



Novo Coronavírus/COVID-19
e
Diabetes *Mellitus*

A doença causada pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2) é denominada COVID-19 (Doença Infecciosa por Coronavírus 2019).

A doença tem maior gravidade em alguns grupos, nomeadamente nas **pessoas mais idosas e nas pessoas com doenças crónicas como a Diabetes**.

Todas as pessoas com Diabetes e suas famílias devem aderir às recomendações feitas pela Direção-Geral da Saúde (<https://covid19.min-saude.pt/>) e pelo Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte (<http://www.chln.pt/>).

Se tem Diabetes deve:

A. Prevenir a infeção pelo novo Coronavírus:

1. Reduza ao mínimo possível as saídas do domicílio. Se não trabalha, deve manter-se em casa;
2. Se trabalha e o seu trabalho o permitir, opte pelo teletrabalho;
3. Mantenha distância de outras pessoas (pelo menos 1 metro em ambientes abertos, pelo menos 2 metros em ambientes fechados);
4. Evite o contacto com pessoas com tosse, febre, dores musculares, cefaleias ou dificuldade respiratória;
5. Lave frequentemente as mãos;
6. Evite tocar na cara;
7. Evite partilhar objetos pessoais ou comida;
8. Evite idas desnecessárias às Instituições de Saúde.

B. Manter a Diabetes Controlada:

1. Mantenha a terapêutica e a vigilância da Diabetes como indicado pela sua equipa de saúde;
2. Mantenha-se hidratado, com uma alimentação saudável;

Serviço de

Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt



3. Mantenha-se ativo no domicílio;
4. Mantenha a glicemia controlada;
5. Tenha fármacos e material para o tratamento da Diabetes para um a dois meses;
6. No caso de ter a diabetes descompensada, siga as indicações da sua equipa de saúde. Faça o auto ajuste da terapêutica e corrija as hipoglicemias e hiperglicemias como lhe foi indicado na consulta e/ou nas sessões de formação. Anexamos esquemas gerais de correção das hipoglicemias e hiperglicemias.
7. Em caso de necessidade, contacte a sua Equipa de Saúde por telefone ou e-mail.

C. Contactar os Serviços de Saúde como se sugere abaixo:

1. Sempre que possível, opte por contactos não presenciais (telefone, e-mail, consultas de telemedicina/telesaúde);
2. Adie os exames de diagnóstico que não são urgentes;
3. Durante este período, as consultas de Diabetes do Serviço de Endocrinologia do Centro Hospitalar Lisboa Norte, não foram desmarcadas, mas estão a ser realizadas à distância. De uma forma geral, receberá um contacto telefónico da equipa da consulta de Diabetes. As receitas também estão a ser passadas à distância e enviadas por SMS, e-mail ou correio;
4. Se é seguido neste Centro de Tratamento e faz tratamento através de Perfusão Subcutânea Contínua de Insulina (“bomba de insulina”), pode optar por receber os consumíveis para este tratamento no domicílio. Se precisa de informação adicional sobre este assunto, envie-nos uma mensagem para endocrinologia@chln.min-saude.pt;
5. Se é seguido na Consulta de Endocrinologia do CHLN e necessita de receitas, ajustes da terapêutica ou algum esclarecimento, pode contactar-nos através do e-mail: endocrinologia@chln.min-saude.pt indicando o nº de utente do hospital e o nome do seu endocrinologista. Quem rececionar o e-mail reencaminha-o para o seu endocrinologista que responderá por e-mail ou, quando necessário, o contactará por telefone.

D. Estar atento a possíveis sintomas e/ou sinais de doença:

1. Os sintomas e/ou sinais mais frequentes são: tosse, febre, dores musculares, cefaleias, **fraqueza generalizada e dificuldade respiratória. A perda de cheiro ou paladar podem também ocorrer;**
2. Se suspeitar de doença, não recorra a qualquer serviço de saúde sem contatar a linha SNS24 (808 24 24 24). Se se tratar de uma emergência, contactar o 112.

