



Curso de
Enfermagem
10 ANOS
UNIVERSIDADE
FEDERAL DA
FRONTEIRA SUL
CAMPUS CHAPECÓ

PROMOÇÃO DA SAÚDE E DO AUTOCUIDADO COM ÊNFASE NO DIABETES MELLITUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Fernanda Walker¹
Maira Lidia Schleicher²
Vania da Silva Oliveira³
Kesia Adriely Oliveira de Jesus⁴
Luciane Moraes de Oliveira⁵
Maiara Bordignon⁶

RESUMO EXPANDIDO

Introdução: o Diabetes Mellitus (DM) é uma doença metabólica na qual se evidencia um aumento anormal dos níveis sanguíneos de glicose.¹ Prevalecem no seu desenvolvimento os fatores modificáveis, tais como a má alimentação, o sedentarismo, a obesidade e o tabagismo, e não apenas os fatores genéticos.¹⁻² Em âmbito mundial, dados de 2017 demonstraram que o Brasil ocupava a terceira posição quanto ao número de crianças e adolescentes que possuíam DM tipo 1 e a quinta posição em relação ao número de idosos (acima de 65 anos) com DM.³ Em 2017 haviam neste país 12,5 milhões de pessoas de 20 a 79 anos com diabetes mellitus diagnosticado, com a possibilidade do número ser maior considerando casos não conhecidos.³ Na ausência de um enfrentamento adequado do DM podem surgir novos problemas de saúde, a exemplo de complicações na visão, úlceras nos pés, amputação de membros, alterações nos rins e problemas cardiovasculares.¹ Nesta perspectiva destaca-se a importância do incentivo à realização do tratamento, que busca controlar e prevenir suas complicações.² **Objetivo:** relatar o desenvolvimento de uma atividade lúdica e educativa com um grupo de pessoas com DM, realizada por acadêmicas da 6^a fase do curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS) durante as atividades teórico-práticas em um Centro de Saúde da Família (CSF), bem como compartilhar os significados desta experiência. **Metodologia:** relato de experiência de uma atividade realizada no centro comunitário do bairro adstrito a um CSF do oeste catarinense, que contou com a participação de 17 usuários com DM de uma das áreas de cobertura do respectivo CSF. Na atividade – ocorrida no

¹ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: fernandawalker04@gmail.com

² Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: mairasch97@gmail.com

³ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: vania.silva11@hotmail.com

⁴ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: kesiaresidenciajovem@gmail.com

⁵ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: lucianyolivl5@gmail.com

⁶ Enfermeira, Doutora em Ciências da Saúde, Professora de Magistério Superior Substituto na Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: bordignonmaiara@gmail.com

APOIO:



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ENFERMAGEM
SEÇÃO SANTA CATARINA



ABEn Nacional

Associação Brasileira de Enfermagem



**Curso de
Enfermagem**
10 ANOS
**UNIVERSIDADE
FEDERAL DA
FRONTEIRA SUL**
CAMPUS CHAPECÓ

segundo semestre de 2019 – foram utilizadas metodologias ativas para que os participantes pudessem interagir e coparticipar na atividade. O espaço do centro comunitário foi organizado de forma a representar cinco ilhas, dividindo o encontro em iguais cinco momentos, a saber: no primeiro momento houve a aferição da pressão arterial e avaliação geral da saúde, incluindo medida de altura, saturação de oxigênio e circunferência abdominal; no segundo momento foi realizada uma abordagem lúdica sobre os cuidados com os pés, na qual foram representadas cinco cenas, através das quais os participantes foram convidados a refletir e indicar se as práticas adotadas eram corretas ou incorretas com relação ao cuidado dos pés; no terceiro momento, os participantes sentaram-se aleatoriamente em cadeiras sinalizadas com uma diversidade de desenhos de frutas, por meio das quais eram sorteadas questões relacionadas a conhecimentos específicos sobre a alimentação, com ênfase no tratamento do diabetes mellitus, discutindo mitos e verdades e esclarecendo dúvidas. Em seguida, formou-se um círculo com todos os presentes e utilizou-se a metodologia da dança para demonstrar a importância da união e da participação de todos no processo de cuidado com o diabetes, encerrando as atividades com uma pausa para um chá da tarde, adaptado ao público presente. Imediatamente antes da saída dos participantes, os mesmos foram convidados a avaliar a atividade como positiva ou negativa. Após o encontro, na Unidade Básica de Saúde (UBS), deu-se continuidade ao que foi realizado por outros grupos realizando a estratificação de risco de cada usuário presente na atividade, por meio da qual elencou-se os cuidados conforme as orientações do Estado de Santa Catarina relacionadas à linha de cuidado à pessoa com DM.

