

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

LETRAMENTO EM SAÚDE EM INDIVÍDUOS COM DIABETES MELLITUS TIPO

II

LUCAS DE SÁ CARVALHO¹; LARISSA DE SOUSA MIRANDA²; TALLES DAVI DE
VALENÇA MOURA SOARES DOS ANJOS³; DÉBORA GONÇALVES DE
OLIVEIRA⁴; SHEILA ELKE ARAÚJO NUNES⁵

^{1,2,3,4} Acadêmico de Medicina. Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão.
Centro de Ciências da Saúde - CCS. Rua Godofredo Viana, 1300 - Centro, Imperatriz - MA,
65900-000.

⁵ Orientadora. Professora Adjunta. Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão—
Centro de Ciências Exatas, Naturais e Tecnológica CCENT - Rua Godofredo Viana, 1300 -
Centro, Imperatriz - MA, 65900-000.

RESUMO

A diabetes é uma doença crônica com elevada morbidade e mortalidade, especialmente a diabetes *mellitus* tipo II, portadores de diabetes *mellitus* demandam de nuances específicos, desde mudanças no estilo de vida e comportamento, monitorização de taxas glicêmicas e tratamentos, por vezes, complexos, tais fatores em conjunto são indispensáveis para uma melhora significativa na qualidade de vida desses pacientes, estratégias especiais devem ser tomadas, entre elas o letramento funcional em saúde. Na abordagem do letramento são encontrados diversos entraves ao enfrentamento da DM2, a exemplo das condições socioeconômicas e na dificuldade em contornar hábitos não saudáveis em saudáveis, o que afeta, não apenas a qualidade de vida do portador, assim como sobrecarrega os recursos humanos e financeiros do sistema de saúde. Ademais, determinados aspectos devem ser analisados, como a dificuldade em entender o assunto, não raro, aparece de forma muito tecnicista para muitos pacientes, acredita-se que é indispensável a capacidade de interpretação das informações em saúde que são passadas pelos médicos e enfermeiros para o bem-estar das pessoas acometidas pela patologia, já que no letramento houve entraves no que tange ao entendimento de informações básicas de sua condição de saúde. A importância do letramento consiste que o paciente com a presente condição de diabetes *mellitus* tipo 2 (DM2) consiga ter cuidados de forma autônoma, a exemplo da compreensão das informações repassadas pelos profissionais da saúde, sanar dificuldade nos horários em que deve ser feito uso de cada medicação, bem como as bulas e receitas dos remédios em questão, conseguindo balancear sua dieta para que não possa agravar sua condição, considerando também seu estrato socioeconômico, uma vez que, também, restringe um vasto cardápio de alimentos que, infelizmente, acaba ficando de fora de sua alimentação. O letramento em saúde também é indispensável para mudança no estilo de vida, no que diz respeito a alterações no padrão

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

dietético desregulado e a realização de exercícios físicos, sejam musculação ou práticas aeróbicas.

PALAVRAS-CHAVE: Doenças crônicas; Prevenção; Intervenção;

INTRODUÇÃO

A diabetes *mellitus* do tipo II (DM2) propicia alterações cardiovasculares, as quais favorecem a elevação de quadros de agravo à saúde dessa fatia demográfica. Além disso, diversas causas podem ser analisadas para esse quadro patológico, a exemplo de fatores hereditários, episódios ambientais anteriores, sendo a resistência à insulina como fator desencadeante mais evidente. Tal condição em saúde apresenta fatores socioeconômicos de forma direta e indiretamente, tanto para o portador quanto para o seio social, com ênfase quando não estabilizada, uma vez que prejudica o estado biopsicossocial do indivíduo, o que repercute em diversas áreas da sua vida. O aumento das doenças crônicas no Brasil, especialmente a DM2, deve servir como alerta para reformulações nos serviços de saúde disponíveis, adotando novos artifícios para minimizar a elevação desses números. (Malta et al., 2022)

Outrossim, é de extrema importância traçar o perfil de pessoas acometidas pela DM2 no intuito da obtenção do perfil epidemiológico, como também para intervenções em saúde para esses portadores. Assim, uma das estratégias para a obtenção de dados são questionários aplicados diretamente para esse público, a fim da obtenção dos aspectos socioeconômicos e demográficos daquele contingente demográfico, na qual é desenvolvida uma entrevista para essa finalidade. (Marques et al., 2011)

