

EDUCAÇÃO NUTRICIONAL EM PACIENTES DIABÉTICOS DO TIPO 2 ATENDIDOS EM UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO MUNICÍPIO DE COARI – AM

CALDEIRA, Lucas Leão¹; APARÍCIO, Jéssica Bianca Ramires¹; SILVA, Karina Rodrigues¹; D'ELIA, Alexsandra Maria Melgueiro¹; da GAMA; Denise Alexandrina Cipriano¹; MELICIANO, Natasha Verdasca¹

¹ Universidade Federal do Amazonas (UFAM), *Campus Coari*, Coari – AM

leaonutri@gmail.com; natverdasca@yahoo.com.br

O presente trabalho consiste num relato de experiência a partir de um projeto de Educação Nutricional em pacientes diabéticos *mellitus* do tipo 2 (DM 2), patologia classificada como um distúrbio crônico não transmissível (DCNT). De acordo com a OMS, o DM 2 é um distúrbio metabólico decorrente da associação entre alimentação e hábitos de vida inadequados e tem apresentado aumento de prevalência e frequência em todo o mundo. Se caracteriza pelo aumento da glicose no sangue, que ocorre pela incapacidade de produção e/ou ação da insulina, acarretando sintomas que podem causar várias complicações graves, sobretudo no sistema nervoso e vasos sanguíneos, problemas gastrointestinais, derrame cerebral e amputação de membros, gerando custo ao sistema de saúde, sendo considerada a quinta indicação de hospitalização no Brasil. Apesar do conhecimento acumulado e difundido socialmente sobre a importância de hábitos de vida saudáveis, é difícil desenvolvê-los na rotina diária do indivíduo, o que é preocupante, pois vários fatores de risco para a diabetes tipo 2, estão relacionados ao sensação de prazer, comportamentos frequentemente utilizados e disseminados pela mídia, o que acaba reforçando a permanência, destes, na sociedade atual, que sentirá o impacto sobre a saúde, somente, em idades mais avançadas, pois o diabetes se desenvolve lentamente e silenciosamente, com incidência preponderante na população com idade ≥ 40 anos. Tal cenário torna urgente a necessidade de estratégias para aquisição de hábitos de vida mais saudáveis. Desta forma o trabalho teve como objetivo realizar a aplicação da Educação Nutricional em pacientes diabéticos do tipo 2, atendidos na Unidade Básica de Saúde Manoel Carlito no Bairro do Espírito Santo no Município de Coari-AM. Para isso, foram convidados dez pacientes diagnosticados com diabetes *mellitus* tipo 2, atendidos na UBS para participação de atividades de esclarecimento relacionadas a referida doença. Os pacientes que aceitaram o convite, foram trazidos ao Instituto de Saúde e Biotecnologia (ISB/UFAM), por veículo do próprio Instituto e foram direcionados a uma sala, onde foi apresentada uma palestra intitulada “Qualidade de Vida e Diabetes”. Posteriormente deu-se prosseguimento com uma rodada de conversas com os pacientes para discutir sobre a importância de bons hábitos alimentares em seu dia-a-dia para o controle da DM 2. Após a roda de conversa, foram desenvolvidas atividades lúdicas com intuito de melhorar a compreensão sobre escolha de alimentos e horários das refeições, para proporcioná-los a compreensão sobre a patologia e alternativas saudáveis para melhorar a qualidade de vida, por meio da educação nutricional. Foi observado, ao longo do projeto, interesse dos participantes no conteúdo abordado, diante dos questionamentos manifestados sobre: a patologia, os meios de tratamentos, sobre a rotina alimentar e a seleção dos alimentos. Além disso, notou-se que, embora sejam acometidos pela doença, poucos tinham a noção exata de seus efeitos e dos mecanismos de controle, como por exemplo, como proceder com a alimentação, pois muitos acreditam que o melhor seria ficar de jejum para a manutenção da diabetes. Por meio das atividades e observações realizadas verificou-se que em sua maioria que o conhecimento demonstrado era superficial sobre a patologia, que os mesmos possuem e que, apesar do acompanhamento com profissionais na área da saúde, a alimentação, que é um fator relevante para o controle do diabetes e um fator pouco entendido pelos participantes, o que ressalta a importância da Educação Nutricional para redução dos agravos desta patologia.

Palavras-chave: Diabetes *mellitus*, Hábitos alimentares, Sedentarismo

Área de concentração: Saúde: Fisioterapia; Nutrição; Enfermagem e Medicina