

Título: Como melhorar e reduzir fatores de riscos em pacientes idosos com Diabetes Mellitus Tipo II.

Nome do Aluno: Bárbara Lázara Hernández Pérez

Nome do Orientador: Angela Maria Machado Major Noronha.

Introdução:

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são, atualmente, a principal causa de mortalidade no mundo. Segundo estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS), são responsáveis por 58,5% de todas as mortes e por 45,9% da carga global de doença, constituindo um sério problema de saúde pública para todos os países do mundo (BRASIL, 2011).

O aumento da incidência e prevalência destas doenças está associado ao envelhecimento populacional e à persistência de fatores de risco relacionados ao estilo de vida atual.

Para a DMT2 existem os fatores de risco modificáveis e os não modificáveis. Os principais fatores de risco não modificáveis são a idade e o antecedente familiar de diabetes. Os fatores de risco modificáveis consistem no sobrepeso, na distribuição central de gordura, na Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), nas dislipidemias, no sedentarismo e no tabagismo (CERCATO *et al*, 2004), (BRASIL, 2006). Portanto, mudanças no estilo de vida, visando uma reeducação alimentar e realização de exercícios, com consequente perda de peso são consideravelmente efetivas na prevenção e controle do DMT2.

A prioridade no tratamento do diabetes é devolver ao paciente seu equilíbrio metabólico, propiciando um estado o mais próximo possível da fisiologia normal do organismo (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2005). O enfrentamento da DMT2, assim como das outras DCNT, configura-se em um desafio para a saúde pública, considerando que essas doenças têm um forte impacto na qualidade de vida dos indivíduos afetados, causam morte prematura e geram grandes e subestimados efeitos econômicos adversos para as famílias, comunidades e sociedade em geral (SCHIMIDT *et al.*, 2002).

Cerca de 80% dos casos de DMT2 podem ser atendidos predominantemente na atenção básica. Esta atenção pode ser efetuada por meio da prevenção de fatores de risco para diabetes, da identificação e tratamento de indivíduos de alto risco para Diabetes, da identificação de casos não diagnosticados de diabetes para tratamento e intensificação do controle de pacientes já diagnosticados, visando prevenir complicações agudas e crônicas (BRASIL, 2006).

Trata-se de um projeto de intervenção educativo com o intuito de modificar o comportamento dos fatores de riscos presentes em pacientes com diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo II. O mesmo será realizado na Unidade Básica de Saúde-UBS Dos Leites. A mostra para o estudo estará composta por um total de 114 pacientes com Diabetes tipo II (100%), dos quais foram selecionados 52 pacientes maiores de 60 anos portadores da doença (45,61%) a qual vai constituir a população alvo para o objetivo. Após a seleção dos sujeitos foi feita uma avaliação dos principais fatores de riscos modificáveis presentes nos mesmos. Os quais comportam como a seguir: diabéticos idosos com Dislipidemias, 31 (59,6 %), Sobrepeso, 25 (40,07%), Tabagismo 11 (21,15%) e Sedentarismo, 27 (51,9%). Muitos pacientes já possuem alguma complicação ou estão desenvolvendo-a. Neste contexto evidencia-se que a Diabetes Mellitus é um problema na saúde pública. E carece de intervenções, inclusive nas comorbilidades do paciente, com forte atuação e assistência contínua dos trabalhadores da saúde.

Entende-se que há necessidade da intensificação das ações de saúde e apoio as políticas de prevenção e promoção em saúde, levando o profissional a um papel educativo e mais decisivo na prática profissional, especialmente medica, para avançar na detecção precoce da doença e prevenção de suas complicações, principalmente nas faixas etárias mais elevadas.

Objetivos:

Objetivo geral:

Desenvolver ações de intervenção educativa para reduzir fatores de riscos e prevenir complicações em pacientes idosos com Diabetes Mellitus tipo II no território de abrangência da ESF Dos Leites.

Objetivos específicos:

Revisar literatura sobre DM.

Realizar consulta direcionada.

Criar Grupo de Hiperdia.

Desenvolver um modelo de ações de carácter educativo com o Grupo de diabéticos.

Metodologia:

Sujeitos envolvidos no benefício da intervenção:

Os sujeitos da pesquisa foram idosos com Diabetes Mellitus tipo II que são atendidos por nossa ESF Dos Leites para sua seleção foi utilizado como base de dados o cadastro feito na UBS.

Participantes:

Gestores do Sistema municipal de saúde e profissionais que atuam no atendimento desses pacientes em serviços de Atenção Primária à Saúde.

Cenários da intervenção.

