



UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS (UNA-SUS) - NÚCLEO DO CEARÁ
NÚCLEO DE TECNOLOGIAS EM EDUCAÇÃO A DISTÂNCIA EM SAÚDE
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO, PESQUISA E INOVAÇÃO EM SAÚDE DA
FAMÍLIA

NATACHA RAFAELA DE SOUSA REGO

PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NA MELHORIA DO AUTOCUIDADO DE
HOMENS COM DIABETES MELLITUS TIPO II DA UNIDADE BÁSICA ANTÔNIO
ALVES DE ASSIS NA CIDADE DE ALTAMIRA DO MARANHÃO – MA

MARANHÃO

2019

NATACHA RAFAELA DE SOUSA REGO

**PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NA MELHORIA DO AUTOCUIDADO DE
HOMENS COM DIABETES MELLITUS TIPO II DA UNIDADE BÁSICA ANTÔNIO
ALVES DE ASSIS NA CIDADE DE ALTAMIRA DO MARANHÃO – MA**

Trabalho de Conclusão de Curso submetido à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Orientadora: Prof. Me. Elis Cabral Victor.

MARANHÃO

2019

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Universidade Federal do Ceará
Biblioteca Universitária

Gerada automaticamente pelo módulo Catalog, mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

- R268 Rego, Natacha Rafaela de Sousa.
PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NA MELHORIA DO AUTOCUIDADO DE HOMENS
COM DIABETES MELLITUS TIPO II DA UNIDADE BÁSICA ANTÔNIO ALVES DE ASSIS
NA CIDADE
DE ALTAMIRA DO MARANHÃO – MA / Natacha Rafaela de Sousa Rego. – 2019.
17 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Universidade Federal do Ceará,
Faculdade de Medicina, Especialização NUTEDS - Saúde da família, Fortaleza, 2019.
Orientação: Profa. Me. Elis Cabral Victor.

1. Diabetes Mellitus Tipo II. 2. Homens. 3. Autocuidado. 4. Atenção Básica. I. Título.

CDD 362.1

NATACHA RAFAELA DE SOUSA REGO

**PROPOSTA DE INTERVENÇÃO NA MELHORIA DO AUTOCUIDADO DE
HOMENS COM DIABETES MELLITUS TIPO II DA UNIDADE BÁSICA ANTÔNIO
ALVES DE ASSIS NA CIDADE DE ALTAMIRA DO MARANHÃO – MA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Especialização em Saúde da Família, modalidade semipresencial, Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS) - Núcleo Do Ceará, Núcleo de Tecnologias em Educação a Distância Em Saúde, Universidade Federal do Ceará, como requisito parcial para obtenção do Título de Especialista.

Aprovado em: 01/08/2019.

BANCA EXAMINADORA

Prof^o., Me., Elis Cabral Victor.
Universidade Federal do Ceará

Prof^o., Me, Marlon Lemos de Araújo.
Universidade Federal do Maranhão

Prof^o., Me, Sulayne Janayna Araújo Guimarães.
Universidade Federal do Maranhão

*Dedico este trabalho, aos meus pais,
Maria Francisca e Jonamar Rego
e a minha filha,
Lays Fernanda Quelemes Rego,
grandes colaboradores e incentivadores.
Luzes da minha vida.*

