



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

DAMIYANAIS CHEVALIER VALDES

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E PREVENÇÃO DO DIABETES MELLITUS TIPO 2 NA
UNIDADE BÁSICA DA SAÚDE CENTRO, MUNICÍPIO DE CAJOBI.

SÃO PAULO
2018

DAMIYANAIS CHEVALIER VALDES

EDUCAÇÃO EM SAÚDE E PREVENÇÃO DO DIABETES MELLITUS TIPO 2 NA
UNIDADE BÁSICA DA SAÚDE CENTRO, MUNICÍPIO DE CAJOBI.

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: SIMONE ALVES COTRIN MOREIRA

SÃO PAULO
2018

Introdução

*** Introdução**

O Diabetes Mellitus é uma doença de grande impacto mundial, pois cada vez são identificados casos novos, representando atualmente um dos grande problemas de saúde pública. É manifestada por uma desordem metabólica de múltiplas causas, onde existe um defeito na secreção e ação da insulina, ocasionando uma hiperglicemia crônica, ou seja, aumento da glicose em sangue, sendo o fator principal das complicações. A doença apresenta diferentes clacificações sendo as mais comuns a Diabetes Mllitus tipo 1 , tipo 2 e a diabetes gestacional .(FERREIRA et al, 2011).

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (2017), a doença pode ocasionar uma série de complicações ao longo dos anos, sendo as mais frequentes: doenças cardiovasculares, doenças cerebrovasculares, retinopatia diabetica que pode levar a cegueira, nefropatia que pode causar a insuficiência renal, neuropatia que tem entre outras complicações, as úlceras nos pés e necessidade de amputação.

O acompanhamento constante pelo médico da familia em conjunto com o especialista em Endocrinologia, nos casos em que for necessária a intervenção por parte especialista, contribui para um controle adequado da doença e na prevenção das complicações. Quanto mais constante for o monitoramento da doença, mais efetivos serão os resultados do tratamento e menos probabilidade de complicações.PORTAL NOVARTIS (2018) e SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (2017)

Segundo refere Pimentel (2018), dados da Organização Mundial da Saúde apontam que neste ano 16 milhões de brasileiros sofrem de diabetes, e nos últimos 10 anos a taxa de incidência da doença creceu 61,8% se convertendo numa epidemia global, na qual o Brasil ocupa o quarto lugar no raking mundial dos países com o maior número de casos. Vários fatores desempenham um papel fundamental para este incremento, pois a adoção de estilos de vida inadequados permitem a aparição de mais casos novos e aumento das complicações.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (2017), a prevenção primária protege os indivíduos susceptíveis ao desenvolvimento do DM2, contribuindo com a redução tanto da necessidade de cuidado da doença quanto das complicações à ela associadas. A mudança no estilo de vida com dieta balaceada,aumento na atividade física e controle do peso corpóreo, sustentada por um programa de educação e apoio contínuo, são estratégias de baixa complexidade, alta objetividade e baixo custo. Tais ações possibilitam obter redução dos casos de diabetes no futuro próximo, pois tais medidas melhoram o controle glicêmico ,reduzem as complicações e, portanto,representam benefícios econômicos tanto a curto como a longo prazo

Estudos realizados por Ribeiro et al (2017) demostram que a alta autoestima e a resiliência em pessoas com diabetes mellitus tipo 2, aumenta a qualidade de vida dos pacientes ,diminuindo os riscos e as complicações mediante a adaptação e aceitação da doença, a qual demanda grandes mudanças no estilo de vida dos usuários contribuindo para um controle metabólico adequado.

Após reunião com a equipe de trabalho da Unidade Básica da Saúde (UBS) do município de Cajobi/SP, foi decidido que o presente projeto de intervenção seria direcionado à atenção e educação em saúde das pessoas com Diabetes Mellitus tipo 2. Diante do elevado número de complicações da doença e a necessidade de sensibilizar as pessoas com diabetes, acredita-se que a adoção de estilos de vida saudável mediante a educação, possa diminuir a incidência destas complicações.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivos

Objetivo geral:

- ✦ Elevar o nível de conhecimento dos usuários com complicações da Diabetes Mellitus tipo 2.

Objetivos específicos:

- ✦ Identificar fatores de riscos em usuários com Diabetes Mellitus tipo 2.
- ✦ Promover educação em saúde sobre Diabetes Mellitus tipo 2 junto aos usuários da Unidade de Saúde.
- ✦ Sensibilizar os usuários com Diabetes Mellitus tipo 2 para adoção de estilos de vida saudáveis.

Método

Local: Unidade Básica da Saúde Centro, Município de Cajobi/SP

Público -alvo : usuários com diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo 2, com descontrole da glicemia ou que apresentem algum tipo de complicações.

Participantes: participarão do projeto além do profissional médico, a equipe de enfermagem e a psicóloga da Unidade de Saúde.

Critérios de inclusão:

- ♦ Todo usuário com diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo 2 com complicações da doença, de qualquer idade que esteja cadastrados na população adscrita da Unidade Básica da Saúde Centro Cajobi e que concorde em participar no estudo, através da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido - TCLE.
- ♦ Usuário que apresentar glicemia capilar acima de 110mg-dl em jejum ou medidas antropométricas fora dos padrões estabelecidos, ou seja, índice de massa corporal acima de 25kg/m² da superfície corporal e circunferência abdominal acima de 88cm nas mulheres e de 102 cm nos homens.

