

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 Adrieli 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 Prevaecem 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 6ª 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: kesiareidenciajovem@gmail.com

⁵ Acadêmica do curso de graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), campus Chapecó, e-mail: lucianyoliv15@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



SEMANA ACADÊMICA ENFERMAGEM

UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL

BICENTENÁRIO DE FLORENCE NIGHTINGALE E A VALORIZAÇÃO DA ENFERMAGEM
COMO CIÊNCIA ANTES, DURANTE E APÓS A COVID-19

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 ingestão 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



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ENFERMAGEM
SEÇÃO SANTA CATARINA

APOIO:



ABEn Nacional
Associação Brasileira de Enfermagem



SEMANA ACADÊMICA ENFERMAGEM

UNIVERSIDADE FEDERAL DA FRONTEIRA SUL

BICENTENÁRIO DE FLORENCE NIGHTINGALE E A VALORIZAÇÃO DA ENFERMAGEM
COMO CIÊNCIA ANTES, DURANTE E APÓS A COVID-19

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.



ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ENFERMAGEM
SEÇÃO SANTA CATARINA

APOIO:



ABEn Nacional
Associação Brasileira de Enfermagem