RESUMO

As doenças crônicas não transmissíveis são responsáveis por um número elevado de mortes antes dos 70 anos de idade e perda de qualidade de vida. Dentre as doenças crônicas destaca-se o Diabetes Mellitus tipo II devido as crescentes taxas de prevalência no Brasil. Depois de diagnóstico com a doença, o tratamento é o controle glicêmico, através de uma alimentação saudável, práticas de exercícios físicos, uso de medicamentos e cessação do tabagismo. Porém, é baixa a adesão ao tratamento, principalmente por ser a longo prazo. Ah sim, usuários com estas condições necessitam desenvolver habilidades de autocuidado e adotar comportamentos saudáveis para evitar complicações. A população masculina adentra o sistema de saúde por meio da atenção especializada e tem como consequência o agravamento da morbidade pelo retardo na atenção. Grande parte da população masculina adscrita da unidade Antônio Alves de Assis, apresenta dificuldade na adesão ao tratamento do diabetes mellitus e tem consequências na perda da qualidade de vida. A promoção e fortalecimento de habilidades de autocuidado pela equipe de saúde da unidade, possibilitará melhor adesão ao tratamento da doença, maior controle glicêmico e melhor qualidade de vida, evitando complicações decorrentes da doença. Logo, espera-se que os homens atendidos na unidade básica Antônio Alves de Assis tenham maior conhecimento sobre o diabetes mellitus e consequentemente maior autocuidado com um controle glicêmico eficaz reduzindo sequelas e perdas de anos e qualidade de vida.

Palavras-chave: Autocuidado; Saúde do Homem; Diabetes Mellitus Tipo 2; Atenção Primária a Saúde.

ABSTRACT

Non-communicable chronic diseases account for a high number of deaths before age 70 and loss of quality of life. Among the chronic diseases, Diabetes Mellitus type II stands out due to the increasing prevalence rates in Brazil. After diagnosis with the disease, the treatment is glycemic control, through a healthy diet, physical exercise practices, use of medications and cessation of smoking. However, adherence to treatment is low, mainly because it is long term. Ah yes, users with these conditions need to develop self-care skills and adopt healthy behaviors to avoid complications. The male population penetrates the health system through specialized care and has as a consequence the aggravation of morbidity due to delayed attention. A large part of the male population belonging to the Antônio Alves de Assis unit has difficulty adhering to the treatment of diabetes mellitus and has consequences for the loss of quality of life. The promotion and strengthening of self-care skills by the health team of the unit, will enable better adherence to the treatment of the disease, greater glycemic control and better quality of life, avoiding complications due to the disease. Therefore, it is expected that men attended at the basic unit Antônio Alves de Assis have greater knowledge about diabetes mellitus and consequently greater self-care with an effective glycemic control reducing sequels and losses of years and quality of life.

Keywords: Self-care; Men's Health; Type 2 Diabetes Mellitus; Primary Health Care.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	5
2	PROBLEMA.....	5
3	JUSTIFICATIVA.....	6
4	OBJETIVOS.....	6
4.1	OBJETIVO GERAL.....	6
4.2	OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	6
5	REVISÃO DE LITERATURA.....	6
6	METODOLOGIA.....	8
7	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	9
8	CRONOGRAMA.....	10
9	RECURSOS NECESSÁRIOS.....	11
10	CONCLUSÃO	11
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	12

1 INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis são responsáveis por um número elevado de mortes antes dos 70 anos de idade e perda de qualidade de vida. Neste estudo, destaca-se o Diabetes Mellitus (DM) pelas crescentes taxas de prevalência no Brasil. Depois de diagnóstico com a doença, a base para prevenção das complicações é o controle glicêmico, através de uma alimentação saudável, práticas de exercícios físicos, uso de medicamentos e cessação do tabagismo. Porém, é baixa a taxa de adesão ao tratamento, principalmente por requerer autocuidado em longo prazo. Sendo a adesão ao tratamento fundamental para a prevenção das complicações. (SOUZA et al., 2017; MAIA, REIS e TORRES, 2016).

Assim, a população masculina adscrita na área da Unidade de Saúde Antônio Alves de Assis, que apresente esta condição necessita desenvolver habilidades de autocuidado e adotar comportamentos saudáveis para evitar complicações. Estudos têm apresentado resultados favoráveis no que diz respeito ao controle glicêmico, quando se aumenta a capacidade de autocuidado do usuário através de programas educativos relacionados ao autocuidado do diabetes mellitus. A educação, possibilita a transmissão de informações que auxiliam o usuário na aquisição de habilidades para o controle do diabetes mellitus e o seu autocuidado, além de sensibilizar o usuário sobre os fatores de risco. (MAIA; REIS; TORRES, 2016).

