



RELATO DE EXPERIÊNCIA / EXPERIENCE REPORT / RELATOS DE EXPERIENCIA  
**Educational activity in the control of diabetes mellitus: report of experience**

Atividade educativa no controle do diabetes mellitus: relato de experiência  
Actividad educativa en el control del diabetes mellitus: relato de experiencia

Naiany Lima Rocha Araujo<sup>1</sup>, Risocelly dos Santos Andrade<sup>2</sup>, Juliana Bezerra Macedo<sup>3</sup>, Ana Roberta Vilarouca da Silva<sup>4</sup>

**ABSTRACT**

**Objective:** This work aims to report the experience of educational activity directed at diabetic users, with awareness for self care in relation to healthy eating. **Methodology:** This is a descriptive study, an experiment report, carried out in February 2018, in the city of Monsenhor Hipólito-PI. The activity was developed in the form of a talk wheel conducted by the nutritionist and nurse. Patients were encouraged to take food and talk the way they ate and if it was ideal for them. After the speech of each patient, the nutritionist advised as to the property of food and its benefits and harms when ingesting. **Results:** It was an enriching moment and exchange of knowledge for professionals and participating users, which provided interaction and relaxation between them. It was important for the professionals to know the reality of the users and then, to be able to intervene in an effective way and thus to promote conscious changes in the self-care. **Final Considerations:** More important than fulfilling a schedule of educational activities is to make the user participate effectively in these, transform their knowledge and be responsible for the promotion of their health. Thus, it is concluded that the way the activity is performed directly influences the participation and knowledge produced between professionals and users.

**Key-words:** Diabetes. Prevention. Health Education.

**RESUMO**

**Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da atividade educativa dirigida aos usuários diabéticos, com sensibilização para o autocuidado em relação à alimentação saudável. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, realizado em fevereiro de 2018, no município de Monsenhor Hipólito-PI. A atividade foi desenvolvida sob a forma de uma roda de conversa, conduzida pela nutricionista e pela enfermeira. Os pacientes foram incentivados a levar os alimentos e a falar como consumiam e se estavam ideais para eles. Após a fala de cada paciente, a nutricionista orientava quanto as propriedade dos alimentos e seus benefícios e malefícios ao ingeri-los. **Resultados:** Foi um momento enriquecedor e de troca de conhecimentos para profissionais e usuários participantes, que proporcionou interação e descontração entre os mesmos. Foi importante para os profissionais conhecer a realidade dos usuários e, então, poder intervir de forma efetiva e assim promover mudanças conscientes no autocuidado. **Considerações Finais:** Mais importante que cumprir agenda de atividades educativas, é fazer o usuário participar efetivamente destas, transformar seu conhecimento e ser corresponsável pela promoção da sua saúde. Assim, conclui-se que a forma como a atividade é realizada influencia diretamente na participação e no conhecimento produzido entre profissionais e usuários.

**Descritores:** Diabetes. Promoção da Saúde. Educação em Saúde.

**RESUMO**

**Objetivo:** Este trabajo tiene como objetivo relatar la experiencia de la actividad educativa dirigida a los usuarios diabéticos, con sensibilización para el autocuidado en relación a la alimentación sana. **Metodología:** Se trata de un estudio descriptivo, tipo relato de experiencia, realizado en febrero de 2018, en el municipio de Monseñor Hipólito-PI. La actividad se desarrolló en forma de una rueda de conversación, conducida por la nutricionista y la enfermera. Los pacientes fueron incentivados a llevar los alimentos y hablar como consumían y si era ideal para ellos. Después del habla de cada paciente, la nutricionista orientaba en cuanto a la propiedad de los alimentos y sus beneficios y maleficios al ingerir. **Resultados/Discusión:** Fue un momento enriquecedor y de intercambio de conocimientos para profesionales y usuarios participantes, que proporcionó interacción y relajación entre los mismos. Fue importante para los profesionales conocer la realidad de los usuarios y, entonces, poder intervenir de forma efectiva y así promover cambios conscientes en el autocuidado. **Consideraciones Finales:** Más importante que cumplir agenda de actividades educativas, es hacer el usuario participar efectivamente de ellas, transformar su conocimiento y ser corresponsable por la promoción de su salud. Así, se concluye que la forma como la actividad es realizada influye directamente en la participación y en el conocimiento producido entre profesionales y usuarios.

