

## ENTENDENDO O DIABETES MELLITUS E SUAS COMPLICAÇÕES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Natalia Tiffany da Conceicao<sup>1</sup>; Stelacelly Coelho Toscano de Brito<sup>2</sup>; Iago Sérgio de Castro Farias<sup>3</sup>; Letícia Megumi Tsuchiya Masuda<sup>4</sup>; Karen Marcelly de Sousa<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Graduando, Universidade Federal do Pará (UFPA);

<sup>2</sup>Graduação, UFPA;

<sup>3</sup>Graduando, UFPA;

<sup>4</sup>UFPA;

<sup>5</sup>UFPA

nataliatiffany98@gmail.com

**Introdução:** O diabetes mellitus (DM) pode perdurar sendo assintomático por longo tempo e sua detecção clínica é constantemente realizada, não pelos sintomas, mas pelos seus fatores de risco<sup>1</sup>. Dentre esses cuidados destacou-se a alimentação. Por meio da Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN), há o incentivo da população ter bons hábitos e a conscientização sobre os riscos de doenças, dentre essas as crônicas, causadas pela ingestão excessiva de alguns tipos de alimentos sejam esses naturais ou industrializados. Muitos componentes da alimentação dos brasileiros são associados ao desenvolvimento de doenças, como o diabetes<sup>2</sup>. A alimentação é um dos principais fatores de risco comportamentais que impactam nos principais fatores de risco metabólicos, como excesso de peso/obesidade, pressão arterial elevada, aumento da glicose sanguínea, lipídios e colesterol, possíveis de resultar em diabetes, entre outras enfermidades. A prática de bons hábitos alimentares vão funcionar como prevenção contra várias doenças, se forem adotados ao longo da vida. Deste maneira devem ser valorizados e incentivados antigos hábitos alimentares do brasileiro, como o consumo de arroz com feijão<sup>2</sup>. Diante disto, tornou-se necessária uma abordagem que pudesse sensibilizar e empoderar os participantes, conscientizando-os a respeito da prevenção contra a doença, os sinais e sintomas e os cuidados relacionados à Diabetes<sup>3</sup>.

**Objetivos:** Relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de enfermagem referente ao estágio vivencial da Atividade Curricular de Atenção Integral a Saúde do Adulto, tal experiência obtida através de uma ação educativa. **Descrição da Experiência:** Para a realização desta ação educativa, utilizou-se uma metodologia do tipo ativa, tendo como público-alvo populações de rua do Centro de Referência Especializado para População em Situação de Rua (Centro Pop) cidade de Belém-Pa no período da manhã do dia 28/06/2017. A atividade dividiu-se em dois momentos: que consistiram em uma palestra expositiva-interativa, com o conteúdo abordado lúdicamente, representações dos mecanismos de ação normais do organismo e os da doença sendo utilizados três carrinhos de brinquedo de tamanhos diferenciados representando o hormônio da insulina, cubos de isopor simbolizando o açúcar e uma caixa retratando a célula. Através da explicação os participantes puderam compreender o funcionamento da alimentação, o transporte de insulina como carregadora de glicose e facilitadora da entrada na célula ou no fígado e a deficiência nesta formação do hormônio característica da doença, os sinais e sintomas e os cuidados para prevenir e tratar o DM. O segundo momento constitui-se no desenvolvimento de tecnologia educativa, na qual realizou-se um jogo de mitos e verdades sobre o DM com o intuito de fixar o conteúdo e promover uma interação, esclarecimento de dúvidas e incentivo ao pensamento crítico de forma prazerosa. A educação em saúde além de um instrumento capaz de repassar conhecimento, transforma realidades, apesar da dificuldade em citar a importância da alimentação para moradores de rua como forma de combate ao DM, observou-se o interesse deles em conhecer e aprimorar a discussão com questionamentos

enriquecedores que puderam ser agregados a atividade. **Resultados:** O Centro Pop é uma instituição de referência no atendimento especializado à população adulta em situação de rua, isto é, um grupo populacional diversificado que possui em comum a pobreza extrema, os vínculos familiares fragilizados ou rompidos e a inexistência de moradia convencional regular, conforme define o Decreto nº 7.053/2009, que institui a Política Nacional para a População em Situação de Rua<sup>4</sup>. Tendo em vista que os moradores de rua passam por condições adversas como fome e insegurança quanto sua integridade física, pode-se detectar um fator de risco para o desenvolvimento de muitas patologias. Para amenizar essas dificuldades as atividades de educação em saúde são de suma importância. As ações educativas desenvolvidas proporcionaram o conhecimento de que a prática pode ser unida a teoria e adequada à realidade. Pôde-se perceber que os moradores de rua detinham conhecimentos específicos sobre o assunto abordado, facilitando desta maneira o desenvolvimento da ação educativa com mais efetividade. A atuação nos diversos programas elucidou o papel do enfermeiro dentro de Centros de Referência Especializado para População em Situação de Rua, a qual abrange uma série de peculiaridades em busca de um cuidado efetivo na saúde coletiva. **Conclusão ou Considerações Finais:** Entender os mecanismos, sintomas e a forma de tratamento da doença, possibilitam à população a busca por uma melhor qualidade de vida e também incentivam o cuidado com seu corpo e disseminação do conhecimento. As atividades foram desenvolvidas com o intuito de proporcionar aos participantes o conhecimento de forma lúdica sobre os mecanismos do DM, sensibilizando-os de forma que compreendam a importância da prevenção e tratamento da doença. É relevante ressaltar que o público alvo reconheceu a importância das ações educativas para a troca de experiências e a incorporação de novos conhecimentos sobre DM. Desta maneira é importante o desenvolvimento destas ações, pois a mesmas podem contribuir para o aprimoramento do conhecimento sobre a doença e ao desenvolvimento de ações que promovam o autocuidado, dentre essas os da alimentação, as quais são métodos que previnem desde o surgimento da diabetes até a evolução da mesma para as fases aguda e crônica.

**Descritores:** Diabetes mellitus, Alimentação, Moradores de rua.

#### **Referências:**

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica : diabetes mellitus / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília : Ministério da Saúde, 2013. 160 p. : il. (Cadernos de Atenção Básica, n. 36). Acesso em: 22 de Junho de 2017 às 19:20.
2. MONTEIRO-SOARES, M. et al. Risk stratification systems for diabetic foot ulcers: a systematic review. Diabetologia, v. 54, n. 5, p. 1190-9, May 2011. Disponível em: . Acesso em: 22 de Junho de 2017 às 21:15.
3. BRASIL, Portal. Alimentação saudável. 2014. Disponível em: . Acesso em: 21 de Junho de 2017 às 18:10.
4. PREFEITURA MUNICIPAL DE BELÉM. Prefeitura inaugura centro de referência para população em situação de rua; Out 2013. Disponível em: <<http://ww3.belem.pa.gov.br/www/em-pauta/prefeitura-inaugura-centro-referencia-populacao-situacao-rua/>>. Acesso em: 21 de Junho de 2017 às 20:40.