

# Um NovoDia para Você

**T**

(insulina degludeca)

**F**

(insulina asparte)



novo nordisk®

# programa NovoDia

Comece um NovoDia no seu tratamento com a Novo Nordisk®. O objetivo do nosso programa é ajudar você a **manter o diabetes sob controle**, com melhor qualidade de vida e maior adesão ao tratamento prescrito pelo seu médico. Cadastre-se para aproveitar os benefícios do **programa NovoDia**.



## CADASTRO

Acesse o site [programanovodia.com.br](http://programanovodia.com.br) ou ligue no **0800 014 4488**, lembre-se de ter em mãos o seu CPF e a receita médica.



## BENEFÍCIOS EXCLUSIVOS DO PROGRAMA

Pronto! Você já poderá desfrutar dos benefícios do **programa NovoDia**. Vá a uma farmácia credenciada, informe o número do seu CPF e apresente a receita médica original ao balconista para ter acesso ao medicamento prescrito pelo seu médico em condições especiais.\*



## VIVER BEM E MELHOR

Alguns cuidados e uma rotina bem planejada podem transformar a sua vida durante o tratamento. **Este kit oferece apoio e incentivo** para você adotar um novo estilo de vida.

\*Os benefícios são válidos apenas para medicamentos participantes do programa. A Novo Nordisk® reserva-se o direito de alterar ou encerrar o programa a qualquer momento

**Atendimento de segunda  
a sexta, das 8h às 20h, e aos  
sábados, das 9h às 15h:**



por  
**telefone**



via  
**web**



em  
**domicílio**

**CADASTRE-SE  
PARA RECEBER  
GRATUITAMENTE:**

- apoio ao tratamento;
- orientação educacional sobre diabetes ou obesidade, conforme a medicação prescrita.



**Aproxime  
a câmera do  
celular para  
fazer a leitura  
do código ou  
CLIQUE AQUI.**

# programa NovoDia

Sua jornada está começando, mas fique tranquilo. Neste material você vai encontrar muitas informações a respeito do tratamento do diabetes e também sobre como funciona o seu medicamento.

E, claro, se tiver alguma dúvida, pode entrar em contato por meio dos canais de relacionamento informados anteriormente.

**CLIQUE NOS BOTÕES ABAIXO  
PARA MAIS INFORMAÇÕES.**  
AFINAL, COM APOIO, VIVER COM  
DIABETES É MAIS FÁCIL.

**CONHEÇA O  
DIABETES TIPO 1**

• Página 5

**PAIS & CUIDADORES:  
ALGUMAS DICAS**

• Página 26

**APRENDA A USAR OS  
SISTEMAS DE APLICAÇÃO**

• Página 32

Tudo o que você precisa  
saber sobre seu tratamento

*Um guia para crianças,  
adolescentes, pais  
e cuidadores*

# CONHEÇA O DIABETES

TIPO 1



novonordisk®

# PRA COMEÇAR

o que é  
*diabetes*  
tipo 1

O diabetes aparece quando seu corpo para de fabricar ou começa a produzir pouca insulina.<sup>1</sup> A insulina é um hormônio produzido pelo pâncreas, que fica ao lado do seu estômago.<sup>1</sup>

## E por que isso está acontecendo comigo?

**A primeira coisa** que você precisa saber é que nem você nem seus pais fizeram **nada de errado**.

**OK?**

Ainda não descobriram por que algumas crianças têm diabetes.<sup>1</sup>

**Mas saiba que não é porque você comeu muitos doces ou cometeu algum erro.**

**O que se sabe é que,**

infelizmente, não há nada que você ou sua família poderia ter feito para prevenir essa condição.<sup>2</sup>



# MAS PRIMEIRO

*vamos entender  
algumas coisinhas...*

## Por que essa tal **INSULINA** é **TÃO** importante?

Para que você possa **correr, brincar, crescer e se desenvolver**, precisa de energia, não é mesmo?

E de onde você tira essa energia?