**Palabras - clave:** Diabetes. Prevenção. Educação em Saúde.

<sup>1</sup> Enfermeira da ESF, efetivada à Secretaria Municipal de Saúde de Monsenhor Hipólito-PI. Especialista em Saúde Pública pela UFPI, Especialista em Gestão em Saúde pela UFPI/UAPI. Mestranda na modalidade Profissional em Saúde da Família pela Universidade Federal do Piauí -UFPI. Email: [naiany.rocha@hotmail.com](mailto:naiany.rocha@hotmail.com)

<sup>2</sup> Enfermeira da ESF, efetivada à Secretaria Municipal de Saúde e Saneamento de Inhumas-PI. Mestranda na modalidade Profissional em Saúde da Família pela Universidade Federal do Piauí - UFPI. Email: [riso\\_cz@hotmail.com](mailto:riso_cz@hotmail.com)

<sup>3</sup> Enfermeira da ESF, efetivada à Secretaria Municipal de Saúde de Monsenhor Hipólito-PI. Mestranda em Engenharia Biomédica pela Universidade Brasil. Email: [juliabezmacedo@hotmail.com](mailto:juliabezmacedo@hotmail.com)

<sup>4</sup> Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade Federal do Piauí. Email: [robertavilarouca@yahoo.com.br](mailto:robertavilarouca@yahoo.com.br)

## INTRODUÇÃO

O Diabetes Mellitus (DM) é uma condição crônica em crescimento principalmente nos países em desenvolvimento. O aumento da urbanização e o envelhecimento populacional, associados a uma maior prevalência da obesidade e do sedentarismo o tornaram um grave problema de saúde pública<sup>(1-2)</sup>.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define o DM como uma síndrome de múltiplas etiologias, decorrente da falta de insulina e ou incapacidade da insulina exercer suas ações de maneira adequada. Essa doença é caracterizada pela hiperglicemia crônica e alterações no metabolismo dos carboidratos, lipídeos e proteínas<sup>(3)</sup>.

O excesso de peso (sobrepeso e obesidade), o sedentarismo e os maus hábitos alimentares (consumo exagerado de açúcar e baixo consumo de frutas e vegetais) são alguns dos fatores de risco modificáveis que devem ser trabalhados no sentido da identificação precoce e, conseqüentemente, da implementação de medidas de controle<sup>(4)</sup>.

Na evolução do diabetes, destaca-se a alta morbimortalidade que compromete a qualidade de vida dos usuários, além dos altos custos necessários para a realização do controle da doença e tratamento das complicações agudas e crônicas<sup>(2)</sup>. O DM gera grande impacto social e econômico, tanto em relação à produtividade quanto aos custos, o que provoca reflexos sociais relevantes<sup>(5)</sup>, pois, pessoas acometidas a mais tempo pela doença têm maior risco de desenvolver complicações clínicas quando comparadas àquelas com menor tempo que acarreta aumento dos custos com os cuidados e tratamentos. A evolução das complicações do DM é associada a diferentes fatores, especialmente relacionados à baixa adesão ao tratamento<sup>(6)</sup>.

O tratamento do DM envolve a aceitação da doença, apoio social e familiar, bem como cautela quanto à adesão medicamentosa e não medicamentosa<sup>(7)</sup>. O tratamento medicamentoso corresponde à utilização de fármacos por via oral, injetável ou a combinação destes, com objetivo de controlar os níveis de glicose presentes no sangue; já a abordagem não medicamentosa, foca na realização de atividades físicas e hábitos alimentares saudáveis<sup>(8)</sup>.