Ademais, as recomendações terapêuticas para o controle da DM2 se fundamentam no entendimento da sua doença, na adequação dos horários dos fármacos a rotina individual de cada pessoa, especialmente realizando um plano terapêutico individualizado para cada paciente. Além disso, recomendar a avaliação nutricional com um profissional especialista na área, a exemplo do nutricionista, os mais carentes podem fazer uma consulta de forma gratuita nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), o apoio nutricional vai ser relevante no planejamento de uma reeducação alimentar específica para cada tratamento, já que alimentação em consonância com a prática regular de exercícios físicos promovem uma vida saudável, além da prevenção de complicações agudas e crônicas. (Lyra et al., 2006)

Desse modo, o letramento funcional em saúde contribui para a redução das doenças

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

crônicas, especialmente a DM2, já que é feito a associação com o controle glicêmico dos pacientes, orientando-os sobre os riscos, complicações, tratamento medicamentoso e até mesmo o não medicamentoso.

O letramento em saúde faz com que os indivíduos tenham uma visão mais ampliada da própria condição, o que afeta de forma significativa os indicadores de saúde, repercutindo na otimização da atenção primária, além de não sobrecarregar os sistemas de média e alta complexidade, seguindo os critérios de hierarquia do SUS. Também, é possível avaliar quesitos que afetam diretamente o presente tema, correlacionando com seu nível de escolaridade, gênero, vulnerabilidade socioeconômica e demográfica, hábitos de vida, destacando o tabagismo e o etilismo. Tais fatores facilitam intervenções em saúde, além de colaborar com ações governamentais, dessa maneira, contribui para um direcionamento eficaz de práticas, intervenções e elaboração de novos projetos e estudos (Passamai et al., 2012).

METODOLOGIA

O projeto consiste em um letramento funcional em saúde, com ênfase em pacientes diabéticos. No projeto seria realizado questionários em pacientes diabéticos tipo II, a partir de ações em saúde, feitas na própria Unidade Básica de Saúde (UBS), supervisionadas pela preceptoria médica ou de enfermagem em conjunto com os Agentes Comunitários de Saúde (ACS), também sendo feito visitas domiciliares, principalmente nos pacientes que estavam incapacitados de frequentarem as ações. O critério de inclusão abrangeu pacientes cadastrados na unidade de saúde que, por meio da assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido) decidiram participar da pesquisa. O questionário aplicado consistiu em informações básicas dos indivíduos, relacionando o tempo em que se tem o diagnóstico da diabetes, assim como outras informações que impactam na presente patologia, como hábitos de vida no geral, ressaltando a alimentação e a prática de exercícios físicos. Ademais, foi interrogado em ao indivíduo sua relação com o tabaco e/ou álcool. No questionário, obtivemos informações sobre acompanhamento nutricional, aferições de glicemia, em relação aos medicamentos usados e a dificuldade em seguir os horários e no entendimento geral do diabetes, bem como suas complicações. O letramento inclui a comunidade como um todo, assim como instituições de ensino, ultrapassando as fronteiras das unidades de saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

A partir da análise dos questionários aplicados foi possível perceber que as respostas foram bastante similares em algumas perguntas, o que chamou atenção, principalmente pelo fato dos entrevistados estarem distribuídos em áreas diferentes da cidade de Imperatriz (Unidade Básica de Saúde Nova Imperatriz e Unidade Básica de Saúde Vila Cafeteira).

Dentre os 25 entrevistados, como observa-se na Tabela 1, há maior prevalência de mulheres na pesquisa e a grande maioria possui uma renda de até 1 salário mínimo. Nota-se uma diversidade no nível de escolaridade dos participantes, sendo que a maior parte deles possui o diagnóstico de Diabetes Mellitus tipo 2 (DM 2) há mais de 10 anos. 24 dos entrevistados não são tabagistas e 23 deles não são etilistas. Ao serem perguntados se entendiam de forma clara a diabetes, 17 pessoas das 25 responderam que não.

