

Conhecimento e Diversidade: Caminhos para novas descobertas

Diabetes Mellitus: Identificação da necessidade de uma alimentação saudável pelo acadêmico de Enfermagem

Bruna Zanoti da Silva Carvalho¹
Marcella Pereira Nicolau¹
Mariane Behenck Silveira¹
Luzia Teresinha Vianna dos Santos²

Introdução: Sabe-se que é de suma importância para o indivíduo à percepção das sensações corporais relacionadas e provocadas pelos efeitos da alimentação na suspeita de diabetes, como o “excesso de apetite” e a “falta de saciedade” após as refeições. Representações sobre as causas do diabetes se apoiam em fatores simultaneamente dependentes ou independentes da vontade do sujeito. Há fatores que fogem do controle, como os hereditários, também presentes em esclarecimentos sobre a enfermidade. A hereditariedade suaviza o peso da responsabilidade individual pelo problema, por outro lado, o fato de apreciar e consumir muito açúcar sugerem ser o diabetes uma doença do excesso, da disposição, do gosto e da preferência incontrolável da vontade do sujeito por certos alimentos. A partir da disponibilização de um estudo de caso fictício, em uma das disciplinas específicas da enfermagem, foi possibilitado ao acadêmico de enfermagem identificar e relacionar a importância de uma alimentação saudável pelo paciente diabético. Objetivo: Identificar opções alimentares para o paciente com diagnóstico médico de diabetes. Fundamentação Teórica: O diabetes tipo dois (diabetes II), problema de saúde pública, pode ser entendido como um grupo de doenças metabólicas que apresenta em comum a elevação da glicose (açúcar), resultante de deformidades na ação da insulina, na secreção de insulina ou ambas. A incidência de diabetes é crescente, e na maioria das vezes, devido ao sedentarismo dos indivíduos e alimentação inapropriada causa alteração (aumento) do índice de massa corpórea (IMC). A glicose está presente nos alimentos. Com a alimentação o pâncreas libera uma quantidade maior de

¹ Graduandas do Curso de Enfermagem – UNICNEC.

² Professora orientadora.

Conhecimento e Diversidade: Caminhos para novas descobertas

insulina, assim, a glicose que é consumida durante a refeição serve como fonte de energia para o organismo. A insulina é um hormônio que age transportando a glicose do sangue (absorvida na alimentação) para dentro da célula, para que sirva como fonte de energia. É um hormônio essencial para a sobrevivência.

Metodologia: Exploratória com busca de fundamentação por meio do acesso a artigos científicos atuais X entendimento das informações de uma patologia constante no estudo de caso fictício, em uma instituição de ensino, no litoral norte gaúcho. Resultados: O aluno identifica que alimentos podem ser consumidos para tratamento ou prevenção do diabetes II. Conhece algumas das alternativas terapêuticas (educação em saúde) como a orientação da seleção e ingestão de alimentos ricos em fibras, não calóricos para o paciente com alteração metabólica (diabetes). Que o tema possa ser contemplado em outras disciplinas relacionadas e orientadas pelos demais docentes. Considerações: A diabetes II necessita, também, de uma alimentação equilibrada para melhor controle da incidência da doença. Quando há uma alimentação inadequada, a diabetes corre o risco de descompensar apresentando diversos riscos para a saúde do paciente. Como tratamento do diabetes faz-se necessário ingestão de alimentos ricos em fibras, atividades físicas regulares e orientadas, tanto quanto uso de medicamentos, em alguns momentos. Orientações e adesão ao tratamento possibilitam redução do sobrepeso, obesidade, sedentarismo e a prevenção de complicações, pois estas podem levar a prejuízos significativos e mesmo a morte.

Palavras-chave: Educação em saúde, Enfermagem, Diabetes Mellitus.