



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO  
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

IVLENA MARTINS MENDES

PROJETO DE INTERVENÇÃO SOBRE A MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA DE  
PACIENTES COM DIABETES MELLITUS TIPO 2 NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE  
SEBASTIÃO DE ALMEIDA PINTO, BOTUCATU - SP

SÃO PAULO  
2019

IVLENA MARTINS MENDES

PROJETO DE INTERVENÇÃO SOBRE A MUDANÇA DO ESTILO DE VIDA DE  
PACIENTES COM DIABETES MELLITUS TIPO 2 NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE  
SEBASTIÃO DE ALMEIDA PINTO, BOTUCATU - 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: ARIANE GRAÇAS DE CAMPOS

SÃO PAULO  
2019

## **Resumo**

Diabetes Melitus tipo 2 é uma doença metabólica de grande destaque no mundo moderno. Sua cronicidade resulta em várias complicações, especialmente cardiovasculares, causando um impacto econômico no sistema de saúde. Uma das principais causas está relacionado ao estilo de vida voltado ao sedentarismo e produtos industrializados inseridos na alimentação. Portanto, a modificação no comportamento alimentar inadequado associado à prática de atividade física regular são consideradas ferramentas de primeira escolha no combate a doença.

A baixa adesão ao tratamento não farmacológico e farmacológico foi alvo do projeto de intervenção na Unida de Básica de Saúde (UBS) Sebastião de Almeida Pinto, Botucatu/SP, após levantamento de 58 casos sem o adquado controle glicêmico. Objetiva-se melhorar a adesão ao tratamento da diabetes, com foco na mudança do estilo de vida, e assim, evitar complicações da doença.

## **Palavra-chave**

Educação em saúde. Doença Crônica. Diabetes. Diabetes.

## **Introdução**

Segundo Tavares et al (2011) o diabetes requer adaptações ao estilo de vida e incorporação de práticas terapêuticas que envolvem alterações de padrões alimentares, realização de controle glicêmico, prática de atividades físicas, manutenção da pressão arterial, e acompanhamento contínuo da equipe multidisciplinar de saúde.

Como descreve Portero e Cattalini (2005), a educação em diabetes cumpre importante papel na prevenção e em suas complicações. Programas de educação enfatizam a importância do autocuidado e orientam as pessoas com diabetes a melhorar seu controle glicêmico. Tais medidas melhoram o controle glicêmico, reduzem as complicações e, portanto, representam benefícios econômicos tanto a curto quanto a longo prazo.

Tais complicações, classificadas em microvasculares (retinopatia, nefropatia e neuropatia diabética) ou macrovasculares (doença arterial coronária, doença vascular periférica, doença cerebrovascular) são notadamente agravadas pelo não controle da doença. O risco de desenvolver complicações crônicas graves em diabéticos é superior ao de pessoas sem diabetes – 30 vezes para cegueira, 40 vezes para amputações de membros inferiores, 2 a 5 vezes para IAM e 2 a 3 vezes para AVC (BRASIL, 2013).

A dificuldade do paciente em usar a medicação prescrita, seguir a dieta ou modificar seu estilo de vida, de acordo com as orientações da equipe multidisciplinar, é problema sempre presente na prática clínica. Estima-se que apenas 1/3 dos pacientes tem adesão adequada ao tratamento. (FARIA et al, 2014, GIMENES, ZANETTI e HAAS, 2009).

Desde a década de 60, difundiu-se em todo o mundo a busca pela mudança de paradigma nos serviços de saúde. A Educação em saúde entra como destaque por ter uma ação fundamental que prima a capacitação da comunidade para a melhoria de sua qualidade de vida . A partir dela, objetiva-se a mudança no estilo de vida com o intuito de obter uma prevenção primária do DM2 e adquirir melhor aderência no tratamento (medicamentoso e não medicamentoso). Dessa forma, se faz necessário um acompanhamento permanente dos pacientes diabéticos, visando um resultado positivo do quadro (REDALYC, 2009).

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

Objetivos:

Melhorar a adesão ao tratamento do diabetes.

Objetivos Específicos:

Melhora do estilo de vida e minimizar suas complicações.

## **Método**

Com base nisso, este projeto tem como meta uma intervenção voltada aos cuidados do paciente portador de Diabetes que encontra-se um alto índice de descontrole glicêmico, principalmente devido a não aderência ao tratamento farmacológico e não farmacológico.

## **Ação:**

- ♦ Realização de palestra educacional trimestral direcionadas aos pacientes portadores de DM2, monitoradas pelo médico da equipe e um representante do NASF;
- ♦ Após palestra será direcionado um tempo de 1 (uma) hora para que os pacientes realizem perguntas sobre o tópico;
- ♦ Entrega de folders com breve orientação sobre a doença e com orientações alimentares organizadas pela nutricionista;
- ♦ Realização de encaminhamento individual para o exame de Fundo de Olho a cada 4 palestras realizadas, ou de acordo com a necessidade do paciente.

## **Avaliação e monitoramento**

O projeto tem como intuito realizar uma melhora no controle do Diabetes Mellitus tipo 2. Procura-se alcançar uma boa aderência na administração correta das medicações e evitar a presença de complicações que o descontrole glicêmico pode causar. O controle do Diabetes será baseado na realização de exames laboratoriais com perfil glicêmico solicitados durante as consultas agendadas, cujo os intervalos de consulta serão organizados de acordo com o perfil do paciente, juntamente com a realização de glicemia capilar de jejum realizada mediante comparecimento dos diabéticos na Unidade de Saúde.

## **Resultados Esperados**

Melhorar a adesão ao tratamento para diabéticos, bem como, os índices glicêmicos dos pacientes acompanhados pela equipe de saúde e sensibiliza-los sobre a doença e suas complicações.

## Referências

- ♦ Vilarouca da Silva, Ana Roberta. et al. EDUCAÇÃO EM SAÚDE A PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO 2: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*. Rev. Rene.Fortaleza, v. 10 n. 3, p. 146-151, Jul./set. 2009. Disponível em: <https://www.redalyc.org/html/3240/324027967018/>
- ♦ Saúde da Família. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v.48, n.2, p.257- 263, Apr. 2014.
- ♦ GIMENES, H. T.; ZANETTI, M. L.; HAAS, V. J.. Fatores relacionados à adesão do paciente diabético à terapêutica medicamentosa. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Ribeirão Preto , v. 17, n. 1, p. 46-51, Feb. 2009.
- ♦ Santos Aliny de Lima, Cecílio Hellen Pollyanna Mantelo, Teston Elen Ferraz, Arruda Guilherme Oliveira de, Peternella Fabiana Magalhães Navarro, Marcon Sonia Silva. Complicações microvasculares em diabéticos Tipo 2 e fatores associados: inquérito telefônico de morbidade autorreferida. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2015 Mar [cited 2019 Feb 15]; 20( 3 ): 761-770.