



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ODELSA MARIA CHAMIZO MENDOZA

ESTIMULAÇÃO DO AUTOCUIDADO EM PACIENTES DIABÉTICOS NA UBS JARDIM
DAS FLORES NO MUNICÍPIO DE PIRACICABA, SP.

SÃO PAULO
2018

ODELSA MARIA CHAMIZO MENDOZA

ESTIMULAÇÃO DO AUTOCUIDADO EM PACIENTES DIABÉTICOS NA UBS JARDIM
DAS FLORES NO MUNICÍPIO DE PIRACICABA, SP.

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: RENATA FONSECA INACIO OSTI

SÃO PAULO
2018

Introdução

O Diabetes Mellitus (DM) é um grupo de doenças metabólicas, caracterizada por levar os pacientes a um quadro de hiperglicemias resultante de defeitos de secreção ou ação da insulina (BRASIL, 2006). Estimativas realizadas pela Organização Mundial de Saúde apontaram que o número de diabéticos em todo o mundo era de 177 milhões em 2000, com expectativa de alcançar 350 milhões de pessoas em 2025 (BRASIL, 2006).

O DM pode levar a complicações agudas e crônicas, com destaque para as microvasculares (nefropatias, retinopatias) e macrovasculares (isquêmica vascular periférica e neuropatias) que tem impacto na morbimortalidade e incapacidades por amputações, além disso, elevado número de pacientes que encontram-se em tratamento de diálise são pacientes que tem histórico de diabetes mellitus. (TSCHIEDEL, 2014).

Estudos apontam que a manutenção de hábitos alimentares saudáveis, exercícios físicos regulares e perda de peso são altamente eficazes para a prevenção do Diabetes Mellitus. Os pacientes que já são diabéticos é indicado adquirir habilidades de autocuidado diário para evitar flutuações na glicose sanguínea e também devem incorporar um estilo de vida saudável para evitar complicações da doença, principalmente a longo prazo (OLIVEIRA et al., 2011).

Os pacientes com informações acerca da doença, medicamento prescrito e acompanhamento contínuo pela equipe de saúde da família tem maior adesão ao autocuidado, com o controle glicêmico adequado e menor risco para o desenvolvimento de complicações. Auto cuidar-se representa um papel fundamental no controle da doença por ser uma prática que estimula os usuários a participar de todos os processos de sua doença, delegando autoridade e responsabilidade para seu próprio benefício, desenvolvendo autonomia no paciente. A educação em saúde representa uma parte importante no tratamento do DM, pois e por meio destas ações que os pacientes são capacitados para realizar o gerenciamento da sua doença (GRILLO et al., 2013).

Neste sentido, o presente estudo é relevante tendo em vista a elevada prevalência de pacientes diabéticos na área de abrangência. Além disso, observa-se o desconhecimento dos mesmos sobre sua doença e falta de cuidado dos pacientes e família.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivos geral:

Elaborar um proposta de intervenção para melhorar a adesão ao autocuidado nos pacientes portadores de Diabetes mellitus no âmbito da atenção primária a saúde.

Objetivos específicos:

Identificar os pacientes portadores de Diabetes mellitus com dificuldade na adesão ao autocuidado.

Mapear as informações sobre o autocuidado e complicações da doença que os diabéticos possuem.

Criar grupos com atividades educativas entre profissionais da saúde e usuários diabéticos que estimulem o autocuidado.

Método

Local: Unidade Saúde da Família Jardim Das Flores, no município de Piracicaba, SP.

Público alvo: Pacientes com Diabetes mellitus.

Participantes : Equipe de Saúde da Família (Médico, Enfermeira, Agentes Comunitários de Saúde, e técnica de enfermagem)

Ações:

- ♦ Identificar entre as pessoas cadastradas na UBS os usuários portadores de Diabetes Mellitus.
- ♦ Serão ofertadas para os diabéticos consultas compartilhadas a cada 3 meses com médico e enfermeira. Durante a consulta será realizada uma entrevista para caracterizar o conhecimento que os pacientes possuem em relação a sua doença, o uso regular da sua medicação, prática de atividade física , seguimento dietético, autocuidado e complicações da patologia. O registro dessas informações será registradas no prontuário do paciente, além do hábito alimentar, frequência de prática de atividade física , medicamentos utilizados e serão mensurados a glicemia capilar, a pressão arterial, circunferência abdominal, peso e estatura para realização do índice da massa corporal (IMC).
- ♦ Será realizada análise das informações coletadas para selecionar os pacientes diabéticos com dificuldade na adesão ao autocuidado no seu cotidiano.
- ♦ Agendar e planejar os encontros com os pacientes selecionados para a discussão dos temas escolhidos após análise dos dados que foram coletados.
- ♦ Realização das atividades de educação em saúde para o autocuidado por meio de grupos. Nos encontros serão abordadas temáticas relevantes para os participantes que favoreçam o controle da sua doença. A delimitação dos participantes promoverá o fortalecimento do vínculo e confiança entre os pacientes e os membros da equipe.
- ♦ Ao final de cada encontro serão agendados consultas e entrevista individual com cada paciente para avaliação das informações sobre a doença.

Avaliação/Monitoramento:

- ♦ Avaliar durante as consultas trimestrais a glicemia do paciente, mudanças no estilo de vida, como adoção da alimentação saudável e prática regular de atividades físicas. Além disso, será observado os paciente que aderiram o grupo e verificar os pacientes que procuram o serviço com alterações na glicemia, internações decorrentes de complicações da doença.

Resultados Esperados

Espera-se com o desenvolvimento deste projeto identificar 100% dos pacientes com diagnóstico de Diabetes Mellitus com dificuldade na adesão ao autocuidado, caracterizar o nível de conhecimento desses pacientes sobre a doença, estimular mudanças no estilo de vida, favorecer a capacitação dos pacientes quanto ao autocuidado, desenvolvendo atitudes que conduzam os pacientes para a melhoria do controle metabólico e redução das possíveis complicações decorrentes da falta de controle da doença.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diabetes Mellitus. Normas e Manuais Técnicos. Brasília; Cadernos de Atenção Básica, n. 16, Série A. 2006

GRILLO, Maria de Fátima Ferreira et al . Efeito de diferentes modalidades de educação para o autocuidado a pacientes com diabetes. Rev. Assoc. Med. Bras., São Paulo , v. 59, n. 4, p. 400-405, Aug. 2013 .

OLIVEIRA, Nunila Ferreira de et al . Diabetes Mellitus: desafios relacionados ao autocuidado abordados em Grupo de Apoio Psicológico. Rev. bras. enferm., Brasília , v. 64, n. 2, p. 301-307, Apr. 2011 .

TSCHIEDEL, Balduino. Complicações crônicas do diabetes. JBM., v. 102, n. 5, p. 7-12. 2014.