Serviço de

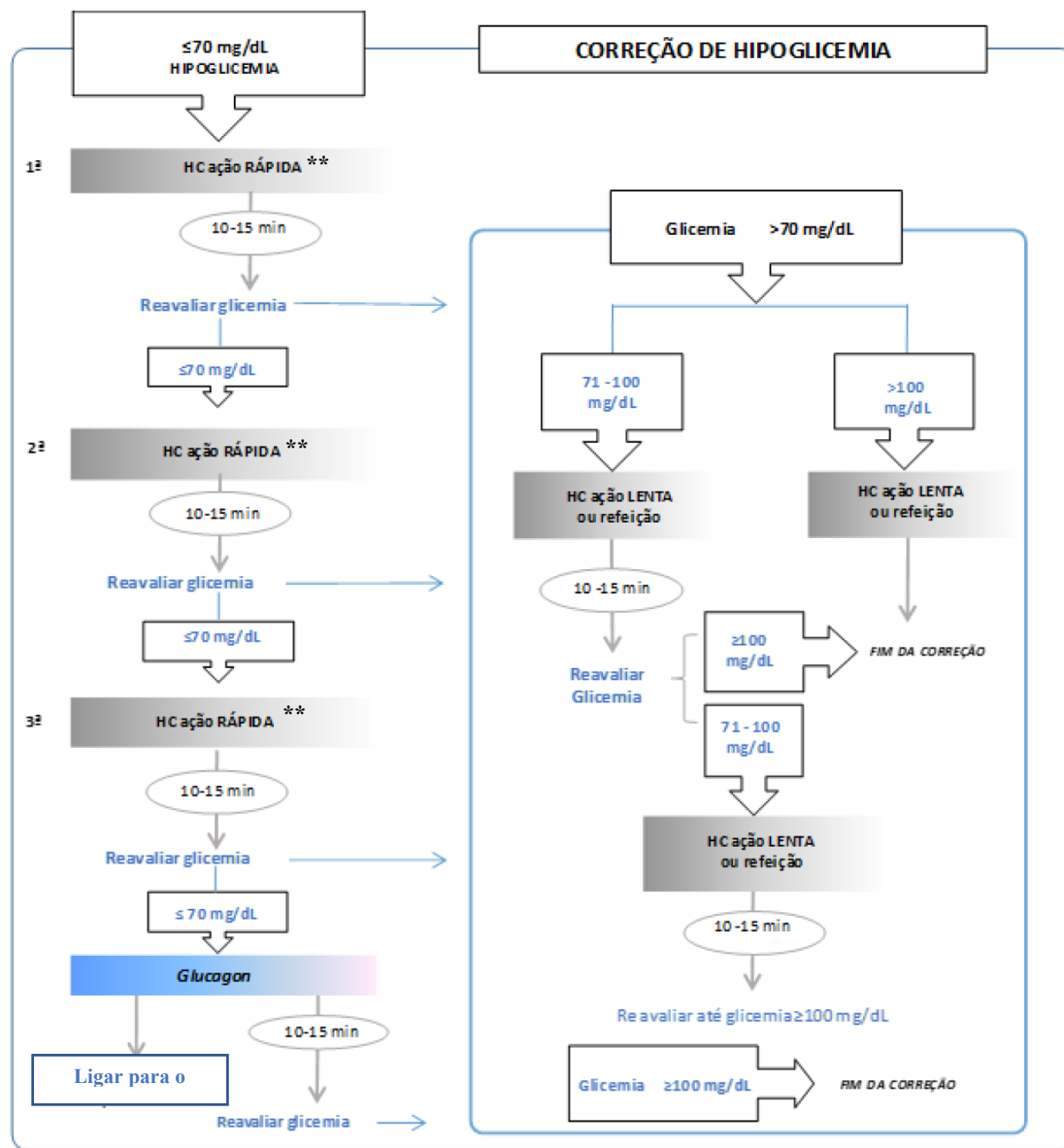
Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt

