

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 EM SAÚDE DA FAMÍLIA

NAIVI BORGES MONS.

-Diabetes Mellitus: Medidas de prevenção para diminuir a incidência como problema de saúde.

FORTALEZA
2018

NAIVI BORGES MONS.

Diabetes Mellitus: Medidas de prevenção para diminuir a incidência como problema de saúde.

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.

Orientador: Profa. Ms. Rosy Denyse Pinheiro de Oliveira

**FORTALEZA
2018.**

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)

M76d Mons, Naivi Borges.
Diabetes Mellitus: Medidas de prevenção para diminuir a incidência como problema de saúde. / Naivi Borges Mons. – 2018.
18 f.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização) – Universidade Federal do Ceará, Faculdade de Medicina, Especialização em Saúde da Família, Fortaleza, 2018.
Orientação: Profa. Ma. Rosy Denyse Pinheiro de Oliveira.

1. Diabetes Mellitus. . 2. Incidência. . 3. Prevenção. . I. Título.

CDD 362.1

NAIVI BORGES MONS.

-Diabetes Mellitus: Medidas de prevenção para diminuir a incidência como problema de saúde.

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: __/__/__

BANCA EXAMINADORA

Profº. Titulação (Dr./Me.), nome.
Instituição

Profº. Titulação (Dr./Me/Esp.), nome.
Instituição

Profº. Titulação (Dr./Me/Esp.), nome.
Instituição

RESUMO

A Diabetes Mellitus refere-se a um transtorno metabólico de etiologias heterogêneas, caracterizado por hiperglicemia e distúrbios no metabolismo de carboidratos, proteínas e gorduras, resultantes de defeitos da secreção da ação da insulina, representa um problema de saúde a nível mundial que afeta a população. O presente estudo tem como objetivo elaborar um plano de ação de intervenção educativa para diminuir a incidência desta doença na UBS Abdon Braide do Município de Santa Luzia Estado de Maranhão (MA) promovendo as medidas educativas de saúde e promover melhor qualidade de vida da população. Durante o estudo observou-se um elevado número de pessoas com Diabetes Mellitus, sendo a causa que me levou a realização deste projeto educativo. Os fatores de risco relacionados aos hábitos alimentares e estilo de vida da população estão associados a este incremento, esta doença e responsáveis de causa de hospitalizações e mortalidade. Tratou-se de intervenção pesquisa-ação-educação realizada uma vez por semana, durante um mês, com 4 encontros no mês de março de 2018 com duração de 45 minutos com ações como: selecionar os participantes, palestras sobre modificar estilos de vida, uso adequado dos medicamentos, higiene bucal, cuidado dos pés, práticas de exercícios físicos para desta maneira melhor a qualidade de vida de os pacientes diabéticos.

Palavras-chave: Diabetes Mellitus. Incidência. Prevenção.

RESUMEN

Diabetes mellitus is defined as a metabolic disorder of heterogeneous etiologies, characterized by hyperglycemia and disturbances in the metabolism of carbohydrates, proteins and fats, resulting from a deficit in insulin secretion, represents a global health problem that affects the population. The present study aims to develop an action plan for educational intervention to reduce the incidence of this pathology at the UBS Abdon Beso in the municipality of Santa Luzia state of MA, promoting educational health measures and promoting a better quality of life of the population. During the study, a large number of people with Diabetes Mellitus were observed being the cause for the realization of this educational project. The risk factors related to dietary habits and lifestyles of the population that are associated with this increase. This pathology is responsible for the cause of hospitalization and mortality. The intervention was studied once a week for a month, with 4 meetings in the month of March 2018 with a duration of 45 minutes with actions such as: selecting the participants, lectures on how to modify lifestyles, adequate use of medicines, oral hygiene, care of the feet physical exercise practices to improve the quality of life of the diabetic patients.

Keywords: Diabetes mellitus. Incidence. Prevention.

SUMARIO.