**DOS ALIMENTOS!**

Tudo o que você come é **processado** pelo seu corpo para **virar energia**. Os alimentos que têm muitos carboidratos, como pão, batata, massas e frutas, são transformados pelo nosso corpo em um tipo de açúcar chamado glicose.<sup>3</sup>



### **É AÍ QUE ENTRA A INSULINA**

Ela é a responsável por **liberar a energia** desse açúcar, mantendo você **ativo e em movimento**.<sup>1</sup>



## O que é glicose?

É o açúcar que fornece energia para todo o corpo.<sup>4</sup>

## O que é carboidrato?

Carboidratos são, principalmente, açúcares e amidos que as células do corpo usam como energia quando são transformados em glicose.<sup>5</sup>

## O que é insulina?

É um hormônio que ajuda a distribuir o açúcar no sangue para as células que precisam.<sup>6</sup>

# VAMOS ENTENDER MAIS DE PERTO

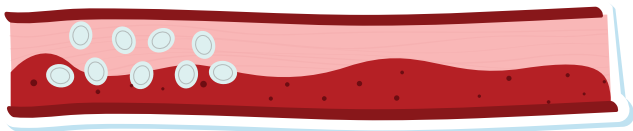
*como a insulina funciona?*<sup>1,3</sup>





# E o que acontece com quem tem diabetes?<sup>1</sup>

- 1** O pâncreas não produz insulina **suficiente** para levar o açúcar até as **células**.



- 2** Então, o açúcar fica **acumulado** no sangue.

- 3** As células do corpo **não conseguem** a energia de que precisam e as pessoas **se sentem mal**.



E é por esse motivo que você precisa

**tomar insulina**  
**TODOS OS DIAS**

Para **ajudar seu corpo** a levar o açúcar para todas as células que precisam e ter energia para fazer suas atividades!

## QUANDO VOCÊ PRECISA TOMAR INSULINA?

Como seu pâncreas não produz insulina suficiente para levar o açúcar até as células, você precisa tomar insulina **todos os dias**.<sup>1</sup>

Mas pode deixar que **seu médico** vai ajudar você a calcular a quantidade de insulina de que você precisa.



# Existem 2 tipos de diabetes: o tipo 1 e o tipo 2.

Você tem o **tipo 1**, que é mais comum em crianças.<sup>3</sup>

## Diabetes tipo 1

O diabetes tipo 1 acontece quando o corpo produz **pouca** ou **nenhuma insulina**.<sup>2</sup> Infelizmente ainda não sabemos por que o corpo diminui essa produção.<sup>1</sup>



## Diabetes tipo 2

É mais comum entre os **adultos** e acontece quando o corpo **não fabrica insulina** o suficiente ou não consegue usar a insulina de forma correta.<sup>2</sup>

Normalmente, o diabetes tipo 2 ocorre em pessoas com **dietas inadequadas** e com um estilo de vida de **poucos exercícios**.<sup>2</sup>



# Você sabia

que existem tipos **diferentes** de insulina?



## 1. Insulina de ação rápida

Tem seu pico entre 15 e 35 minutos e dura de 3 a 6 horas. É aplicada próximo ao horário das refeições.<sup>7</sup>

## 2. Insulina de ação longa



Tem seu pico entre 1 e 4 horas e dura mais tempo, entre 16 e 42 horas. É aplicada uma ou duas vezes ao dia.<sup>7</sup>



# ESSA PALAVRA

*hipoglicemia,*

## O QUE SIGNIFICA?

Significa que você está com **pouco açúcar** no sangue.<sup>1,8</sup>

### Mas o que causa a queda de açúcar no sangue (hipoglicemia)?<sup>9</sup>

1. Você pode ter tomado **muita insulina**.
2. Você tomou a insulina, mas **não comeu o suficiente** ou **ficou enjoado, chegando a vomitar**.
3. Você fez **mais exercícios** que o habitual e **não reduziu a dose** de insulina ou **não compensou** comendo mais.



### Existem dicas para descobrir se tem pouco açúcar no sangue?

Cada criança é **diferente** e pode se sentir diferente quando estiver com hipoglicemia.<sup>9</sup>



## Porém sempre é importante prestar atenção em como você se sente.

Logo você vai conseguir **perceber os sinais** do seu corpo de que o açúcar está baixo.

