

Orientação para diabéticos insulínicos de uma unidade de estratégia de saúde da família: uso do quadro comparativo de alimentos

Gheysa Nara Sodré da Silva
Christiane Brey

Resumo

O *Diabetes Mellitus* é definido como uma síndrome de etiologia múltipla, decorrente da falta de insulina ou incapacidade da insulina de exercer adequadamente seus efeitos. As complicações da DM são resultantes de defeitos na secreção de insulina ou em sua ação, surgindo a hiperglicemia. Esses defeitos ocorrem quando o organismo não fabrica insulina e não consegue utilizar a glicose adequadamente aumentando o nível de glicose no sangue, o que poderá resultar em danos em órgãos, vasos sanguíneos e nervos. Para se obter o controle do DM é essencial que os hábitos de vida sejam saudáveis assim como uma alimentação adequada. No curso de Enfermagem do Centro Universitário Autônomo do Brasil-UniBrasil, temos a oportunidade de trabalhar com projetos assistenciais na comunidade. A apresentação do projeto é um método utilizado no processo de ensino aprendizagem do Estágio Curricular Supervisionado II do 8º período do curso. Para esse projeto tem-se como objetivo aplicar um projeto de Educação em Saúde para os usuários diabéticos de uma Unidade de Estratégia de Saúde da Família sobre a importância de uma alimentação adequada para controlar os índices de glicemia e elaborar um quadro autoexplicativo onde serão fixados rótulos de alimentos demonstrando a quantidade real de açúcar, sal e gordura. Durante o estágio, entre os dias 08 de agosto e 15 de setembro de 2016, observou-se a necessidade de realizar uma atividade com os usuários diabéticos devido os valores altos da glicemia obtida com o monitoramento mensal dos usuários por meio do glicosímetro. Assim verifica-se a importância de realizar orientações da equipe de enfermagem para os usuários diabéticos com o intuito de esclarecer sobre os perigos do consumo de açúcar, sal e gordura e a importância de uma alimentação saudável. Como método de planejamento e desenvolvimento do projeto foi utilizado o 6W-3H. O projeto é uma Educação em Saúde em uma Unidade de Saúde Estratégia da Família, que será realizada no dia 20 de outubro de 2016 por meio de uma atividade em grupo com 21 diabéticos insulínicos, utilizando-se um quadro autoexplicativo onde serão fixados rótulos de alimentos demonstrando a quantidade de açúcar, sal e gordura como recurso didático e orientações verbais. Espera-se como resultado que os usuários compreendam os perigos que o consumo excessivo de açúcar, sal e gordura provocam no organismo e a importância do consumo de alimentos saudáveis. Considera-se que uma alimentação saudável para o portador de diabetes é fundamental para o bom funcionamento do metabolismo e do índice de glicemia no sangue. O projeto está em andamento e outros resultados serão obtidos após a aplicação da atividade com os usuários da unidade de saúde.

Palavras-chave: diabetes mellitus; alimentação saudável; orientações de enfermagem.