtas ou “beliscar” a pele com as agulhas maiores para evitar a injeção intramuscular de insulina.

### Injeção intramuscular

Injetar medicamento em forma líquida no músculo através do uso de uma seringa. Glucagon pode ser usado por via subcutânea ou injeção intramuscular para tratar a hipoglicemia.

### Injeção subcutânea

Injetar fluido no tecido localizado abaixo da pele, o tecido celular subcutâneo, com uma agulha e seringa.

### Insuficiência cardíaca congestiva

É uma incapacidade do coração para efetuar as suas funções de forma adequada como consequência de enfermidades do próprio coração ou de outros órgãos. O músculo cardíaco vai diminuindo sua força para bombear o sangue para todo o organismo.

### Insuficiência renal

Condição crônica na qual o corpo retém líquido e excretas pois os rins não são mais capazes de trabalhar apropriadamente. Uma pessoa com insuficiência renal necessita de diálise ou transplante renal.

### Insulina

Hormônio que ajuda o organismo a usar glicose como energia. As células-beta do pâncreas produzem insulina. Quando o organismo não pode produzir insulina em quantidade suficiente, ela é usada por injeções ou bomba de insulina.

### Insulina 50/50

Insulina pré misturada (*premixed*) formada por 50% de NPH e 50% de insulina regular.

### Insulin 70/30

Insulina pré misturada (*premixed*) formada por 70% de NPH e 30% de insulina regular.

### Insulina Aspart

Insulina de ação rápida. Em média, a insulina Aspart começa a reduzir os níveis de glicose entre 10 e 20 minutos após injeção. Tem efeito máximo em 1 a 3 horas após injeção mas mantém o seu trabalho por 3 a 5 horas.

### Insulina com mistura prévia (*premixed insulin*)

Combinação de dois tipos diferentes de insulina produzida para uso comercial. Exemplo: insulina 50/50 e insulina 70/30.

### Insulina de ação intermediária

Tipo de insulina que inicia sua ação dentro de 1 a 2 horas após aplicação e tem efeito máximo em 6 a 12 horas após injeção, dependendo do tipo usado.

### Insulina de ação rápida

Tipo de insulina que inicia sua ação após 5 a 10 minutos da aplicação, tem efeito máximo em 30 minutos a 3 horas após injeção, dependendo do tipo usado.

### Insulina de curta duração

Tipo de insulina que inicia sua ação de reduzir os níveis glicêmicos 30 minutos após a injeção e tem efeito máximo 2 a 5 horas após a injeção.

### Insulina de longa ação

Tipo de insulina que inicia sua ação de reduzir a glicemia entre 4 a 6 horas após injeção e tem efeito máximo em 10 a 18 horas após injeção.

### Insulina Glargina

Insulina análoga à humana com duração prolongada de ação, quando comparada com a insulina humana NPH, proporciona uma liberação de insulina constante e isenta de picos, a partir do local da injeção.

É um novo derivado da insulina humana (a asparagina na posição 21 da cadeia A foi substituída pela glicina, enquanto dois resíduos de arginina foram adicionados à posição 30 da cadeia B), desenvolvida pela Hoeschst Marion Roussel (a empresa que originou a Aventis Pharmaceuticals). A glargina é uma proteína fabricada por tecnologia de DNA recombinante. Além da insulina, 85% de glicerina, metacresol e de cloreto de zinco estão incluídos como aditivos.

É uma insulina de longa duração, mimetizando a secreção fisiológica basal.

### Insulina inalável

Tratamento experimental em que as pessoas podem

inalar a insulina por um dispositivo desenvolvido para inalação.

### Insulina Lispro

Insulina de ação rápida. Inicia sua ação após cinco minutos da aplicação. Tem efeito máximo em 30 minutos a uma hora após injeção, mas continua a agir por três horas após aplicação.

### Insulina NPH

Insulina de ação intermediária. A administração de protamina e a neutralização do pH prolongaram o tempo de ação, com a finalidade de permitir apenas uma aplicação subcutânea ao dia. Contudo, com o passar dos anos, verificou-se que apenas uma aplicação diária não era suficiente para manter um controle adequado e passou-se a utilizar duas tomadas ao dia. Tem início de ação entre 1 e 2 horas após a aplicação, efeito máximo em 4 a 12 horas mas continua sua ação após 10 horas de sua aplicação.