Como condição crônica, o DM requer um acompanhamento de longo prazo, cuidados para a prevenção de complicações agudas e crônicas e a educação em saúde que, neste âmbito, é um dos principais dispositivos para viabilizar a promoção da saúde na Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil<sup>(9)</sup>. A atividade educativa para a promoção da saúde é importante e tem sido considerada um instrumento imprescindível para a melhoria da qualidade de vida. No entanto, é fundamental a escolha de uma metodologia capaz de desenvolver no usuário a possibilidade de construir novos conhecimentos<sup>(10)</sup>.

A educação em saúde pode ser realizada de forma individual e/ou em grupo e com utilização de diferentes tipos de metodologias. As informações fornecidas nas atividades educativas poderão levar o sujeito a beneficiar-se com uma mudança de

comportamento e a conscientizar-se de que suas ações fazem a diferença no tratamento da doença<sup>(11)</sup>. A realização de estratégias educativas, sobretudo aquelas que exijam a participação ativa dos sujeitos, constituem uma excelente base para aumentar o conhecimento destes sobre a sua doença e, com isso, favorecer o exercício de prevenção e promoção em saúde<sup>(12)</sup>.

As equipes da Estratégia Saúde da Família (ESF) atuam num território adscrito, com população cadastrada e têm a continuidade do cuidado, a formação de vínculos e a corresponsabilização entre profissionais e usuários como norteadores do processo de trabalho<sup>(13)</sup>, o que torna esse serviço ideal para promover as atividades de educação em saúde.

Nesse contexto, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da atividade educativa dirigida aos usuários diabéticos, com sensibilização para o autocuidado em relação à alimentação saudável.

## METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, acerca da vivência como enfermeira, mestranda, durante o desenvolvimento de atividade de dispersão do módulo Promoção da Saúde, do Mestrado Profissional Saúde da Família, ocorrido em fevereiro de 2018, em uma equipe da Estratégia Saúde da Família, no município de Monsenhor Hipólito-PI. A ESF na qual na qual foi realizada a atividade, localiza-se na zona rural e possui uma população cadastrada de 1753 pessoas, sendo 59 destas diabéticas.

A equipe composta por enfermeira, médica, dentista, técnica em enfermagem, auxiliar de consultório odontológico, agentes comunitários de saúde, no total de 04, reuniram-se, inicialmente, para definirem qual seria a demanda a ser trabalhada. Foi solicitado o auxílio da nutricionista do Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB), que se reuniu com os demais profissionais da equipe para planejar a ação. Nesse segundo momento, foi definido que os sujeitos sociais envolvidos seriam os diabéticos que na última consulta apresentaram hiperglicemia e que seria feita num grupo pequeno, entre 10 a 12 participantes. Essa seleção foi feita a partir da busca ativa dos prontuários.

Foi solicitado que os agentes comunitários de saúde fizessem o convite aos usuários, e que pedissem que cada paciente levasse para a unidade de saúde, no dia da atividade, um alimento que fosse considerado saudável por eles e que eles consumissem rotineiramente. A atividade educativa foi conduzida pela nutricionista e pela enfermeira, através de uma roda de conversa.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desenvolvimento de competências para realização de atividade educativa, na qual o sujeito é

participante ativo na construção do seu conhecimento, foi despertada a partir da vivência no mestrado profissional em saúde da família. Percebe-se que o mais importante não é cumprir a agenda de atividades educativas mas sim, fazer o usuário participar efetivamente nesses momentos para transformar seu conhecimento e ser corresponsável pela promoção da sua saúde.

Para que essa prática fosse executada de forma adequada, foi realizada uma reunião com todos os membros da equipe, onde todos puderam entender um pouco sobre o tipo de metodologia, e além disso, traçar e identificar quais demandas são prioritárias. Percebeu-se com isso a importância de se programar as ações, priorizar as situações que exigem uma maior atenção e empenho da equipe, bem como planejá-las antecipadamente, definindo papéis e também o tipo de metodologia e recursos a serem utilizados.