A população masculina adentra o sistema único de saúde por meio da atenção especializada e tem como consequência o agravamento da morbidade pelo retardo na atenção. Assim, torna-se necessário o fortalecimento e qualificação da atenção primária garantindo, a promoção da saúde e prevenção aos agravos evitáveis. Vários estudos comprovam o fato de que os homens são mais vulneráveis às doenças, sobretudo às enfermidades graves e crônicas, e que morrem mais precocemente que as mulheres, pois, os homens não buscam, como as mulheres, os serviços de atenção básica. (BRASIL, 2009).

Curso de Especialização, Pesquisa e Inovação em Saúde da Família 2018 ministrado aos participantes do programa Mais Médicos pela Universidade Federal Do Ceará (UFC), Núcleo De Tecnologias E Educação A Distância Em Saúde (NUTEDS) e Universidade Aberta do SUS (UNA-SUS).

2 PROBLEMA

O presente trabalho tem por objetivo intervir sobre as complicações ocasionadas pelo não controle do diabetes mellitus aos homens adscritos na unidade básica através de educação em saúde para o autocuidado.

3 JUSTIFICATIVA

A necessidade de prevenir complicações aos usuários com diabetes mellitus tipo II é de extrema importância no contexto da sociedade brasileira, visto que há uma tendência do aumento da frequência entre as faixas etárias mais jovens, e uma baixa adesão ao tratamento a longo prazo cujo impacto negativo sobre a qualidade de vida e a carga da doença ao sistema de saúde é relevante.

Diante da dificuldade do homem de se cuidar, esse trabalho objetiva fortalecer o comportamento de autocuidado em homens com diabetes mellitus tipo II da unidade básica Antônio Alves de Assis da cidade de Altamira – MA.

Esperamos atrair a atenção para o tema e contribuir para a prevenção de agravos em usuários com diabetes mellitus tipo II. Além disso, este trabalho pode servir de base para outros estudos da área da atenção básica.

4 OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Capacitar homens com diabetes mellitus tipo II a desenvolverem habilidades de autocuidado na unidade básica Antônio Alves de Assis da cidade de Altamira – MA.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Capacitar os profissionais da unidade sobre a importância do autocuidado em pacientes diabéticos;

Avaliar o comportamento de homens diabéticos da área de abrangência;

Criar um grupo educativo de diabéticos com encontros semanais;

Desenvolver o vínculo entre os homens e os serviços de saúde fornecidos pela unidade básica.

5 REVISÃO DA LITERATURA

A incidência de doenças crônicas aumentou no mundo atual, estando entre estas o diabetes mellitus tipo II. Envolvimento com fatores de riscos, aumento da expectativa de vida, industrialização, maior consumo de dietas hipercalóricas, mudanças no estilo de vida, inatividade física, obesidade e maior sobrevida da pessoa diabética são determinantes dessa doença. (GRILLO; GORINI, 2007).

O diabetes mellitus é uma desordem metabólica de etiologia múltipla caracterizada por hiperglicemia crônica devido a alterações na secreção ou ação da insulina, o que reduz a captação de glicose pelos tecidos periféricos. (DUARTE et al, 2013).

A prevalência desse diagnóstico deve aumentar nos próximos 20 anos. Embora o impacto do diabetes seja por determinantes sociais da saúde quanto da predisposição genética, um determinante importante do desfecho em ambientes de atenção primária é a efetividade da consulta entre pacientes e profissionais de saúde.

Além disso, o diabetes mellitus é uma condição crônica com capacidade de gerar complicações irreversíveis o que compromete as atividades produtivas e a qualidade de vida das pessoas. Diante desse cenário, os profissionais de saúde têm o desafio de buscar alternativas educativas direcionadas aos usuários com diabetes mellitus, para a aquisição de conhecimentos, habilidades e atitudes básicas para a prática do autocuidado, considerando a autonomia, expectativas e o contexto de vida de cada um. (FERNANDES et al, 2016).

