

SIGNIFICADO DA DIETA NUTRICIONAL PARA OS PORTADORES DE DIABETES MELLITUS TIPO II

Bárbara Santucci da Silva¹
Thais Santos Bustamante¹
Amanda Miranda dos Santos²
Jerusa Gomes Vasconcellos Haddad³
Maria Isabel Marques Pereira⁴
FAPEMIG⁵

A Diabetes Mellitus (DM) é uma doença que atinge todas as classes sociais. Esta está diretamente relacionada à alimentação hipercalórica e a escassez de atividade física, lembrando que a não adequação de um estilo de vida saudável acarreta sérias e irreversíveis complicações. A glicotoxicidade é responsável por um estresse oxidativo crônico ao nível tecidual, tendo um importante papel na gênese das complicações crônicas do diabetes. Sabe-se que a característica principal do DM II é a resistência periférica a resistência à insulina na qual é inicialmente observada no tecido muscular, onde a concentração crescente de insulina é necessária para permitir a captação de glicose pelo miócito. A resistência à insulina é influenciada tanto por fatores adquiridos (obesidade, inatividade física) como por fatores genéticos. Frequentemente ocorre uma associação de outras condições como aterosclerose, dislipidemia (elevação da concentração de LDL e triglicérides e redução da concentração de HDL), hipertensão arterial e obesidade abdominal. Atualmente o DM configura-se como uma epidemia mundial, constituindo um grande desafio para a saúde pública. Um dos responsáveis para esta doença é o sedentarismo, a alimentação inadequada e a obesidade. Ela atinge cerca de 246 milhões de pessoas em todo o mundo, sendo responsável pela morte de 3,8 milhões de pessoas. Já no Brasil estima-se que haja 10 milhões de pessoas acometidas pela doença, sendo que há previsões de que este valor aumente em 25% a 50% nos próximos anos. Mudanças de estilo de vida reduziram 58% da incidência de diabetes em três anos. Essas mudanças visavam discretas reduções de peso (5-10% do peso), manutenção do peso perdido, aumento da ingestão de fibras, restrição energética moderada, restrição de gorduras, especialmente as saturadas, e aumento de atividades físicas regulares. Identificar as características biossociodemográficas dos portadores de DM II cadastrados na Atenção Básica da cidade de Itajubá – Minas Gerais. Conhecer o significado de dieta nutricional para os portadores de DM II cadastrados na Atenção Básica da cidade de Itajubá – Minas Gerais. Este estudo baseou-se em uma pesquisa de campo, de natureza qualitativa, exploratória,

¹ Discentes do 5º período do Curso de Enfermagem da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB, Itajubá, Minas Gerais. **Email:** barbara.santucci@hotmail.com ; thais_bustamante@hotmail.com

² Discente do 9º período do Curso de Enfermagem da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB, Itajubá, Minas Gerais. **Email:** contatosamandamiranda@gmail.com

³ Orientadora. Mestra em Enfermagem pela Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo. São Paulo. Docente da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB. Itajubá, Minas Gerais. Email: jerusa.haddad@bo.com.br

⁴ Coorientadora. Mestra em Enfermagem pela Universidade Federal de Minas Gerais. Docente da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz, EEWB. Itajubá, Minas Gerais. Email: isamp@hotmail.com

