

EXPERIÊNCIAS E DESAFIOS DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PESSOAS COM DIABETES MELLITUS

Saúde

Coordenador da atividade: Laura Cavalcanti de Farias BREHMER¹

Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC)

**Autores: Luciana Martins da ROSA;² Melissa Orlandi Honório LOCKS;³ Bruna
Pedroso CANEVER;⁴ Emanuele Pozzebon CAURIO⁵; Gabrielle Maciel de SOUZA⁶.**

Resumo

O Diabetes Mellitus é considerado um problema de saúde coletiva de grande magnitude, em todos os países. Desde o diagnóstico, exige da pessoa e de sua rede familiar e social cuidados, conhecimento e mudanças. A abordagem ao diabetes é complexa, exige o enfrentamento de desafios diários. O presente estudo tem o objetivo de relatar e refletir acerca de estratégias de educação em saúde desenvolvidas pela ação de extensão “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus”. Trata-se de um relato de experiência de uma ação de extensão universitária desenvolvida desde abril de 2016, por docentes do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina, acadêmicos e parcerias, para pessoas com Diabetes mellitus. São desenvolvidas atividades interprofissionais, de caráter coletivo com destaque para o Grupo de Educação em Saúde e a participação em eventos comunitários. Continuamente as atividades são avaliadas pelos participantes para receber um retorno sobre os temas, métodos, desenvolvimento e aplicabilidade na vida diária. Deste processo emergiu a necessidade de ampliar a capacidade de acesso às informações sobre os cuidados com o Diabetes mellitus e a saúde em geral. O desafio deste quarto ano da ação é, por meio das redes sociais, disseminar os conteúdos de modo didático, objetivo e claro, configurados em folders e/ou vídeos educativos que possam ser compartilhados e acessados permanentemente sempre que necessário. Desde a concepção da ação as atividades consolidam-se, especialmente, pautada na promoção do autocuidado, da integração de saberes e práticas, para, desta forma, atingir melhores níveis de qualidade de vida para as pessoas e famílias que convivem com a condição crônica do Diabetes mellitus.

Palavra-chave: Diabetes mellitus; Educação em Saúde; Promoção da Saúde.

¹ Laura Cavalcanti de Farias Brehmer, docente, Enfermagem.

² Luciana Martins da Rosa, docente, Enfermagem.

³ Melissa Orlandi Honório Locks, docente, Enfermagem.

⁴ Bruna Pedroso Canever, docente, Enfermagem.

⁵ Emanuele Pozzebon Caurio, aluno de graduação, Enfermagem.

⁶ Gabrielle Maciel de Souza, aluno de graduação, Enfermagem.

Introdução

O Diabetes mellitus (DM) é considerado um problema de saúde coletiva de grande magnitude, em todos os países. A Federação Internacional de Diabetes no ano de 2015 estimou que 8,8%, população mundial com 20 a 79 anos de idade (415 milhões de pessoas) vivia com diabetes. No ano de 2040, este número poderá chegar a 642 milhões de pessoas. O Brasil, no ano de 2015, ocupou o 4º lugar no *ranking* dos dez países com maior número de pessoas com diabetes no mundo (IDF, 2015).

Os fatores que contribuem são transição demográfica, epidemiológica e nutricional, estilo de vida sedentário e excesso de peso. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS) a glicemia elevada é o terceiro fator da causa de mortalidade prematura. Há outras considerações que corroboram com o alto grau de importância sobre a incidência e a prevalência do Diabetes, como o desempenho ineficaz dos sistemas de saúde, pouca conscientização entre a população e os profissionais (OMS, 2009; BEAGLEY, et al, 2014).

São complicações do Diabetes a retinopatia, a nefropatia, a neuropatia e as doença coronariana, cerebrovascular e arterial periférica (GREGG, SATTAR, ALI, 2016).

Desde o seu diagnóstico exige da pessoa e de sua rede apoio cuidados, conhecimento e mudanças. Os cuidados são diários e contínuos, basicamente incluem medicamentos, alimentação, atividade física e o acompanhamento pelos serviços de saúde.

Diferentes âmbitos do cuidado são essenciais para uma atenção integral às pessoas com Diabetes. Transversalmente está a Educação em Saúde e um espaço consolidado para o seu exercício são os grupos. Eles promovem reflexos positivos sobre a qualidade do cuidado em saúde, de modo participativo por meio das trocas de experiências. Um grupo efetivamente de educação em saúde, especialmente para a promoção do autocuidado, envolve a todos, engajados para planejar, desenvolver uma prática crítica e reflexiva de modo solidário, onde todos são atores ativos do processo (TORRES, et al, 2009).

Em três anos da ação “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus”, 2016, 2017 e 2018 foram construídas e consolidados vínculo com as pessoas que participam das atividades da ação e os profissionais de saúde envolvidos. A ação busca, continuamente manter esses vínculos os propósitos da promoção do autocuidado e da qualidade de vida para as pessoas com condição crônica de saúde.

