

AUTOCUIDADO NUTRICIONAL, CLÍNICO E DO ESTILO DE VIDA EM POPULAÇÃO BRASILEIRA COM DIABETES 2: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Congresso Online de Nutrição Clínica Avançada, 1^a edição, de 05/07/2021 a 08/07/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-42-5

SOARES; THAYMARA GARCIA ¹, LEITE; LUISA HELENA MAIA ²

RESUMO

Um dos aspectos mais desafiadores do tratamento do DM, de qualquer tipo, é a adesão às recomendações efetuadas pelos profissionais de saúde. Para promover a adesão terapêutica, uma das abordagens educativas mais indicadas têm sido aquela centrada no autocuidado, ou seja, no uso de estratégias educativas que favoreçam a participação do indivíduo no seu tratamento. A avaliação da adesão aos medicamentos, a realização de medidas de automonitorização da glicose, o controle da qualidade alimentar e a prática de atividade física são os pilares do autocuidado no diabetes e da prevenção de suas complicações. Este estudo se propôs a avaliar a adesão às práticas de autocuidado nutricional, clínico e do estilo de vida em população brasileira com diabetes tipo 2 e a analisar se a maior frequência de automonitorização da glicose foi relacionada com melhor qualidade da dieta. Utilizou-se como método, a realização de uma revisão sistemática da literatura científica, onde se buscou publicações brasileiras, em população adulta, acima de 18 anos com diabetes tipo 2 que tenham usado em suas coletas de dados o questionário de autocuidado no diabetes validado para população brasileira por Michelis et al (2010). Este questionário avalia a adesão a seis dimensões de autocuidado nos últimos sete dias, são eles: alimentação geral; alimentação específica; atividade física; monitorização da glicemia; medicações; cuidado com os pés. Foram identificados 22 estudos que atendiam aos critérios de seleção, envolvendo 2590 indivíduos de diferentes estados brasileiros (São Paulo; Rio de Janeiro; Minas Gerais; Santa Catarina; Pernambuco; Maranhão; Sergipe; Goiás). A idade média dos indivíduos foi de $60,0 \pm 4,5$ anos, duração do diabetes de $10,3 \pm 4,3$ anos, glicose de jejum $163 \pm 16,2$ mg/dl e hemoglobina A1C $8,5 \pm 1,6$ %. A adesão semanal média à prescrição alimentar foi de $3,5 \pm 1,2$ dias/semana, observada em 60,0% da população estudada. Para os itens nutricionais, observou-se o elevado consumo de alimentos com alto teor de gordura (63,0%) e açúcares (40,0%). A maioria não fazia a automonitorização da glicose numa base regular (68,1%) e 81,0% eram sedentários. A automonitorização da glicose ≥ 3 vezes/semana não resultou em melhor qualidade da dieta. Houve uma tendência entre aqueles indivíduos que realizam o AMGC mais frequentemente (≥ 3 vezes/semana) para um maior consumo de vegetais e prática de exercícios, porém não significativo. De outra parte, pode-se verificar que não houve impacto positivo na redução do consumo de gorduras e açúcares, demonstrando que o benefício do AMGC não foi empregado para guiar as escolhas alimentares necessárias para o bom controle metabólico do DM. O estudo mostrou em uma amostra de diabéticos tipo 2 de diferentes estados brasileiros, insatisfatória adesão às atividades de autocontrole nutricional, clínico e do estilo de vida. A automonitorização da glicose não foi usada como apoio para melhorar a qualidade da dieta. Há necessidade de educação nutricional focada no autocuidado.

PALAVRAS-CHAVE: Diabetes mellitus, Autocuidado, Educacao em saude, Nutricao, Educacao Nutricional

¹ UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO, garthaymara@gmail.com

² UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO DE JANEIRO, luisamaia@uol.com.br