

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Apr 16, 2024

Diabetes do tipo 2: quais tratamentos funcionam?

Se você tem diabetes, há tratamentos que você pode tomar e coisas que pode fazer para ajudá-lo a ter uma vida longa e saudável. Embora nem todo mundo com diabetes precise de medicamentos, a maioria das pessoas precisa. Talvez você precise tomar vários tipos.

O que é diabetes tipo 2?

Se você tem diabetes, há excesso de glicose no sangue. A glicose é um tipo de açúcar que seu corpo usa para obter energia. Normalmente, uma substância química em seu corpo chamada **insulina** ajuda a manter os níveis de glicose no sangue estáveis.

Se você tem diabetes tipo 2, seu corpo não está produzindo insulina suficiente, ou a insulina que seu corpo produz não está funcionando adequadamente. Isso significa que a glicose pode se acumular no sangue. Os médicos chamam isso de **hiperglicemia**.

Ter diabetes tipo 2 e excesso de glicose no sangue aumenta as chances de algumas complicações graves, inclusive:

- danos aos vasos sanguíneos maiores, levando a ataques cardíacos e derrames
- danos aos vasos sanguíneos menores, principalmente nos olhos, rins e pés.

Muitas pessoas com diabetes precisam de tratamento para evitar esses problemas. Isso inclui medicamentos para reduzir a glicose no sangue (açúcar no sangue), a pressão arterial e o colesterol.

Além de tomar medicamentos, as pessoas com diabetes precisam cuidar de si mesmas de outras maneiras, para ajudar a manter o coração saudável e controlar o açúcar no sangue. Elas incluem:

- comer de forma saudável. Seu médico ou enfermeiro poderá encaminhá-lo a um nutricionista para ajudá-lo a planejar a melhor maneira de se alimentar

Diabetes do tipo 2: quais tratamentos funcionam?

- exercitar-se regularmente. Ser fisicamente ativo pode ajudar a reduzir as complicações e controlar seu peso. Se você estiver acima do peso, perder peso também pode ajudar a reduzir o açúcar no sangue, a pressão arterial e o colesterol.

Para obter mais informações, consulte nosso folheto: *Diabetes: o que posso fazer para me manter saudável?*

Medicamentos para controlar o açúcar no sangue

Há vários tipos de medicamentos que podem ajudar a manter os níveis de açúcar no sangue sob controle. Alguns deles ajudam o corpo a liberar mais insulina. Outros ajudam seu corpo a usar melhor a insulina. Alguns são comprimidos e outros são injeções. Você pode tomar uma combinação de comprimidos, ou comprimidos e injeções, dependendo do que for mais adequado para você e o ajudar mais.

Sua meta de nível de açúcar no sangue também será individual e poderá ser diferente da de outras pessoas com diabetes.

Comprimidos para controlar o açúcar no sangue:

- **Metformina:** esse é o primeiro medicamento oferecido à maioria das pessoas com diabetes tipo 2 para o controle do açúcar no sangue. Você pode tomar metformina isoladamente ou com outro tipo de medicamento para diabetes.

Ele não faz você engordar, ao contrário de alguns medicamentos para diabetes. A metformina pode fazer com que você se sintam mal ou tenha diarreia. Isso é mais provável se você tomar o medicamento com o estômago vazio.

Seu médico provavelmente recomendará que você aumente a dose lentamente e tome esse medicamento com alimentos.

- **Dipeptidil peptidase-4 (inibidores da DPP-4):** esses medicamentos também ajudam a reduzir o açúcar no sangue. Você também pode ouvi-los chamados de gliptinas. Exemplos desses medicamentos são a alogliptina, a linagliptina, a saxagliptina ou a sitagliptina.

Esses medicamentos são frequentemente usados em conjunto com a metformina.

- **Sulfonilureias:** esses medicamentos ajudam o corpo a liberar mais insulina. Existem diferentes tipos de sulfoniluréis. Exemplos de produtos comumente usados são glimepirida, gliclazida ou gliclazida. Você pode tomar uma sulfonilureia isoladamente ou com metformina ou outros medicamentos.