1. INTRODUÇÃO.....	8
2. PROBLEMA.	9
3. JUSTIFICATIVA.....	10
4. OBJETIVOS.....	11
4.1 OBJETIVO GERAL:.....	11
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:	11
5. REVISÃO DE LITERATURA.	12
6. METODOLOGIA.....	13
7. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.	14
8. CRONOGRAMA.	15
9. RECURSOS NECESSÁRIOS.....	16
10. CONCLUSÃO.....	17
11. REFERÊNCIAS.	18

1. INTRODUÇÃO.

A Diabetes Mellitus é uma doença crônica não transmissível que representa um problema de saúde que afeta a população a nível mundial e uma causa importante de mortalidade. Evidências demonstram que um bom manejo evita hospitalizações e mortes por complicações cardiovasculares e cerebrovasculares (ALFRADIQUE ,2009).

O número de brasileiros diagnosticados com Diabetes Mellitus cresceu 61,8% nos últimos 10 anos, o Ministério da Saúde revela que as mulheres registram mais diagnósticos da doença. No Brasil o indicador de Diabetes aumenta com a idade o maior registro é na população com 65 anos ou mais e baixa escolaridade. O 14 de novembro foi escolhido como dia Mundial de Diabetes. Estudos feitos ano 2017 demonstraram que Rio de Janeiro é a capital brasileira com a maior prevalência de diagnóstico de diabetes. O envelhecimento da população, a obesidade, sedentarismo e história familiar de diabetes são considerados os principais fatores relacionados ao aumento de incidência do Diabetes mellitus. ([Http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2017-04/pesquisa-revela-que-diabetes-no-brasil-cresceu-618-em-dez-anos](http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2017-04/pesquisa-revela-que-diabetes-no-brasil-cresceu-618-em-dez-anos))

O Diabetes mellitus tipo 2 representa cerca de 90% dos casos de diabetes na população, sendo seguida em frequência pelo tipo 1 que responde por 8% (AMERICAN DIABETES ASSOCIATION ,2010). Além desses tipos o diabetes gestacional também merece destaque (AMERICAN DIABETES ASSOCIATION ,2010).

Os sinais e sintomas mais frequentes são; poliúria, polidipsia, polifagia, perda inexplicada de peso. Menos específico prurido vulvar, visão turva, fraqueza e fadiga. O diagnóstico de diabetes baseia-se na detecção da hiperglicemia. Os hábitos de vida saudáveis, como uma alimentação equilibrada, prática regular de atividade física, abandono do tabagismo possuem uma importância para o controle glicêmico (BRASIL ,2016).

2. PROBLEMA.

Alta incidência de Diabetes Mellitus na UBS Abidon Braide no Município Santa Luzia no Estado do Maranhão.

Na UBS existe uma alta incidência de pacientes com Diabetes Mellitus que foram, identificado mediante o acompanhamento programado, dentro dos fatores de riscos associados alimentação inadequada, inatividade física, antecedentes familiares. A equipe de saúde trabalha por meio de consultas programadas e visitas domiciliares aos pacientes com fatores de risco para orientar sobre a prevenção da doença.

3. JUSTIFICATIVA.

A Diabetes Mellitus é uma doença com um alto número de incidência que afeta a saúde mundial e do Brasil. Sua incidência no Brasil apresentou um aumento em os últimos anos, o sexo feminino é mais frequente na aparição desta doença passou de 6,3 % para 9,9 %. Na população com 65 anos ou mais apresenta índice de 27,2% sendo a faixa etária com mais risco para esta doença.

A UBS Abidon Braide no Município de Santa Luzia no Estado do Maranhão tem um total de 4936 pacientes, deles 145 são diabéticos, motivo para fazer este projeto de investigação para desta maneira diminuir a incidência de Diabetes Mellitus na população em a Atenção Básica.

4. OBJETIVOS.

4.1 OBJETIVO GERAL:

-Desenhar um plano de ação para prevenir a incidência de Diabetes Mellitus na UBS Abidon Braide, Santa Luzia, Maranhão.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

-Planejar ações de promoção e prevenção relacionadas com Diabetes Mellitus para elevar o nível de conhecimento da população para diminuir a incidência e suas complicações.

-Identificar os grupos de maior risco para realizar ações específicas para orientar sobre como modificar o estilo de vida.