O autocuidado é definido como a prática de atividades para a manutenção da vida, da saúde e do bem-estar, realizadas pelo indivíduo em seu próprio benefício. Quando realizadas eficazmente, contribuem para a manutenção da integridade e funcionamento humano. A participação ativa do paciente, por meio das atividades de autocuidado, torna-se uma peça principal para o controle do diabetes mellitus, sendo que os pacientes e familiares são responsáveis por mais de 95% do tratamento. (NETA; SILVA A.; SILVA G. 2015).

Além disso, o diabetes mellitus destaca-se por ter baixas taxas de adesão ao tratamento, por requerer autocuidado em longo prazo. Porém, intervenções educativas demonstram que diversas complicações podem ser prevenidas com um rigoroso controle do nível de glicose no sangue. Assim, destaca-se a educação para o cuidado com o diabetes mellitus, uma vez que o usuário com esta condição necessita desenvolver habilidades de autocuidado. Além disso, a literatura aponta o tempo de participação em programas educativos com um fator importante, e apresenta estudos que comprovam a sua efetividade em intervenção tanto de longa como de curta duração. (MAIA; REIS; TORRES, 2016).

Estudo evidencia através da busca ativa a prevalência de diabetes na população masculina, o que reveste a primazia feminina observada na prevalência do diabetes pré-diagnosticado. Existe um maior desconhecimento da doença entre homens; sendo que a prevalência entre as mulheres teria como explicação maior acesso aos serviços de saúde. A busca ativa é uma ferramenta utilizada para identificar o desconhecimento da doença entre a população masculina, invertendo a superioridade da concentração feminina observada para diabetes pré-diagnosticado. Além disso, a busca ativa, evidencia a potencialidade significativa de identificação do diabetes submerso na população. (GOLDENBERG; SCHENKMAN; FRANCO, 2001).

Os grupos educativos são importantes por considerarem os aspectos comportamentais e psicossociais de usuários com diabetes, visto que ocorre uma construção de conhecimentos e atitudes que estimulam as pessoas com diabetes a realizarem práticas de autocuidado associadas à adoção de um plano alimentar saudável e à realização de atividade física regular, necessárias para o controle metabólico e a prevenção das complicações. (VIEIRA; CECÍLIO; TORRES, 2017).

A qualidade da comunicação entre profissionais de saúde e pacientes faz uma diferença substancial nos resultados. Apesar do aumento da conscientização das abordagens centradas no paciente, pesquisas sugerem que a comunicação eficaz pode ser difícil na prática.

6 METODOLOGIA

Estudo descritivo, de abordagem quanto-qualitativo que será implementado na unidade básica de saúde Antônio Alves de Assis no município de Altamira – MA. A população alvo do estudo são homens com diagnóstico de diabetes mellitus tipo II. Neste trabalho foram utilizadas fontes de dados e análise de artigos com buscas das palavras chaves “autocuidado”, “saúde do homem”, “diabetes mellitus tipo 2”, “atenção primária a saúde”, as buscas foram realizadas nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) em especial nas bases de dados da Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Electronic Online (SCIELO) e Literatura Latino-americana e do Caribe (LILACS).