As sulfonilureias podem, às vezes, fazer com que o nível de açúcar no sangue fique muito baixo. O nome médico para isso é **hipoglicemia**. Alguns efeitos colaterais das sulfonilureias incluem ganho de peso, sensação de enjojo, diarreia leve e constipação

- **Meglitinidas:** são semelhantes às sulfonilureias e, às vezes, são usadas em seu lugar. Você deve tomá-los imediatamente antes de comer. Você pode tomá-los junto com a metformina. Eles podem deixar o nível de açúcar no sangue muito baixo, embora isso seja menos provável do que com as sulfonilureias. Eles podem causar algum ganho de peso.

Diabetes do tipo 2: quais tratamentos funcionam?

Exemplos de meglitinidas que podem ser oferecidas a você são a repaglinida e a nateglinida.

- **Inibidores do cotransportador de sódio e glicose-2 (SGLT2):** funcionam ajudando os rins a filtrar mais glicose na urina, o que reduz o açúcar no sangue. Exemplos desse tipo de medicamento incluem a canagliflozina, a dapagliflozina, a empagliflozina e a ertugliflozina.

Esses medicamentos podem ajudar a proteger seus rins e coração contra o desenvolvimento de outros problemas. Você pode receber um desses medicamentos isoladamente ou com outros medicamentos para ajudar a controlar o açúcar no sangue.

- **Glitazonas:** esses medicamentos não são usados com a mesma frequência que outros medicamentos para diabetes. E só são usados se você também estiver tomando metformina ou uma sulfonilureia. Talvez você também os ouça serem chamados de tiazolidinedionas. Exemplos desse tipo de medicamento incluem a pioglitazona e a rosiglitazona.

O médico deverá monitorá-lo regularmente se você tomar uma glitazona, pois elas podem causar efeitos colaterais graves em algumas pessoas. Isso inclui danos ao fígado, insuficiência cardíaca e aumento da chance de fraturas.

Injeções para controlar o açúcar no sangue

- **Insulina:** algumas pessoas com diabetes precisam tomar insulina para manter o açúcar no sangue sob controle. A insulina é administrada como uma injeção. Nem todo mundo com diabetes tipo 2 precisa tomar insulina. Mas se o medicamento para diabetes não estiver funcionando para manter o açúcar no sangue sob controle, o médico pode sugerir que você considere a insulina.
- **Agonistas do peptídeo-1 semelhante ao glucagon (GLP-1):** são medicamentos administrados por injeção ou em comprimidos e são usados isoladamente ou com outros medicamentos, como metformina e sulfonilureias. Além de controlar o açúcar no sangue, eles também podem ajudar a reduzir a chance de sofrer um ataque cardíaco ou derrame.

Eles podem ter alguns efeitos colaterais, como a redução do nível de açúcar no sangue após a ingestão de alimentos, e algumas pessoas perdem um pouco de peso. Exemplos desses medicamentos incluem dulaglutide, exenatide, liraglutide, lixisenatide e semaglutide.

Medicamentos para prevenir ataques cardíacos e derrames

Ter diabetes aumenta as chances de sofrer um ataque cardíaco, derrame ou outros problemas de circulação. Portanto, a maioria das pessoas com diabetes toma medicamentos para ajudar a prevenir esses problemas. Isso pode incluir medicamentos para:

- controle da pressão arterial
- controle do colesterol

Diabetes do tipo 2: quais tratamentos funcionam?

- prevenir coágulos sanguíneos.

Medicamentos para controlar sua pressão arterial

A maioria das pessoas com diabetes precisa tomar medicamentos para a pressão arterial. Você também pode tentar mudanças no estilo de vida. Por exemplo, reduzir a quantidade de sal ingerida, adicionar mais frutas e vegetais à sua dieta e perder peso. Se o médico recomendar comprimidos para pressão arterial, é provável que sua pressão arterial esteja mais alta do que a faixa de pressão arterial ideal para você, apesar de outras alterações.