⁵ Fonte Financiadora

descritiva e transversal. Estado. A amostra foi constituída de 4 pacientes cadastrados no programa Hiperdia das seguintes UBS: Cantina, Ir. Zenaide Nogueira Leite (CAENF) e nas ESF dos bairros Cruzeiro, Avenida/São Judas Tadeu, Dr. Raimundo Siqueira Paulista que funciona no prédio do CAIC totalizando vinte participantes. As unidades foram selecionadas levando em consideração os pontos cardeais norte, sul, leste e oeste, e ainda, a região central da cidade para diversificar as características sócio demográficas dos participantes do estudo. Os critérios de inclusão foram: Ser portador de Diabetes Mellitus tipo II e estar cadastrado no programa Hiperdia em uma das UBS e ESF supracitadas a pelo menos 6 meses; Concordar em participar do estudo, assinando o TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido); Ter idade igual ou maior que 18 anos; Os pacientes que não atenderam os critérios de inclusão citados não fizeram parte da pesquisa. Como estratégia para a coleta de dados foi utilizado um questionário para a caracterização biossociodemográficas e uma entrevista semiestruturada, contendo uma pergunta norteadora. A pesquisa teve início após a aprovação pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Escola de Enfermagem Wenceslau Braz (EEWB), conforme o Parecer Consubstanciado Nº 150.550. O pré-teste foi realizado com um usuário de cada UBS e ESF já mencionadas, totalizando cinco participantes. Aqueles que fizeram parte do pré-teste não foram incluídos na pesquisa. Após a análise da entrevista por meio das respostas obtidas no pré-teste iniciou-se a coleta dos dados. Foi concluído que a maioria dos participantes era do sexo masculino, cuja frequência relativa foi de 65% e pertencentes à religião católica 70%; 50% eram casados. A idade que prevaleceu foi de 60 a 65 anos, tendo como frequência relativa 30%; 50% eram aposentados. Quanto à família 75% era do tipo nuclear, sendo dois o números de pessoas que moram na residência e cuja frequência relativa foi de 40%; 75% possuem renda mensal de um salário mínimo e tinham ensino fundamental completo; 70% possuem outras patologias, sendo a predominante HAS, cuja frequência relativa foi de 60%. Referente ao tempo de diagnóstico de Diabetes Mellitus Tipo II prevaleceu de 10 a 15 anos, cuja frequência relativa foi de 40%; 90% receberam orientação quanto à dieta nutricional, sendo que destes 65% receberam do médico, 20% da enfermeira e 5% do nutricionista. As ideias centrais obtidas foram Muito importante, difícil, ficar triste e viver melhor. Com a finalização desta pesquisa, pode-se confirmar a importância do conhecimento do significado de dieta nutricional para os portadores de DM II. Os participantes do estudo referiram a importância da dieta nutricional no controle da doença, ou seja, percebem que uma alimentação balanceada regulariza o índice glicêmico. A melhora da lesão referida não nos permitiu constatar conhecimento prévio. O que sugere outras pesquisas para investigar o conhecimento quanto às complicações do DM II. Porém, os demais participantes traduziram o significado como “ficar triste” e “difícil”. Nos chama a atenção, pois seguir a dieta causa tristeza e até mesmo aqueles que referem a importância da dieta nutricional, ao discorrerem sobre o seu dia a dia, relatam a dificuldade na adesão a dieta. Os participantes referem a importância da família na adesão a dieta e a dificuldade em preparar uma dieta diferenciada dos demais membros da família. É fundamental ressaltar o papel do profissional enfermeiro no acompanhamento dos usuários portadores de doenças crônicas como o Diabetes Mellitus ao considerarmos o foco das ações na atenção básica, ou seja, promoção da saúde e prevenção de agravos. Neste sentido a educação em saúde é uma estratégia e uma das atribuições do enfermeiro, para tanto é necessário considerar a realidade de cada indivíduo, sua família e contexto social, a fim de identificar aspectos facilitadores ou dificultadores na adesão ao

regime terapêutico. Essas informações servirão de norte para as ações de enfermagem. O Enfermeiro deve atentar-se para as dúvidas que os portadores de DM II apresentam, desde a prevenção da doença, até seu tratamento, utilizando uma comunicação efetiva, de acordo com sua cultura e seu conhecimento. Cabe a nós, profissionais de enfermagem, orientarmos, pois temos subsídios para diminuirmos a prevalência das complicações do DM II, bem como a utilização dos medicamentos.

Palavras-chave: Diabetes mellitus. Saúde pública. Diagnóstico.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Brasília, DF, 2013. Disponível em: <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/caderno_35.pdf> Acesso em: 10 nov. 2013.

_____. **Diabetes mellitus.** Brasília, DF, 2006. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diabetes_mellitus.PDF> Acesso em: 10 fev. 2014.

GUYTON, A.C.; HALL, J. E. **Tratado de fisiologia médica.** 11. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.

INSTITUTO DA CRIANÇA COM DIABETES. **Aspectos epidemiológicos.** Rio Grande do Sul, 2010. Disponível em: <<http://www.icdrs.org.br/aspectos.php>>. Acesso em: out. 2011.

MARCONDES, J. A. M. Diabete melito: fisiopatologia e tratamento. **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, Sorocaba, v. 5, n. 1, p. 18-26, 2003. Disponível em: <<http://www.fisopatologia.com/Downloads/117-307-1-PB.pdf>> Acesso em: 27 mar. 2014

SANTOS, A. F. L. dos.; ARAÚJO, J. W. G. Prática alimentar e diabetes: desafios para a vigilância em saúde. **Epidemiologia Serviços de Saúde**, Brasília, DF, v. 20 n. 2, p. 255-263, jun. 2011. Disponível em: <http://scielo.iec.pa.gov.br/scielo.php?pid=S1679-49742011000200014&script=sci_arttext>. Acesso em: 10 nov. 2013.

SANTOS, C. V. dos. F.; RODRIGUES, W. H. C.; BATISTA, R. S. Papéis de autocuidado - subsídios para enfermagem diante das relações emocionais dos portadores de diabetes mellitus. **Escola Anna Nery Revista de Enfermagem**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 12, p. 125-129, mar. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ean/v12n1/v12n1a19.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2013.

SILVA, I.; RIBEIRO, J. P.; CARDOSO, H. Adesão ao tratamento da diabetes Mellitus: A importância das características demográficas e clínicas. **Revista Referência**, Coimbra, v. 2, n. 2, p. 1-9, jun. 2006. Disponível em: <<http://www.diabetesmelittus.com/Downloads/31601.pdf>> Acesso em: 12 fev. 2014.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Diabetes**, São Paulo, 2011. Disponível em: <<http://www.diabetes.org.br/sala-de-noticias/2338-acesso-livre-online-a-capitulos-de-diretrizes-da-sbd-2012-2013>>. Acesso em: 14 fev. 2014.