O Projeto de Intervenção será desenvolvido no território de abrangência do PSF Dos Leites, no município de Piedade envolvendo os seguintes bairros: Bairro Boa Vista, Bairro Piraporão, Bairro Fonil e Bairro Dos Leites.

Estratégias:

Para revisão da literatura, foram realizadas pesquisas nas bases de dados MedLine com as palavras chaves: Diabetes, fatores de riscos e prevenção. Para a discussão deste trabalho, serão utilizadas as mesmas palavras-chaves e serão analisadas publicações entre 1995 e 2015.

Serão implementadas as seguintes medidas para a melhoria e redução dos fatores de riscos dos pacientes idosos com Diabetes Mellitus:

1. Consulta direcionada.

Consiste em uma consulta do paciente portador de Diabetes que necessita controle e acompanhamento médico. Serão elaborados prontuários médicos que constem exames de glicose de jejum e resistência insulínica, comprovando Diabetes, e anotações cínicas. Nesta consulta, o médico realiza o exame físico e clínico e observa as prioridades, necessidades e vontades do seu paciente, observa os pontos de resistência do paciente e os pontos em que o mesmo é mais receptivo e aberto a implementação de condutas. O médico deve considerar aqui, o indivíduo como ser único e complexo, ressaltando para ele a importância das medidas preventivas, os riscos da doença e os benefícios do tratamento seja medicamentoso ou controle nutricional.

2. Criação do grupo de Hiperdia.

Esta medida consiste em atender os pacientes em um grupo chamado HIPERDIA. O paciente passará a frequentar reuniões semanais onde haverá palestras do médico e de enfermeiros com auxílio de técnicos de enfermagem e outros profissionais convidados, essas palestras educativas terão como temas: alimentação e a prevenção de doenças, qualidade de vida e o diabetes, Hipertensão e Diabetes como preveni-las? E atividade física e o diabetes.

Uma vez por mês, haverá a Caminhada da Saúde realizadas pelos pacientes membros do grupo de HIPERDIA, que deverão fazer um percurso de 1 km em prol da divulgação da importância da adequação de

hábitos saudáveis para manutenção da saúde nas doenças crônicas como Diabetes e Hipertensão.

3. Serão elaborados panfletos, de orientação e conscientização da população do Bairro Dos Leites, orientando os pacientes a procurarem atendimento no ESF. Nesses panfletos, será dada ênfase na importância das pessoas procurarem prevenir o diabetes por meio de consultas na unidade básica e também, se diagnosticados, buscarem um controle da doença junto a equipe da saúde. No panfleto, deverá ser divulgado o grupo de HIPERDIA.

Avaliação e Monitoramento:

Monitorar o nível de informações relacionadas a Diabetes Mellitus tipo II em idosos, utilizando-se questionários para identificar o rendimento, realizar pesquisas de satisfação do público quanto ao atendimento através de sugestões em uma caixa na sala de espera da unidade.

Acompanhamento de indicadores disponíveis nas consultas avaliando periodicamente se houve redução dos fatores de risco dos idosos e suas complicações.

Resultados esperados:

Com a implantação do projeto de intervenção, espera-se que a equipe se comprometa com essa atenção especial voltado para os pacientes idosos diabéticos. Além disso, espera-se que os familiares dos pacientes e a população em geral tenha consciência da necessidade da mudança de hábitos e estilos de vida mais saudáveis, e da importância de estimulá-lo entre os idosos para reduzir fatores de riscos e evitar complicações do Diabetes mellitus, que pode ser ainda mais severa quando associada a complicações próprias do envelhecimento, e assim, promover qualidade de vida e um envelhecimento saudável.

Referências Bibliográficas:

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. Coordenação Nacional de Hipertensão e Diabetes - Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde**. Departamento de Atenção Básica. Diabetes Mellitus - Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CERCATO C., MANCINI M. C., ARGUELLO A. M. C., PASSOS V. Q., VILLARES S. M. F., HALPERN A., Systemic Hypertension, Diabetes Mellitus, And Dyslipidemia in relation to Body Mass Index: evaluation of a brazilian population, **Rev. Hosp. Clín. Fac. Med. S. Paulo**, 59(3):113-118, 2004.

SCHMIDT M. I., DUNCAN B. B., HOFFMANN J. F., MOURA L., MALTA D. C., CARVALHO R. M. S. V., Prevalência de diabetes e hipertensão no Brasil baseada em inquérito de morbidade auto-referida, Brasil, 2006, **Rev Saúde Pública**, 43(2):74-82, 2009.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Atualização brasileira sobre diabetes - Rio de Janeiro: Diagraphic, 2005.

