

GRUPO DE APOIO PARA USUÁRIOS DIABÉTICOS INSULINODEPENDENTES: UMA ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE

Ana Claudia Pereira Wognski¹
Clarissa Gisbert Nicoletti Aliski²

Introdução: O Diabetes é uma doença crônica que acomete grande número de pessoas em todo o mundo. Seu tratamento requer, além da terapia medicamentosa, alterações no estilo de vida, com ênfase na adoção de hábitos alimentares saudáveis e prática de atividade física. A educação em saúde, com foco no autocuidado, é um aspecto importante do tratamento direcionado aos pacientes diabéticos. Desta forma, destaca-se a importância dos grupos educativos que considerem os aspectos comportamentais relacionados à doença, com o intuito de construir conhecimentos e atitudes que possibilitem ao indivíduo a adoção de práticas de vida saudáveis.

Objetivo: Relatar a experiência da formação de um grupo de apoio multidisciplinar para indivíduos diabéticos acompanhados por uma Unidade de Saúde de Curitiba/PR.

Método: O trabalho apresenta o relato de experiência de um grupo multidisciplinar voltado para pacientes diabéticos, desenvolvido na Atenção Básica de Saúde. Os participantes do grupo foram selecionados a partir da listagem de hemoglobina glicada dos pacientes acompanhados pela Unidade de Saúde, com os seguintes critérios de inclusão: hemoglobina glicada (HbA1C) igual ou maior que 9,0 e fazer uso de insulina. O grupo foi planejado pela nutricionista, psicóloga e farmacêutica da Unidade de Saúde e realizados em quatro encontros, que ocorreram uma vez no mês, com duração de uma hora. Durante os encontros foram realizadas práticas educativas, onde foram abordados temas diversos relacionados a promoção da saúde, tais como: informações sobre diabetes; importância do autocuidado; alimentação saudável; armazenamento e técnica de aplicação de insulina; cuidados com o glicosímetro e horários de verificação da glicemia e ansiedade.

Resultado e discussão: O grupo teve a participação de sete pessoas ao longo dos quatro encontros. A maioria dos participantes era do sexo feminino (n=6), com mais de 60 anos (n=6). A hemoglobina glicada média foi de 11,13%, variando de 9,0% a 14,6%. Durante o desenvolvimento das temáticas pode-se observar o desconhecimento dos participantes em

¹ Residência em Nutrição Programa Saúde da Família, Secretária Municipal de Saúde de Curitiba, Paraná, Brasil. E-mail: ana.wognski@hotmail.com.

² Secretaria Municipal de Saúde de Curitiba, Paraná, Brasil.

relação à aplicação e armazenamento da insulina e sobre alimentação e nutrição. Os participantes demonstraram interesse, compreensão e senso crítico sobre as temáticas abordadas, sendo evidenciados pelos questionamentos e trocas de experiências ao decorrer dos encontros. Observou-se benefícios sobre a adoção de práticas alimentares saudáveis, por meio de relatos de redução de alimentos ultraprocessados, alimentos que continham açúcares, assim como aumento do consumo de água e alimentos fontes de fibras, vitaminas e minerais. A equipe preocupou-se em realizar as abordagens de forma clara, facilitando o entendimento dos participantes, pois a compreensão da sua doença e a conscientização das dificuldades de manejo, facilitam as mudanças no estilo de vida e estimulam o autocuidado.

Conclusão: A criação do grupo multiprofissional é uma estratégia de promoção da saúde e do autocuidado. Os encontros em grupo são espaços de acolhimento e troca de experiência entre os participantes — o que forma uma rede de apoio durante o tratamento.