

**SAL, AÇÚCAR E SAÚDE: Ações interdisciplinares para o tratamento não farmacológico de idosos com diabetes e hipertensão**

**Introdução:** O envelhecimento é um processo lento, progressivo e inevitável, caracterizado pela diminuição da atividade fisiológica e de adaptação ao meio externo acumulando-se processos patológicos com o passar dos anos. O impacto tende a ir alterando os hábitos de vida e as rotinas diárias do idoso, diminuindo o nível de atividade física e favorecendo o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). AS DCNT atualmente representam a principal causa de mortalidade e incapacidade em todo mundo, principalmente o diabetes mellitus (DM) e hipertensão arterial sistêmica (HAS). Segundo dados do Ministério da Saúde, atualmente 30 milhões de brasileiros são hipertensos, destes, apenas 10% mantêm a pressão sob controle e o principal motivo por esta falta de controle é o caráter assintomático da HAS, associada ao descaso com a doença por parte dos pacientes. Paralelamente, uma epidemia de diabetes vem se desenvolvendo. **Objetivo:** O objetivo deste estudo foi demonstrar as ações de um projeto de pesquisa para o tratamento não farmacológico no controle do DM e HAS, propondo um modelo de abordagem interdisciplinar aos pacientes. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de caráter descritivo do tipo relato de experiência, de abordagem quantitativa, realizado com idosos atendidos na clínica escola da Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi (FACISA/UFRN), localizada no município de Santa Cruz – RN, de forma interdisciplinar com alunos e docentes dos cursos de Enfermagem, Fisioterapia e Nutrição. Tal ação realizou-se entre os meses de setembro e dezembro de 2012, com encontros quinzenais, do tipo educação em saúde e roda de conversa, com a participação de docentes e alunos dos cursos de

Enfermagem e Nutrição. Além destes encontros quinzenais, os pacientes realizavam treinamento cardiorrespiratório orientado por docentes e estudantes de fisioterapia, três vezes na semana no período da manhã. **Resultados:** Foram promovidas atividades com os idosos que possibilitaram a convivência e favoreceram a troca de experiências. Estas atividades proporcionaram a valorização pessoal e melhoria da auto-estima, além de ter despertado a consciência do grupo para os benefícios gerados pela adesão das atividades desenvolvidas. Dentre as diferentes atividades, as palestras multiprofissionais abordaram temas gerais relacionados alimentação e nutrição, prática de exercícios, cuidados de enfermagem e saúde mental. No final do período, foi realizada uma avaliação multidisciplinar, em que os idosos consideraram as ações desenvolvidas de suma importância para a melhoria do controle da doença e da sua qualidade de vida. **Conclusão:** Através das intervenções no tratamento e no acompanhamento dos pacientes hipertensos e diabéticos, através da formação de grupos para ação educativa, ficou evidente que tais ações foram capazes de proporcionar uma melhor qualidade de vida para os idosos portadores das enfermidades acima supracitadas, de modo a demonstrar a importância da equipe multiprofissional em saúde no combate a hipertensão e diabetes.

**Descritores:** Diabetes mellitus, Hipertensão, Envelhecimento.