



# Insulina Basal Diário de Titulação

**Publicidade de Dispositivos Médicos**

**ONETOUCH®**

**Para muitas pessoas com diabetes, iniciar insulina é um passo comum ao longo da jornada de tratamento. Este diário foi criado para ajudar no processo de iniciação de administração de insulina de forma a que seja o mais suave e simples possível.**

## O que é a insulina basal?

A insulina basal é geralmente o primeiro passo na terapia com insulina para pessoas com diabetes tipo 2. Funciona como insulina de fundo, ajudando a melhorar a sua glicemia em jejum, os seus níveis de glicose no sangue entre as refeições e à noite enquanto dorme.

## Verificar a sua glicemia quando inicia insulina



Verificar a sua glicemia em casa é importante quando inicia a administração de insulina. Isso ajuda o seu médico a encontrar a dose que irá manter a sua glicemia o mais próximo possível do objetivo.

O seu médico pode pedir-lhe para alterar a sua dose ou a hora de administração com base nos seus resultados de glicemia. Verificar a sua glicemia e fazer alterações na sua dose de insulina, conforme prescrito pelo seu médico, ajuda no ajuste da sua insulina para conseguir responder às suas necessidades individuais.

O uso deste diário pode ajudá-lo a si e ao seu médico a encontrar a dose de insulina basal adequada a si. Continue a verificar a sua glicose no sangue, conforme recomendado pelo seu médico.

# Como usar o seu diário de insulina basal

Antes de iniciar a insulina basal, o seu médico deverá falar consigo para que, em conjunto, definam a sua dose inicial de insulina e as respetivas alterações que poderá precisar de fazer para ajustar esta dose para as necessidades do seu corpo.

Neste diário de titulação, existem espaços para o seu médico preencher:

- O intervalo objetivo da sua glicemia
- A sua dose de insulina inicial
- Quando alterar a sua dose de insulina e quanto

**Perceber os padrões de glicemia e seguir as orientações do seu médico ajudará a ajustar a sua dose de insulina.**

Após iniciar a insulina basal, deverá seguir estas diretrizes até atingir o seu objetivo glicémico:

1. Cada manhã,\* antes da sua primeira refeição, deve fazer o teste de glicemia em jejum e registrar no espaço colorido que corresponde ao seu resultado de glicose no sangue - “**baixo**”, “**no intervalo**” ou “**alto**”.
2. Administre e registe a sua dose de insulina para esse dia.
3. Repita esses passos e, após alguns dias, poderá ver um padrão glicémico “alto” ou “baixo”.
4. Com base nas instruções do seu médico para os ajustes de insulina, poderá ser necessário aumentar ou diminuir a sua dose.

| Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------|---------|
|               | ●           |              |              |             |        |         |
|               |             |              |              |             |        |         |
|               |             |              |              |             |        |         |
|               | ●           |              |              |             |        |         |
| Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|               | 240         |              | 210          | 204         | 223    |         |
|               |             | 154          |              |             |        |         |
| 65            |             |              |              |             |        |         |
| 10            | 10          | 10           | 10           | 10          | 12     |         |

**Repita os passos de 1 a 4 com os ajustes, conforme necessário. O seu médico dir-lhe-á quando atingiu a dose adequada para si**

\*O seu médico pode pedir-lhe para administrar a insulina de manhã ou fazer o seu teste glicémico num momento diferente. Por favor, siga as instruções específicas do seu médico para si.

# Usar a app móvel OneTouch Reveal® para encontrar padrões de glicemia

Além disso, sincronize a app OneTouch Reveal® com o seu sistema OneTouch® para encontrar e ver padrões da sua glicemia com mais detalhe do que apenas com o medidor.



Depois de fazer o download da app, não precisa de se preocupar se se esquecer de anotar os seus resultados no livro de registo. Desde que tenha sincronizado o seu medidor com o OneTouch Reveal®, toda a informação do seu medidor será guardada automaticamente na app. Poderá voltar atrás na sua app OneTouch Reveal® para encontrar o resultado em jejum daquele dia bem como padrões de glicemia nos seus resultados.

OneTouch Reveal® é um dispositivo médico de gestão da diabetes. Quando utilizar o dispositivo, por favor note que os relatórios destinam-se a ser utilizados apenas por profissionais de saúde. Reveja os seus relatórios com o seu profissional de saúde antes de realizar quaisquer alterações ao seu regime de tratamento da diabetes. Leia cuidadosamente a rotulagem e instruções de uso do dispositivo. Caso tenha alguma questão, por favor contacte o seu profissional de saúde.

## Registo de Titulação de Insulina Basal

O seu intervalo objetivo de glicemia: \_\_\_\_\_

Dose de insulina inicial: \_\_\_\_\_

Se tiver **resultados altos** \_\_\_\_\_ dias seguidos, aumente a sua dose em \_\_\_\_\_ unidades

Se tiver **resultados baixos** \_\_\_\_\_ dias seguidos, diminua a sua dose em \_\_\_\_\_ unidades



Baixo



No Intervalo



Alto

Baseado no seu intervalo objetivo glicémico.

**Data de início da semana:**

|                                | Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------|---------|
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
| <b>Dose diária de insulina</b> |               |             |              |              |             |        |         |

**Data de início da semana:**

|                                | Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------|---------|
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
| <b>Dose diária de insulina</b> |               |             |              |              |             |        |         |

**Data de início da semana:**

|                                | Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------|---------|
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
| <b>Dose diária de insulina</b> |               |             |              |              |             |        |         |

**Data de início da semana:**

|                                | Segunda feira | Terça feira | Quarta feira | Quinta feira | Sexta feira | Sábado | Domingo |
|--------------------------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------|---------|
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
|                                |               |             |              |              |             |        |         |
| <b>Dose diária de insulina</b> |               |             |              |              |             |        |         |