### Insulina regular

Insulina de curta ação. Na média, ela inicia sua ação em 30 minutos. Tem efeito máximo em 2 a 5 horas após injeção e mantém sua ação por 5 a 8 horas após a aplicação.

### Insulinoma

Tumor das células-beta do pâncreas. Um insulinoma pode levar o organismo à produção exagerada de insulina, culminando em hipoglicemias.

### LDL colesterol

Do inglês *low-density lipoprotein cholesterol*, colesterol de baixa densidade ou colesterol ruim.

### Lípido

Termo usado para gordura no organismo. Os lipídeos podem ser quebrados pelo organismo para serem usados como energia.

### Lipoatrofia

Perda de tecido gorduroso abaixo da pele resultando em afundamentos localizados. Pode ser causada por injeções repetidas de insulina em um mesmo local.

### Lipodistrofia

Defeito na quebra ou na fabricação de gordura abaixo da pele, resultando em elevações ou depressões na superfície da pele. (Veja lipohipertrofia e lipoatrofia). Pode ser causada por injeções repetidas de insulina em um mesmo local.

### Lipohipertrofia

Crescimento da gordura localizada abaixo da pele, causando elevações localizadas. Pode ser causada por injeções repetidas de insulina em um mesmo local.

## Dicionário do Diabetes

### Locais de aplicação

Locais do corpo onde a insulina é geralmente injetada.

## M

### Macronutrientes

Os macronutrientes fornecem as calorias aos alimentos. São eles: carboidratos, proteínas e lipídeos.

### Macrossomia

“Anormalmente de tamanho grande”, refere-se de forma imprecisa aos bebês com peso igual ou superior a 4 quilos. Mães diabéticas podem ter filhos macrossômicos.

### Mácula

Área central da retina, é a parte da retina que usamos para ler, ver televisão, dirigir e ver detalhes.

### Meglitinide

Classe de medicamentos de uso oral para tratar o diabetes tipo 2 que reduz a glicemia por ajudar o organismo a fabricar mais insulina após as refeições.

### Metabolismo

É o conjunto de transformações que as substâncias químicas sofrem no interior dos organismos vivos. São essas reações que permitem a uma célula ou um sistema transformar os alimentos em energia, que será utilizada pelas células para que as mesmas se multipliquem, cresçam e movimentem-se. O metabolismo divide-se em duas etapas: catabolismo e anabolismo.

### Metformina

Medicamento para uso oral no tratamento do diabetes tipo 2. Reduz a glicemia por reduzir a quantidade de glicose produzida pelo fígado e ajudando o corpo a responder melhor à insulina produzida pelo pâncreas. Pertence à classe das biguanidas.

### mg/dL

Miligramas por decilitro, unidade de medida que mostra a concentração de uma substância em uma quantidade específica de fluido. Nos Estados Unidos, os testes de glicose são dados em mg/dL. Jornais médicos e outros países usam milimols por litro (mmol/L). Para fazer a conversão basta multiplicar mmol/L por 18. Exemplo: 10 mmol/L x 18 = 180 mg/dL.

### Microalbuminúria

Pequena quantidade da proteína chamada albumina presente na urina, detectável por exame laboratorial. É um sinal precoce de dano aos rins (nefropatia), uma complicação comum e séria do diabetes. A ADA (American Diabetes

Association) recomenda que as pessoas com diabetes tipo 2 testem a microalbuminúria no momento do diagnóstico e uma vez por ano após o diagnóstico. Pessoas com diabetes tipo 1 devem ser testadas após 5 anos do diagnóstico e a cada ano após o diagnóstico. A microalbuminúria é evitada com o controle da glicemia, redução na pressão sanguínea e modificação na dieta.

### Micronutrientes

No grupo dos micronutrientes estão as vitaminas e os minerais. Esses nutrientes estão presentes nos alimentos em pequenas quantidades e são indispensáveis para o funcionamento adequado do nosso organismo. Exemplos: cálcio, ferro, sódio, etc.

### Mielopatia diabética

Dano causado à medula espinhal de alguns diabéticos.

