



A IMPORTÂNCIA DO USO DOS SENSORES DE GLICOSE PARA A COMPREENSÃO DO IMPACTO DOS ALIMENTOS NA GLICEMIA.



Por Ana Carolina Torelly
Nutricionista CRN1 24602/P


Carol Torelly
Nutrição e Educação em Diabetes

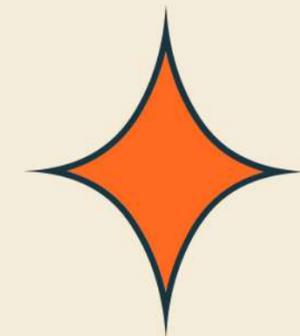
O QUE É UM SENSOR DE GLICOSE?



Trata-se de um sensor corporal que fica grudado na superfície da pele, sendo ligado à camada subcutânea por meio de um filamento flexível que mede, em intervalos regulares a glicose do líquido intersticial que, por sua vez, refletem os níveis de glicose no sangue.



QUANDO A ÚNICA OPÇÃO ERA FURAR O DEDO



No Brasil, até 2016, a única maneira de gerenciar os níveis de glicose no sangue era por meio do exame de ponta de dedo.

Para o paciente com diabetes tipo 1 isso significa furar o dedo mais de 10 vezes por dia.

A chegada do sensor FreeStyle Libre revolucionou o monitoramento de glicose!



AS VANTAGENS DO USO DO SENSOR VÃO ALÉM DE EVITAR OS FUROS NO DEDO.

- 1- Redução importante na ocorrência e no tempo em hipoglicemia;
- 2- Redução dos níveis de Hemoglobina Glicada;
- 3- Redução das hospitalizações por complicações agudas do diabetes;
- 4- Redução importante na ocorrência de internação por cetoacidose diabética.

Figura 3. Redução no número de eventos de hipoglicemia dos pacientes adultos com DM2 em uso de Sistema Flash de Monitorização de Glicose comparado a Automonitorização da Glicemia Capilar



Fonte: elaborado pelos autores.

SFMG: Sistema Flash de Monitoramento da Glicose; AMGC: Automonitorização da Glicemia Capilar

*Resultados do ensaio clínico randomizado conduzido por Haak et al. (10)



SÓ PODEMOS CONTROLAR ALGO QUE CONHECEMOS.

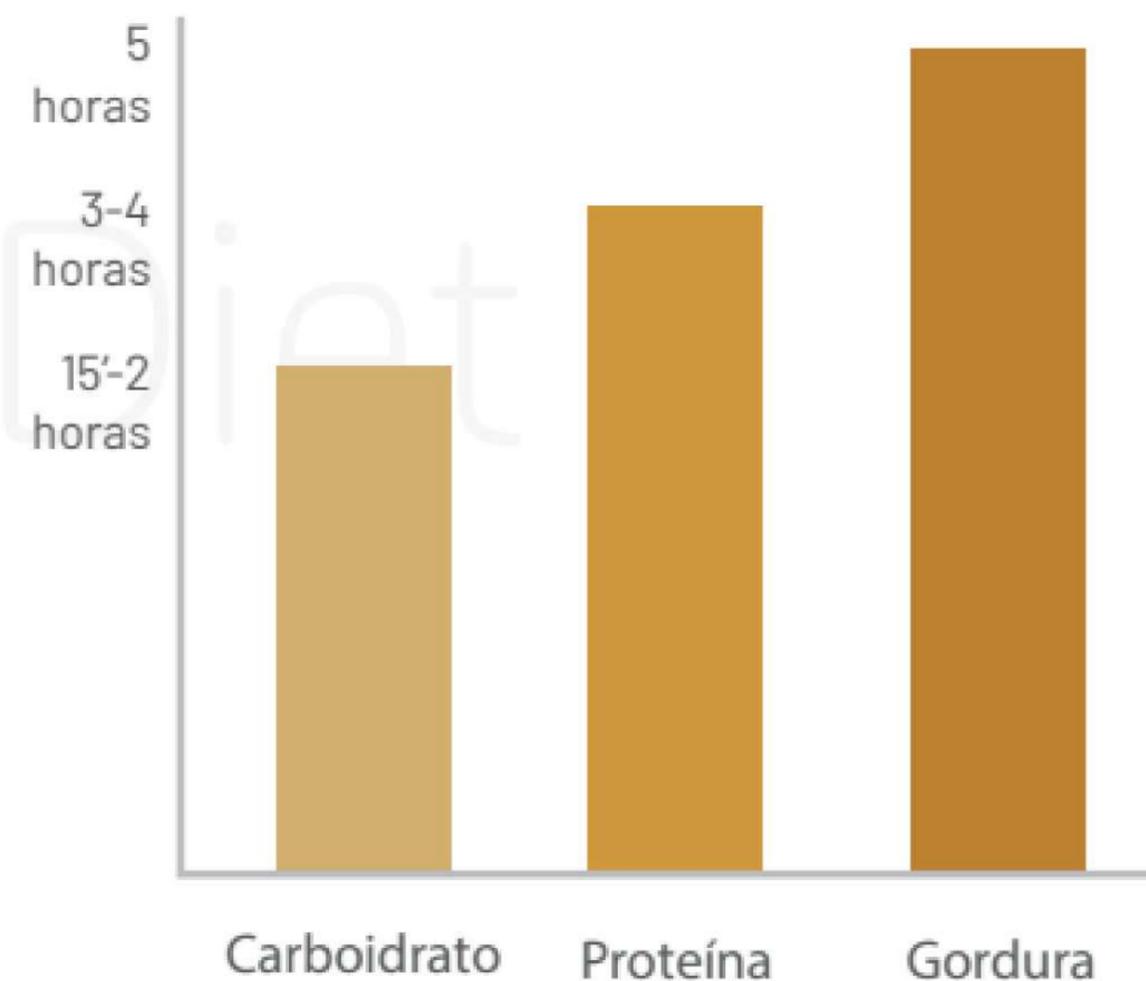


Enxergar de maneira contínua os níveis de glicose aumenta o engajamento do paciente!