## SENSAÇÕES

que podem indicar que você está com **pouco açúcar** no sangue:<sup>1</sup>



Muito sono



Fome



Nervosismo



Tontura



Muito suor



Irritação



Tremedeira



Lábios formigando



Confusão

## Quando você se sentir um pouco estranho, conte para alguém.

É muito importante que você **conte para seus pais** ou outro adulto assim que começar a se sentir mal ou sem forças, porque você pode precisar de alguma **ajuda** imediata.

Não se preocupe se estiver no meio de uma aula ou outra atividade; fale assim que sentir algo estranho. **Ninguém vai brigar com você.** Sua saúde é mais importante.



E o que você pode fazer  
quando estiver com

# POUCO AÇÚCAR

no sangue



A primeira coisa a fazer  
é **comer algo com açúcar**  
para equilibrar.<sup>9</sup>

Olha só o que pode **aumentar**  
**rapidamente** o açúcar no sangue:<sup>4</sup>



Sucos de frutas



Balas de  
caramelo



Bebidas esportivas



Doces

Picolés



## Seu médico e seus pais

vão ajudar você a identificar suas sensações e saber como agir.

## Seus professores na escola

também vão estar avisados e você poderá contar sempre com eles.

## E se a queda de açúcar acontecer à noite, quando você estiver dormindo?



Pode ser que algum dia você acorde no meio da noite, ou de manhã, se sentindo **meio estranho**:<sup>2,5</sup>

- Você pode acordar muito **suado** ou com o pijama **úmido**.
- Pode sentir **tontura, cansaço, confusão** ou **dor de cabeça**.
- Pode acordar com **pesadelos**.

**OK!**

## Se você acordar sentindo alguma dessas sensações, conte para seus pais.



**Medir sua glicemia** pode ajudar a saber se você tem quedas de açúcar à noite.<sup>11</sup>



Se for o caso, deixe algum **alimento com açúcar** perto da cama para emergências.<sup>11</sup>



Existem jeitos de evitar a

# queda de açúcar

## no sangue (hipoglicemia)?



**Equilibrar** a quantidade de **alimentos** que você come, sua **dose de insulina** e os **exercícios** que você faz evita que o açúcar no seu sangue fique muito baixo.<sup>11</sup>



Você precisa **combinar a sua dose de insulina** com a **quantidade de comida** que você come. Se não comer toda a refeição, você pode precisar de menos insulina.<sup>11</sup>

Se você tomar muita insulina, vai precisar **comer mais** para **equilibrar** o açúcar no sangue.<sup>11</sup>





Quando for fazer **exercícios**, faça antes um **lanchinho** ou **diminua** a dose de insulina para controlar o açúcar no sangue.<sup>11</sup>



Comer algo rico em **carboidratos antes de dormir** pode evitar a queda de açúcar no sangue durante a noite.<sup>11</sup>

Sempre converse com seu médico para que ele possa **ajustar as doses de insulina** de acordo com suas atividades diárias e sua alimentação.

*Além disso,*

é sempre bom **medir sua glicemia** regularmente para saber quando o nível de açúcar está **caindo** e quando você precisa **comer** algo a mais.<sup>11</sup>

**Por isso, é sempre bom levar um LANCHINHO com você!**



E agora vamos falar de outra palavra nova:

*hiperglicemia*

**você sabe o que é isso?**

A hiperglicemia é o aumento de açúcar no sangue, **exatamente o contrário da hipoglicemia**, e acontece quando você come **alimentos com muitos carboidratos** ou **açúcar** e não toma insulina o suficiente ou faz menos exercícios no dia.<sup>1</sup>



**E quando acontece o aumento de açúcar no sangue?<sup>1</sup>**

- Se você **esquecer de tomar a sua dose de insulina** ou não tomar o suficiente.
- Se você **comer mais** que o normal.
- Se você estiver fazendo **menos atividades** que o normal.
- Se você **ficar doente**.



