

CONHECIMENTO E MEDIDAS PREVENTIVAS ADOTADAS POR PACIENTES DIABÉTICOS

Eliane de Brito Pereira¹; Erlen Alves da Silva¹; Helena do Socorro Corrêa Garcia²; Maria do Perpétuo Socorro Dionízio Carvalho da Silva³; Diélig Teixeira⁴

^{1,2,4}Especialização, ³Mestrado

¹Escola Superior da Amazônia (ESAMAZ),

²Instituto de Ensino, Formação e Aperfeiçoamento (IEFAP),

^{3,4}Universidade Federal do Pará (UFPA)

erlenalves2003@gmail.com

Introdução: O diabetes mellitus é a condição crônica que mais cresce, principalmente nos países em desenvolvimento. Destaca-se pela gravidade das suas complicações, além de ser considerado um problema de saúde pública em virtude do crescimento e envelhecimento populacional, da maior urbanização, da crescente prevalência de obesidade e sedentarismo, bem como da maior sobrevivência das pessoas com diabetes¹. A diabetes tipo 1 e tipo 2, são consideradas doenças metabólicas, e que tem em comum a hiperglicemia, resultante de defeitos na secreção ou na ação da insulina, ou de ambas. Essa hiperglicemia crônica está associada a complicações a longo prazo, podendo levar à falência de diferentes órgãos, em especial os olhos, rins, nervos, coração e vasos sanguíneos². Atualmente, estima-se que a população mundial com diabetes seja da ordem de 387 milhões e que alcance 471 milhões em 2035. A classificação proposta pela Organização Mundial da Saúde e pela Associação Americana de Diabetes, e aqui recomendada, inclui quatro classes clínicas: Diabetes Mellitus tipo 1 representa aproximadamente 8%, Diabetes Mellitus tipo 2 corresponde a 90% dos acometidos, outros tipos específicos de Diabetes Mellitus e Diabetes Mellitus gestacional que também merece destaque, devido ao seu impacto na saúde da gestante e do feto³. Sob o ponto de vista da saúde pública, o alto custo associado ao cuidado de pessoas com doenças crônicas é uma das questões mais urgentes a serem resolvidas em todo o mundo. As consequências humanas, sociais e econômicas relacionadas ao Diabetes Mellitus são devastadoras, sendo a doença responsável direta ou indiretamente por aproximadamente 4 milhões de mortes por ano, o que representa 9% da mortalidade mundial total. Deste modo, buscou-se então conhecer um pouco mais a respeito desta patologia e a importância das ações educativas que devem ser realizadas com os usuários e seus familiares de forma contínua, por meio de palestras, vídeos e panfletos que são ferramentas úteis para informações e favorecem o esclarecimento de dúvidas, estratégias estas que melhoram cada vez mais a conscientização para um tratamento mais adequado e eficaz. **Objetivos:** Investigar o conhecimento dos portadores de DM em relação à prevenção e promoção de sua qualidade de vida e se os mesmos realizam medidas visando à redução de complicações. **Métodos:** O tipo de estudo realizado foi o quanti-qualitativo, de abordagem investigativa dos portadores de Diabetes Mellitus, atendidos em uma Estratégia Saúde da Família (ESF) no município de Ananindeua-PA. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade da Amazônia – CEP/UNAMA, protocolo número 16590513.7.0000.5173, em junho de 2013. Os sujeitos envolvidos foram 44 pacientes portadores de Diabetes Mellitus de ambos os gêneros, com idade superior a 30 anos, cadastrados e acompanhados pelo programa Hiperdia, no período de junho a dezembro de 2013. Os participantes foram abordados na recepção durante a espera para suas consultas de acompanhamento na Estratégia a qual estavam vinculados e em seguida foram orientados e esclarecidos a respeito da pesquisa, e posteriormente solicitada suas autorizações em participar do estudo. O local escolhido para a coleta de dados foi a residência dos participantes e a Estratégia Saúde da Família na qual estão cadastrados.