Esse momento também foi oportuno para identificar o papel do nutricionista do NASF-AB na promoção da saúde, sendo possível colocar em prática o compromisso da integração de alimentação e nutrição para melhorar a qualidade de vida dos usuários<sup>(14)</sup>.

Toda a equipe se envolveu de alguma forma para que essa atividade ocorresse, o que foi muito importante para que todos se sentissem colaboradores e se percebessem essenciais na realização da mesma. Para seleção dos participantes, a equipe sugeriu que fossem selecionados aqueles que tivessem apresentado hiperglicemia na última consulta. Estes foram identificados através da busca ativa de prontuários. Em seguida, os ACS foram às residências dos mesmos e fizeram o convite. Na ocasião, foi pedido que no dia da atividade, os participantes levassem alimentos que eles costumavam consumir e que consideravam saudáveis. Os agentes de saúde foram orientados a não citar exemplos de quais alimentos eles deveriam levar, deixando que os próprios pacientes pudessem apresentar sua percepção sobre saudável e aquedado à sua condição crônica.

A atividade foi conduzida pela nutricionista e pela enfermeira. Os pacientes eram incentivados a mostrar os alimentos que haviam levado e a falar a forma que consumiam, bem como se achavam que eram ideais para o seu consumo. Após a fala de cada paciente, a nutricionista orientava quanto as propriedades dos alimentos e seus benefícios e malefícios quando ingeridos por eles. Foi utilizada uma linguagem compreensível, para que estes pudessem assimilar o conhecimento, e o mais importante, colocá-lo em prática, tornando-se sujeitos ativos no seu autocuidado<sup>(13)</sup>

A atividade foi desenvolvida sob a forma de uma roda de conversa, sendo utilizado como os alimentos que os próprios participantes levaram, evitando uso de recursos tecnológicos, como data show e computador, nos moldes tradicionais, onde o profissional se fixa num roteiro pré-estabelecido e apenas repassa as informações para os participantes, o que abriu o olhar da equipe para outros tipos de metodologias, sendo estas bastante eficazes para atingir os objetivos propostos.

#### Educational activity in the control of diabetes mellitus..

A roda de conversa é uma forma de produzir dados em que o pesquisador se insere como sujeito, pela participação na conversa e, ao mesmo tempo, produz dados para discussão<sup>(15)</sup>. Nesse contexto, as rodas de conversas possibilitam encontros dialógicos, criando possibilidades de produção e ressignificação de sentido - saberes - sobre as experiências dos participantes<sup>(16)</sup>.

Todos os participantes tiveram a oportunidade de falar sobre sua rotina diária, sobre os alimentos que consomem e que levaram no dia da atividade educativa, como também sobre a adequação à sua realidade e diagnóstico.

Como proposta de avaliação da atividade, foi definido que os profissionais avaliariam os usuários quanto a participação, interação e escolha do alimento que levassem para a atividade; e os participantes avaliariam o momento atribuindo uma nota, de 0 a 10.

Ao final da atividade educativa, os profissionais avaliaram como positiva e diferente de todas as que já tinham sido realizadas na unidade. Nesta participaram 10 dos 12 diabéticos convidados. Desses, 09 levaram o alimento solicitado, e todos falaram e participaram ativamente da atividade, o que é importante para a construção do conhecimento.

Em relação à avaliação dos participantes, ao final, foi solicitado que eles dessem uma nota para a atividade. Foi entregue uma ficha de avaliação, onde estava escrito as notas de zero a dez, e eles podiam marcar a nota que dariam para a atividade.

Dos dez participantes da atividade, 08 marcou a nota 10, 01 marcou a nota 9, e 01 não marcou nenhuma nota, o que fica claro, para nós, que a atividade foi satisfatória para eles.

Para as autoras foi pertinente realizar a avaliação da atividade e perceber quais ações e estratégias utilizadas são efetivas na construção do conhecimento. Atender a agenda de compromissos da equipe é imprescindível entretanto, ouvir o usuário quanto a sua satisfação torna-se fundamental a partir do momento que a necessidade dele precisa ser atendida da melhor forma possível.