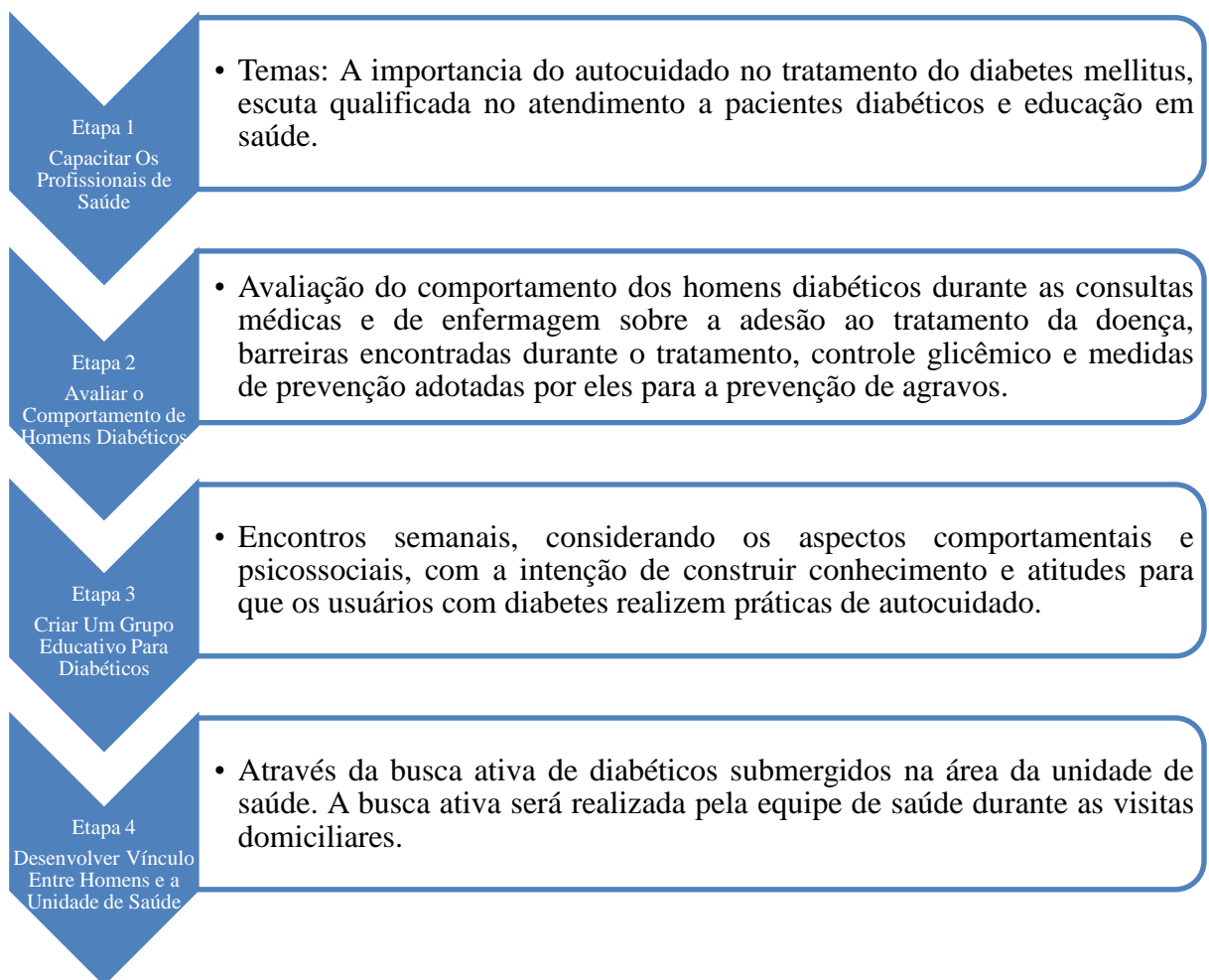
A proposta de intervenção inicia com a capacitação da equipe de saúde com temas pertinentes aos objetivos da intervenção como: “educação em saúde”, “importância do autocuidado ao tratamento do diabetes mellitus”, “escuta qualificada no atendimento a pacientes diabéticos”.

Em seguida será realizada a avaliação do comportamento dos homens diabéticos adscritos da unidade durante as consultas médicas e de enfermagem, com relevância quanto a adesão ao tratamento da doença, barreiras encontradas durante o tratamento, controle glicêmico e medidas de prevenção adotadas por eles para a prevenção de agravos.

