

## ADESÃO AO CONTROLE DO DIABETES MELLITUS TIPO 1. A IMPORTÂNCIA DE UM MATERIAL DIDATICO EFICAZ.

AVELINO, Luciene de Oliveira (IC Saúde, Nutrição/ UNIBRASIL)  
AMANCIO, Ana Caroline (IC Saúde, Nutrição/ UNIBRASIL)

O diabetes mellitus tipo 1 é uma doença crônica não transmissível, onde o pâncreas com a progressão da doença para de produzir e secretar insulina, resultando em episódios de hiperglicemia. Estudos de 2014 relatam que 382 milhões de pessoas são diabéticas no mundo e estima-se que em 2035 teremos mais de 471 milhões de diabéticos no mundo. As complicações por falta do controle glicêmico variam conforme o tempo de diagnóstico, podendo ser aguda como a cetoacidose metabólica ou crônicas como as neuropatias, nefropatias, retinopatia e cardiopatias. Os carboidratos são revertidos quase que 100% em glicose em um tempo que pode variar de 15 minutos a 2 horas, por isso influenciam diretamente na elevação da glicemia no diabético. Por outro lado, os alimentos que contém esse nutriente, também são fontes importantes de energia não podendo ser limitado da dieta, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) a menos de 130g/dia. Notoriamente, a sacarose pode ser inserida no contexto de uma dieta saudável segundo a SBD 2015 com grau de evidência A desde que haja um limite de 10% do VET e um controle glicêmico adequado. A dose de insulina deve ser ajustada conforme a dieta individualizada de cada paciente. Para os indivíduos recém diagnosticados ou até mesmo para os portadores a longo prazo da doença, a contagem de carboidratos parece ser de difícil compreensão, portanto, será elaborado um material didático para utilização ambulatorial, com o intuito de auxiliar profissionais da área de nutrição na educação nutricional do diabético, com ênfase na contagem de carboidratos. O presente trabalho terá como fundamento a elaboração de materiais físicos demonstrativos e quantitativos de alimentos, com o objetivo de auxiliar no controle glicêmico do paciente, com o apoio a partir da educação nutricional e técnicas corretas de aplicação e utilização da insulinoterapia.

**Palavras-chave:** diabetes , carboidratos, terapia nutricional.