Anexo 1: Algoritmo de correção da hipoglicemia (glicemia ≤ 70 mg/dL)

Hipoglicemia em que a pessoa com Diabetes consegue ingerir açúcar/alimentos:



Legenda: HC- Hidratos de Carbono

Adaptado de: Crianças e Jovens com Diabetes Mellitus tipo 1. Manual de formação resumido para apoio aos profissionais de saúde e de educação. Lisboa, Direção-Geral da Saúde, 2019. (<https://www.dgs.pt/saude-a-a-z.aspx?v=%3d%3dBAAAAB%2bLCAAAAABABLszU0AwArk10aBAAAAA%3d%3d#saude-de-a-a-z/diabetes>)

*No âmbito do plano de contingência devido à pandemia por COVID-19, após a administração de glucagon, sugere-se ligar para o 112 sobretudo se a glicemia não subir após a administração do mesmo.

Serviço de
Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt



**** Hidratos de Carbono de ação rápida:** no caso dos adultos, ingerir 15g de hidratos de carbono de ação rápida de cada vez. Por exemplo: 2 pacotes de açúcar de 7-8g ou 3 pacotes de açúcar de 4-5g; 200mL de sumo com açúcar; 15g em comprimidos de glicose ou gel de glicose.

Exemplos de Hidratos de Carbono de ação lenta: pão; bolachas tipo Maria ou de “água e sal”.

Hipoglicemia grave, que a pessoa com Diabetes não consegue corrigir sozinha, habitualmente com confusão ou perda de consciência:

Neste caso, a pessoa com Diabetes depende de terceiros. Para assegurar o procedimento correto, em caso de necessidade, partilhe, com quem viva consigo, esta informação. Quem o assistir deverá fazer-lhe uma injeção de glucagon e contactar o 112.

Serviço de

Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt



Anexo 2: Algoritmo de correção da hiperglicemia (glicemia > 250mg/dL)

Utente com Diabetes tipo 2 tratado com insulina de ação lenta e rápida/curta:

Se tiver um esquema definido, pela sua Equipa de Saúde, para as situações de hiperglicemia, siga-o. Caso não tenha esquema para as situações de hiperglicemia e está medicado com uma insulina de ação intermédia/lenta¹ (habitualmente de manhã e/ou à noite) e outra de ação curta/rápida/ultra rápida (às refeições)², poderá proceder como se sugere:

1. Mantenha o esquema basal de insulina de ação intermédia/lenta e a insulina que faz às refeições;
2. Para calcular as doses suplementares de insulina de ação curta/rápida ou ultra rápida (a insulina que administra às refeições), some o número de unidades de insulina que faz habitualmente ao longo das 24h (total de unidades de insulina dos dois tipos);
3. Em função da dose diária de insulina (<40 grupo A, entre 40 e 80 grupo B e mais de 80 grupo C) e do valor de glicemia que registar a intervalos de 3 horas, administre as doses de insulina (da que faz às refeições) conforme proposto na tabela infra;
4. A título de exemplo, se faz < de 40 U de insulina diariamente, e regista um valor de glicémia de 270 mg/dl, administre 3 U;
5. Proceda desta forma até atingir valores de glicémia < 250 mg/dl. Quando atingir esse objetivo, pode voltar ao seu esquema habitual.

¹ Insulinas de ação intermédia ou lenta: isofânica (Insulatard®, Insuman basal®, Humulin NPH®), detemir (Detemir®), glargina (Lantus®, Abasaglar®, Semglee®, Toujeo®) ou degludec (Tresiba®).

² Insulinas de ação curta/rápida/ultrarápida: regular (Actrapid®, Insuman Rapid®, Humulin Regular®), lispro (Humalog®), aspart (Novorapid®), glulisina (Apidra®), faster aspart (Fiasp®).