A realização desta atividade educativa foi um momento enriquecedor e de troca de conhecimentos para os profissionais e para os usuários participantes, que proporcionou interação e descontração entre os mesmos, sendo importante para os profissionais conhecer a realidade dos usuários para que então pudesse intervir. Além disso, foi observado que com a participação ativa dos usuários, a construção do conhecimento se faz de forma mais efetiva, de modo que os mesmos se tornam corresponsáveis pela promoção da sua saúde.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A execução de uma atividade educativa de forma diferente dos moldes tradicionais, do que sempre foi executado pela equipe, veio despertar o olhar para a utilização de metodologias ativas, com o uso de tecnologias de baixa densidade, e de recursos simples, que podem de forma criativa ser empregada para a realização dessas atividades.

Para nós ficou claro que mais importante que cumprir uma agenda de atividades educativas, é fazer com que o usuário participe efetivamente destas, sendo capaz de transformar seu conhecimento e ser corresponsável pela promoção da sua saúde. Nesse contexto, a forma como a atividade é realizada influencia diretamente na participação do usuário e na produção do conhecimento do mesmo.

## REFERÊNCIAS

- Whiting DR, Guariguata L, Weil C, Shaw J. IDF diabetes atlas: global estimates of the prevalence of diabetes for 2011 and 2030. *Diabetes Res Clin Pract.* [Internet]. 2011 [Acesso em 20/03/2019]; 94(3):311-21. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22079683>
- Cortez DN, Reis IA, Souza DA, Macedo MM, Torres HC. Complicações e o tempo de diagnóstico do diabetes mellitus na atenção primária. *Acta Paul Enferm.* [Internet]. 2015 [Acesso em: 20/03/2019]; 28(3):250-5. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3070/307039760010.pdf>
- Rodrigues MLC, Motta MEFA. Mecanismos e fatores associados aos sintomas gastrointestinais em pacientes com diabetes mellitus. *J Pediatr. (Rio J.)* [Internet]. 2012 [Acesso em: 20/03/2019]; 88(1): 17-24. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0021-75572012000100004&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0021-75572012000100004&script=sci_abstract&tlng=pt)
- Freitas, Roberto Wagner Júnior Freire de. Diabetes Mellitus: um sério problema de saúde pública. *Rev Enferm UFPI.* [Internet]. 2015 Oct-Dec [Acesso em: 12/05/2019]; 4(4):1-3. Disponível em: <http://www.ojs.ufpi.br/index.php/reufpi/article/view/5003/pdf>
- Dias OV, Chagas RB, Gusmão BM, Pereira FS, Costa SM, Costa FM, et al. DIABETES MELLITUS EM MONTES CLAROS: INQUÉRITO DE PREVALÊNCIA AUTORREFERIDA. *Rev Bras Promoç Saúde, Fortaleza.* [Internet]. jul.-set., 2016. [Acesso em: 20/03/2019]; 29(3):406-413. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/4392/pdf>
- Campos TSP, Silva DMGV, Romanoski PJ, Ferreira C, Rocha FL. Fatores associados à adesão ao tratamento de pessoas com diabetes mellitus assistidos pela atenção primária de saúde. *J Health Biol Sci.* [Internet]. Out-Dez 2016 [Acesso em: 20/03/2019]; 4(4):251-256. Disponível em: <http://periodicos.unichristus.edu.br/index.php/jhbs/article/view/1030/349>
- Rossi VEC, Silva AL, Fonseca GSS. Adesão ao tratamento medicamentoso entre pessoas com Diabetes Mellitus tipo II. *Rev Enferm Cent O Min* [Internet]. Jul 2015 [Acesso em: 22/03/2019]; 5(3):1820-1830. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/890/934>
