

EDUCAÇÃO ALIMENTAR E DIABETES - EDICAO 2019

Coordenador: JUSSARA CARNEVALE DE ALMEIDA

O diabetes melito (DM) pertence a um grupo heterogêneo de distúrbios metabólicos que apresentam em comum a hiperglicemia sustentada. Quando não controlado, ou seja, quando a hemoglobina glicada está fora do alvo terapêutico preconizado pode provocar alterações micro e macrovasculares no organismo. Neste sentido, obter e manter bom controle glicêmico é alvo do tratamento. Modificações no estilo de vida (alimentação saudável, atividade física), medicamentos específicos (antidiabéticos orais e/ou insulina) e educação para o autocuidado são os componentes do tratamento do diabetes. Diferentes estratégias de educação alimentar para pacientes com diabetes podem ser adotadas, como grupos de educação alimentar e atendimento individualizado para pacientes com diabetes descompensado. Os grupos são espaços onde pode se desenvolver uma escuta para as necessidades das pessoas, dos seus problemas e vivências e onde a informação circula entre a experiência técnica dos profissionais e a vivência dos participantes, buscando soluções em conjunto. O atendimento individualizado contempla avaliação, diagnósticos em nutrição, orientação e acompanhamento nutricional, conforme condições clínicas, necessidades nutricionais e hábitos alimentares de cada paciente. Objetivos do programa: Oferecer grupos de educação alimentar para pacientes com diabetes e atendimento individualizado para pacientes com diabetes descompensado; oferecer espaço de aprendizagem para a educação profissional para alunos de graduação e nutricionistas da pós-graduação. No grupo, pacientes participam de dois encontros com dinâmicas que abordam diferentes temas (compras e prato saudável). A partir destas dinâmicas e de acordo com os aspectos individuais de cada paciente, como hemoglobina glicada fora do alvo e presença de complicações do diabetes, o paciente pode ser encaminhado para atendimento ambulatorial individualizado. No ambulatório, utilizamos uma abordagem de aconselhamento nutricional para mudanças de estilo de vida necessárias para obtenção dos alvos terapêuticos preconizados. No primeiro semestre de 2019, iniciamos a oferta dos grupos para pacientes com diabetes tipo 2 (15 encontros ocorreram). Cerca de 158 pacientes foram encaminhados pela equipe médica ou de enfermagem para o grupo de educação em nutrição. Neste período, 117 pacientes (76%) com DM tipo 2 compareceram aos encontros. Após participação em dois encontros, 31 pacientes (26%) foram encaminhados para acompanhamento individual em ambulatório. No período de um ano (segundo semestre de 2018 e primeiro semestre de 2019) foram

realizados 317 atendimentos de pacientes ($HbA1c=9,1\pm 1,8\%$), sendo que 95% dos pacientes apresentavam excesso de peso. Nesse período, 22 pacientes foram re-encaminhados para a unidade básica de saúde por bom controle glicêmico e 6 pacientes foram encaminhados para outras especialidades da nutrição no HCPA. Alunos de graduação e pós graduação participaram das atividades.