Nesta trajetória, a ação ainda articula algumas pesquisas para conhecimento e acompanhamento das condições de saúde e das perspectivas e experiências de enfrentamento e de cuidados com o DM, aplicadas ao Grupo de Educação em Saúde. Para completar o tripé, extensão e pesquisa, a ação alia o ensino com a integração de

acadêmicos, especialmente de enfermagem e nutrição, desde o planejamento, passando pela implementação e, até a avaliação das suas atividades.

Diante deste contexto o presente estudo tem como objetivo relatar e refletir acerca de estratégias de educação em saúde desenvolvidas pela ação de extensão “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus” .

Metodologia

A ação de extensão universitária “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus” está vinculada ao Departamento de Enfermagem da UFSC e conta com o apoio do Departamento de Nutrição e do Hospital Universitário (HU) desta mesma instituição.

A ação atua em duas frentes desde a sua primeira edição, no ano de 2016, são o Grupo de Educação em Saúde e a participação em eventos comunitários.

Os encontros do Grupo de Educação em Saúde são itinerantes, ocorrem conforme a programação em locais diferentes. Podem ser em uma sala de reuniões do HU/UFSC, em salas de aula do Centro de Ciências da Saúde (CCS), Laboratório de Técnicas Dietéticas da Nutrição ou em espaços como o Horto Medicinal do HU ou no Horto Florestal nas imediações da Universidade. A periodicidade das reuniões é pactuada no início de cada ano. Os participantes são pessoas com DM tipo 1 e tipo 2. O Grupo é aberto, a participação é flutuante, há pessoas que participam desde o início, é comum chegarem novos participantes. A média, por encontro, é de dez participantes.

A programação contempla temas previamente eleitos pelos participantes, são desenvolvidas pelas docentes que integram a ação e por convidados. Conforme o foco trabalhado são necessários materiais que atendam às especificidades.

Os eventos comunitários ocorrem no Campus Universitário da UFSC, no município de Florianópolis, Santa Catarina, no Ambulatório, Área B/HU/UFSC e/ou no CCS. O público destes eventos é a comunidade acadêmica, comunidade em geral, pessoas com diabetes, familiares e interessados no tema.

Desenvolvimento e processos avaliativos

Seguindo-se o mesmo encadeamento das ideias deste texto serão apresentadas uma síntese dos resultados e discutidas as respectivas atividades elencada como destaques da ação de extensão “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus”, o ‘Grupo de Educação em Saúde’ e os ‘Eventos Comunitários’. Estas são tratadas no estudo como categorias, e

nesta perspectiva, considerou-se uma terceira categoria denominada ‘Desafios atuais da ação’ que corresponde a fase atual do andamento da ação.

Grupo de Educação em Saúde: O início do Grupo coincide com o da ação de extensão, portanto, o grupo neste ano, 2019, entrou no quarto ano da sua existência. Os encontros periódicos trataram dos seguintes assuntos, em ordem aleatória: Orientações sobre insulinoterapia, Cuidados com os pés, Novidades farmacológicas e tecnológicas no tratamento do Diabetes, Alimentação - Conversa com a nutricionista, Receitas de lanches rápidos para dietas restritivas de açúcares, Receitas de pratos para festas para dietas restritivas a açúcares, Resiliência e Diabetes, Sessão de Cinema – Entretenimento como estratégia de promoção da saúde, Plantas medicinais hipoglicemiantes, Atividade Física em academias ao ar livre, Atividade Física, bem estar para o corpo e mente, Prática de yoga e relaxamento. Neste percurso foram 23 encontros, alguns foram para planejamento e avaliação e houve temas trabalhados mais de uma vez.

As experiências com o Grupo ampliou a perspectiva da atenção em saúde para pessoas com Diabetes mellitus, para além dos aspectos clínicos, valorizando as dimensões psicossociais e culturais promovendo o autocuidado. Constroem-se vínculos entre usuários e profissionais de saúde. Autocuidado e o vínculo mobilizam, motivam e oferecem o suporte necessário para que a pessoa com Diabetes compreendam sua condição crônica de saúde. Intervenções mais efetivas dos serviços de saúde são capazes de superar as fragilidades implicadas na adesão ao tratamento (FARIA, et al, 2014).

Eventos Comunitários: Esta categoria elencou três âmbitos de abrangência, a participação nas Semanas de Ensino, Pesquisa e Extensão da UFSC - Sepex/UFSC seja no Stand com oferta de um rol de informações para cuidados de enfermagem e de nutrição com o Diabetes, no mini curso com carga horária de quatro horas cujo enfoque é para os cuidados com os pés ou na programação anual alusiva ao dia 14 de novembro, Dia Mundial do Diabetes mellitus, que visa difundir informações importantes sobre o tema.