- Carvalho CV, Rocha LP, Carvalho DP de et al. Adesão de pessoas com diabetes mellitus tipo ii ao tratamento medicamentoso. *Rev enferm UFPE on line.*, Recife, set., 2017 [Acesso em: 23/03/2019]; 11(9):3402-9. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/110239/22173>
- Carneiro, A.C.L.L. et al. Educação para a promoção da saúde no contexto da atenção primária. *Rev Panam Salud Publica.* [Internet]. v.31, n.2. 2012. [Acesso em:28/03/2019]; p.115-20. Disponível em: <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2012.v31n2/115-120/pt>
- Menezes, L.C.G. et al. Estratégias educativas para pessoas diabéticas com pé em risco neuropático: síntese de boas evidências. *Rev. Eletr. Enf.* [Internet]. 2016 [Acesso em: 28/03/2019]; Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5216/ree.v18.40281>
- Pereira, F.R.L.; Torres, H. C; Cândido, N. A.; Alexandre, L. R. Promovendo o autocuidado em diabetes na educação individual e em grupo. *Cienc Cuid Saude.* [Internet]. 2009 [Acesso em: 28/03/2019]; v.8, n.4, p. 594-599, Disponível em: <<http://eduem.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/viewArticle/9686>>
- Dias, S.M. et al. Níveis de conhecimento de pacientes diabéticos sobre a Diabetes Mellitus tipo II. *R. Interd.* [Internet]. jul. ago. set. 2018 [Acesso em: 03/04/2019]; v. 11, n. 3, p. 14-21. Disponível em: <https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/1323>
- Oliveira, P.S.; Bezerra, E.P.; Andrade, L.L. et al. Atuação dos enfermeiros da estratégia saúde da família na prevenção do pé diabético. *Care Online.* [Internet]. v.8, n.3, p. 4841-4849, 2016 [Acesso em: 03/04/2019]; Disponível em: [https://www.researchgate.net/.../305661743\\_Atuaao\\_do\\_enfermeiros\\_da\\_Estrategia\\_Sa](https://www.researchgate.net/.../305661743_Atuaao_do_enfermeiros_da_Estrategia_Sa).
- Mattos PF, Neves AS. A Importância da Atuação do Nutricionista na Atenção Básica à Saúde. *Revista Práxis* [Internet]. ano I, nº 2 - agosto 2009 [Acesso em: 04/04/2019]; Disponível em: <http://revistas.unifoa.edu.br/index.php/praxis/article/view/869>
- Moura, A.F.; Lima, M.G. A reinvenção da roda: roda de conversa: um instrumento metodológico possível. *Revista Temas em Educação João Pessoa.* [Internet]. v.23, n.1, p. 98-106, jan.-jun. 2014 [Acesso em: 22/05/2019]; Disponível em: <http://www.periodicos.ufpb.br/index.php/rteo/article/view/18338/11399>
- Sampaio, J.; Santos, G.C.; Agostini, M.; Salvador, A.S. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. *Revista Interface – Comunicação, Saúde e Educação* [Internet].

ISSN: 2238-7234

Araujo NLR *et al.*

2014[Acesso em: 22/05/2019]; 18 (Supl) 2:1299-312.  
Disponível

Educational activity in the control of diabetes mellitus..

<https://www.scielo.org/pdf/icse/201405/1299-1311.pdf>

**Sources of funding:** No

**Conflict of interest:** No

**Date of first submission:** 2019/05/18

**Accepted:** 2019/06/17

**Publishing:** 2019/07/01

**Corresponding Address**

Mariana Portela Soares Pires Galvão. Endereço: Conjunto São Pedro, Quadra 02, Casa 04, Bairro São Pedro. Telefone para contato: (86)99977-8792. E-mail: [marianaportelasp@gmail.com](mailto:marianaportelasp@gmail.com). Universidade Federal do Piauí, Teresina-PI.

**Como citar este artigo:**

Araujo NLR, Andrade RS, Macedo JB, Silva ARV Atividade educativa no controle do diabetes mellitus: relato de experiência. Rev. Enferm. UFPI [internet]. 2019 [acesso em: dia mês abreviado ano];8(Espec. 1):29-33. Disponível em: Insira o DOI.