### Miglitilol

Medicamento de uso oral para tratar o diabetes tipo 2. Bloqueia as enzimas que digerem amido dos alimentos, resultando em aumento mais lento e menos significativo da glicose durante o dia, especialmente após as refeições. Pertence à classe dos chamados inibidores da alfa-glicosidase.

### mmol/L

Milimols por litro, unidade de medida que mostra a concentração de uma substância em uma quantidade específica de fluido. No mundo, com exceção dos Estados Unidos, os testes de glicose são dados em mmol/L. Nos Estados Unidos é usado mg/dL. Para fazer a conversão basta dividir mg/dL por 18. Exemplo: 180 mg/dL ÷ 18 = 10 mmol/L.

### MODY

Do inglês *maturity-onset diabetes of the young* (MODY) é um tipo de diabetes encontrado em 1 a 5 percento das pessoas com diabetes. Das seis formas identificadas, cada uma é causada por defeito em um gene.

### Monofilamento

Pequeno pedaço de nylon, parecido com uma cerda de escova de cabelo, usado para checar a sensibilidade dos nervos dos pés. Os médicos encostam o monofilamento na planta dos pés do paciente e testam a sua sensibilidade em vários locais diferentes.

### Mononeuropatia

Neuropatia que afeta um só nervo.

## N

### Nateglidine

Medicamento de uso oral no tratamento do diabetes tipo 2. Reduz a glicemia ajudando o organismo a produzir mais insulina após as refeições. Pertence à classe dos derivados da D-fenilalanina.

### Neovascularização

Crescimento de novos e pequenos vasos sanguíneos. Na retina, pode estar associado à perda de visão.

### Neuropatia autonômica

Tipo de neuropatia que afeta pulmões, coração, estômago, intestino, bexiga e órgãos genitais.

### Neuropatia periférica

Dano causado aos nervos que afetam os pés, as pernas e as mãos. A neuropatia causa dor, falta de sensibilidade ou formigamentos no local.

### Nefrologista

Médico especialista em tratar pessoas com doenças ou problemas renais.

### Nefropatia

Doença dos rins. Hperglicemia e hipertensão podem causar danos ao glomérulo renal. Quando os rins são lesados, as proteínas são eliminadas pela urina. Rins lesados podem deixar de remover as excretas e líquidos extras do organismo.

### Neurologista

Médico especializado em problemas do sistema nervoso, como a neuropatia.

### Neuropatia

Doença do sistema nervoso. As três principais formas de neuropatia em pessoas diabéticas são a neuropatia periférica, neuropatia autonômica e mononeuropatia. A forma mais comum é a neuropatia periférica, que afeta principalmente pernas e pés.

### Nível de glicose sanguínea

Quantidade de glicose em uma amostra de sangue. É medida em miligramas por decilitros ou mg/dL.

### Nutricionista

Pessoa que estuda nutrição, pode ou não ter especialização no assunto.

## O

### Obesidade

Condição em que acúmulo de gorduras no organismo além do normal, é mais severo que o sobrepeso. O índice de massa corporal é igual ou maior que 30.

### Oftalmologista

Médico especializado em diagnosticar e tratar as doenças que acometem os olhos. Podem prescrever óculos de grau e lentes de contato.

## P

### Pâncreas

## Dicionário do Diabetes

Órgão que produz insulina e enzimas que participam da digestão. O pâncreas está localizado abaixo do estômago e seu tamanho é mais ou menos um palmo.

### Pastilhas de glicose

São pastilhas feitas de pura glicose usadas para tratar a hipoglicemia.

### Peptídeo C (*Connecting peptide*)

Substância que o pâncreas libera para a corrente sanguínea em igual quantidade de insulina. Indiretamente, indica a secreção de insulina pelo pâncreas. Um teste com baixos níveis de peptídeo C demonstra deficiência de secreção da insulina. Valores abaixo de 1,2 ng/ml indicam deficiência severa de insulina e necessidade de administração de insulina para o tratamento do diabetes.

### Perfil lipídico

Exame laboratorial que mede colesterol total, triglicérides, HDL. O LDL é calculado por estes resultados. O perfil lipídico é uma das medidas de risco para as doenças cardiovasculares.