E quais são as **sensações** que podem indicar que você está com  **muito açúcar no sangue**?<sup>1</sup>



Cansaço, fraqueza ou muito sono



Muita sede e muita vontade de fazer xixi



Visão embaçada



Boca ou língua seca



Respiração rápida



Enjoos ou dor de estômago



Um cheiro de fruta na respiração, parecido com o cheiro de pera

**Se você sentir qualquer uma dessas sensações, fale logo para seus pais ou outro adulto.**

Muito açúcar no sangue pode fazer mal, então é bom estar **sempre atento**.



Beber **água** ou uma **bebida sem açúcar** pode ajudar você a **se sentir melhor**, mas é sempre importante conversar com seu médico para saber a solução ideal para seu caso. **Às vezes**, você pode precisar de mais insulina ou então medir sua glicemia para saber como agir da melhor forma.



Na hora de fazer **exercícios**,



**MUDA  
ALGUMA  
COISA?**

**Fazer exercícios é importante  
para se manter saudável.**

E isso vale para quem tem e para quem não tem diabetes.<sup>9</sup>



Então, fazer uma atividade física é sempre bom.<sup>11</sup> Se você não gostar muito de esportes, pode dançar ou brincar no parque.

**O importante é se mexer.**

Afinal, o **grande segredo para conviver bem com o diabetes** é encontrar o **equilíbrio** entre o que você come, sua dose de insulina e as atividades que pratica durante o dia.<sup>11</sup>



## E como ficam as excursões



# escolares?<sup>9</sup>



Você pode continuar indo em todas as excursões e viagens da escola. Só precisa de um pouco mais de planejamento.



É importante que os professores que vão acompanhar você no passeio **saibam sobre seu diabetes** e, principalmente, **saibam o que fazer**. Você também vai ter que levar seu **glicosímetro**, as **insulinas** e sempre um **lanchinho a mais**, caso seja necessário.

## Mas por que você tem que medir sua glicemia TANTAS VEZES?<sup>10</sup>

Medir sua glicemia é importante para saber **se você está tomando insulina o suficiente** para dar conta do que você come e da atividade física que você faz.

No começo, **seus pais ou outro adulto** vão ajudá-lo. Mas quando se sentir preparado, **poderá fazer o teste sozinho**.



# QUANDO É MELHOR

*fazer o teste?*

Você deve testar seu sangue, pelo menos,  
**4 VEZES POR DIA.**<sup>6,12</sup>



*Quando  
você acorda*



*Antes das  
principais refeições*



*Antes de  
fazer exercício*



*Antes de dormir*

**Às vezes**, você também pode precisar fazer o teste **depois de comer** e durante a noite.<sup>1,2</sup>

**Pode ser que** você tenha que medir sua glicemia caso fique enjoado ou sinta os sinais de pouco açúcar no sangue.<sup>1,2</sup>




# E quais resultados do teste — SÃO BONS? —

Com o passar do tempo, é importante ter esses objetivos:<sup>10</sup>

<i>Quando</i>	<i>Objetivo</i>
Antes da refeição	70 a 130 mg/dL
2 horas após uma refeição	Não mais que 180 mg/dL
Na hora de dormir	80 a 140 mg/dL

## Fique tranquilo se você não atingir essas metas logo de cara.

Elas podem ser difíceis de alcançar. Mas com o tempo, acostumando-se aos sinais do seu corpo, ao tipo de comida que você come e ao tipo de atividade que você faz, **você vai ver como tudo vai ficar mais fácil.**



**TODAS ESSAS INFORMAÇÕES NÃO TÊM A INTENÇÃO DE SUBSTITUIR OS CONSELHOS DO SEU MÉDICO.**

Você e seus pais devem sempre **conversar com os seus médicos** para **tirar todas as dúvidas.**



