

**Autor:** Pedro Neves

**Última atualização:** 2018/02/20

**Palavras-chave:** Diabetes Mellitus; Insulina; Terapêutica

## Resumo

A diabetes é uma doença crónica que resulta de um défice de produção de insulina pelo pâncreas ou da insensibilidade do organismo à sua ação resultando na subida dos níveis de glicose no sangue. Dado o seu carácter evolutivo, muitos doentes poderão vir a necessitar de tratamento com insulina em alguma altura da vida.

A insulina não tem de ser um drama ou uma dificuldade.

Neste artigo procuramos desmontar alguns dos mitos ainda relacionados com o tratamento com insulina nos doentes com diabetes mellitus.

## As verdades e os mitos sobre a insulina

---

O seu médico receitou-lhe insulina para controlar a sua Diabetes.  
Contudo isto não significa que seja o fim da linha. Muito pelo contrário!

### Mito: É culpa minha ter iniciado terapia com insulina

---

**Facto:** A Diabetes é uma doença progressiva e eventualmente o pâncreas deixa de ser capaz de produzir a insulina que o corpo necessita. Muitos doentes nunca precisarão de insulina, mas noutros os antidiabéticos orais não são suficientes para controlar a glicose no sangue e terão de iniciar a insulina.

### Mito: A insulina não funciona

---

**Facto:** Embora a maioria das pessoas pense que a Diabetes é um problema do ?açúcar?, de facto o problema está na insulina. As insulinas atuais apresentam um perfil terapêutico muito ajustado às necessidades dos doentes e são o tratamento mais eficaz para baixar a glicose no sangue.

### **Mito: A insulina engorda**

---

**Facto:** É verdade que muitas pessoas a fazer insulino-terapia ganham peso. Uma parte da justificação está no facto de facilmente ajustar os valores de glicose no sangue através da insulina pelo que há alguma falta de cuidado na alimentação do dia-a-dia. O seu médico de família ou um nutricionista podem ajudar a controlar o excesso de peso.

### **Mito: As injeções são dolorosas**

---

**Facto:** É verdade que ninguém gosta de injeções, mas de facto as agulhas da insulina são muito pequenas e finas. Muitas pessoas consideram que dói menos do que a picada para o controlo da glicemia! É importante usar um tamanho de agulha ajustado à pessoa, nem demasiado pequeno nem demasiado grande, pois isso interfere no desconforto da picada.

### **Mito: A insulina causa hipoglicemias (açúcar demasiado baixo)**

---

**Facto:** A insulina baixa o nível de açúcar no sangue. Contudo com o aparecimento das novas insulinas estes efeitos são cada vez menos comuns. Mesmo assim é importante estar alerta para os seguintes sintomas: suores, tremores, palpitações, ansiedade, fome, fraqueza, tonturas e visão turva

### **Mito: A insulina pode ser viciante?**

---

**Facto:** Ninguém fica viciado em insulina. A insulina é uma substância natural de que o corpo necessita. Também não precisa de pensar o que os outros possam achar das injeções. O estigma associado à doença é uma realidade que se combate com a naturalidade da administração do tratamento. As novas canetas de administração de insulina são muito práticas e discretas, permitindo grande facilidade no transporte e utilização.

### **Mito: A insulina é demasiado cara**

---

**Facto:** Em Portugal, o Serviço Nacional de Saúde comparticipa as insulinas a 100%, pelo que não precisa de pagar nada por este tratamento!

## **Mito: Com a introdução da insulina a minha vida nunca mais será a mesma**

---

**Facto:** Mesmo com a introdução da insulina pode continuar a fazer a sua vida normalmente. Exige planeamento, quer para o dia-a-dia quer para fazer viagens. Uma relação próxima com o seu médico assistente é importante para encontrarem a insulina que melhor se adapta ao seu estilo de vida. De facto, muitas pessoas ao iniciar insulina sentem-se com mais energia, mais positivas acerca delas próprias e com mais liberdade. Após começar insulina muitas pessoas perguntam-se porque esperaram tanto tempo!

## **Conclusão**

---

O tratamento com insulina pode ser é muito importante para manter a diabetes controlada. Como qualquer tratamento a melhor opção depende do objetivo terapêutico, da eficácia dos medicamentos e da adesão à medicação.

É muito importante manter uma boa comunicação com o seu médico assistente e contactá-lo em caso de dúvida.

## **Referências recomendadas**

---

- [Bombas de Insulina. \(2018\). Apdp.pt](#)
- [Facts About Insulin and Diabetes. \(2018\). Diabetes.co.uk](#)
- [Insulin Myths and Facts. \(2018\). Retrieved 5 February 2018, from WHO | Diabetes mellitus. \(2018\). Who.int](#)

**[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) ·**

[Pedro Neves](#)