



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JOEL COSME ESTUPINAN

CONTROLE NUTRICIONAL E FARMACOLÓGICO DE PACIENTES DIABÉTICOS DA  
UBS BARRO BRANCO

SÃO PAULO  
2018

JOEL COSME ESTUPINAN

CONTROLE NUTRICIONAL E FARMACOLÓGICO DE PACIENTES DIABÉTICOS DA  
UBS BARRO BRANCO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Especialização em Saúde da  
Família da Universidade Federal de São Paulo  
para obtenção do título de Especialista em  
Saúde da Família

Orientação: LUCILA BRANDÃO HIROOKA

SÃO PAULO  
2018

## **Resumo**

O Diabetes mellitus (DM) é uma doença crônica de prevalência crescente que promove grande aumento na morbimortalidade da população brasileira. Este projeto de intervenção propõe a realização de ações de educação e saúde e qualificação do cuidado prestado com os usuários portadores de DM da área de abrangência da UBS Barro Branco, município de São Paulo/SP. Será enfatizada a importância de uma dieta saudável e da prática regular de atividade física na prevenção e controle desta enfermidade. Mudanças nos hábitos alimentares, como a diminuição do consumo de gorduras saturadas e açúcares e o aumento do consumo de fibras, são fatores que influenciam diretamente na prevenção e tratamento do DM. A prática de exercícios resistidos associada ao exercício aeróbio regular tem demonstrado eficácia na prevenção e principalmente, na melhoria da qualidade de vida do paciente diabético. Essas mudanças de estilo de vida devem ser prioridades na área da saúde pública, com o objetivo de deter o avanço do DM e proporcionar melhores condições de vida ao indivíduo já acometido pela doença.

## **Palavra-chave**

Adesão ao Tratamento. Doença Crônica. Diabetes

## **Introdução**

O Diabetes Mellitus é uma das doenças mais graves que existe no mundo e tem comportamento de epidemia. Os estilos de vida pouco saudáveis, a dieta inadequada, a obesidade e o sedentarismo são fatores de risco que aumentam a incidência da doença. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), o número de diabéticos para o ano de 2025 deve alcançar 350 milhões. O Brasil, no ano de 2010, tinha um número de diabéticos de aproximadamente 10 milhões (BRASIL, 2006; PONTIERI, BACHION, 2010).

As complicações mais frequentes do diabetes são as agudas (hipoglicemia e hiperglicemia), as crônicas (retinopatia, nefropatia, neuropatia, cistopatia) e as macrovasculares (doença das artérias coronárias, acidente vascular cerebral, doença vascular periférica). Implicam, além de afetar a saúde dos doentes, problemas econômicos e sociais, tais como a diminuição da produtividade, altos custos do tratamento e piora da qualidade de vida (GOMEZ, 2004; MOLENA-FERNANDEZ, 2005).

O objetivo da terapia nutricional é manter os níveis de glicemia e hemoglobina glicada normais ou quase normais, os níveis de lipídios que reduzam o risco cardiovascular e mantenha a pressão arterial em níveis aceitáveis (ARAUJO et al., 2010; LAHSEN et al., 2009; REYES RAMIREZ, 2009).

## **Objetivos (Geral e Específicos)**

### Objetivo Geral

Melhorar o controle metabólico dos pacientes diabéticos da UBS Barro Branco, município de São Paulo, SP.

### Objetivos Específicos.

- \* Orientar os pacientes diabéticos, propiciando o conhecimento de sua doença.
- \* Aumentar a adesão dos pacientes ao tratamento nutricional e a prática de atividades físicas para o controle do diabetes.
- \* Criar planos de ação para conseguir os objetivos anteriores.

## **Método**

Sujeitos da intervenção.

Este trabalho de intervenção envolve 103 pacientes diabéticos cadastrados pela equipe de saúde da UBS Barro Branco.

A área de abrangência tem um total de 3.303 pacientes, distribuídos em 956 famílias.

Participarão deste trabalho: médico, enfermeira, agentes comunitários de saúde, auxiliar de enfermagem e gestor de saúde.

Cenário da intervenção.

O projeto de intervenção será desenvolvido no território de abrangência da UBS Barro Branco, em São Paulo/SP.

Estratégias e ações

Os pacientes diabéticos serão distribuídos em quatro grupos, em que será trabalhado um grupo por semana. Palestras serão organizadas pela equipe de saúde sobre Diabetes - após aplicação de um questionário para avaliar o conhecimento e o cuidado com a doença, abordando a definição da doença, suas complicações e importância do tratamento farmacológico e não farmacológico; propiciará entender o tratamento nutricional e a importância da prática de atividades físicas, para seu controle.

Serão programadas consultas para esses pacientes diabéticos onde será acordado com os mesmos o tratamento farmacológico e nutricional e os exercícios físicos que deverão fazer durante o período programado.

Os pacientes que participarão do projeto de intervenção, serão chamados voluntariamente, o tratamento farmacológico necessário será prescrito pelo médico, a alimentação será discutida junto aos pacientes e a equipe de saúde e os exercícios físicos propostos serão principalmente caminhadas, começando com pouca carga e duração, diariamente, sem ultrapassar 120 minutos por dia.

Avaliação e monitoramento.

Serão monitorados em cada consulta os níveis de glicemia em jejum e hemoglobina glicada durante a intervenção e constará no prontuário de cada paciente o peso e altura. O médico avaliará seu Índice de Massa Corporal (IMC), classificando os pacientes com peso normal, sobrepeso ou obesos. A avaliação destes dados demonstrará se existe controle metabólico, principal objetivo deste trabalho de intervenção.

## **Resultados Esperados**

Com este trabalho de intervenção, espera-se melhorar o controle metabólico dos pacientes com diabetes mellitus na UBS Barro Branco, alcançando mudanças no estilo de vida e melhora da qualidade de vida destes pacientes, reduzindo assim complicações, disfunções e insuficiência de vários órgãos.

## Referências

BRASIL. Ministério de saúde. Secretaria de atenção à saúde. Departamento de atenção básica. Diabetes Mellitus. Caderno de atenção básica N° 16. Serie A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília DF - 2006.

PONTIERI, F.M.; BACHION, M.M. Crenças de pacientes diabéticos acerca da terapia nutricional e sua influência na adesão ao tratamento. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 15, n. 1, p. 151-160, 2010.

GOMEZ, C.C. Tratamento nutricional do Diabetes Mellitus. Collection "A distancia". Madrid. Espanha. v.22, n.2, p.3, 2004.

MOLENA-FERNANDEZ, C.A. et al. A importancia da associação da dieta e atividade física na prevenção e controle do diabetes mellitus tipo 2. *Acta Sci. Health Sci.* Maringá, v. 27, n. 2, p. 195-205, 2005.

ARAUJO, M.F.M. et al . Aderência de diabéticos ao tratamento medicamentoso com hipoglicemiantes orais. **Esc. Anna Nery**, v. 14, n. 2, p. 361-367, 2010.

LAHSEN, M.R. et al. Enfoque nutricional na diabetes mellitus. **Rev. Med. Clinica.** Condes, v.25, n.5, p.588-593, 2009.

REYES RAMIREZ, M.P. Diabetes. Tratamento nutricional. *Med. Int. Mex.* v.25, n.6; p 454-460, 2009.