# REFERÊNCIAS

1. NIH Medline Plus Library. Type 1 diabetes. Disponível em: <[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000305.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/000305.htm)>. Acesso em: 22/03/2019.
2. NIH Medline Plus Library. Diabetes. Disponível em: <[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001214.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001214.htm)>. Acesso em: 22/03/2019.
3. NIH Medline Plus Library. Carbohydrates. Disponível em: <[www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/002469.htm](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/002469.htm)>. Acesso em: 22/03/2019.
4. Robertson K, et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Exercise in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009(Suppl 12):154-168.
5. Diabetes.co.uk. Nocturnal hypoglycemia. Night time hypo. Disponível em: <[www.diabetes.co.uk/nocturnal-hypoglycemia.html](http://www.diabetes.co.uk/nocturnal-hypoglycemia.html)>. Acesso em: 22/03/2019.
6. Rewers MP, et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Assessment and monitoring of glycemic control in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009;10(Suppl 12):100-117.
7. Bangstad HJ, et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Insulin treatment in children and adolescents





with diabetes. Paediatr Diabetes 2009; 10(Supply 12):82-99. Management in children and adolescents with diabetes. Pediatr Diabetes 2009;10(Suppl 12):100-117.

8. Site Novo Nordisk®. Disponível em: <[www.novonordisk.com](http://www.novonordisk.com)>. Acesso em: 22/03/2019.
9. Diabetes UK. Children and diabetes. Disponível em: <[www.diabetes.org.uk/information-for-parents/](http://www.diabetes.org.uk/information-for-parents/)>. Acesso em: 22/03/2019.
10. DiMeglio LA, et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2018: Glycemic control targets and glucose monitoring for children, adolescents, and young adults with diabetes. Pediatric Diabetes October 2018;19(Suppl 27):105-114.
11. Smart CE, et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2018: Nutritional management in children and adolescents with diabetes. Pediatric Diabetes October 2018;19 (Suppl 27):136-154.
12. Silverstein J, et al. Care of children and adolescents with type 1 diabetes. Diabetes Care 2005.
13. Williams Textbook of Endocrinology. 13th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2016.



Tudo o que você precisa  
saber sobre seu tratamento

*Um guia para crianças,  
adolescentes, pais  
e cuidadores*

**PAIS &  
CUIDADORES**  
*algumas dicas*



novo nordisk®

# Em primeiro lugar, fique tranquilo

Receber o diagnóstico de diabetes **nunca é fácil**, mas o mais importante é manter-se tranquilo e atento para oferecer o **melhor cuidado ao(à) seu(sua) filho(a)**.

*Assim*, preparamos aqui algumas dicas práticas para ajudar você nos **cuidados de que seu(sua) filho(a) precisa**, com a segurança que você quer.

## Algumas mudanças no dia a dia

**Com o tempo**, seu(sua) filho(a) vai aprender a identificar **alterações no próprio corpo**, mas, enquanto isso, é importante que você **se mantenha atento**, checando os **resultados de glicemia** e possíveis ocorrências de **febre**.<sup>1,2</sup>

Mesmo que seu(sua) filho(a) esteja sem fome, é essencial **manter as aplicações de insulina** recomendadas pelo médico.<sup>1,2</sup> E, à medida que o tempo passar, talvez seja necessário **ajustar** a dose de insulina, mas o médico deve orientar isso.<sup>1,2</sup>



Se em algum momento identificar que a glicemia **se mantém elevada**, faça a medição das cetonas na urina ou no sangue, como orientado pelo profissional de saúde.<sup>1,2</sup>

Se houver presença de cetona, **fale com o médico imediatamente**, principalmente se a criança não estiver se sentindo muito bem.



## Quando a criança ficar doente, **O QUE VOCÊ PODE FAZER?**<sup>1,2</sup>

Em caso de doenças, pode ficar **mais difícil** cuidar do diabetes porque:



Se a criança começar a comer menos, pode ter **queda de glicose** no sangue, caso a dose de insulina permaneça a mesma.



Doenças e infecções normalmente **elevam a glicemia**.



Náuseas e vômitos podem afetar a glicemia, então é importante ficar atento!



