



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Área Temática: Atenção integral à saúde: promoção, prevenção, tratamento e reabilitação do idoso.

Fomentando Estratégias Para Quem Vive Com Diabetes

Autor: Amanda Laís Pereira de Lima

Co-autor: Luana Joselyn Silva do Nascimento

Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN

Faculdade de Ciências da Saúde do Trairi – FACISA

Santa Cruz/RN

E-mail: amanda-nutriufrn@hotmail.com

O diabetes é uma doença crônica de grande prevalência em nossa população, particularmente entre idosos, cuja evolução pode ser fortemente influenciada por diversas atitudes relacionadas ao auto-cuidado. A educação na leitura de rótulos de alimentos permite ao paciente diabético redescobrir possibilidades de lidar melhor com a doença.

No dia 10 de abril de 2013 realizou-se uma oficina, que faz parte do Projeto diaAdia: “Fomentando Estratégias para quem Vive com Diabetes”, com a temática “Rotulagem de Alimentos”, com 12 idosos diabéticos do “Grupo Renascer”, do Hospital Regional Dr. Mariano Coelho do município de Currais Novos – RN. Foi elaborada e conduzida por discentes e professores do curso de nutrição da FACISA/UFRN. Um dos objetivos da oficina era explicar o significado da ordem dos ingredientes no rótulo dos alimentos. Inicialmente os participantes foram questionados sobre próprios conhecimentos quanto a ordem dos ingredientes existente nos rótulos. Neste momento, as maiorias dos participantes relataram que

não tinham informações sobre o assunto. Assim, com o auxílio de imagens e exemplos foi explicado que a sequência de apresentação dos ingredientes está condicionada à quantidade dos mesmos no produto, da maior para a menor, que esta informação é de grande valia na hora de decidir qual produto adquirir, sendo uma maneira simples de melhorar o controle glicêmico. Visando melhor compreensão da informação foi então realizada uma dinâmica, na qual os participantes foram divididos em dois grupos. A estes foi fornecida uma receita, cujos ingredientes estavam escritos em cartões grandes. A proposta foi fazer com que cada grupo organizasse a ordem dos ingredientes de sua receita de acordo com as quantidades que estes possuíam no alimento, como se fosse um rótulo. Inicialmente foi observada certa dificuldade, entre os idosos, em organizar os cartões na ordem decrescente de participação dos ingredientes causando discussões e palpites no grupo. Isto culminou, inclusive, com uma avaliação da própria qualidade das preparações, face às necessidades do diabético, diante do perfil dos ingredientes. Foi percebida, então, a importância da leitura dos rótulos no momento da compra de um produto e sua repercussão no controle do diabetes. É sabido que as informações contidas nos rótulos das embalagens dos alimentos são de grande valia para o controle da glicemia, sendo muitos idosos desconhecedores do significado destas informações. Logo, pudemos ver que esta temática desperta grande interesse do idoso diabético, que consegue facilmente visualizar a importância e aplicação desta informação em seu dia-a-dia. A falta de conhecimento sobre o assunto pelos idosos diabéticos revela a necessidade de ocorrerem mais práticas educativas sobre rotulagem, podendo este conhecimento trazer melhorias na qualidade de vida destes, no controle da glicemia e na diminuição do risco de surgimento de outras complicações.



Palavras-chave: Idoso; diabetes; rotulagem de alimentos.

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br