### Pioglitazone

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Ajuda a insulina a levar a glicose para dentro das células para ser usada como energia, tornando as células mais sensíveis à insulina. Pertence à classe das tiazolidinediones.

### Polidipsia

Sede intensa, pode ser um sinal de diabetes.

### Polifagia

Fome excessiva, pode ser um sinal de diabetes.

### Poliúria

Diurese excessiva, pode ser um sinal de diabetes.

### Pré-diabetes

Condição em que um teste de glicose, feito após 8 a 12 horas de jejum, mostra um nível de glicose mais alto que o normal mas não tão alto para um diagnóstico de diabetes. A medida está entre 100 mg/dL e 125 mg/dL. A maioria das pessoas com pré-diabetes têm um risco aumentado de desenvolver diabetes tipo 2.

### Pressão arterial diastólica

É a pressão mais baixa detectada no sistema arterial sistêmico, observada durante a fase de diástole do ciclo cardíaco. É também denominada de pressão mínima.

### Pressão arterial sistólica

É a pressão mais elevada (pico) verificada nas artérias durante a fase de sístole do ciclo cardíaco, é também chamada de pressão máxima.

### Pressão sanguínea

Força exercida pelo sangue arterial por unidade

de área da parede arterial. É expressa como uma razão (Exemplo: 120/80, lê-se 120 por 80). O primeiro número é a pressão sistólica ou pressão máxima. E o segundo número é a pressão diastólica ou mínima.

### Prevalência

Número de pessoas em determinado grupo ou população que são portadores de uma doença. Número de casos novos e antigos desta doença.

### Proteínas

Um dos três principais nutrientes dos alimentos. Alimentos que fornecem proteína incluem carne vermelha, frango, peixe, queijos, leite, derivados do leite, ovos.

### Proteinúria

Presença de proteínas na urina, indicando que os rins não estão trabalhando apropriadamente.

## R

### Reação à insulina

Quando os níveis de glicose no sangue estão muito baixos (menor ou igual a 70 mg/dL). Também conhecida como hipoglicemia.

### Renal

Relacionado aos rins. Uma doença renal é uma doença dos rins. Insuficiência renal significa que os rins pararam de funcionar.

### Repaglinide

Medicamento para uso oral usado no tratamento do diabetes tipo 2. Reduz a glicose por ajudar o pâncreas a fabricar mais insulina após as refeições. Pertence à classe das meglitinides.

### Resistência à insulina

Inabilidade do corpo para responder e usar a insulina produzida. A resistência à insulina pode estar relacionada à obesidade, hipertensão e altos níveis de colesterol no sangue.

### Respiração de Kussmaul

Respiração rápida, profunda e com esforço, ocorre em pessoas com cetoacidose diabética.

### Retina

Parte do olho responsável pela formação de imagens. É como uma tela onde se projetam as imagens: retém as imagens e as traduz para o cérebro através de impulsos elétricos enviados pelo nervo óptico. Possui duas partes: a retina periférica e a mácula.

### Retinografia

É uma fotografia da retina ou do nervo óptico que é feita com auxílio do retinógrafo. As principais indicações são para diagnóstico e acompanhamento das doenças vítreas retinianas, glaucoma e doenças do nervo óptico. O exame deve ser feito com a pupila dilatada e demora cerca

de 5 a 10 minutos.

### Retinografia fluorescente ou Angiofluoresceinografia

É o estudo da circulação retiniana através da injeção endovenosa de contraste (fluoresceína), com análise e documentação impressa seriada do comportamento do contraste na vascularização da coróide e retina. Detecta anormalidades vasculares, defeitos do epitélio pigmentar da retina, focos de hemorragias, edema, inflamação e/ou fibrose.

### Retinopatia diabética

Dano causado aos pequenos vasos da retina dos diabéticos. Pode levar à perda da visão.

### Retinopatia não proliferativa ou retinopatia background

Caracterizada por alterações intra-retinianas associadas ao aumento da permeabilidade capilar e à oclusão vascular que pode ou não ocorrer. São encontrados microaneurismas, edema macular e exsudatos duros (extravasamento de lipoproteínas). Também chamada de retinopatia simples.

