

PROJETO DE EXTENSÃO “ADOÇANDO A VIDA: UMA PARCERIA CONTRA O DIABETES” – RELATO DE EXPERIÊNCIA

BRAGA, Renata Maria de Nassau¹, ALVES, Priscila Martins Soares¹, ALMEIDA, Ana Clara Silva¹, CALDEIRA, Avner de Godoy¹, PRATES, Caique Fogaça¹, DIAS, Ilma Cristina Marques Rodrigues¹, TAVARES, Mariana das Graças Freire¹, CORDEIRO, Renan de Oliveira¹, JORGE, Sarah Barbosa Custódio¹, OLIVEIRA, Stefanie Marianne Silva¹, SANTOS, Victória Ferreira¹, DOS ANJOS Jamile Pereira Dias².

¹ Discentes do Centro Universitário UNIFIPMoc – Afya

² Docente do Centro Universitário UNIFIPMoc – Afya

Introdução

A Diabetes Mellitus (DM) é um distúrbio crônico do metabolismo de carboidratos, lipídios e proteínas caracterizado por quadro persistente de hiperglicemia. Ocorre devido a uma resposta secretória deficiente da insulina e/ou de uma maior resistência à ação desse hormônio, resultando em utilização inadequada dos carboidratos (glicose). Em sua evolução clínica pode apresentar sintomas gerais como poliúria, polidipsia, perda de peso, polifagia e visão turva (CECIL, 2012).

Quanto a sua etiologia, a DM pode ser classificada em Diabetes Mellitus tipo I (DM I) ou Diabetes Mellitus tipo II (DM II). A DM tipo I caracteriza-se pela destruição autoimune das células beta pancreáticas, que eventualmente leva a um estado de deficiência absoluta de insulina (BRASIL, 2013), podendo causar cetoacidose, requerendo tratamento com insulina. Já a DM tipo II, responsável por 90% dos casos, caracteriza-se por graus variáveis de deficiência e resistência à ação da insulina, surgindo, habitualmente, após os 40 anos de idade (FREITAS, 2013). Nesse caso, o tratamento medicamentoso inicial é feito com hipoglicemiantes orais, entretanto, pelo menos 30% dos pacientes futuramente requererão insulinoterapia para obter um adequado controle glicêmico. Comumente, a DM II vem associada à síndrome metabólica, levando a um risco cardiovascular aumentado (FREITAS, 2013).

A Diabetes representa uma grave problemática no campo de saúde pública, uma vez que previsões vêm sendo superadas a cada nova triagem. No ano de 2000, a estimativa global de adultos com diabetes era de 151 milhões. Já em 2020 estima-se cerca de 463 milhões de indivíduos vivendo com a doença. Além disso, 1,1 milhão de crianças e de adolescentes com menos de 20 anos apresentam diabetes mellitus tipo I (LUCAS, 2021).

No Brasil, em 2023, a prevalência chega ao 5º lugar no patamar mundial de diabetes, com 16,8 milhões de doentes adultos (20 a 79 anos), perdendo apenas para China, Índia, Estados Unidos e Paquistão. Levando em consideração os dados atuais, a estimativa da incidência da doença em 2030 está a 21,5 milhões (SBD, 2023).

Entre os principais problemas associados ao DM encontram-se as complicações crônicas micro e macro vasculares, responsáveis por aumento significativo da morbidade entre os diabéticos (risco aumentado para perda de visão, insuficiência renal em estágio terminal, amputação não traumática dos membros inferiores, infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral, entre outros) quando comparado à população não diabética, além de aumentara mortalidade duas a quatro vezes. Essa evolução indesejada da DM pode ser amenizada ou prevenida através de um diagnóstico precoce, intervenções no estilo de vida, tratamento medicamentoso adequado da doença, além da realização de ações que promovam conhecimento e autocuidado entre os diabéticos (SANTOS; FREITAS; PINTO, 2014). Assim, uma outra forma de tratar a diabetes é por meio de intervenções no estilo de vida como a transição alimentar, de forma que o paciente seja orientado por equipe multidisciplinar qualificada, associados também à prática de exercícios físicos regularmente e amplo programa de educação de pacientes e cuidadores, particularmente em caso de idosos (SANTOS; FREITAS; PINTO, 2014).

Diante do exposto, percebe-se a importância do desenvolvimento de atividades de educação em saúde para a prevenção e diagnóstico precoce da diabetes, bem como para seu controle adequado e prevenção de complicações. Assim, esse trabalho teve como objetivo descrever a experiência de atividades de extensão universitária de um grupo do terceiro período do curso de medicina do Centro Universitário FIPMoc (UNIFIPMoc) – Afya no âmbito da promoção e do controle da Diabetes Mellitus, visando a participação social no desenvolvimento da saúde coletiva, bem como a prevenção de suas complicações, por meio da realização de ações de rastreio e de educação em saúde, que objetivaram sensibilizar e favorecer a participação social no fomento da saúde coletiva.

