

O GRUPO COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE DO DIABÉTICO

KÜSTER, Darléia König¹

LUNKES, Ângela Cristina Duarte²

HESLER, Lilian Zielke³

RUZIN, Silvia Cristina⁴

RODRIGUES, Maria da Graça Soler⁵

O Diabetes Mellitus (DM) é um distúrbio metabólico caracterizado pela hiperglicemia, que é o aumento da glicose circulante no sangue, esta pode resultar da produção, secreção ou utilização ineficiente de insulina. No Brasil, a doença atinge 5,5 milhões de pessoas, o equivalente a 11% da população com mais de 40 anos. A enfermidade apresenta incidência crescente e já é responsável por 15% dos investimentos nacionais em saúde¹. Observa-se que a pessoa diabética tem dificuldade em aderir ao tratamento, pois isso implica em mudança de hábitos de vida que há muito tempo os acompanham. Sabedoras da existência de uma associação de diabéticos em Palmeira das Missões vislumbramos a oportunidade de desenvolver um projeto voltado para a prevenção da doença e promoção da saúde, utilizando-se de um processo de educação

em saúde, para instrumentalizar os diabéticos a participarem da construção de mudanças em seu estilo de vida. A educação é um componente da assistência que pode capacitar o ser humano, tornando-o autônomo para conquistar melhores condições de vida². A autora citada classifica o processo educativo na prática assistencial de saúde sob três visões: a **visão ingênua**, onde a educação é reduzida a ações de orientação que possibilitam ao enfermeiro (“aquele que sabe”) ensinar os clientes (“aqueles que não sabem”), fazendo-os mudarem de comportamento; a **visão pessimista**, onde a educação é um instrumento de manipulação e reprodução social, utilizado pela classe dominante e a **visão otimista**, onde o profissional e clientes são sujeitos do processo, o primeiro podendo exercer o papel de facilitador e instrumentalizador e o ser humano é

1 Autor/relator-Acadêmica do 5 semestre do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS, darleiakuster@yahoo.com.br, Bolsista do Programa FIPE Júnior.

2 Autora-Acadêmica do 5 semestre do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS, angelalunkes@yahoo.com.br.

3 Autora-Acadêmica do 5 semestre do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS, lilianhesler@yahoo.com.br.

4 Autora-Acadêmica do 5 semestre do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte RS – UFSM/CESNORS silviaruzim@hotmail.com

5 Enfermeira. Especialista em Saúde Pública, Mestre em Enfermagem, Professora Assistente do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria/Centro de Educação Superior Norte RS-UFSM/CESNORS. Coordenadora do projeto.gracasr@hotmail.com.

visto com direito e capacidade de participar do processo de construção de uma mudança. Considerando essa classificação desenvolvemos nosso trabalho embasado na visão otimista da autora e o uso adequado de tecnologias educativas que promovam o processo de reflexão, capacitando o ser humano a vivenciar de forma mais saudável as fases da vida. Assim sendo, utilizamos um conjunto de conhecimentos aplicados a uma atividade educativa partindo da realidade dos diabéticos, valorizando suas experiências, seu contexto de vida e suas expectativas frente ao processo saúde-doença³. Este estudo tem como objetivo conhecer o perfil dos portadores de diabetes tipo I e II pertencentes à Associação Amigos Diabéticos (AAD) e realizar práticas educativas promovendo a saúde e a melhoria da qualidade de vida dos mesmos. É uma investigação de caráter exploratório-descritiva com abordagem qualitativa. Tem como opção metodológica a pesquisa participante que não se encerra com a elaboração de um relatório, mas como um plano de ação que, por sua vez, poderá ensejar nova pesquisa. A pesquisa participante caracteriza-se pela interação entre pesquisadores e membros das situações investigadas⁴. O campo de estudo é a sede da Associação Amigos Diabéticos (AAD) de Palmeira das Missões/RS, e os participantes desta investigação são seus sócios, adolescentes e adultos portadores de Diabetes Mellitus Tipo I e Tipo II. Os dados foram coletados utilizando-se a entrevista semi-estruturada com perguntas abertas e fechadas. Os en-

contros acontecem mensalmente na última terça feira do mês, na sede da associação. Nos primeiros encontros aplicamos o instrumento de coleta de dados com o objetivo de traçar o perfil dos membros da Associação Amigos Diabéticos de Palmeira das Missões/RS e solicitamos aos participantes que sugerissem os temas que gostariam que fossem trabalhados no decorrer dos encontros. Para a implementação das ações educativas visando a promoção da saúde dos diabéticos, optamos pela metodologia de Paulo Freire⁵, que, utilizando-se do “círculo de cultura”, sugere que os temas geradores surjam do grupo, do cotidiano das pessoas. O “círculo de cultura” é formado por um grupo de pessoas que se reúne para discutir seu trabalho, a realidade local ou assuntos que sejam de interesse mútuo. Nele, não há um professor e sim um animador de debate: “O animador coordena um grupo que não dirige e, a todo o momento, anima um trabalho, orientando uma equipe cuja maior qualidade deve ser a participação ativa em todos os momentos do diálogo, que é o seu único método de estudo no círculo”⁶. É chamado de “círculo”, porque seus participantes se dispõem na forma de círculo para dialogar. Estimulados pelo “animador”, todos participam, trocando saberes, ensinando e aprendendo juntos⁶. “De cultura”, porque o grupo produz seus próprios modos de pensar, criando e recriando, todos aprendem juntos e refletem acerca dos diálogos no grupo. Percebem que o que constroem é uma outra maneira de fazer cultura, tornando-os homens, sujeitos da