Criar e estruturar um grupo educativo para diabéticos da unidade de saúde com encontros semanais, considerando os aspectos comportamentais e psicossociais, com a intenção de construir conhecimento e atitudes para que os usuários com diabetes realizem práticas de autocuidado associado a uma alimentação saudável e práticas de atividade física regular.

Desenvolver o vínculo dos homens com a unidade de saúde e seus serviços através da busca ativa de diabéticos submergidos na área da unidade de saúde. A busca ativa será realizada pela equipe de saúde durante as visitas domiciliares.

Figura 1 - Fluxograma da metodologia de pesquisa



Fonte: Elaborada pela autora.

7 ANÁLISE E DISCURSSÃO DOS RESULTADOS ESPERADOS

Com a intervenção aplicada sobre educação em saúde para estimular o autocuidado de homens diabéticos, espera-se a prevenção de complicações e ganhos na qualidade de vida, visto que o diabetes é uma condição crônica que pode gerar complicações irreversíveis comprometendo a qualidade de vida dos pacientes.

A busca ativa evidencia a potencialidade significativa de identificação do diabetes submergido na população. Além disso, a busca ativa de homens pré e recém diagnosticados com diabetes mellitus tipo II na população adscrita mostra-se uma estratégia que possibilita maior adesão ao tratamento da doença.

Artigos demonstram uma comunicação mais efetiva com o paciente quando se trata de uma estrutura biopsicossocial, onde a equipe nesta estrutura pode conhecer melhor a realidade de cada paciente com suas limitações social, financeiras e emocionais. Afastando-se do modelo biomédico centrado na patologia que deixa as necessidades do paciente de lado. A efetividade da consulta entre paciente e profissionais de saúde é um determinante importante no desfecho do tratamento.

Os profissionais de saúde têm esse desafio de buscar alternativas educativas direcionadas aos usuários com diabetes mellitus, considerando a autonomia, expectativas e o contexto de vida de cada um. A criação de grupos educativos possibilita uma construção de conhecimentos e atitudes, que estimulam as pessoas com diabetes a realizarem práticas de autocuidado, o que aumenta o vínculo desses pacientes com outros pacientes também diabéticos que podem dialogar sobre as dificuldades encontradas no tratamento da doença, apoiando um ao outro, além, de estabelecer um vínculo maior com a unidade de saúde.

Um dos resultados que se almeja é a prática do autocuidado pelo paciente, que quando realizadas eficazmente, contribuem para a manutenção da integridade e funcionamento humano. Com a participação ativa do paciente, práticas de autocuidado é uma peça fundamental para o controle do diabetes mellitus.

8 CRONOGRAMA

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES												
Atividades	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Capacitar os Profissionais da Unidade de Saúde.	X	X	X	X	X							

Equipe de Saúde												
Avaliar o Comportamento de Homens Diabéticos da Unidade Enfermeiro e Médico		X	X	X	X	X						
Criar o Grupo de Diabéticos da Unidade. Enfermeiro, Médico, Téc de Enfermagem, ACS e Gestor da Unidade.			X	X	X	X	X					
Estimular o Autocuidado nas Visitas Domiciliares. Enfermeiro, Médico, ACS e Técnico de Enf.		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Atividades Educativas Para a Comunidade.			X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Reunião de Avaliação do Plano de Intervenção.			X			X			X			X

9 RECURSOS NECESSÁRIOS

Para a realização da intervenção proposta serão necessários recursos humanos que são a equipe de saúde da família com médico, enfermeiro, técnico de enfermagem e agentes comunitários de saúde. Dentre os materiais de consumo então as lancetas, fitas reagentes para glicosímetro, algodão, álcool 70%, luva, pranchetas, folhas A4, cartucho toner para impressora, canetas, cartolinas e pinceis. Material permanente esta os glicosímetros. Sendo o financiamento desses materiais interno do orçamento da unidade.