Esses são alguns dos tipos de medicamentos que podem ser prescritos. Você pode tomar apenas um ou uma combinação de comprimidos.

- **Inibidores da ECA:** esses medicamentos ajudam a impedir que os vasos sanguíneos se estreitem demais e que o coração trabalhe demais. Exemplos comuns incluem aptopril, enalapril, lisinopril e ramipril.

Os inibidores da ECA podem ter alguns efeitos colaterais. Geralmente são leves. O efeito colateral mais comum é a tosse seca. Algumas pessoas apresentam pressão arterial baixa (que pode causar tontura), problemas renais ou problemas no ritmo cardíaco.

- **Antagonistas dos receptores da angiotensina II:** esses medicamentos funcionam de forma semelhante aos inibidores da ECA. Se você não puder tomar um inibidor da ECA, o médico poderá prescrever um antagonista do receptor da angiotensina-II. Exemplos comuns incluem candesartana, irbesartana, losartana e valsartana.

A maioria das pessoas apresenta apenas efeitos colaterais leves com os antagonistas dos receptores da angiotensina-II. O efeito colateral mais comum é a tontura.

- **Diuréticos:** ajudam o corpo a se livrar do excesso de sal e água, o que também pode ser chamado de "comprimidos de água". Seu médico pode sugerir que você tome um diurético e outros medicamentos para pressão arterial. Há muitos tipos diferentes de diuréticos.

Os diuréticos podem fazer com que você sinta sede e aumentar o nível de açúcar no sangue. Eles também fazem você urinar mais.

- **Bloqueadores de canal de cálcio:** esses medicamentos mantêm os vasos sanguíneos relaxados e abertos, facilitando o fluxo de sangue através deles. Exemplos comuns incluem a mlodipina, a felodipina e a nifedipina.

Os possíveis efeitos colaterais incluem dores de cabeça, tontura, inchaço nos tornozelos, rubor (vermelhidão no rosto), batimentos cardíacos irregulares e constipação.

Medicamentos para controlar o colesterol

Tomar um tipo de medicamento chamado estatina pode ajudar a reduzir o colesterol. Isso também pode reduzir a chance de um ataque cardíaco ou derrame. Se você tem diabetes,

Diabetes do tipo 2: quais tratamentos funcionam?

isso pode ajudar a reduzir o risco desses problemas graves, mesmo que o nível de colesterol não esteja alto no início.

Se o seu colesterol ainda estiver alto depois de tomar estatinas ou se você não puder tomar estatinas, há outras opções. Mas não sabemos se eles funcionam tão bem quanto as estatinas para reduzir a chance de um derrame ou ataque cardíaco.

Medicamentos para impedir a coagulação do sangue

A aspirina torna seu sangue menos propenso a formar coágulos sanguíneos. Isso pode ajudar a prevenir um derrame ou um ataque cardíaco em pessoas com alto risco desses problemas. Muitas pessoas com diabetes tomam uma dose diária baixa de aspirina.

Efeitos colaterais e monitoramento de seus tratamentos

Você pode sentir alguns efeitos colaterais com esses medicamentos. Não sabemos tanto sobre os efeitos colaterais dos medicamentos mais novos quanto sobre os que existem há mais tempo.

A bula que acompanha o medicamento descreverá os possíveis efeitos colaterais. A maioria dos efeitos colaterais não é comum, mas você deve informar ao seu médico ou farmacêutico se tiver algum problema. Talvez você possa tentar tratamentos diferentes.

Você precisará verificar seus medicamentos regularmente, mesmo que não apresente nenhum efeito colateral, para ver se eles ainda são a melhor opção para você.

Para obter mais informações sobre como conviver com o diabetes tipo 2, consulte nossos folhetos *Diabetes: o que posso fazer para me manter saudável?* e *Diabetes tipo 2: perguntas para fazer ao seu médico*".

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2024. Todos os direitos reservados.

