

VOCÊ É O QUE VOCÊ SABE SOBRE O QUE COME: UMA ATIVIDADE DE SENSIBILIZAÇÃO DO GRUPO PET-SAÚDE GRADUASUS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ SOBRE O DIABETES TIPO 2

Ana Júlia Brandão Moreira¹; Adriano do Nascimento Mendonça²; Keila de Nazaré Madureira Batista³; Laura Maria Tomazi Neves⁴

¹Acadêmica de Fisioterapia, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Especialização em Saúde Pública com ênfase em Estratégia Saúde da Família, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

³Doutora em Ciências Tropicais, UFPA;

⁴Doutora em Ciências e Tecnologias em Saúde, UFPA
anaj.brandaom@outlook.com

Introdução: Diabetes mellitus é considerado um transtorno metabólico de etiologias heterogêneas, caracterizado por hiperglicemia e distúrbios no metabolismo de carboidratos, proteínas e gorduras, resultantes de defeitos da secreção e/ou da ação da insulina (1). As complicações agudas e crônicas do diabetes causam alta morbimortalidade, gerando assim altos custos para os sistemas de saúde. A maioria dos países gasta entre 5% e 20% de seus gastos de saúde total em diabetes. Com um custo tão alto, a doença é um desafio significativo para os sistemas de saúde e um obstáculo ao desenvolvimento econômico sustentável, principalmente em países subdesenvolvidos e em desenvolvimento. Estima-se que existam mais de meio milhão de crianças com idade entre 14 e menos vivendo com diabetes tipo 1, 415 milhões de adultos entre 20 e 79 anos com diabetes em todo o mundo, incluindo 193 milhões que não são diagnosticados. Projeções em 2015 mostravam que naquele ano o diabetes causaria 5,0 milhões de mortes e custaria entre US \$ 673 bilhões e US \$ 1,197 bilhões em gastos com saúde (2). É estimado que o Brasil passe da 8ª posição, com prevalência de 4,6%, em 2000, para a 6ª posição, 11,3%, em 2030. Os fatores de risco relacionados aos hábitos alimentares e estilo de vida da população estão associados a este incremento na carga de diabetes em todo o mundo (3). O diabetes mellitus é um problema de saúde considerado Condição Sensível à Atenção Primária, ou seja, evidências demonstram que o bom manejo deste problema ainda na Atenção Básica evita hospitalizações e mortes por complicações cardiovasculares e cerebrovasculares (4). Tendo em vista a importância de prevenir esta condição de saúde que é tão presente em nosso país, o Grupo do Programa de Educação pelo Trabalho (PET-Saúde/GraduaSUS) desenvolveu uma atividade voltada para o conhecimento e prevenção do Diabetes tipo 2. **Objetivos:** Relatar a experiência de uma atividade de sensibilização sobre a diabetes tipo 2 realizada pelo Programa de Educação pelo Trabalho (PET-Saúde/GraduaSUS) em conjunto com o NASF Terra Firme e estagiárias de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Pará em Janeiro de 2017. **Descrição da Experiência:** A atividade de sensibilização foi planejada pelo grupo PET-Saúde em conjunto com acadêmicas de Terapia Ocupacional que realizavam estágio curricular no NASF Terra Firme. A atividade foi estruturada para ser realizada em uma praça próxima da unidade de saúde, pois assim poderia abranger os usuários do serviço de saúde e chamar a atenção dos moradores que estivessem em suas casas e os que estivessem circulando pela área. No local foi colocada uma mesa com diversos alimentos como pão, achocolatado, chocolate em barra, refrigerante, biscoito e suco industrializado além de sacos contendo quantidades variadas de açúcar. Ao chegar na mesa, o usuário era convidado a relacionar a quantidade de açúcar contida em cada alimento. Após esse momento e a correção das quantidades, o grupo iniciava uma conversa sobre a importância de conhecer os alimentos que são ingeridos e como o consumo sem

consciência pode gerar problemas de saúde, como o diabetes tipo 2. Posteriormente foram esclarecidas as dúvidas acerca da patologia, explanada as formas de prevenção através de hábitos de vida saudáveis, o tratamento oferecido pelo SUS e a importância de exames de rotina além da consulta com um profissional da Nutrição. Para finalizar, os participantes puderam ter sua pressão arterial aferida e realizar teste rápido de glicemia com os Enfermeiros da equipe NASF Terra Firme. **Resultados:** Os usuários foram bastante atraídos pela dinâmica da quantidade de açúcar nos alimentos, pois além de serem colocados em uma situação de reflexão que até então não havia acontecido, se surpreenderam bastante com a falsa ideia de que alimentos salgados não contém açúcar e que dependendo da quantidade estes podem se tornar vilões. Grande parte dos participantes da ação eram adultos e idosos, de ambos os sexos, com sobrepeso, sedentários, que possuíam diabetes, tem histórico familiar ou conhecem alguém que possui essa condição. Apesar de terem mostrado conhecimento sobre as repercussões negativas da diabetes e do tratamento medicamentoso, os usuários não demonstraram conhecimento acerca de medidas básicas de prevenção e relataram nenhum ou pouco acompanhamento nutricional ao longo da vida, condição presente até nos que possuíam o diagnóstico. Foi possível através desta ação, alcançar também o grupo de Agentes Comunitários de Saúde que estavam ajudando na captação de usuários para a atividade. Pôde-se perceber que os mesmos possuíam um nível de conhecimento básico acerca do Diabetes Mellitus e o quanto a sensibilização pôde ajudá-los no seu aprendizado. **Conclusão ou Considerações Finais:** A educação em saúde é um artifício simples e valioso, pois não necessita de grandes recursos e de alto custo para que a comunidade se torne detentora do conhecimento, saiba se prevenir e sensibilizar seus amigos e familiares. Levar conhecimento à população repercute diretamente na incidência de casos no setor terciário e consequentemente nos cofres públicos.

Descritores: Educação em saúde, Diabetes Mellitus, PET-Saúde.

Referências:

1. World Health Organization. Definition, diagnosis and classification of diabetes mellitus and its complications. Part 1: diagnosis and classification of diabetes mellitus. Geneva: WHO, 1999
2. International Diabetes Federation. Diabetes atlas update: seventh edition 2015: Regional & Country Facctsheets. Disponível em: Acesso em: 09 set. 2017
3. Organização Mundial da Saúde. Cuidados inovadores para condições crônicas: componentes estruturais de ação. Doenças não Transmissíveis e Saúde Mental. Brasília: Organização Mundial da Saúde; 2003. ISBN 92 4 159 017 3.
4. Alfradique ME, Bonolo PF, Dourado I, Lima-Costa MF, Macinko J, Schilling C, et al. Internações por condições sensíveis à atenção primária: a construção da lista brasileira como ferramenta para medir o desempenho do sistema de saúde (Projeto ICSAP – Brasil). Cad. Saúde Pública. 2009. 25(6):1337-1349.