



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

RODRIGO SEMEDO HILDEBRAND

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA CONSCIENTIZAR PACIENTES DIABÉTICOS EM
UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

SÃO PAULO
2019

RODRIGO SEMEDO HILDEBRAND

INTERVENÇÃO EDUCATIVA PARA CONSCIENTIZAR PACIENTES DIABÉTICOS EM
UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

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: PRISCILA GONCALVES JOSEPETTI SANTILI

SÃO PAULO
2019

Resumo

O termo diabetes mellitus refere-se a um transtorno metabólico de etiologias heterogêneas, caracterizado por hiperglicemia e distúrbios no metabolismo dos carboidratos, proteínas e gorduras, caracterizada como uma doença crônica não transmissível que ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o corpo não consegue mais utilizar de maneira eficaz a insulina que produz, sendo a insulina um hormônio que regula a glicose no sangue. Devido à complexidade que envolve a doença Diabetes Mellitus, sua prevalência alta morbimortalidade e altos custos que são causados a vida das pessoas acometidas, família, sistema de saúde e sociedade, é preciso que conscientize e apodere de conhecimentos a população para que possam ter autonomia do cuidado adequado da doença. Nesta perspectiva, o projeto foi motivado devido ao excesso de pacientes portadores de diabetes mellitus descontrolada e com complicações, na UBS Campos Sales na cidade de Cosmópolis, com o objetivo de aumentar o nível de conhecimento da doença e fatores de risco em pacientes diabéticos, realizar grupos de saúde com palestras educativas para pacientes diabéticos da comunidade e conscientizar a população sobre os fatores de risco da doença diabetes e sobre hábitos alimentares saudáveis. As ações a serem realizadas será a formação de grupos com realização de reuniões quinzenais para orientação, tais reuniões serão ministradas pelo nutricionista e pelo médico, e atendimentos individualizados para aqueles pacientes que não estão conseguindo alcançar os objetivos mesmo com o uso da medicação. Após a realização dos grupos educativos, espera-se com esse projeto provocar mudanças nos hábitos de vida dos pacientes diabéticos com conscientização da importância do tratamento e controle dos fatores de risco, e minimizar a evolução da doença.

Palavra-chave

Diabetes. Adesão ao Tratamento. Doença Crônica.

Introdução

O termo diabetes mellitus refere-se a um transtorno metabólico de etiologias heterogêneas, caracterizado por hiperglicemia e distúrbios no metabolismo dos carboidratos, proteínas e gorduras, caracterizada como uma doença crônica não transmissível que ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o corpo não consegue mais utilizar de maneira eficaz a insulina que produz, sendo a insulina um hormônio que regula a glicose no sangue (BRASIL, 2019).

Segundo estimativas da Organização Mundial de Saúde, o número de portadores da doença em todo o mundo era de 177 milhões em 2000, com expectativa de alcançar 350 milhões de pessoas em 2025. De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, existem atualmente, no Brasil, mais de 13 milhões de pessoas vivendo com a doença, o que representa 6,9% da população nacional. Um aspecto importante a considerar a respeito da diabetes é que sua incidência é maior em países pobres e em desenvolvimento, o que traz um impacto negativo devido à morbimortalidade precoce que alcança indivíduos no estágio de vida produtivo, com impacto negativo na qualidade de vida, prejuízos para a previdência social e favorece o crescente número de pobreza e da exclusão social (BRASIL, 2006; 2019).

Apresenta como principais fatores para seu desenvolvimento: idade maior que 45 anos, sobrepeso com índice de Massa Corporal IMC >25, obesidade central - cintura abdominal >102 cm para homens e >88 cm para mulheres, antecedentes familiares (mãe ou pai) de diabetes, hipertensão arterial, portadores de colesterol HDL triglicérides altos, história de macrosomia ou diabetes gestacional, diagnóstico prévio de síndrome de ovários policísticos, doença cardiovascular, cerebrovascular ou vascular periférica definida. (BRASIL, 2006).

Os principais sintomas são: poliúria, polidipsia, polifagia e perda involuntária de peso (os “4 Ps”), além de fadiga, fraqueza, letargia, prurido cutâneo e vulvar, balanopostite e infecções de repetição que podem ser considerados como suspeita clínica. Todavia, é importante salientar que o diabetes é assintomático na maioria dos casos sendo imprescindível a suspeita clínica a partir de fatores de risco para o diabetes. Seu diagnóstico é realizado através da retirada de uma gota de sangue do dedo, e se o valor da glicose dessa pequena gota for alterado, o médico pede exames mais específicos, como o teste oral de tolerância a glicose (BRASIL, 2006).