# Veja algumas dicas PARA CUIDAR DO(A) SEU(SUA) FILHO(A)

*quando ele(a) estiver doente*



**Verifique** a glicemia a cada 4 horas.<sup>2,3</sup>



**Faça planos alimentares:** ofereça alimentos de fácil digestão, suco de frutas ou outras bebidas açucaradas, doces ou geleias.<sup>2,3</sup>



Mantenha-o(a) **bem hidratado(a)**, especialmente se estiver vomitando ou com diarreia.<sup>2,3</sup>



Mantenha as doses de insulina para **evitar a hiperglicemia**.<sup>1,2</sup>



Como precaução, **informe-se sobre os horários** de seu médico e da equipe.<sup>1,2</sup>



Administre apenas medicamentos, alimentos e líquidos **autorizados por seu médico**.<sup>2,3</sup>



# Quando buscar assistência?

Em linhas gerais, você deve **entrar em contato com o médico** ou ir ao **pronto-socorro** caso a criança:<sup>1</sup>

Apresente **hiperglicemia**, apesar das doses de insulina.

Comece a **comer menos** e fique com a glicemia baixa.

Apresente **diarreia ou vômito** persistente.

Mostre sinais de **desidratação**, como língua seca, fralda seca ou menos vontade de fazer xixi.

Seja incapaz de **manter no estômago** os alimentos e bebidas ingeridos.

Apresente **febre**, mesmo quando medicada.

Mesmo se seu(sua) filho(a) não apresentar os sintomas acima e você estiver preocupado com a sua saúde, procure seu médico ou vá ao pronto-socorro.<sup>2,3</sup>



Com um bom controle, é possível viver bem com o diabetes.

Essas informações não devem substituir as recomendações do profissional de saúde.



# REFERÊNCIAS

1. Brink L, et al. ISPAD clinical practice consensus guidelines 2009 compendium: Sick day management in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009;10(Suppl 12):146-153.
2. Diabetes UK. Life with diabetes. Disponível em: <[www.diabetes.org.uk/Information-for-parents/Living-with-diabetes-new-Being-unwell/](http://www.diabetes.org.uk/Information-for-parents/Living-with-diabetes-new-Being-unwell/)>. Acesso em: 22/03/2019.
3. Kids Health. Managing your child's diabetes on sick days. Disponível em: <[http://kidshealth.org/parent/diabetes\\_center/living\\_diabetes/diabetes\\_sick\\_days.html](http://kidshealth.org/parent/diabetes_center/living_diabetes/diabetes_sick_days.html)>. Acesso em: 22/03/2019.



Tudo o que você precisa  
saber sobre seu tratamento

*Um guia para crianças,  
adolescentes, pais  
e cuidadores*

**APRENDA A USAR  
OS SISTEMAS DE APLICAÇÃO DE  
TRESIBA® E FIASP®**



novonordisk®



Conheça o medicamento

# Tresiba® (insulina degludeca)

**Tresiba®** é uma insulina de ação ultralonga que deve ser aplicada uma vez ao dia de acordo com a recomendação do seu médico.<sup>1</sup>

**É SEMPRE BOM LER A BULA DO SEU  
MEDICAMENTO ANTES DE USAR.**

A caneta **FlexTouch®**, disponível para **Tresiba®** e **Fiasp®**, é um **sistema de aplicação de insulina**, preenchido (com insulina degludeca ou insulina asparte), que **permite ajuste de dose**.<sup>1,2</sup>

Os sistemas de aplicação de insulina foram desenvolvidos para uso com agulhas **NovoFine®** de 4 e 6 mm.<sup>1,2</sup>



Conheça o medicamento

## FIASP® (insulina asparte)

**Fiasp®** é uma insulina de ação rápida que pode ser aplicada no momento da refeição ou em até 20 minutos após iniciar uma refeição, quando necessário. Lembre-se de seguir a recomendação do seu médico.<sup>2</sup>

Preparamos aqui algumas **instruções rápidas** para você obter o melhor do seu medicamento.

Você pode selecionar uma dose entre **1 e 80 unidades**, aumentando de **1 em 1** unidade.<sup>1</sup>

Pergunte na farmácia sobre as agulhas da **Novo Nordisk®**.



# E na hora de aplicar a **INSULINA?**



## Seu médico ou enfermeiro

vai mostrar para você e seus responsáveis como fazer a aplicação. **Não se preocupe** se você não quiser fazer isso sozinho no começo. **É sempre importante pedir ajuda.** Caso ainda tenha dúvidas, entre em contato com o programa **NovoDia** e solicite apoio de uma educadora em diabetes gratuitamente.

