

# Acompanhamento e monitoramento da alimentação e glicemia capilar de diabéticos insulínodépendente de uma unidade estratégia de saúde na família

Ronaldo Nunes Adriaola  
Mayara Scharnoviski  
Gheysa Nada Sodré da Silva  
Christiane Brey

## Resumo:

O *Diabetes Mellitus* esta entre as doenças crônicas que tiveram aumento no número de óbitos no Brasil, estudos apontam que 11,0% da população acima dos 40 anos sejam portadores da doença, o controle dos índices glicêmicos se faz importante, pois muitos ao receberem o diagnóstico de diabetes já apresentam outras comorbidades. Durante o curso de Enfermagem do Centro Universitário Autônomo do Brasil – UniBrasil, o acadêmico desenvolve projetos e atividades específicos na Saúde Coletiva, tendo maior vínculo com a população, projetos estes utilizados como método de ensino/aprendizagem durante o Estágio Curricular Supervisionado II do 8º período. Objetiva-se com este projeto analisar a rotina alimentar de um grupo de diabéticos insulínodépendentes a partir de um *Diário Alimentar*, posteriormente identificar os índices glicêmicos do grupo e orientar sobre hábitos alimentares saudáveis. Durante o estágio observou-se que na unidade há dificuldade por parte da equipe de saúde em abordar o paciente diabético a cerca de seus hábitos alimentares, uma vez que os mesmos trazem informações desconexas quando comparadas com dados apresentados pelo aparelho glicosímetro, evidenciando-se assim a importância de um projeto que vise uma abordagem eficaz frente aos hábitos alimentares. Utilizou-se o método 6W3H no planejamento e desenvolvimento do projeto. Trata-se de estudo quantitativo com 21 diabéticos insulínodépendente de uma Unidade de Saúde Estratégia Saúde na Família do município de Curitiba. Está sendo aplicado um instrumento no qual os usuários descrevem suas refeições diárias. O acompanhamento será entre os dias 12 do mês de agosto e 17 do mês de outubro de 2016 com apoio do nutricionista. Para aferição e registro dos índices glicêmicos os participantes são orientados a fazê-lo duas horas após as refeições e sua leitura mensal é comparada com o instrumento aplicado. Por meio deste será possível orientar o usuário em qual refeição ele exacerbou e que alimentos possibilitaram o aumento do índice glicêmico. Observou-se com os resultados parciais do projeto que os participantes demonstraram dificuldade em seguir uma dieta equilibrada e adequada ao perfil do paciente insulínodépendente, evidenciado por meio dos diários entregues. Metade dos participantes apresentou alto consumo de carboidratos no período noturno e não respeitam o período de duas horas necessário para aferição da glicemia antes ou após as refeições e que os mesmos permanecem longos períodos sem realizar refeições. O projeto está em andamento e outros resultados serão obtidos após o retorno de todas as informações dos diários. Conclui-se até momentaneamente que o uso do *Diário Alimentar*, desde que registrado adequadamente por parte do usuário, proporciona o acompanhamento e monitoramento das refeições individualmente, possibilitando o desenvolvimento de ações orientativas adequadas à realidade vivenciada no cotidiano de cada usuário.

**Palavras-chave:** diabete mellitus; dieta para diabéticos; hiperglicemia.