história⁶. Os “temas geradores” usados para desencadear o diálogo no círculo de cultura são assim chamados “porque, qualquer que seja a natureza de sua compreensão como a ação por eles provocada, contêm em si a possibilidade de desdobrar-se em outros tantos temas que, por sua vez, provocam novas tarefas que devem ser cumpridas”⁵. O método de Paulo Freire é baseado na relação dialógica educador e educando, tendo como objetivo buscar uma ação e reflexão autêntica sobre a realidade coletiva ou individual. Dos 19 diabéticos entrevistados 10,5% tem menos de 30 anos, 5,3% tem entre 30 a 45 anos e 84,2% tem mais de 45 anos. Quanto ao sexo dos participantes verificamos que a maioria, 57,9% são do sexo masculino. Em relação ao tipo de diabetes encontramos 15,8% portadores de diabetes do tipo I e 84,2% com diabetes do tipo II. Quanto a hereditariedade, 78,9% relataram terem familiares com diagnóstico da doença. Ao serem questionados em relação a dieta alimentar 94,7% responderam que seguem uma dieta adequada, sendo considerada dieta adequada aquela pobre em lipídios, com uma ingestão balanceada de carboidratos e rica em verduras e frutas. Quando questionados sobre o fato de realizarem alguma atividade física, 84,2% deles referiram que realizavam algum tipo de atividade como caminhadas e atividades domésticas. Quando indagados se tinham conhecimento sobre os agravos e complicações da doença, 68,4% responderam que sim. A maioria dos entrevistados só realiza o hemoglicoteste (HGT) uma vez ao mês, nos encon-

contros da AAD ou quando retiram a medicação na unidade de saúde. A partir dos temas sugeridos pelos participantes, são preparados os encontros em forma de oficinas, incentivando-os a uma participação mais ativa, expondo suas dúvidas e contribuindo com suas vivências em relação ao tema em pauta. A troca de experiências facilita a compreensão e o entendimento dos temas discutidos. Dos temas por eles elencados, destacamos: a auto-estima; o cuidado com o pé diabético; as complicações a curto e a longo prazo do diabetes; exercícios físicos adequados para diabéticos (neste encontro tivemos a participação de um educador físico) e alimentação. As dinâmicas adotadas para a realização das oficinas oportunizam uma maior aproximação e interação entre os membros do grupo. Proporcionando oportunidade aos participantes do grupo de buscarem novos conhecimentos para melhoria da qualidade de vida, incentivando-os a realização do auto-cuidado. Ao abordar a temática do pé diabético, foi feita uma explicação detalhada das complicações que o diabetes pode causar e também sobre os cuidados que devem ser tomados para evitar possíveis complicações, e oficina demonstrando a forma correta de realizar os cuidados com o pé e exercícios para melhor circulação. Esta oficina despertou grande interesse e todos participaram de forma ativa, pois muitos não tinham o entendimento da importância do cuidado com os pés e a prevenção das complicações neuropáticas. Nos encontros sobre alimentação, contamos com a contribuição de uma nutricional

nista, falando sobre as porções alimentares, valor calórico e sugestão de cardápios adequados. Em outra oportunidade foram expostas algumas das complicações causadas pela doença a curto e longo prazo como: hiperglicemia, hipoglicemia, cetoacidose, retinopatia, nefropatia e neuropatia, para que todos possam conhecer os sinais e sintomas e evitar complicações futuras. Também trabalhamos a auto-estima por entender que muitas vezes os diabéticos se sentem fragilizados devido às mudanças nos hábitos de vida. A abordagem temática em forma de oficinas e o uso de linguagem acessível, além de facilitar a interação, permitem que os participantes do grupo exponham suas dúvidas, idéias e experiências vividas. A realização deste trabalho com o grupo de diabéticos tem sido uma experiência muito gratificante, pois enquanto acadêmicos devemos ter a consciência de que a intervenção em grupos de educação em saúde é fundamental para prevenção de doenças e promoção da saúde dos mesmos, contribuindo desta forma para uma melhoria na qualidade de vida, sendo esta uma atividade relevante para o nosso conhecimento e aprendizado.

Palavras-chave: diabetes; educação em saúde; qualidade de vida.

Referências

1. Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: < <http://www.saude.gov.br>>, acessado em 25 mar. 2008.
2. Kleba, M.E. Educação em saúde e a práxis de enfermagem: Um estudo de caso numa Unidade Básica de Saúde. In: Flávia Regina Souza Ramos; Maria Elizabeth Kleba; marta Machado Verdi. (Org). Para pensar o cotidiano: Educação em saúde ea práxis da enfermagem. 1 ed. Florianópolis: Ed. Da UFSC, 1999.
3. Wall, M.L. Tecnologias educativas: subsídios para a assistência de enfermagem à grupos. Goiânia: AB, 2001.
4. Gil, Antonio Carlos. Como elaborar projeto de pesquisa 4 ed. São Paulo: Atlas, 2007.
5. Freire, P. Pedagogia do oprimido. 11.ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1982.
6. Brandão, C. R. O que é Método Paulo Freire. 5.ed. São Paulo: Brasiliense, 1981.