Material e Métodos

Trata-se de um relato de experiência estruturado a partir de intervenções de educação em saúde realizadas como prática da disciplina 'Práticas Interdisciplinares de Extensão, Ensino e Pesquisa - PIEPE', do curso de graduação em medicina da UNIFIPMoc-Afya. O projeto de extensão: “Adoçando a vida: uma parceria contra a diabetes”, aconteceu na Estratégia de Saúde da Família (ESF) Jade, localizada na rua Carlos Câmara, 217 no bairro Vila Guilhermina em Montes Claros no mês de Maio de 2023. Todas as reuniões foram realizadas na UBS e houve sorteio de brindes aos participantes em todos os encontros. A população alvo da ação foram os moradores dos bairros Vila Guilhermina, Santo Expedito e Cidade Nova (Montes Claros, MG), que fazem parte da área de abrangência da ESF Jade e são portadores de Diabetes Mellitus. A escolha do público baseou-se na possibilidade de melhorar a

qualidade de vida e longevidade dos diabéticos que estão sob os cuidados da ESF Jade. Os pacientes diabéticos da referida ESF foram convidados através de convite online enviado por Whatsapp pelos Agentes Comunitários de Saúde. A partir disto, o projeto se desenvolveu em quatro encontros. O primeiro dia de ação ocorreu em 10 de maio de 2023, no turno vespertino, em que foi feita a apresentação do projeto aos participantes além da identificação e cadastro dos indivíduos que participaram da ação. No segundo dia, 24/05/2023, também no turno vespertino, foi realizada a avaliação do pé diabético com estesiometro, além de dinâmica interativa e informativa sobre mitos e verdades relacionadas à DM. O terceiro dia de projeto, 27/05/2023, foi numa manhã de sábado, em que foram realizadas medidas de glicemia capilar, avaliação da retina dos participantes, com apoio da equipe do Hospital da Visão do Norte de Minas e administração da vacina Pneumo 23. Além disso, foram realizadas ainda dinâmicas, momentos de meditação, oração e atividade física. No quarto e último dia de projeto, 30/05/2023, terça-feira, no turno matutino, participantes foram contemplados com um plano de cuidados individual confeccionado a partir das avaliações realizadas durante os outros dias do projeto e, por fim, uma palestra com uma endocrinologista especialista em diabetes encerrou o evento. Todas as intervenções objetivaram construir conhecimento e despertar o sentimento de autocuidado entre os pacientes que vivem com diabetes.

Desenvolvimento

A partir da consolidação dos dados coletado por meio do projeto, percebe-se uma maior reflexão dos acadêmicos de medicina sobre a importância da construção do conhecimento através de ações realizadas dentro da comunidade. O projeto “Adoçando a vida: uma parceria contra a diabetes” permitiu um aprofundamento nas questões de acolhimento, construção de conhecimentos, promoção, prevenção e autocuidado em saúde. Através de quatro dias de atividades na Unidade de Saúde, foi possível construir novos conhecimentos e tirar as dúvidas dos pacientes geradas durante as atividades.

No primeiro encontro foi realizado o preenchimento das fichas dos pacientes diabéticos presentes no dia, sendo realizada por meio de uma anamnese direcionada para as pessoas com essa comorbidade, a fim de ter um maior conhecimento sobre quais eram as maiores necessidades de cada um, além de realizar a pesagem e medida da altura e da circunferência abdominal, e posteriormente calcular o IMC individual. Concomitantemente, foi feita uma dinâmica entre os pacientes que estavam esperando para serem atendidos; essa atividade deu-se por meio de músicas, além de perguntas sobre mitos e verdades a respeito da diabetes, a fim de avaliar o conhecimento dos participantes e tirar as dúvidas que surgissem. No final, houve um sorteio que premiou a pessoa que teve o menor valor de glicemia capilar avaliada no momento da ação.

No segundo dia, o foco foi o pé diabético, tópico muito prevalente entre as pessoas que possuem essa comorbidade, tendo sido observada grande desinformação a respeito da importância dos cuidados com o pé para prevenir essa complicação. Diante de tal demanda, criou-se, exclusivamente para essa ação, uma ficha voltada para a avaliação neuronal e motora do pé de cada paciente, feita através de testes de sensibilidade vibratória, tátil, dolorosa e térmica, além do exame a procura de alterações dermatológicas, como úlceras, dermatites e fissuras. Também foi de grande relevância os questionamentos realizados aos pacientes acerca de incômodos e queixas percebidas anteriormente nos pés, para, assim, poder classificar com maior precisão a neuropatia, caso presente, e orientar da melhor maneira possível os cuidados necessários para prevenção do pé diabético. Enquanto eram realizadas as avaliações dos pés, na sala de espera os acadêmicos entregaram para os demais participantes que esperavam um caça palavras e palavras cruzadas, a fim de gerar entretenimento entre eles. Para finalizar o dia, realizaram-se dois sorteios, sendo o primeiro de uma cesta de frutas patrocinada pelo Sacolão Monte Sinai, e o segundo, um creme hidratante Cerave, indicado para prevenir ressecamentos dos pés.