10 CONCLUSÃO

A partir da execução do presente projeto de intervenção, relacionado ao fortalecimento do autocuidado de homens com diabetes mellitus da unidade básica Antônio Alves de Assis da cidade de Altamira, espera-se que os profissionais estejam capacitados e preparados para fortalecer hábitos de vida saudáveis com melhor adesão ao tratamento da doença, práticas de autocuidado, controle glicêmico e ganhos com qualidade de vida. Além disso, espera-se que os familiares e os pacientes tenham melhor conhecimento e entendimento sobre a doença e desenvolvam habilidades e comportamentos saudáveis para evitar complicações.

Logo, espera-se que os homens atendidos na unidade básica Antônio Alves de Assis tenham maior conhecimento sobre o diabetes mellitus e conseqüentemente maior autocuidado com um controle glicêmico eficaz.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Política Nacional de Atenção Integral à Saúde do Homem: princípios e diretrizes** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas – Brasília: Ministério da Saúde, 2009.

DOWELL, A. et al. **A Longitudinal Study of Interactions Between Health Professionals and People With Newly Diagnosed Diabetes**. Ann Fam Med 16:37-44. New Zealand, 2018. <https://doi.org/10.1370/afm.2144>.

DUARTE, M. R. et al. **Análise do comportamento de autocuidado de homens diagnosticados com Diabetes Mellitus Tipo II**. V. 05, n. 02, p. 41-50. Paraná, 2013. Disponível em: < DOI: 10.3895/S2175-08582013000200005 >. Acessado em: 27 maio 2019.

FERNANDES, B. S. M. et al. **Construção, validação e adequação cultural do protocolo COMPASSO: Adesão ao autocuidado em diabetes**. Acta paul. enferm. vol.29 no.4 São Paulo July/Aug. 2016. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.1590/1982-0194201600058>> acessado em: 27 maio 2019.

GOLDENBERG, P.; SCHENKMAN, S.; FRANCO, L. J. **Prevalência de diabetes mellitus: diferença de gênero e igualdade entre os sexos**. Rev. Bras. Epidemiol. Vol. 6, Nº 1, 2003. São Paulo, 2001. Disponível em: < https://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2003000100004>. Acessado em: 29 maio 2019.

GRILLO, M. F. F.; GORINI, M. I. P. C. **Caracterização de pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2**. Rev. Bras. Enferm. Brasília, 2007. Disponível em: < <http://hdl.handle.net/10183/21036> >. Acessado em: 2 junho 2019.

MAIA, M. A.; REIS, I.CA.; TORRES, H. C. **Associação do tempo de contato no programa educativo em diabetes mellitus no conhecimento e habilidades de autocuidado**. Rev. esc. enferm. USP vol.50 no.1 São Paulo fev. 2016. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420160000100008>>. Acessado em: 25 maio 2019.

NETA, D. S R.; SILVA, A. R. V.; SILVA, G. R. F. **Adesão das pessoas com diabetes mellitus ao autocuidado com os pés**. Rev. Bras. Enferm. vol.68 no.1 Brasília jan./fev. 2015.

Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680115p>>. Acessado em: 27 maio 2019.

SOUZA, J. D. et al. **Adesão Ao Cuidado Em Diabetes Mellitus Nos Três Níveis De Atenção**. Esc. Anna Nery vol. 21 no.4 Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2017-0045>>. Acessado em: 24 maio 2019.

VIEIRA, G. L. C.; CECÍLIO, S. G.; TORRES, H. C. **A percepção dos usuários com diabetes sobre a estratégia de educação em grupos na promoção do autocuidado**. Esc. Anna Nery vol.21 no.1 Rio de Janeiro, 2017. Epub Feb 16, 2017. Disponível em: < <http://dx.doi.org/10.5935/1414-8145.20170017>>. Acessado em: 5 junho 2019.