A fim de prevenir contra a doença diabetes é importante que apresente mudanças no estilo de vida, na adoção de uma dieta de vida saudável com alimentação balanceada, prática de atividade física, bem como redução no consumo de cigarro. Têm - se observado que perdas modestas de peso são de fundamental importância para que se atinja os objetivos do tratamento que inclui como redução dos sintomas e a prevenção de complicações agudas e crônicas, além de benefícios metabólicos significativos (BRASIL, 2006; SBD, 2009).

O tratamento não farmacológico que deve abranger a todos os pacientes diabéticos são: mudança do estilo de vida adotando hábitos saudáveis reduzir consumo de carboidratos, realizar atividade física diária, eliminar consumo de cigarro, etc. Já o tratamento farmacológico oferecido pelo SUS consta com os seguintes fármacos: metformina, glibenclâmida, glicásida. insulina humana nph e insulina regular. A

metformina é o medicamento de escolha na maioria dos pacientes, pois ela reduz em 29% as complicações microvasculares e os eventos cardiovasculares e mortalidade. De uma forma generalizada inicia o tratamento com metformina em pacientes diabéticos com OMC maior ou igual a 30, já em casos de hiperglicemia severa maior que 270mg/dl, já deve ser considerado o uso de insulina (BRASIL, 2016).

A educação entendida como prática social acontece em meio a expectativas, desejos, frustrações e implica a utilização de processos e técnicas voltados para a aprendizagem, que é sempre diretiva. No contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), a educação pode ser denominada como processo de educação em saúde, sendo que o diálogo entre profissionais e usuários é que permite construir saberes e aumentar a autonomia das pessoas no seu cuidado (SBD, 2009).

Dessa forma, devido à complexidade que envolve a doença Diabetes Mellitus, sua prevalência alta morbimortalidade e altos custos que são causados a vida das pessoas acometidas, família, sistema de saúde e sociedade, é preciso que conscientize e apodere de conhecimentos a população para que possam ter autonomia do cuidado adequado da doença.

Nesta perspectiva, o projeto foi motivado devido ao excesso de pacientes portadores de diabetes mellitus descontrolada e com complicações, na UBS Campos Sales na cidade de Cosmopolis interior do estado de SP, que conta com uma população adscrita de aproximadamente 38000 pacientes, sendo que em torno de 20% desse pacientes são diabéticos.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

- ✦ Aumentar o nível de conhecimento da doença e fatores de risco em pacientes diabéticos.

Objetivos específicos:

- ✦ Realizar grupos de saúde com palestras educativas para pacientes diabéticos da comunidade;
- ✦ Conscientizar a população sobre os fatores de risco da doença diabetes e sobre hábitos alimentares saudáveis.

Método

Local: UBS Campos Sales município de Cosmópolis

Público alvo: O grupo será formado por pacientes com diabetes mellitus, em uso de medicação e com níveis acima do aceitável de hemoglobina glicada.

Ações: As ações a serem realizadas será a formação de grupos com realização de reuniões quinzenais para orientação, tais reuniões serão ministradas pelo nutricionista e pelo médico, e atendimentos individualizados para aqueles pacientes que não estão conseguindo alcançar os objetivos mesmo com o uso da medicação. Serão utilizadas palestras e elaboração de cardápios individualizados de acordo com a realidade de cada paciente. Esse acompanhamento será realizado na UBS tendo como público-alvo inicialmente apenas pacientes portadores de diabetes com níveis de hemoglobina glicada acima do aceitável mesmo com medicação, e futuramente estender a todos os pacientes com diabetes mellitus com o objetivo minimizar a evolução da doença.

Avaliação e monitoramento: As avaliações serão realizadas através de controle da hemoglobina glicada com hemograma a cada 120 dias, e avaliação de peso e porcentagem de gordura corporal com a nutricionista mensalmente.

Resultados Esperados

Após a realização dos grupos educativos, espera-se com esse projeto provocar mudanças nos hábitos de vida dos pacientes diabéticos com conscientização da importância do tratamento e controle dos fatores de risco, e minimizar a evolução da doença.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderno de Atenção Básica n. 16 - Diabetes Mellitus. Brasília, DF; 2006. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diabetes_mellitus_cab16.pdf. Acesso em 11/02/2019.

BRASIL. Ministério da Saúde portal de a a z. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/diabetes>. Acesso em 11/02/2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes, 2009. Disponível em: <http://dms.ufpel.edu.br/ares/bitstream/handle/123456789/270/11%20%20%202009%20diretrizes%20diabete.pdf?sequence=1>. Acesso em 11/02/2019.