5. REVISÃO DE LITERATURA.

A Diabetes Mellitus é decorrente da produção insuficiente do hormônio insulina ou da incapacidade de seu uso. A insulina que é produzida pelas células beta do pâncreas, controla os níveis de glicose no sangue; que, quando há Diabetes, ficam elevados e ocasionam um quadro conhecido como hiperglicemia.(m.brasilecola.uol.com.br).

A Diabetes Mellitus é uma doença que afeta muito a população de Brasil é a nível mundial. Estudos demonstram a elevada incidência da mesma, e os fatores de riscos mais frequentes que favorecem a aparição das mesmas tais como a dislipidemias e hipertensão arterial.

É um problema de saúde, evidencias demonstram que o bom manejo evita hospitalizações e mortes por complicações cardiovasculares e cerebrovasculares. (ALFRADIQUE,2009).

É estimado que o Brasil passe da 8 posição; com prevalência de 4.6%; em 2000; para a 6 posição; 11.3% em 2030 (OMS ,2003).

Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes, a doença atinge cerca de 6,9% da população brasileira, o que corresponde a aproximadamente 13 milhões de casos.

A Diabetes Mellitus tipo 2 é mais frequente e manifesta-se com frequência maior em adultos. Estima-se que 90% dos casos de diabetes estejam relacionados com a idade e o sedentarismo.<https://brasilecola.uol.com.br>

A terapia nutricional é importante na prevenção do Diabetes Mellitus e no retardo das complicações associadas ao DM, integrando o conjunto de medidas de autocuidado e educação em Saúde (AMERICAN DIETETIC ASSOCIATION ,2007); (KIRSTEN ,2010); (SANTOS, 2009); (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2005). As modificações na alimentação são reconhecidas como um recurso para o controle glicêmico e redução do risco das doenças cardiovasculares (KIRSTEN, 2010).

6. METODOLOGIA.

O projeto de intervenção foi desenvolvido em na UBS Abidon Braide no Município Santa Luzia no Estado do Maranhão, tratou-se de um projeto de intervenção no período novembro 2017 até maio 2018.

A equipe realizou uma reunião para explicar o desenvolvimento do projeto. Realizou-se palestras mensais com os pacientes diabéticos e outros com riscos elevados, utilizando cartazes para realizar atividades de promoção.

A população que é atendida esta constituída por 4936 pessoas, com Diabetes Mellitus estão registrados 145, deles participaram 28pacientes diabéticos (tipo dois) e 10 com fatores de riscos para conhecer sobre a doença que apresentam para modificar fatores de riscos é elevar a qualidade de vida da população.

Envolvidos na intervenção equipe integrado por médica, enfermeira, agentes de saúde, técnica de enfermagem, e outros profissionais em caso que seja necessário.

As fontes utilizadas para coleta de dados foram as fichas individuais e livro de registro de doenças crônicas.

O projeto tem como objetivo diminuir a incidência de Diabetes Mellitus na população.

Foi realizado um análise deste problema de saúde em nossa UBS com os pacientes diabéticos, além de outros pacientes que tem fatores de riscos elevados, resultando importante as seguintes ações a desenvolver.

- Ações:

1. Elevar o nível de capacitação da população sobre Diabetes Mellitus para diminuir a incidência da mesma.

2. Modificar estilos de vida da população, desenvolver atividades educativas para os grupos de maiores riscos.

- 3.Capacitar os Agentes de saúde para fazer identificação das pessoas com risco.

4. Realizar ações de promoção para ampliar os conhecimentos sobre Diabetes Mellitus.

7. ANALISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.

Com a realização e implantação do projeto de intervenção realizado no mês de março de 2018 em na UBS Abidon Braide município Santa Luzia, Maranhão, os resultados encontrados foram satisfatórios já que por meio das ações desenvolvidas com os 28 pacientes diabéticos é 10 com riscos elevados espera-se ampliar os conhecimentos da equipe de trabalho e dos pacientes em relação ao Diabetes Mellitus, realizou-se palestras educativas para modificar fatores de risco para diminuir a incidência da doença, fazer mudanças no estilo de vida da população, medidas para o cuidados dos pés ,higiene bucal, alimentação adequada, uso correto dos medicamentos ,fazer exercícios físicos para elevar qualidade de vida, evitar aparição da doença e evitar complicações .