Os gráficos mostram com mais clareza como está o monitoramento e como o comportamento alimentar se reflete nesses dados.



Em quanto tempo temos a resposta do alimento na glicemia?



A ALIMENTAÇÃO TEM UM PAPEL MUITO IMPORTANTE NA MANUTENÇÃO DO CONTROLE GLICÊMICO

A CIÊNCIA ATÉ CONSEGUE ESTIMAR O TEMPO DA CONVERSÃO EM GLICOSE DE CADA MACRONUTRIENTE APÓS INGESTA.

MAS CADA ORGANISMO ABSORVE OS NUTRIENTES DE MANEIRA DIFERENTE.

> Rede JAMA aberta.1 de fevereiro de 2019;2(2):e188102. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2018.8102.

Avaliação de uma abordagem personalizada para prever as respostas glicêmicas pós-prandiais aos alimentos entre indivíduos sem diabetes

Helena Mendes Soares^{1 2}, Tali Raveh Sadka³, Shahar Azulay³, Kim Edens¹, Yatir Ben Shlomo³, Yossi Cohen³, Tal Ofek³, Davidi Bachrach³, Josh Stevens³, Dorin Colibaseanu², Lihi Segal³, Purna Kashyap^{1 4}, Heidi Nelson^{1 2}

Afiliações + expandir

PMID: 30735238 IDPM: PMC6484621 DOI: 10.1001/jamannetworkopen.2018.8102

ESTUDO CONDUZIDO POR MENDES-SOARES DESCREVEU A RESPOSTA GLICÊMICA DE INDIVÍDUOS A DIFERENTES GRUPOS DE ALIMENTOS CONSIDERANDO A FISIOLOGIA E O MICROBIOMA INDIVIDUAL EM ADIÇÃO ÀS CARACTERÍSTICAS NUTRICIONAIS DOS ALIMENTOS (CALÓRIAS E CARBOIDRATOS). 327 INDIVÍDUOS COM 18 ANOS OU MAIS, SEM DIABETES, SEM PROBLEMAS CRÔNICOS GASTROINTESTINAIS FORAM INCLUÍDOS NO ESTUDO. OS PARTICIPANTES FORNECERAM UMA AMOSTRA DE FEZES ANTES DO INÍCIO DO ACOMPANHAMENTO E DURANTE O ESTUDO REGISTRARAM SUA ALIMENTAÇÃO E MEDIAM SUA GLICEMIA. TODOS FORAM ORIENTADOS A MANTER SEUS HÁBITOS ALIMENTARES NORMAIS, EXCETO POR 4 REFEIÇÕES PADRONIZADAS FORNECIDAS PELA EQUIPE DE PESQUISA, QUE DEVERIAM SER CONSUMIDAS COMO A PRIMEIRA REFEIÇÃO DO DIA.

A resposta à refeição padronizada variou substancialmente entre os participantes, mostrando que além do conteúdo de carboidratos, outros fatores individuais podem influenciar essa resposta. Quanto maior a quantidade de carboidratos, maior variação glicêmica. No entanto, extensas variações pessoais foram observadas para qualquer porcentagem de carboidratos na refeição, refletindo a individualidade dessas respostas.

Fornecer aos indivíduos ferramentas para gerenciar suas respostas glicêmicas à alimentação baseada em previsões personalizadas de suas respostas glicêmicas pós prandiais pode permitir que eles mantenham seus níveis de glicose no sangue dentro de limites associados à boa saúde.

**OS GENES E O ESTILO DE VIDA DE UMA PESSOA TAMBÉM
PODEM ALTERAR A RESPOSTA AOS ALIMENTOS QUE ELA
INGERE, INCLUINDO COMO O CORPO METABOLIZA,
ABSORVE E DISTRIBUI OS NUTRIENTES.**

**OS SENSORES DE GLICOSE TÊM PERMITIDO QUE O
PACIENTE ENTENDA COMO CADA ALIMENTO ÍMPACTA
SEUS NÍVEIS DE GLICOSE.**

**O NUTRICIONISTA PASSA A TER MAIS
ASSERTIVIDADE PARA MONTAR O PLANO
NUTRICIONAL COM BASE NESSES REGISTROS
ÚNICOS E PESSOAIS.**



**A PONTA DE DEDO É
UMA FOTO**

**O SENSOR DE
GLICOSE UM VÍDEO**



Se você precisasse desvendar a cena de um crime, iria preferir algumas fotos do local ou um vídeo mostrando as últimas 24 horas?

A PERFEIÇÃO NO DIABETES É IMPOSSÍVEL, MAS O APRENDIZADO E O APRIMORAMENTO SÃO INTERMINÁVEIS.

A EDUCAÇÃO EM DIABETES E O ACESSO ÀS TECNOLOGIAS PERMITEM QUE O PACIENTE ASSUMA O PROTAGONISMO DO SEU TRATAMENTO.