Em relação ao questionamento de se eles sentiam que tinham a necessidade de obter mais informações sobre a DM2, 23 indivíduos disseram que sim. Quanto a se tinham dificuldade de entender as orientações dadas pelo médico, 15 cidadãos tiveram uma resposta positiva e 10 negaram tal dificuldade. Quando questionados se possuíam dificuldade em controlar o horário da tomada dos medicamentos, 10 deles afirmaram que sim, enquanto 15 afirmaram que não.

Além disso, em relação a se deixavam de seguir recomendações relacionadas à dieta ou prática de exercícios físicos por não as entender muito bem, 13 disseram que sim e 12 disseram que não. Por fim, foi questionado se os entrevistados deixavam de realizar alguma orientação médica por achar que não é importante para melhorar a condição de saúde que possuem e 20 pessoas deram respostas negativas, enquanto 5 deram respostas positivas.

Tabela 1: Distribuição de respostas às perguntas do questionário sobre DM 2.

Perguntas		Número de Respostas
Sexo:	Feminino	19
	Masculino	6
Renda:	Até 1 salário mínimo	19
	2 a 3 salários mínimos	6
	3 a 4 salários mínimos	0
	5 a 15 salários mínimos	0
Escolaridade:	Não Alfabetizados	7
	Ensino fundamental I incompleto	4
	Ensino fundamental I completo	5
	Ensino fundamental II incompleto	3
	Ensino fundamental II completo	4
	2º Grau incompleto	1

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

	2º Grau completo	1
	Ensino superior incompleto	0
	Ensino superior completo	0
	Pós graduação completa	0
	Pós graduação incompleta	0
Há quanto tempo tem o diagnóstico de DM 2?	Mais que 10 anos	17
	Entre 5 e 10 anos	5
	Menos que 5 anos	3
É tabagista?	Sim	1
	Não	24
É etilista?	Sim	2
	Não	23
Entende de forma clara a diabetes?	Sim	8
	Não	17
Tem necessidade de obter mais informações sobre a diabetes?	Sim	23
	Não	2
Tem dificuldade em entender as orientações dadas pelo médico?	Sim	15
	Não	10
Tem dificuldade em controlar os horários dos medicamentos que utiliza?	Sim	10
	Não	15
Deixa de seguir recomendações de dieta ou prática de exercícios físicos por não as entender?	Sim	13
	Não	12
Deixa de realizar alguma orientação médica por achar que não é importante?	Sim	5
	Não	20

Fonte: Elaborado pelos autores (2023) .

É notório que muitos pacientes desconhecem os sintomas, os fatores de riscos e os sinais de complicações da Diabetes Mellitus e, por isso, nos últimos anos se passou a discutir que essa compreensão vai além da escolarização formal e passa também pelo letramento em saúde do indivíduo (Sampaio, 2015; Baker et al., 1999). Dessa forma, seguindo o que há na literatura e a partir da análise das respostas coletadas no questionário explicitado na Tabela 1, foram organizadas ações de letramento em saúde a fim de esclarecer possíveis dúvidas dos portadores de Diabetes Mellitus tipo 2, orientá-los quanto aos medicamentos que eles utilizam e também ajudar os indivíduos que, pela falta de alfabetização, não conseguem seguir de forma correta os horários de utilização dos fármacos prescritos pelo médico para controle da DM 2.

Logo, no dia 15 de junho de 2023, foi realizado um Hiperdia pela UBS Vila Cafeteira com a equipe João Castelo, no qual os indivíduos diabéticos atendidos pela equipe – e parte do

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

público entrevistado para a pesquisa – foi convidado a comparecer. Esta ação contou com atendimento multiprofissional: médica, enfermeira, nutricionista, educador físico e agentes comunitários de saúde. De forma conjunta, profissionais e alunos realizaram atendimentos e esclareceram dúvidas, bem como também ocorreu a distribuição de folders (Figura 1) aos pacientes. Nos folders continham informações sobre o que é diabetes, recomendações de alimentos e práticas de exercícios físicos para portadores de DM 2, além de explicações sobre as complicações mais frequentes na DM 2 descompensada.

Figura 1: Folder sobre diabetes.



Fonte: Autor (2023)

Um aspecto que é descrito na literatura e que possui influência no letramento em saúde é a idade. Com o avanço de faixa etária tem-se um declínio na função cognitiva e memória e também há uma maior dificuldade de interpretação e memorização de informações médicas (Gazmararian et al., 2006).