Após a leitura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, iniciou-se a coleta de dados utilizando-se um questionário estruturado com perguntas abertas e fechadas. **Resultados e Discussão:** Identificou-se que a maioria dos entrevistados é do sexo feminino 66% (29). Isto se justifica por essa população ser maior em relação ao sexo masculino e pelo fato de serem elas que procuram mais os serviços de saúde⁴. Observou-se que 50% (22) dos participantes da pesquisa possui o ensino fundamental. Estudos revelam que o nível de escolaridade influencia no tratamento, quanto maior o nível de escolaridade maior será o entendimento e cuidados acerca da patologia e a adesão ao tratamento do diabetes mellitus⁴. Todos os entrevistados afirmaram não realizar a glicemia capilar diariamente. Sabe-se que uma glicemia mais elevada promove maior risco para complicações, e um controle glicêmico mais rigoroso cursa com menos complicações crônicas⁵. A maioria afirmou não realizar atividade física, 64% (28), e que adotou hábitos alimentares mais saudáveis após o diagnóstico de Diabetes Mellitus. Sabe-se que o exercício estimula a produção de insulina para que a glicose possa ser utilizada pelas células, logo o exercício assume um fator protetor contra a doença⁴. Os mesmos afirmam entender que o diabetes mal controlado leva a diversas alterações, como diminuição da acuidade visual, o aparecimento do pé diabético, impotência sexual, entre outras. Observou-se que a maioria possuía conhecimento satisfatório acerca das complicações desta patologia, mas que não eram suficientes que os levassem a um controle mais efetivo. Relataram realizar a inspeção diária dos membros inferiores com o objetivo de reduzir o aparecimento de complicações e uma minoria pratica atividade física objetivando reduzir seus níveis glicêmicos. Observa-se que o maior receio destes usuários é a amputação de membros e a internação por períodos prolongados, o que poderá afastá-los do seio familiar. Em geral, os pacientes tomam algumas medidas em relação à higiene e a prevenção de lesões como ferimentos nos pés, não andar descalço e a importância de hábitos alimentares saudáveis. Posteriormente, realizou-se uma palestra a respeito da doença, em que a maioria dos participantes da pesquisa estava presente, foram dadas orientações quanto às complicações advindas desta enfermidade, o uso adequado das medicações para um controle eficaz, complicações decorrentes de um cuidado não adequado, a importância da mudança do estilo de vida para prevenção de complicações, entre outras. Aproveitou-se o momento para reforçar a importância da realização de exercícios físicos para um controle de seus níveis glicêmicos e ressaltou-se que antes de iniciar qualquer atividade física, os mesmos devem procurar um profissional médico para realizar as avaliações necessárias. **Conclusão:** A melhor maneira de evitar as complicações é a prevenção, cabendo aos profissionais de saúde a importante função de cuidar, acompanhar periodicamente e orientar os portadores de Diabetes Mellitus, seus familiares e a comunidade em geral, sobre a importância de uma alimentação adequada e práticas regulares de exercícios físicos. Portanto, resalta-se a importância da atuação dos profissionais de saúde no cuidado ao portador desta patologia, objetivando estender os conhecimentos do usuário acerca desta enfermidade, conscientizando-os da importância da mudança de comportamentos e atitudes a fim de conquistar autoestima, vontade de aprender a controlar a doença, proporcionando melhor convivência no seio familiar e no contexto social.

Referências:

1. CORTEZ DN; Reis IA; Souza DA; Macedo MM; Torres HC. Complicações e o tempo de diagnóstico do diabetes mellitus na atenção primária. Acta Paul Enfermagem. n.28, v.3, pg. 250-5, 2015.

2. ADOLFO M. et. al. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). Organização José Egidio Paulo de Oliveira, Sérgio Vencio. A.C. Farmacêutica, São Paulo, 2016.
3. ROSSI VEC; SILVA AL; FONSECA, GSS. Adesão ao tratamento medicamentoso entre pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2. R. Enferm. Cent. O. Min. N.5, v.3, pg.1820-1830, set/dez, 2015.
4. SILVA ST. Fatores de risco cardiovasculares em usuários do Hiperdia de uma unidade básica de saúde do município de Criciúma/ SC.2012. 56 f. Monografia (Pós-graduação em Nutrição Clínica) - Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC, Criciúma, 2012.
5. PORTH CM. Fisiopatologia. 8. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010, p.1017-1100.