### Retinopatia proliferativa

Condição caracterizada pelo crescimento de novos vasos e tecido fibroso na retina e na superfície posterior do vítreo, podendo provocar trações retinianas até o descolamento e perda da visão nos casos mais avançados.

### Rins

Órgãos em forma de feijão que filtram o sangue e formam a urina. Os rins são localizados na região posterior do abdômen, um de cada lado da coluna vertebral.

### Rosiglitazone

Medicamento de uso oral para tratamento do diabetes tipo 2. Ele ajuda a tornar as células mais sensíveis à insulina. A insulina pode então transferir a glicose do sangue para dar energia às células. Pertence à classe dos tiazolidinediones.

### Rotação nos locais de aplicação

Mudança dos locais da aplicação de insulina no corpo. A rotação evita a formação de lipodistrofias.

## S

### Sacarina

Adoçante sem calorias e sem valor nutricional.

### Seringa

Dispositivo usado para injetar medicações ou outros líquidos nos tecidos do corpo. A seringa de insulina é formada por um tubo plástico com um êmbolo e uma agulha pequena na ponta.

## Dicionário do Diabetes

### Síndrome hiperosmolar hiperglicêmica não-cetótica

É uma emergência médica na qual os níveis de glicose estão muito altos e as cetonas não estão presentes no sangue ou na urina. Se não for tratada, pode levar ao coma ou morte.

### Síndrome metabólica

Tendência de várias doenças ocorrerem ao mesmo tempo. Incluindo obesidade, resistência insulínica, diabetes ou pré-diabetes, hipertensão e hiperlipidemia.

### Sobrepeso

Peso acima do normal, índice de massa corporal entre 25 e 29,9.

### Sorbitol

Adoçante com quatro calorias por grama. Substância produzida pelo organismo em pessoas com diabetes e que pode causar danos aos olhos e nervos.

### Sulfonilurêias

Classe de medicamentos orais para tratar o diabetes tipo 2 que reduz a glicemia por ajudar o pâncreas a fabricar mais insulina e o organismo a usar melhor a insulina produzida.

## T

### Terapia combinada

Uso de medicações diferentes ao mesmo tempo (agentes hipoglicemiantes orais ou um agente hipoglicemiante oral e insulina, por exemplo) para administrar os níveis de glicose sanguínea em pessoas com diabetes tipo 2.

### Terapia convencional

Termo usado em triagens clínicas em que um grupo de pacientes recebe tratamento para diabetes que mantém os níveis de A1C (hemoglobina glicada) e de glicemia sanguínea nas medidas estipuladas pelos protocolos práticos em uso. Entretanto, o objetivo não é manter os níveis de glicemia o mais próximo possível do normal, como é feito na terapia intensiva. A terapia convencional inclui o uso de medicações, o planejamento das refeições e dos exercícios físicos, juntamente com visitas regulares aos profissionais de saúde.

### Terapia intensiva

Tratamento para diabetes no qual os níveis de glicose são mantidos o mais próximo do normal possível através de injeções frequentes ou uso de bomba de insulina, planejamento das refeições, ajuste em medicamentos hipoglicemiantes e exercícios baseados nos resultados de testes de glicose além de contatos frequentes entre o diabético e o profissional de saúde.

### Teste da frutossamina

Este exame fornece informações do controle

glicêmico das últimas 4 a 6 semanas. Pode ser útil para a avaliação de alterações do controle de diabetes em intervalos menores, para julgar a eficácia de mudanças terapêuticas, assim como no acompanhamento de gestantes com diabetes.

### Thiazolidinedione

Classe de medicamentos orais para tratar o diabetes tipo 2 que reduz a glicemia por ajudar a insulina a levar a glicose para dentro das células para ser usada como energia e por tornar as células mais sensíveis à ação da insulina.

### Tolbutamide

Medicamento de uso oral para tratar o diabetes tipo 2. Reduz a glicemia por ajudar o pâncreas a fabricar mais insulina e o organismo a usar melhor a insulina produzida. Pertence à classe das sulfonilurêias.

### TOTG ou Curva Glicêmica

Segundo a NDDG (National Diabetes Data Group) o teste é feito após jejum de 12 a 16 horas, 3 dias de dieta prévia contendo no mínimo 150 gramas de carboidrato/dia. Durante o teste: não pode fumar ou comer e deve permanecer em repouso total, pode ingerir apenas água.