Por isso, além de realizar orientações com o público portador de DM 2, também se sentiu a necessidade de atuar na prevenção dessa patologia crônica em indivíduos mais jovens. Optou-se assim pela realização de ações em escolas. A instituição de escolha foi o Centro Educacional Graça Aranha.

A turma escolhida para a educação em saúde cursa o 1º ano do ensino médio e a ação foi realizada no dia 6 de outubro de 2023. O tipo de ação escolhida foi uma palestra que tinha o intuito de explicar o que é letramento em saúde, a sua importância e também para levar informações básicas e essenciais sobre diabetes ao público mais jovem, a fim de informá-los e ajudar a prevenir que eles se tornem adultos com tal patologia. Ao final, reservou-se um tempo para tirar as dúvidas dos alunos em relação ao tema foco da palestra.

VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

Assim, o letramento em saúde tanto com os pacientes mais velhos portadores de DM 2 quanto com os adolescentes saudáveis mostrou-se eficaz em elucidar questionamentos e auxiliar em impasses a respeito desta doença crônica não transmissível.

CONCLUSÕES

O projeto de extensão “Letramento em Saúde em Indivíduos com Diabetes Mellitus tipo 2” possibilita que indivíduos inseridos em diferentes realidades econômicas e intelectuais possam ter um maior conhecimento sobre a doença crônica da qual são portadores. Tal conhecimento os auxilia em uma maior efetividade em seus tratamentos, possibilitando que possíveis complicações da DM 2 sejam evitadas e também que o acompanhamento, principalmente o oferecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS), tenha uma maior eficácia.

A vivência do projeto demonstra ainda uma fragilidade dos profissionais do SUS em esclarecer dúvidas comuns que os pacientes possuem. Portanto, o letramento tem sua importância reafirmada, pois a partir dele essa fragilidade pode ser amenizada.

Ademais, vale ressaltar ainda, que o letramento em saúde, quando realizado de forma precoce em indivíduos mais jovens, pode ajudar na prevenção do aparecimento de doenças crônicas não transmissíveis como a DM 2 e, por consequência, auxiliar a diminuir a demanda do SUS em relação a esses tipos de patologias, demonstrando a importância da vigência deste projeto.

APOIO FINANCEIRO

A Universidade Estadual da Região Tocantina do Maranhão – UEMASUL disponibilizou a bolsa ao acadêmico Lucas de Sá Carvalho durante os meses referentes ao projeto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Baker DW, Williams MV, Parker RM, Gazmararian JA, Nurss J. Development of a brief test to measure functional health literacy. *Patient Educ Couns* 1999; 38(1):33-42.

Gazmararian JA, Kripalani S, Miller MJ, Eght KV, Ren J, Rask K. Factors Associated with Medication Refill Adherence in Cardiovascular related Diseases: A Focus on Health Literacy. *J Gen Intern Med* 2006; 21(12):1215-1221.

Sampaio, Helena Alves de Carvalho et al. Letramento em saúde de diabéticos tipo 2: fatores associados e controle glicêmico. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 865-874, 2015. Acesso



VI Semana Acadêmica de Pesquisa, Inovação e Extensão da UEMASUL
07 a 11 de novembro de 2023- Imperatriz-MA

em: 29 dezembro 2022.

Malta, Deborah Carvalho et al., Diabetes autorreferido e fatores associados na população adulta brasileira: Pesquisa Nacional de Saúde, 2019. **Ciência & Saúde Coletiva**, 27(7):2643-2653, 2022. DOI: 10.1590/1413-81232022277.02572022

Passamai, Maria da Penha Baião et al., Letramento funcional em saúde: reflexões e conceitos sobre seu impacto na interação entre usuários, profissionais e sistema de saúde. **COMUNICAÇÃO SAÚDE EDUCAÇÃO** v.16, n.41, p.301-14, abr./jun. 2012. <https://doi.org/10.1590/S1414-32832012005000027>

Marques, Suzana Raquel Lopes et al., Letramento em saúde e autopercepção de saúde em adultos usuários da atenção primária. 2018;30(2):e20170127 DOI: 10.1590/2317-1782/20182017127

Lyra, Ruy et al., Prevenção do diabetes mellitus tipo 2. **Arq Bras Endocrinol Metab** vol 50 nº 2 **Abril 2006**. <https://doi.org/10.1590/S0004-27302006000200010>