Resultados e Discussão: na atividade sobre os cuidados com os pés os participantes demonstraram conhecimento eficiente quanto aos principais fatores que poderiam contribuir para o surgimento de complicações e para a preservação da saúde dos pés. Nas pessoas com DM o cuidado com os pés é fundamental, dada a frequência de complicações e sua gravidade.⁴ Recomenda-se avaliar a presença de dor ou desconforto, sensibilidade, condições de higiene e hidratação, além de temperatura, coloração e integridade da pele e das unhas.⁴ Na atividade, as questões com maior demanda de discussão e destaque se referiam à alimentação, sobretudo a substituição de alguns alimentos por aqueles mais recomendados em caso de DM. A adoção de uma alimentação saudável contribui para o manejo adequado do diabetes mellitus, pois o desequilíbrio alimentar está entre os fatores que podem levar a complicações e afetar a saúde.⁵ Portanto, o aconselhamento nutricional realizado de maneira individual ou coletiva está entre as ações da Atenção Primária voltadas à promoção da saúde.⁵ De acordo com estas premissas incluiu-se a temática da alimentação na atividade, promovendo um diálogo assíduo sobre a importância da alimentação saudável, com consumo de verduras, legumes e ingesta cautelosa de carboidratos, além da prática de atividades físicas, quando possível, e a adesão ao uso da medicação conforme a prescrição. Entre os participantes, dos 15 que avaliaram o encontro, todos atribuíram avaliação positiva. **Considerações finais:** as acadêmicas responsáveis pela atividade aprenderam coletivamente com os participantes que o olhar clínico deve estar aliado ao diálogo, através do qual foi possível, naquele momento, abordar temas relacionados ao DM de maneira lúdica e participativa, a fim de estimular a interação entre todos os participantes. O encontro evidenciou a relevância do diálogo para esclarecer dúvidas e contribuir com a troca de saberes. As ações práticas foram bem recebidas pelos presentes, tornando a conversa simultaneamente atrativa e esclarecedora, ressaltando a importância dos cuidados necessários para a regulação dos níveis glicêmicos e prevenção de complicações associadas ao DM. Destaca-se que os participantes se manifestaram a favor da

APOIO:



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ENFERMAGEM
SEÇÃO SANTA CATARINA



ABEn Nacional
Associação Brasileira de Enfermagem



**Curso de
Enfermagem**
10 ANOS
**UNIVERSIDADE
FEDERAL DA
FRONTEIRA SUL**
CAMPUS CHAPECÓ

realização de outros encontros no decorrer das semanas. Salienta-se a importância de atividades que promovam o conhecimento sobre a condição de saúde e os cuidados a partir de metodologias que permitam o diálogo. Por conseguinte, avaliou-se como proveitosa a experiência compartilhada com o grupo, tendo em vista que proporcionou aprendizado tanto para os usuários quanto para as acadêmicas.

Descritores: Diabetes Mellitus; Atenção Primária à Saúde; Promoção da Saúde.

Eixo temático: Ensino

Financiamento (se houver): não se aplica.

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério do Planejamento, orçamento e gestão. Instituto Brasileiro de Geografia e estatística – IBGE. Pesquisa nacional de Saúde 2013. Rio de Janeiro; 2014.
2. Câmara SAV, Barbosa TS, Olivon VC, Fernandes ALP, Câmara JV. Avaliação do risco para desenvolvimento de Diabetes Mellitus tipo 2 em estudantes universitários. Rev Ciência Plural. 2019; 5(2): 94-110.
3. International Diabetes Federation (IDF). Atlas IDF 2017 – Diabetes no Brasil. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/2018/poster-atlas-idf-2017.pdf>. Acesso em: 27 jul. 2020.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Manual do pé diabético: estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Brasília: Ministério da Saúde; 2016.
5. Santos LM, Sampaio JRF, Borba VFC, Luz DCRP, Rocha EMB. Avaliação do hábito alimentar e estado nutricional de idosos com diabetes mellitus tipo 2 atendidos na Atenção Básica de Saúde do município de Porteiras-CE. Rev e-ciência. 2017; 5(1): 69-77.

APOIO:



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ENFERMAGEM
SEÇÃO SANTA CATARINA



ABEn Nacional
Associação Brasileira de Enfermagem