

Elaboração de Cartilha para Autocuidado na Diabetes Mellitus Tipo 2

Maysa Regina de Assis Lima

Rafaelle Cavalcante de Lira

Hospital Universitário Júlio Bandeira

Cajazeiras, 15 de agosto, 2024

Introdução

Diabetes é um grupo de doenças metabólicas caracterizadas por hiperglicemia, especialmente em pacientes sem tratamento adequado. O tipo 2 é o mais comum, representando 90% a 95% dos casos globais (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2019). O aumento da prevalência do Diabetes Mellitus tipo 2 é impulsionado pela urbanização, sedentarismo, envelhecimento e maior longevidade dos diabéticos (SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2020). A hiperglicemia crônica pode causar complicações graves, elevando a morbidade e mortalidade (CANTO et al., 2023).

Nesse contexto, a educação em saúde emerge como um pilar crucial na gestão e prevenção das complicações do Diabetes Mellitus tipo 2. Materiais educativos, como cartilhas, desempenham um papel estratégico ao fornecer informações acessíveis e práticas, promovendo hábitos saudáveis. Essas cartilhas são ferramentas eficazes para disseminar conhecimento, aumentar a autonomia dos pacientes e emponderá-los no manejo da doença (TORRES; PAULA, 2019).

Diante dessa necessidade, o presente trabalho teve como objetivo a elaboração de uma cartilha educativa voltada para pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2. A criação desse material é fundamental para reforçar o autocuidado e promover mudanças comportamentais que podem prevenir complicações graves e melhorar a qualidade de vida.

Metodologia

Foi realizada uma revisão de escopo sobre o autocuidado em pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 para identificar e avaliar conteúdos de cartilhas educativas relevantes. Esses temas foram incorporados na nova cartilha desenvolvida. Além disso, foram utilizados dados de uma pesquisa anterior sobre o perfil dos pacientes atendidos no hospital, assegurando que o material fosse adequado às suas necessidades específicas.

Para a realização da revisão, o protocolo de pesquisa foi elaborado com base nos itens de relatório preferenciais para revisões sistemáticas e protocolos de meta-análise (PRISMA-P) adaptados para revisões de escopo. Foram incluídos na revisão apenas os artigos que abordavam, como tema principal, a criação de cartilhas educativas voltadas para a promoção do autocuidado em pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2. A busca foi

conduzida nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), PubMed e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Inicialmente, 149 artigos foram identificados nas bases de dados. Após a aplicação de filtros, o número de artigos foi reduzido para 38. Posteriormente, foram excluídos 8 artigos duplicados, resultando em um total de 30 artigos.

Dos 30 artigos restantes, 19 foram descartados por não apresentarem cartilhas que promovem o autocuidado em pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 como tema central, 2 por não fornecerem resultados do estudo e 1 por não explicitar o conteúdo da cartilha. Assim, 8 estudos foram selecionados para compor a pesquisa. Os dados coletados incluíram o conteúdo das cartilhas, o país de origem dos estudos e informações sobre o público-alvo. Esses dados foram resumidos e as evidências apresentadas de forma narrativa, visando responder ao objetivo e à questão central desta pesquisa.

Após a conclusão da revisão, os temas identificados como relevantes foram incorporados na cartilha educativa, que foi desenvolvida utilizando o aplicativo de design gráfico Canva. É importante mencionar que a revisão de escopo foi publicada, consolidando as bases teóricas que orientaram a elaboração da cartilha. Além disso, a cartilha será disponibilizada em formato digital após a validação, com o intuito de ampliar o acesso às informações e promover uma maior disseminação do conteúdo educativo.

Resultados

Os estudos selecionados para integrar a revisão, embora tenham objetivos distintos, convergem para a conclusão de que o emprego de cartilhas se revela eficaz no estímulo ao autocuidado em pacientes portadores de diabetes mellitus tipo 2. As análises dos artigos destacam a importância do compartilhamento de conhecimento sobre a doença como um meio essencial para fomentar o autocuidado nesse grupo de pacientes. No âmbito dessas cartilhas, são abordados tópicos cruciais, como a definição do diabetes mellitus tipo 2, a relevância da alimentação adequada, a prática de exercícios físicos, o uso apropriado da medicação prescrita, a automonitorização da glicemia, o enfrentamento do tabagismo, o controle dos níveis sanguíneos de lipídios e pressão arterial, além do respaldo multiprofissional e da contribuição familiar no cuidado.