## Também não existe uma idade certa

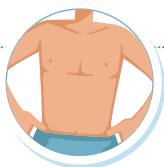
para que você decida fazer tudo sozinho. Quando se sentir pronto, você pode aprender a aplicar em si mesmo e vai estar tudo bem.

## Veja os melhores locais para



## Seu médico ou enfermeiro vai mostrar para você como e onde fazer a aplicação.

Os locais podem mudar de acordo com o tipo de insulina, já que ela age diferentemente em cada parte do corpo. **Mas, de forma geral, os lugares recomendados são:**<sup>1,2</sup>



**Barriga**  
(abdome)



**Coxas**  
(parte da frente)



**Braços**



## *Também é importante*

você alternar os locais de aplicação. Isso reduz o risco de aparecerem nódulos embaixo da pele.<sup>1,2</sup>

## A insulina vem em um sistema de aplicação?

**Sim, você pode escolher entre 2 tipos de sistemas de aplicação: durável e descartável.**

O modo de aplicação dos dois é igual e você vai ver isso no próximo capítulo.

### **Sistema de aplicação descartável FlexTouch<sup>®1,2</sup>**

- já vem com a insulina no sistema de aplicação;
- utiliza agulhas de até 8 mm de comprimento.

### **Sistema de aplicação durável NovoPen Echo<sup>®3</sup>**

- basta trocar o carpule Penfill<sup>®</sup> de 3 mL de insulina para seguir usando;
- registra o número de horas desde a última aplicação e as unidades injetadas;
- doses de 0,5 a 30 unidades com incremento de meia unidade (0,5);
- vida útil de 5 anos.



# CONHEÇA O SEU SISTEMA DE APLICAÇÃO

Para encontrar informações detalhadas sobre como fazer uma aplicação correta e segura, acesse o QR code correspondente ao sistema utilizado.

Aponte a câmera ou utilize um leitor de QR code instalado no seu celular.



## Sistema Fiasp<sup>®</sup> FlexTouch<sup>®</sup> ou Tresiba<sup>®</sup> FlexTouch<sup>®</sup>



Se preferir, CLIQUE AQUI ou acesse as bulas de Fiasp<sup>®</sup> e Tresiba<sup>®</sup> no site [novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html](http://novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html)

## Sistema durável NovoPen Echo<sup>®</sup> utilizado com Penfill<sup>®</sup>



Se preferir, CLIQUE AQUI ou acesse o manual de NovoPen Echo<sup>®</sup> no site [novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html](http://novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html)

Aprenda a usar os sistemas de aplicação

37



CONHEÇA  
O DIABETES  
TIPO 1

PAIS &  
CUIDADORES:  
ALGUMAS DICAS

APRENDA A  
USAR OS SISTEMAS  
DE APLICAÇÃO

## DICAS IMPORTANTES!

- **Use sempre uma agulha nova** para cada aplicação. Nunca use uma agulha torta ou danificada.<sup>1,2</sup>
- Sempre verifique o fluxo de insulina antes de começar. Certifique-se sempre de que **uma gota apareça na ponta da agulha**. Se nenhuma gota aparecer, mesmo que o contador mude, pode indicar que a agulha está bloqueada ou danificada e você não receberá a dose de insulina de que necessita. Nesse caso, **repita o procedimento por até 6 vezes**. Se mesmo assim uma gota da solução não aparecer, troque a agulha e repita o procedimento. Caso ainda não apareça uma gota do medicamento, descarte o sistema de aplicação e utilize um novo.<sup>1,2</sup>
- **Use sempre o contador de dose** para ver quantas unidades você selecionou antes de injetar a insulina.<sup>1,2</sup>
- Sempre remova a agulha após cada injeção e **guarde o sistema de aplicação tampado para protegê-lo da luz**.<sup>1,2</sup>

## Fique atento!



Pais e cuidadores devem **manusear agulhas usadas com cautela** para reduzir o risco de **perfurações e infecção**.<sup>4</sup>

**Descarte** seu sistema de aplicação usado sem a agulha.<sup>1,2</sup>



Agulhas e dispositivos de aplicação **nunca** devem ser compartilhados.<sup>1,2</sup>



