



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

FELIX PADILLA MARTINEZ

AÇÕES EDUCATIVAS PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS  
EM DIABÉTICOS DO BAIRRO DO TATU, LIMEIRA, SÃO PAULO

SÃO PAULO  
2018

FELIX PADILLA MARTINEZ

AÇÕES EDUCATIVAS PARA PROMOÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS  
EM DIABÉTICOS DO BAIRRO DO TATU, LIMEIRA, SÃO PAULO

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: VERA LUCIA DORIGÃO GUIMARÃES

SÃO PAULO  
2018

## **Introdução**

O diabetes mellitus (DM) é um problema de saúde pública, causa impacto importante na morbimortalidade pelas complicações relacionadas a carência de intervenções oportunas e identificação de fatores de risco que incidem no desenvolvimento de lesões de órgãos alvos. Pode ser definido como um grupo de distúrbios metabólicos heterogêneos que se caracteriza pela hiperglicemia resultante de defeitos na ação da insulina, na secreção ou em ambos. A crescente incidência é atribuída ao envelhecimento populacional, mas especialmente, ao estilo de vida atual (SBD ,2016).

O Brasil ocupa a quarta posição entre os dez países com maior prevalência de Diabetes no Mundo, perdendo apenas para a China, Índia, Estados Unidos. Na América Latina há uma expectativa de crescimento nas taxas de Diabetes estimadas em 65% dos casos para 2040. Em 2015, 14,3 milhões de pessoas com Diabetes no Brasil que corresponde 9,4 % da população com Diabetes, podendo alcançar 10,4 % da população em 2040 (IDF. 2015).

O processo de Educação em Saúde para diabetes é responsabilidade que deve ser incorporada por todos da equipe de saúde, sua efetividade depende do diálogo, criação de vínculos, compartilhamento de informações e respeito. Ainda, inúmeros estudos evidenciam a importância da Educação em Saúde para efetividade no tratamento e direcionamento do autogerenciamento dos cuidados e permite a Equipe a discutir os possíveis limites e opções de aperfeiçoamento do processo de educação em Saúde (TORRES, H.C. *et al*,2011).

A ESF do bairro Tatu, evidencio uma elevada incidência e prevalência de pacientes com Diabetes e complicações por mau controle da doença, predominando polineuropatia e pé diabético, necessitando de encaminhamentos e hospitalizações, portanto um grande desafio para as equipes. A identificação dos pacientes com Diabetes é o primeiro passo para alcançar o objetivo, em seguida a educação em saúde aos pacientes e em terceiro, tratamento integral enfatizando o estilo de vida associado a alimentação e nutrição adequada. Por ser um tema importante para a qualidade de vida das pessoas do território, surgiu a motivação para a elaboração deste Projeto de Intervenção.

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

### **Geral:**

Implementar grupos educativos com pacientes diabéticos residentes na área de abrangência da equipe de saúde do Tatu, Limeira, São Paulo.

### **Específicos:**

- \* Orientar a importância do tratamento não farmacológico aos pacientes diabéticos.
- \* Fortalecer a adesão ao tratamento não farmacológico dos pacientes diabéticos.
- \* Avaliar o conhecimento sobre diabetes antes e após a intervenção.

## **Método**

**Local:** Área abrangência da ESF do bairro Tatu, município de Limeira, São Paulo.

**Público-alvo:** Pacientes diabéticos adultos com risco de desenvolver complicações e seus familiares.

**Participantes:** Profissionais da Unidade de Saúde, pacientes diabéticos cadastrados na Unidade de Saúde e seus familiares.

### **Ações:**

Proposta de intervenção educativa com tratamento não farmacológico para prevenção de Diabetes Mellitus e complicações na ESF do bairro Tatu, Município Limeira, com abordagens em grupos e individual.

- ♦ Realizar encontros com roda de conversa relacionadas a alimentação saudável, de acordo com os hábitos alimentares individual, buscando a adoção de hábitos de vida saudável.
- ♦ Motivar e encaminhar os pacientes diabéticos e seus familiares cadastrados na equipe de saúde da família, para participar de ações de promoção a saúde e prevenção de doenças relacionados ao tratamento não farmacológico, dando ênfase na importância da atividade física regular e alimentação saudável para a prevenção do diabetes e complicações.
- ♦ Realizar capacitações aos agentes comunitários e Equipe para detecção precoce de riscos.
- ♦ Realizar entrevistas individuais com pacientes diabéticos e familiares para avaliar a alimentação em relação a quantidade, qualidade e frequências dos alimentos para garantir o controle da diabetes e prevenção das complicações.

**Monitoramento e Avaliação:** Acompanhar através de planilhas a participação dos diabéticos e familiares nas atividades desenvolvidas pela Unidade de Saúde, as ocorrências de internações e óbitos e os níveis de glicemia de jejum trimestral. Avaliação será anual, com a participação de todos os profissionais da Equipe, através dos instrumentos de monitoramento de dados, quanto ao peso, glicemia capilar e de jejum trimestral, pacientes que iniciaram atividade física e adesão ao tratamento.

## **Resultados Esperados**



Reduzir a incidência e a morbimortalidade por diabetes na população da área de abrangência da Unidade e prevenir complicações com a implantação de ações de Educação em Saúde.

## Referências

FID-INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. DIABETES ATLAS DE LA FID sétima edición 2015  
Disponível em:

[http://www.fundaciondiabetes.org/upload/publicaciones\\_ficheros/95/IDF\\_Atlas\\_2015\\_SP\\_WEB\\_oct2016.pdf](http://www.fundaciondiabetes.org/upload/publicaciones_ficheros/95/IDF_Atlas_2015_SP_WEB_oct2016.pdf) Acessado em: 30 de setembro de 2018.

SBD.SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes, 2017-2018. OLIVEIRA, J.E.P; VENCIO, S. (Org). São Paulo,2017

TORRES, H.C; PEREIRA, F.R.L; ALEXANDRE, L.R. Avaliação das ações educativas na promoção do autogerenciamento dos cuidados em diabetes mellitus tipo 2. Revista escola enfermagem USP. Belo Horizonte, v.5, n.45, p.1077-1082, 2011