Critérios de exclusão:

- ♦ Pessoas que não tenham diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo 2.
- ♦ Usuários que não apresentem complicações da doença, que estejam controlados com valores normais de glicemia capilar em jejum e medidas antropométricas normais.
- ♦ Pacientes que não concordem com participar no estudo.
- ♦ Usuários que não estejam cadastrados na população adscrita.

Ações:

- ♦ Atualização da história clínica individual, exame físico e avaliação antropométrica;
- ♦ Realizar controle da glicemia capilar em jejum;
- ♦ Avaliação e análise dos resultados obtidos
- ♦ Promover educação em saúde sobre Diabetes Mellitus tipo 2 junto aos usuários da Unidade de Saúde.
- ♦ Desenvolver um questionário específico para as pessoas que apresentam complicação ou descontrole da Diabetes Mellitus tipo 2 com o fim de avaliar os conhecimentos sobre a doença.
- ♦ Aplicar o questionário antes e após a intervenção.
- ♦ Compilar e analisar os resultados dos questionários antes e após a intervenção.
- ♦ Implementar atividades educativas como rodas de conversas e vídeos educativos sobre o Diabetes Mellitus que incentivem a mudança do estilo de vida para a prevenção das complicações da doença.

O projeto será apresentado ao Secretário da Saúde e gestores, visando apoio quanto aos materiais necessários e liberação dos profissionais que participarão desta atividade.

Na primeira etapa será realizada uma avaliação de enfermagem, na qual serão identificados os usuários, realizadas as aferições das medidas antropométricas e encaminhados a consulta médica. O médico avaliará se o usuário cumpre ou não os critérios para inclusão no projeto e se o mesmo deseja participar.

A segunda etapa consistirá na aplicação de um questionário elaborado pela médica da Unidade de Saúde para classificar e definir o estilo de vida dos pacientes em saudável, pouco saudável, ou não saudável, a fim de identificar as necessidades de aprendizagem. Para definir tais critérios a autora terá como diretriz os fatores de risco modificáveis: alimentação, realização de atividade física, hábito de fumar, alcoolismo, lazer e autocuidado.

Serão realizados dois encontros mensais com uma hora de duração, das 18:00 às 19:00 horas. Os encontros ocorrerão sempre na primeira e terceira sexta-feira do mês, por um período de três meses e terão como cenário a sala de espera da UBS. Serão responsáveis pelos encontros o médico, a enfermeira e a psicóloga. Nesses encontros serão realizadas estratégias educativas como a roda de conversa, imagens e vídeos que abordam questões relativas ao conceito e as características gerais da Diabetes Mellitus tipo 2, fatores de riscos e complicações da doença. Os usuários serão orientados sobre a importância da alimentação saudável e da prática de atividades físicas. Também receberão orientações sobre o autocuidado dos pés e a importância de realizar controle periódico a fim de diminuir os riscos e complicações da doença. Serão criados espaços favoráveis à discussão e esclarecimento de dúvidas, a fim de sensibilizar o usuário a interagir com o tema.

A partir da terceira etapa serão desenvolvidas as atividades educativas já descritas acima, e no último encontro será aplicado novamente o questionário.

Posteriormente será realizado um novo atendimento pela equipe envolvida no projeto para a avaliação dos resultados obtidos pelos pacientes no controle da doença.

Avaliação e Monitoramento

O processo de avaliação e monitoramento dos resultados será efetuado tendo em conta os resultados obtidos mediante estudo comparativo realizado nos dois momentos de aplicação do questionário. Também serão avaliadas as medidas antropométricas antes e depois da intervenção, bem como os valores da glicose capilar em jejum.

Resultados Esperados

Espera-se que o projeto possa incrementar os conhecimentos que os pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 têm sobre a sua doença, aumentar a adesão de comportamentos referentes a estilos de vida saudáveis e conseguir o adequado controle da enfermidade e, assim, prevenir ou retardar o desencadeamento de complicações, ajudando-os na promoção da qualidade de vida.

Referências

FERREIRA, L.T. et al ,Diabetes melito: hiperglicemia crônica e suas complicações. Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde, v.36, n. 3, Santo André, p. 182-8, Set/Dez 2011.

PIMENTEL, I. Taxa de incidência de diabetes cresceu 61,8% nos últimos 10 anos. Revista Fiocruz , Manguinhos/RJ, 02/02/18 . Disponível em <https://portal.fiocruz.br/noticia/taxa-d-incidencia-de-diabetes-cresceu-618-nos-ultimos-10-anos>. Acesso em 25 ago. 2018.

PORTAL NOVARTIS. Complicações do Diabetes, 2018 Disponível em:<https://portal.novartis.com.br/Saude-Diabetes-Complicacoes/D2891>. Acesso em 25 ago. 2018.

RIBEIRO,M.N S. .et al, Autoestima e resiliência em pessoas com diabetes mellitus 2 .O mundo em saúde, São Paulo. 2017, 41(2):223. Disponível em:
http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/mundo_saude_artigos/self_esteem_resilience.pdf.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Complicações do diabetes, 2017. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/publico/complicacoes/complicacoes-do-diabetes>. Acesso em 25 ago. 2018.