No terceiro encontro, o tema central foi a retinopatia diabética, complicação gerada pela diabetes não controlada, podendo causar cegueira nos casos mais graves. Foram realizados exames oftalmológicos que avaliam alteração na retina do paciente, por meio da parceria com o Dr. Eduardo Avelino Jota e o Hospital da Visão do norte de Minas. Posteriormente os diabéticos foram direcionados para receber a vacina Pneumo 23, sendo muito importante para prevenção de complicações de saúde nessa população. Por fim, realizou-se o sorteio de um teraband para o ganhador exercitar-se.

O quarto dia foi voltado para dar um retorno aos pacientes sobre os dados colhidos durante os encontros anteriores. Sendo assim, um plano de cuidados com orientações foi formulado para cada paciente, de acordo com as necessidades identificadas e entregue individualmente, explicando cada tópico e sanando as dúvidas surgidas. Também houve uma mesa redonda com a Dra. Suelen Cordeiro Assunção, endocrinologista especialista em diabetes, contemplando os aspectos mais importantes sobre a diabetes, como os alimentos que podem ou não ser ingeridos, a forma correta de armazenar a insulina, entre outros. Além disso, uma acadêmica do curso de fisioterapia, Anna Lúcia Barcala Jorge Araújo, promoveu uma dinâmica que incluiu exercícios leves e efetivos para os diabéticos, sendo essenciais para promover o bem-estar dessa população. Para finalizar, foi realizado um sorteio de uma mensalidade na academia Fulltime, fornecida pelo grupo Gogirls. Esse projeto extensionista proporcionou experiências de educação em saúde nos diversos níveis de complexidade, abrangendo todos os níveis de atenção à saúde.

Este projeto extensionista proporcionou experiências de educação em saúde nos diversos níveis de complexidade, abrangendo todos os níveis de atenção à saúde.

Resultados

Durante o projeto foram acompanhados 18 pacientes cuja idade variou entre 40 e 72 anos, predominando os maiores de 60 anos. Treze participantes apresentavam também hipertensão arterial sistêmica (HAS), cinco usavam insulina e sete, glifage. Dez pacientes tinham alterações nos pés na inspeção e cinco apresentaram sensibilidade protetora plantar alterada. Seis diabéticos encontravam-se com IMC acima de 30kg/m² e dois tinham a circulação comprometida, conforme Índice Tornozelo Braquial (ITB), além de 14 possuírem alguma alteração ocular. Sete pessoas estavam com glicemia elevada durante medição da glicemia capilar no terceiro encontro, e três estavam com pressão elevada.

Conclusão

As ações desenvolvidas permitiram a compreensão da importância das atividades de educação em saúde para a prevenção e promoção em saúde. Além disso, possibilitaram o entendimento da importância da interação e participação dos pacientes na construção dos cuidados relacionados à diabetes. Assim, percebeu-se como bastante positiva a participação da população nas atividades coletivas desenvolvidas, com importante troca de conhecimento entre os participantes e destes com os acadêmicos. Diante dos resultados obtidos compreende-se como alcançado o objetivo das ações intervencionistas realizadas, observando-se uma maior sensibilização e

preocupação dos participantes quanto ao autocuidado como forma de controlar e prevenir as complicações relacionadas ao diabetes. Por fim, conclui-se que a metodologia do projeto de extensão possibilita grande aprendizagem acadêmica, além de ser capaz de modificar positivamente a realidade dos pacientes com diabetes.

Agradecimentos

Os autores agradecem à UNIFIPMoc – Afya, à toda equipe da ESF Jade, aos pacientes que tanto contribuíram para a realização e engrandecimento desde projeto, ao Dr. Eduardo Avelino Jota e a equipe do Hospital da visão no norte de Minas, à empresa BanaBrazil, Sacolão Monte Sinai, à clínica Reabilitar, ao grupo Gogirls, loja Criar, à Dra. Suelen Cordeiro Assunção e à acadêmica de fisioterapia Anna Lúcia Barcala Jorge Araújo que contribuíram direta ou indiretamente para abrilhantar ainda mais este projeto.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRÊTAS, José Roberto da Silva; PEREIRA, Sônia Regina. **Projeto de extensão universitária: um espaço para formação profissional e promoção da saúde**. Trabalho, educação e saúde, v. 5, p. 367-380, 2007.

FREITAS, Elizabete Viana de; et al. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3ª edição – Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013.

GOLDMAN, Lee; AUSIELLO, Dennis. Cecil **Medicina Interna**. 24. ed. Saunders Elsevier, 2012.

LUCAS, Dinis Manuel Amaro Bernardo. **Governança na diabetes: conceitos, princípios, estratégias e recomendações**. 2021. Tese de Doutorado.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES - SBD. **Tipos de Diabetes**. Disponível em: <https://diabetes.org.br/tipos-de-diabetes/>. Acesso em 17 mar 2023.

SANTOS, M. S. dos; FREITAS, M. N.; PINTO, F. O. **Diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2 e sua evolução no município de Quissamã-RJ**. - Revista Científica Interdisciplinar. V. 1, n. 1, 2014. Disponível em: <revista.svroot.com/linkscienceplace/index.php/linkscienceplace/article/view/17/12>. Acesso em: 17 mar 2023.