Dose de insulina de ação curta/rápida/ultra-rápida a administrar se tiver glicemia > 250mg/dL:

Glicémia (mg/dL)	Dose Diária Total de Insulina		
	A Menos de 40 U/dia	B Entre 40 e 80 U/dia	C Mais de 80 U/dia
250-299	3 Unidades	4 Unidades	6 Unidades
300-349	4 Unidades	6 Unidades	8 Unidades
350-399	5 Unidades	8 Unidades	10 Unidades
≥ 400	6 Unidades	9 Unidades	12 Unidades

Serviço de

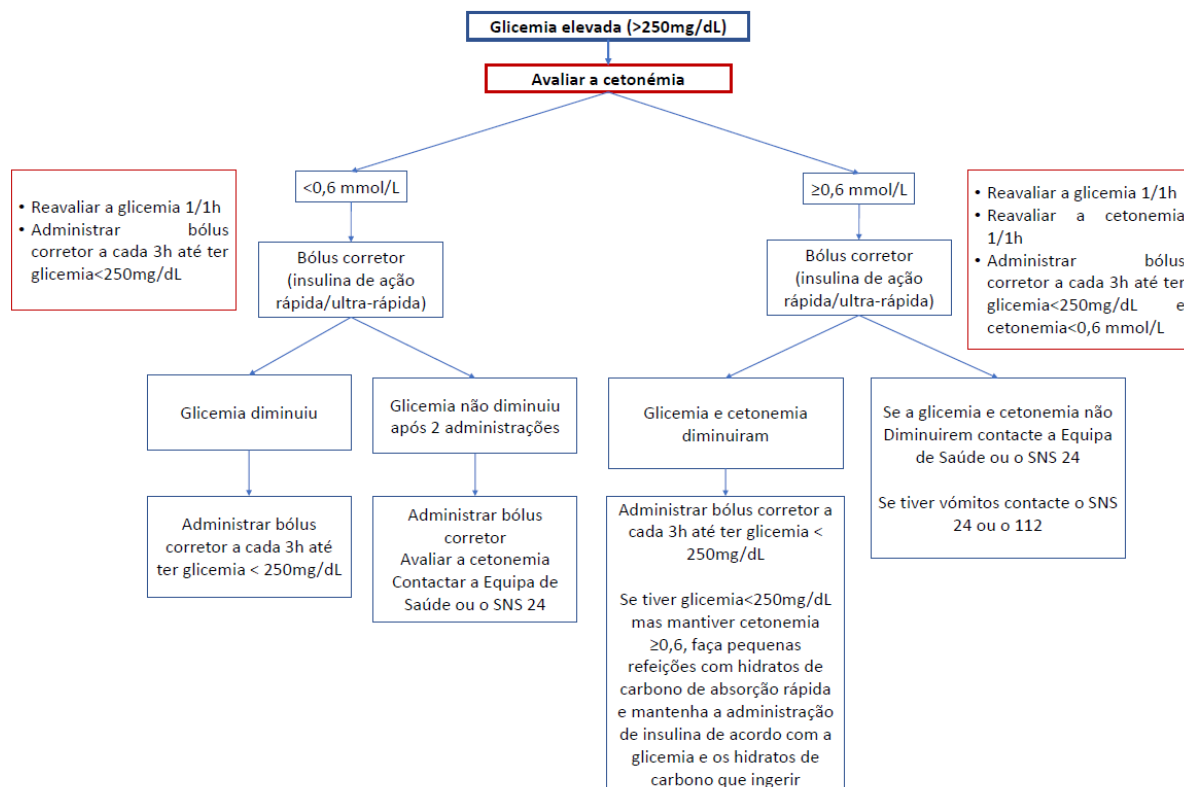
Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt



Utente com Diabetes tipo 1 tratado com múltiplas administrações diárias de insulina:



