



## RELATO DE EXPERIÊNCIA: IMPLANTANDO AUTOCUIDADO EM PORTADORES DE DIABETES USUÁRIOS DE UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA

RÊGO, Renata Emanuela de Queiroz<sup>1</sup>

MENEZES, Anna Karla Brandão<sup>1</sup>

CARVALHO, Ana Selma de Sousa<sup>2</sup>

OLIVEIRA, Mikaelly Gonçalves<sup>1</sup>

QUENTAL, Ocilma Barros I<sup>1</sup>

**Introdução:** o diabetes é um grupo de doenças metabólicas caracterizadas pelo aumento de glicose no sangue (hiperglicemia). Pode resultar de defeitos de secreção e/ou ação da insulina envolvendo processos patogênicos específicos, tais como, destruição das células beta do pâncreas, resistência à ação da insulina, distúrbios da secreção da insulina, entre outros. O diabetes é uma das principais causas de mortalidade, insuficiência renal, amputação de membros inferiores, cegueira e doença cardiovascular. O conhecimento acerca da patologia é importante para que se promova o autocuidado, que será um fator relevante na contribuição do controle da doença no cliente e para prevenção de instalação de doenças secundárias. **Objetivo:** ensinar acerca do auto cuidado em portadores de diabetes em uma Unidade Básica de Saúde, ansiando uma maior contribuição desses atores sociais no tratamento da diabetes e sensibilizá-los para o comprometimento de serem promotores de melhorias para si mesmo. **Método:** desenvolvimento de uma oficina onde participaram 8 portadores de diabetes para contextualização da realidade acerca da doença. Os fatores de risco para desenvolvimento e/ou agravamento da doença foram trabalhados de forma que causassem algum impacto nesses atores sociais afim de despertá-los a adotar hábitos saudáveis. **Resultado da Ação:** obteve-se uma troca de conhecimento e experiência positiva com os



# CONACIS

I CONGRESSO NACIONAL DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
AVANÇOS, INTERFACES E PRÁTICAS INTEGRATIVAS  
26 A 28 DE MARÇO DE 2014 | CAJAZEIRAS - PB

portadores de diabetes que por sua vez mostraram interesse em adotar novos e melhores hábitos de vida. **Conclusão:** essa experiência possibilitou ao grupo uma sensibilização acerca do autocuidado, levando-os a manifestarem o desejo de abandonar hábitos prejudiciais e adquirir meios de vida que os possibilitassem uma vida com menos medicamentos e uma possível longevidade.

Palavras-Chave: Diabetes, autocuidado, promoção.