As estratégias de educação em saúde são reconhecidas por seu potencial para o compartilhamento de informações, dúvidas e para a construção de conhecimentos que promovem o autocuidado. Estas estratégias fomentam a adesão ao tratamento, o vínculo com os serviços de saúde e a corresponsabilização (BRASIL, 2014).

Desafios atuais da ação: Neste quarto ano da ação, a partir das reflexões do Grupo de Educação em Saúde a ação assume um novo compromisso. O foco das atividades atuais é ampliar a capacidade de alcance das informações de educação em saúde para o autocuidado para pessoas com DM. Este alcance significa abranger mais pessoas nas

atividades e as estratégias escolhidas constituem-se em um novo desafio, trata-se das redes sociais, Facebook[®], Instagram[®], YouTube[®] e WhatsApp[®]. É um desafio, pois significa realizar educação em saúde a partir de ferramentas virtuais e, para tanto, deve-se atentar a aspectos como aparência interessante e linguagem escrita clara, objetiva e com alto poder de informar com o mínimo de possibilidade de interpretações equivocadas. O acesso às informações das mais variadas natureza e procedência na Internet é uma realidade presente na vida de uma parcela significativa da população mundial e, cada vez mais, atinge todas as faixas etárias. Sua utilização na vida cotidiana também possui variadas funções. O cuidado à saúde representa uma destas finalidades. Para os profissionais de saúde esta ferramenta também pode ser incorporada na sua atuação (MELO, FONSECA, VASCONCELLOS-SILVA, 2017).

A educação em saúde para o autocuidado, significa contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas. Nas experiências oriundas de ação tem-se acompanhado as transformações individuais e coletivas em proporções, ainda que não foram medidas, mas, percebidas por meio dos relatos subjetivos no sentido da compreensão sobre a condição crônica do DM e do sensibilização para o cuidado de si.

Além de impactos sobre a saúde das pessoas para as quais a ação se destina, há inegáveis contribuições para o trabalho interdisciplinar, para a educação permanente dos profissionais e para a formação acadêmica de todos os estudantes que participaram das atividades em todos os momentos, da concepção à avaliação, desenvolvendo competências e habilidades da profissão em cenários e situações reais de cuidado integral à saúde.

Considerações Finais

Desde o ano de 2016 a ação de extensão “Agir e Educar (Em)frente o Diabetes mellitus” consolida-se com suas experiências numa estratégia de cuidado para pessoas com DM sob a perspectiva da educação em saúde.

Os objetivos se renovam, ampliam e buscam constantemente aproximar-se das reais necessidades de seu público alvo para a construção de conhecimentos para a promoção do autocuidado com reflexos sobre a qualidade de vida.

Considera-se o um processo em permanente construção com o envolvimento de todos os atores que na sua trajetória tem atingido seu propósito fundamental, a oferta de uma atenção à saúde comprometida com a formação, a pesquisa e a sociedade.

Referências

BEAGLEY, Jessica et al. Global estimates of undiagnosed diabetes in adults. **Diabetes Research And Clinical Practice**, [s.l.], v. 103, n. 2, p.150-160, fev. 2014. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.diabres.2013.11.001>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica** Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CASTILHO, Alessandra de; FACÓ, Júlio Francisco Blumetti. **A divulgação científica na universidade pública: case Universidade Federal do ABC**. In: XXXIV Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação. Recife, PE: Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares de Comunicação, 2011. p. 1-15.

FARIA, Heloisa Turcatto Gimenes et al. Adherence To Diabetes Mellitus Treatments In Family Health Strategy Units. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [s.l.], v. 48, n. 2, p.257-263, abr. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0080-623420140000200009>

GREGG, Edward W; SATTAR, Naveed; ALI, Mohammed K. The changing face of diabetes complications. **The Lancet Diabetes & Endocrinology**, [s.l.], v. 4, n. 6, p.537-547, jun. 2016. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/s2213-8587\(16\)30010-9](http://dx.doi.org/10.1016/s2213-8587(16)30010-9).

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION - IDF. **Diabetes Atlas**. 7th ed. Brussels: International Diabetes Federation; 2015.

MELO, Myllena Cândida de; FONSECA, Camila Mose Ferreira da; VASCONCELLOS-SILVA, Paulo Roberto de. Internet e mídias sociais na educação em saúde: o cenário oncológico. **Cadernos do Tempo Presente**, [s.l.], n. 27, p.69-83, 10 abr. 2017. Cadernos do Tempo Presente. <http://dx.doi.org/10.33662/ctp.v0i27.7486>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Informe Mundial sobre la diabetes. [Internet]. 2016. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/204877/1/WHO_NMH_NVI_16.3_spa.pdf?ua=1

TORRES, Heloisa de Carvalho et al. Avaliação estratégica de educação em grupo e individual no programa educativo em diabetes. **Revista de Saúde Pública**, [s.l.], v. 43, n. 2, p.291-298, abr. 2009. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s0034-89102009005000001>