Serviço de

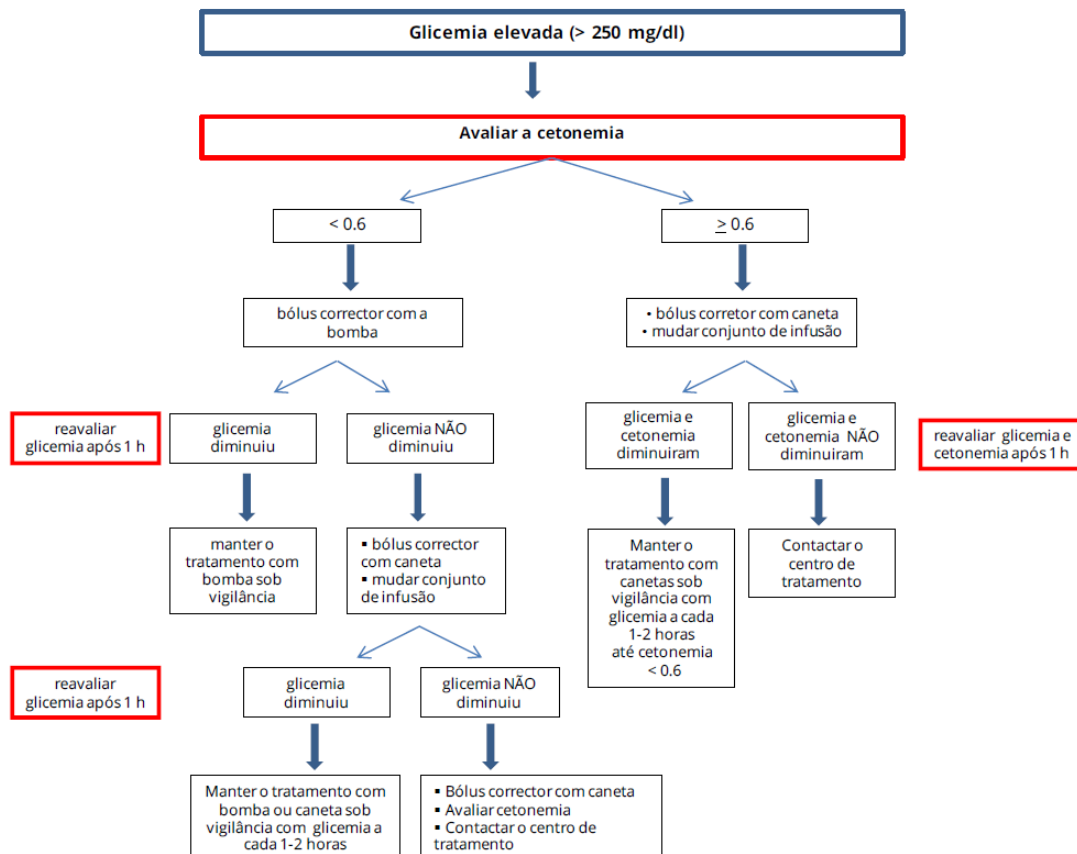
Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt



Utente com Diabetes tipo 1 tratado com “Bomba de Insulina”:



Fonte: Crianças e Jovens com Diabetes *Mellitus* tipo 1. Manual de formação resumido para apoio aos profissionais de saúde e de educação. Lisboa, Direção-Geral da Saúde, 2019. (<https://www.dgs.pt/saude-a-a-z.aspx?v=%3d%3dBAAAAB%2bLCAAAAAAABABLszU0AwArk10aBAAAAA%3d%3d#saude-de-a-a-z/diabetes>)

Ao utilizar este esquema, deve utilizar o glicómetro com calculador de bólus que está acoplado à “bomba de insulina”, para que tenha em conta a insulina ativa. Caso contrário, administre os bólus correctores a cada 3h, para evitar hipoglicemias.

Serviço de
Endocrinologia, Diabetes e Metabolismo

Diretora: Prof. Maria João Bugalho
Av. Professor Egas Moniz - 1649-035 Lisboa
Tel: 217 805 202 - Fax: 217 805 623
www.hsm.pt

Alameda das Linhas de Torres, 117
1769-001 Lisboa
Tel: 217 548 000 - Fax: 217 548 215
www.chln.pt