# Como armazenar

## Tresiba® e Fiasp®

**Antes de usar:** armazenar sob refrigeração (entre 2 °C e 8 °C), distantes do congelador. Não congelar.<sup>1,2</sup>




**Após aberto ou carregado como reserva:** as insulinas em **frasco ou sistema de aplicação descartável FlexTouch®** devem ser armazenadas em **temperatura ambiente** (até 30 °C) ou **sob refrigeração** (entre 2 °C e 8 °C). Não congelar.<sup>1,2</sup>

As insulinas em carpules **Penfill®** devem ser armazenadas em temperatura ambiente (até 30 °C). Não refrigerar.<sup>1,2</sup>

Tresiba® deve ser descartado após 8 semanas e Fiasp® deve ser descartado após 4 semanas. Verifique a bula da sua insulina antes do uso.<sup>1,2</sup>

Antes de utilizar, confira se o medicamento tem **aspecto límpido e incolor**. Caso encontre alguma alteração, pergunte ao farmacêutico se pode utilizá-lo.<sup>1,2</sup>



 Medicamentos **não devem** ser descartados no lixo comum. Pergunte ao farmacêutico como realizar o **descarte adequado**.<sup>1,2</sup>

Não use medicamento com **prazo de validade vencido**. O prazo de validade corresponde ao **último dia do mês indicado**.<sup>1,2</sup>



Guarde o medicamento em sua embalagem original, **protegido da luz e do calor excessivo**.<sup>1,2</sup>



Aprenda a usar os sistemas de aplicação

39



CONHEÇA  
O DIABETES  
TIPO 1

PAIS &  
CUIDADORES:  
ALGUMAS DICAS

APRENDA A  
USAR OS SISTEMAS  
DE APLICAÇÃO

# Como cuidar do seu **SISTEMA DE APLICAÇÃO**

**Não deixe** o sistema de aplicação dentro de carro ou local em que possa ficar **muito quente ou muito frio**.<sup>1,2</sup>

**Se o sistema de aplicação cair**, for danificado ou quebrado, há riscos de **vazamento** da insulina, o que pode alterar a dosagem do medicamento, prejudicando seu tratamento. Nesses casos, **descarte o medicamento**.<sup>1,2</sup>

**Caso necessário**, limpe a parte externa do sistema de aplicação com detergente neutro e pano umedecido. **Não** deixe de molho, **não** lave, **não** lubrifique ou deixe exposto à poeira.<sup>1,2</sup>

**Não tente recarregar o sistema de aplicação descartável.**  
Uma vez vazio, não pode ser reutilizado.<sup>1,2</sup>





# REFERÊNCIAS

1. Bula do medicamento Tresiba® aprovada em 18/10/2019. Disponível em: <<https://novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html>>.
2. Bula do medicamento Fiasp® aprovada em 30/09/2019. Disponível em: <<https://novonordisk.com.br/pacientes/bulas.html>>.
3. Manual do produto NovoPen Echo®. Disponível em: <[https://www.novonordisk.com.br/content/dam/brazil/affiliate/www-novonordisk-br/patients/Bulas-pacientes/2019-04-02\\_NovoPen\\_Echo.pdf](https://www.novonordisk.com.br/content/dam/brazil/affiliate/www-novonordisk-br/patients/Bulas-pacientes/2019-04-02_NovoPen_Echo.pdf)>. Acesso em: 11/12/2019.
4. SBD. Aplicação de insulina: dispositivos e técnica de aplicação. Disponível em: <<https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/pdf/diabetes-tipo-1/002-Diretrizes-SBD-Aplicacao-Insulina-pg219.pdf>>, acesso em 10/12/2019.



**Novo Nordisk Farmacêutica do Brasil Ltda.**

® Marca Registrada Novo Nordisk A/S.

© 2020 Novo Nordisk Farmacêutica do Brasil Ltda.

Disk Novo Nordisk: 0800 014 4488

[www.novonordisk.com.br](http://www.novonordisk.com.br)

BR20FSP00011 – Junho/2020.

Material destinado exclusivamente  
a pacientes após prescrição do medicamento.