Coleta-se uma amostra de glicemia de jejum.

Administra-se ao paciente sobrecarga de glicose:

No adulto: 75g

Na gestante: até 100g a critério médico

Em crianças: 1,75 g/ kg de peso.

A concentração da solução não deve ultrapassar 25 g/dl, e o tempo de ingestão deve ser inferior a 5 minutos.

Coleta-se amostras de sangue a cada 30 minutos, até 120 minutos de teste - 5 amostras.

Na interpretação do teste:

Normal:

Glicemia de jejum inferior a 110 mg/dl

Glicemia após 120 minutos inferior a 140 mg/dl

Nenhum valor durante o teste superior a 200 mg/dl

Tolerância Diminuída à Glicose:

Glicemia de jejum inferior a 140 mg/dl

Glicemia após 120 minutos entre 140 e 200 mg/dl

No máximo um valor durante o teste superior a 200 mg/dl

Diabetes Mellito:

Glicemia de jejum superior a 140 mg/dl

Todos os outros resultados da curva superiores a 200 mg/dl

Diabetes Gestacional: pelo menos 2 resultados como se segue:

Glicemia de jejum superior a 105,0 mg/dl

Glicemia de 1 hora superior a 190,0 mg/dl

Glicemia de 2 horas superior a 165,0 mg/dl

Glicemia de 3 horas superior a 145,0 mg/dl.

### Triglicérides

A principal maneira de armazenar os lipídeos no tecido adiposo, é sob a forma de triglicérides. São também os tipos de lipídeos mais abundantes na alimentação. Podem ser definidos como compostos formados pela união de três ácidos graxos com glicerol. Os triglicérides sólidos em temperatura

ambiente são conhecidos como gorduras, enquanto os líquidos são os óleos. As gorduras geralmente possuem uma alta proporção de ácidos graxos saturados de cadeia longa, já os óleos normalmente contêm mais ácidos graxos insaturados de cadeia curta.

## U

### Úlcera de perna

As úlceras ou feridas das extremidades inferiores são consequência de doenças venosas, arteriais ou neurovasculares, tais como varizes, trombose venosa, aterosclerose, diabetes e hipertensão arterial. Localizam-se geralmente nos tornozelos ou terço inferior das pernas e pés. Os sintomas do paciente com úlcera de perna por insuficiência venosa crônica são: dor, cansaço, sensação de peso nos membros inferiores, edema e prurido (coceira) nas áreas onde há inflamação da pele.

### Unidade de insulina

Medida básica de insulina. UI100 significa 100 unidades de insulina por mililitro (mL) ou centímetro cúbico de solução. UI = unidades internacionais.

### Uréia

Resíduo tóxico produzido pelo organismo, resulta da quebra de proteínas pelo fígado. É normalmente removida do organismo pelos rins e excretada na urina.

### Uremia

Doença causada pelo armazenamento de uréia no organismo devido ao mal funcionamento renal. Os sintomas incluem náuseas, vômitos, perda de apetite, fraqueza e confusão mental.

### Urina

Resíduo líquido produzido pela filtração renal no organismo, estocado na bexiga e expelido pelo ato de urinar.

### Urologista

Médico especializado em tratar pessoas com problemas no trato urinário e homens com problemas nos órgãos genitais, como impotência.

## V

### Vascular

Relativo aos vasos sanguíneos do organismo.

### Vasos sanguíneos

Órgãos em forma de tubos que se ramificam por todo o organismo. Existem três tipos principais de vasos sanguíneos que são as artérias, veias e capilares.

### Veias

Vasos sanguíneos que levam o sangue ao coração.

## **Dicionário do Diabetes**

### **VLDL colesterol**

Do inglês *very-low-density lipoprotein cholesterol*, tipo de colesterol no sangue, altos níveis podem estar relacionados a doenças cardiovasculares.

## **X**

### **Xylitol**

Carboidrato naturalmente encontrado em frutas, vegetais e cogumelos silvestres. Pode ser usado como adoçante, mas possui calorias. Usado na fabricação de algumas gomas de mascar.