Além disso, os dados e as práticas universitárias evidenciaram que o hospital recebe muitos pacientes com pé diabético e com cetoacidose diabética. Dessa forma, parte da cartilha foi específica sobre o autocuidado voltado a esses pontos.

Discussão

Tecnologias educativas são essenciais para capacitar pacientes a entender e gerenciar sua condição de saúde. Guo et al. (2023) destacam que pacientes com Diabetes Mellitus tipo 2 frequentemente têm dificuldades com alfabetização em saúde, tornando crucial o desenvolvimento de conteúdos educativos claros e acessíveis, explicados por uma equipe multidisciplinar. Isso garante uma educação continuada e eficaz para o autocuidado e manejo da doença.

Na esfera do cuidado ao paciente com diabetes mellitus tipo 2, a cartilha educativa emerge como uma ferramenta de extrema importância. Ao proporcionar informações claras e acessíveis, essas cartilhas desempenham um papel crucial na capacitação dos indivíduos para o autocuidado. A compreensão abrangente dos temas, desde definições e sintomas até práticas específicas de gestão da saúde, fortalece a base de conhecimento dos pacientes. Essa base sólida, quando bem orientada, não apenas facilita a adesão a práticas saudáveis, mas também pode contribuir significativamente para a prevenção de complicações associadas ao diabetes.

Conclusão

A revisão de literatura foi realizada com o intuito de esclarecer os temas que seriam abordados na elaboração da cartilha, contribuindo significativamente para o avanço do conhecimento científico na área estudada. Além da revisão a cartilha foi elaborada com base no perfil de atendimento do Hospital para melhor se adequar à realidade local.

Referências

CANTO, Elisa Dal; DEURSEN, L. van; HOEK, A. G; ELDERS, P. J. M; RUIJTER, H.

M. den; VELDEN, J. van der; EMPEL, V. van; SERNÉ, E. H; ERINGA E. C;
BEULENS, J. W.J. Microvascular endothelial dysfunction in skin is associated with
higher risk of heart failure with preserved ejection fraction in women with type 2
diabetes: the Hoorn Diabetes Care System Cohort. **Cardiovascular diabetology**, v. 22,
n. 1, p. 1-13, 2023. Disponível em:
<https://cardiab.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12933-023-01935-z>. Acesso em: 15
agosto 2024. DOI:10.1186/s12933-023-01935-z.

GUO, Sophie Huey-Ming; LIN, Jiun-Lu; HSING, Hung-Chun; LEE, Chun-Chuan;
CHUANG, Shih-Ming. The Effect of Mobile eHealth Education to Improve
Knowledge, Skills, Self-Care, and Mobile eHealth Literacies Among Patients With
Diabetes: development and evaluation study. **Journal Of Medical Internet Research**,
[S.L.], v. 2, n. 1, 6 dez. 2023. Disponível em: <https://www.jmir.org/2023/1/e42497>.
Acesso em: 14 nov. 2023. DOI: 10.2196/42497.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Classification of diabetes mellitus**.
Geneva: Department For Management Of Noncommunicable Diseases, Disability,
Violence And Injury Prevention, 2019. 40 p. Disponível em:
<https://apps.who.int/iris/rest/bstreams/1233344/retrieve>. Acesso em: 15 agosto 2024.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (org). **DIRETRIZES SOCIEDADE
BRASILEIRA DE DIABETES**. 2020. Disponível em:
<http://www.saude.ba.gov.br/wpcontent/uploads/2020/02/Diretrizes-Sociedade-Brasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>. Acesso em: 15 agosto 2024.

TORRES, Heloisa de Carvalho; PAULA, Danielle Vasconcellos de. Avaliação da
cartilha para orientação da prática do autocuidado em Diabetes Mellitus [Evaluation
of a primer giving guidance on Diabetes Mellitus self-care] [Evaluación del manual
para orientación de la práctica del autocuidado en Diabetes Mellitus]. **Revista
Enfermagem Uerj**, [S.L.], v. 27, n. 2, p. 7722-2, 21 maio 2019. Universidade do
Estado do Rio de Janeiro. Disponível em:
<https://pesquisa.bvsalud.org/gim/resource/fr/biblio-1005376>. Acesso em: 15 agosto
2024. DOI:10.12957/reuerj.2019.7722.