Espera-se com este projeto de intervenção educativa melhorar as estratégias a serem utilizadas para modificar o nível conhecimento de Diabetes Mellitus. Os resultados foram inferidos por ações educativas por meio de cartazes para uma melhor compreensão por parte de os pacientes participantes.

As atividades realizadas foram importantes para contribuir a modificar os fatores de riscos e desta maneira prevenir as complicações.

As atividades educativas têm como objetivo que os pacientes conheçam qual é são as mudanças relacionadas com um melhor estilo de vida para sua saúde e inserir nas praticas de cuidado para control da doença.

Durante a realização do projeto na UBS tem registrados oito casos novos com Diabetes, depois de finalizado o trabalho só tem um caso, desta maneira os objetivos traçados foram vencidos.

8. CRONOGRAMA.

CRONOGRAMA DE ATIVIDADES												
Atividades	Novembro 2017	Dezembro 2017	Janeiro 2018	Fevereiro 2018	Março 2018	Abril 2018	Mai 2018					
Elaboração do projeto de intervenção	X	X	X	X	X							
Reunião da equipe	X	X	X	X	X							
Identificação dos pacientes diabéticos	X	X										
Revisão de Diabetes Mellitus	X	X	X									
Planificação das atividades educativas para os pacientes diabéticos e outros identificados com risco elevado	X	X	X	X	X	X	X					
Análise dos resultados						X	X					
Divulgação dos resultados para equipe e comunidade							X					

9. RECURSOS NECESSÁRIOS.

Os recursos necessários para a elaboração do projeto de intervenção.

Recursos humanos (pacientes diabéticos que participaram no projeto, equipe de saúde do posto Abidon Braide e os pacientes com risco elevado identificados).

Recursos materiais (livro de doenças crônicas, ficha individual dos pacientes diabéticos, caneta, papel).

10. CONCLUSÃO.

O projeto de intervenção abordou sobre as medidas de promoção para diminuir a incidência de Diabetes Mellitus em minha área de abrangência. Os objetivos do projeto lograram um melhor conhecimento dos pacientes em relação ao Diabetes Mellitus, modificar os fatores de riscos, mudanças no estilo de vida, alimentação saudável, uso diário os medicamentos realizar atividade física, cuidado dos pés, com estas ações espera-se baixar a incidência da doença e elevar a qualidade de vida.

REFERÊNCIAS.

- ALFRADIQUE, Maria Elmira et.al. Internações por condições sensíveis á atenção primaria: a construção da lista brasileira como ferramenta para medir o desempenho do sistema de saúde (Projeto ICSAP- Brasil). Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v.25, n.6 ,2009.

- AMERICAN DIABETES ASSOCIATION. Diagnosis and classification of diabetes mellitus. Diabetes Care, Alexandria, v. 33, Suppl .1, p. S62-69, 2010.

- ESTRATÉGIAS PARA O CUIDADO DA PESSOA COM DOENÇA CRÓNICA CADERNO DE ATENÇÃO BÁSICA NO.36, Brasília –DF 2013.

- <http://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2017-04/pesquisa-revela-que-diabetes-no-brasil-cresceu-618-em-dez-anos>

- <http://brasilecola.uol.com.br>

- KIRSTEN, J. et al. Nutricional intervention in patients with type 2 diabetes Who are hyperglycemic despite optimised drug treatment- Lifestyles Over and Above Drugs in Diabetes (LOADD) study: randomised controlled Trial .2010.

- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação. Brasília: Organização Mundial da Saúde, 2003.

- SANTOS, Ana Luiza Teixeira et al. Análise crítica das recomendações da Associação Americana de Diabetes para doença cardiovascular no diabetes melito. Revisão Sistemática. Arquivos Brasileiros de Endocrinología e Metabología, São Paulo, v. 53, n. 5, jul.2009.

- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Atualização brasileira sobre diabetes. Rio de Janeiro: Diagraphic, 2005. Disponível em <http://diabetes.org.br>.