

# Educação alimentar com diabéticos insulino dependentes de uma unidade de estratégia de saúde da família

Mhayara Scharnoviski  
Christiane Brey

## Resumo

O *Diabetes Mellitus* (DM) pode ser definido como uma síndrome endócrina de etiologia múltipla, decorrente da falta de insulina e/ou incapacidade da insulina de captar a glicose sanguínea. As complicações do DM podem ser agudas ou crônicas. Entre as complicações agudas estão a hiperglicemia e a hipoglicemia. O maior desafio para o controle da síndrome é manter a glicemia dentro de parâmetros adequados que em jejum é de 70 a 99 mg/dL e duas horas após se alimentar é de 70 a 140 mg/dL. Para tanto, é essencial uma reorganização de hábitos alimentares para o controle do DM. 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 orientar usuários diabéticos insulino dependentes de uma Unidade de Estratégia de Saúde da Família quanto à alimentação saudável, para auxiliar o controle glicêmico. Durante o estágio, entre os dias 08 de agosto e 15 de setembro de 2016, observou-se durante o atendimento da equipe de enfermagem que os usuários insulino dependentes apresentavam níveis glicêmicos acima dos parâmetros normais. Assim, identificou-se a necessidade de realizar uma atividade educativa em grupo com estes usuários, para proporcionar orientações sobre uma alimentação adequada, a fim de esclarecer dúvidas quanto aos alimentos que são de fácil acesso e que estes usuários insulino dependentes podem ingerir, além de esclarecer sobre os alimentos que podem atuar no aumento da glicemia e prejudicar sua saúde. O método 6W-3H tem sido utilizado para o planejamento e desenvolvimento do projeto. Trata-se de 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 dinâmica em grupo com 21 diabéticos insulino dependentes, utilizando-se figuras de alimentos como recurso didático e orientações verbais após a aplicação da dinâmica. É esperado que os usuários esclareçam as dúvidas acerca da alimentação como subsídio de controle glicêmico. Disseminar a proposta e induzir a equipe de saúde da unidade para que a iniciativa continue. Não há outras considerações até o momento, pois o projeto ainda está em andamento de acordo com o cronograma de estágio. Os demais resultados serão apresentados posteriormente.

**Palavras-chave:** diabéticos; insulino dependentes; orientações de enfermagem.