

## OTIMIZANDO A PREVENÇÃO DE COMPLICAÇÕES DIABÉTICAS ATRAVES DO VINCULO ACADEMIA/SERVIÇO DE SAÚDE<sup>1</sup>

Milena Duarte de Macedo<sup>2</sup>  
Lais Karoliny Macêdo Yasaki<sup>3</sup>  
Karla Karolline Barreto Cardins<sup>4</sup>  
Jéssica Rayana Chianca dos Santos<sup>5</sup>  
Jank Landy Simôa Almeida<sup>6</sup>

**INTRODUÇÃO:** O Diabetes Mellitus abrange um grupo de doenças metabólicas caracterizadas por hiperglicemia, estando associado a diversas complicações, que podem ser classificadas em microvasculares, macrovasculares e neuropáticas. Para prevenir/evitar tais complicações é necessário que o indivíduo com diabetes tenha os níveis glicêmicos controlados (através de uma alimentação sem açúcar e pobre em carboidratos), e siga orientações relacionadas aos pés. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência vivenciada em uma Unidade Básica de Saúde da Família sobre ações educativas voltadas a alimentação correta para o diabético e prevenção de complicações podais. **RELATO DO CASO:** O cenário de estudo foi a Unidade Básica de Saúde da Família, Bairro das Cidades II, no Bairro das Cidades, Campina Grande/PB, em Março/2013. Trata-se de um relato de experiência desenvolvido a partir de ações educativas do componente curricular Saúde do Idoso (Graduação em Enfermagem - Universidade Federal de Campina Grande/UFCG). Ocorreram 02 encontros, realizados na sala de espera para acompanhamento do Programa HiperDia, com aproximadamente 30 participantes em cada. Foram empregadas para a dinâmica do grupo: peças teatrais, trabalho com cartazes e discussões dinâmicas abertas a interação sobre a temática. Durante as atividades, observamos que a maioria dos participantes não praticava nenhuma atividade física, não tinha uma alimentação adequada e não realizava os cuidados com os pés da maneira certa. Todavia, os mesmos se mostraram interessados durante todo o tempo, participando da discussão e contando suas experiências. Observou-se a falta de interesse por parte dos profissionais de saúde em realizar atividades educativas na unidade. Percebeu-se também que ao final das discussões os alunos conseguiram

<sup>1</sup> **Área Temática:** Atenção integral à saúde: promoção, prevenção, tratamento e reabilitação do idoso.

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem – UFCG - Campina Grande. E-mail: milamacedooo@hotmail.com

<sup>3</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem – UFCG - Campina Grande.

<sup>4</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem – UFCG - Campina Grande.

<sup>5</sup> Acadêmica do Curso de Enfermagem – UFCG - Campina Grande.

<sup>6</sup> (Orientador). Enfermeiro, Mestre, Professor da UFCG - Campina Grande, Participante do Núcleo de Pesquisa em Saúde e Enfermagem (NUPESEN).

sensibilizar os participantes do grupo, sendo que estes ao final das atividades expressaram oralmente o entendimento do que foi proposto e a confirmação da possível mudança de conduta quanto ao autocuidado. **REFLEXÃO:** Baixas condições socioeconômicas estão relacionadas com a maior prevalência de complicações associadas à diabetes. Observa-se nas classes de menor renda uma maior dificuldade em se adequar uma alimentação saudável e a prática de atividade física; sendo necessário haver maior conscientização quanto à importância de uma alimentação adequada e orientações sobre cuidados com os pés. A exemplo, cita-se o exame podal diariamente em procura de eritema, rachaduras, calos ou qualquer alteração, o uso de sapatos confortáveis, o corte de unhas em linha reta, e o fato de enxugar os pés muito bem, principalmente entre os dedos. Quando o indivíduo não segue as orientações pertinentes, a integridade da pele pode ser rompida, e a cicatrização é demorada (devido à neuropatia) e em muitos casos pode ocorrer à necessidade de internação para tratamento de ferida. Diante das atividades desenvolvidas pode-se perceber a importância de se trabalhar a promoção da saúde associada com a prevenção de doenças, pois os indivíduos envolvidos se identificam com as atividades e encontram espaço para esclarecer suas dúvidas acerca do tema abordado.

**Palavras-Chave:** Diabetes. Alimentação. Complicações.