

1º CONGRESSO ACADÊMICO

10ª JORNADA ACADÊMICA

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO
PROFESSOR ALBERTO ANTUNES

**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

Eixo Temático – Ensino

SAÚDE EMOCIONAL E DIABETES MELLITUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE

***EMOTIONAL HEALTH AND DIABETES MELLITUS: A REPORT ON HEALTH
EDUCATION EXPERIENCE***

Josias Ferreira Rosendo da Silva

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0004-2926-3514>

josias.silva@eenf.ufal.br

Caroline Magna de Oliveira Costa

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0000-0003-4096-4093>

cmagnaoli@gmail.com

Jaqueline Letícia dos Santos Silva

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0007-2017-8745>

jaqueline.silva@eenf.ufal.br

Jayne Kelly Ferreira Porfírio

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0004-7716-2902>

jayne.porfirio@eenf.ufal.br

Iasmin Cristina Lira Cavalcante

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0009-0006-2713-2312>

iasmin.cavalcante@eenf.ufal.br

Verônica de Medeiros Alves

Universidade Federal de Alagoas, Maceió-AL, Brasil

<https://orcid.org/0000-0002-4343-2941>

veronica.alves@eenf.ufal.br



DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

Resumo:

Introdução: A educação em saúde desempenha um papel crucial no cuidado do diabetes mellitus, uma vez que está diretamente associada à geração de conhecimento e, conseqüentemente, à modificação dos comportamentos não saudáveis, favorecendo a promoção do bem-estar biopsicossocial dos indivíduos. Nessa perspectiva, esse estudo tem o objetivo de relatar a experiência de discentes do curso de graduação em Enfermagem nas práticas de educação em saúde voltadas à saúde emocional e ao diabetes mellitus. **Descrição da experiência:** Trata-se de um relato de experiência sobre uma ação em saúde vivenciado pelos discentes de graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas (UFAL) com um grupo formado por mulheres e vinculado a uma Unidade Básica de Saúde. Os principais objetivos da ação educativa foram: promover uma compreensão abrangente da doença; informar sobre as alterações fisiológicas e psicológicas associadas; e fomentar um debate sobre a influência da saúde emocional nos hábitos alimentares para promoção da qualidade de vida. **Conclusão:** A experiência da educação em saúde com a temática de saúde emocional no contexto do diabetes, promoveu conhecimento, acolhimento e escuta para o público-alvo. E, ofereceu aos acadêmicos de enfermagem a oportunidade de transcender a compreensão limitada sobre as condições crônicas de saúde.

Palavras-chave: Enfermagem; Saúde mental; Diabetes; Atenção Primária à Saúde; Educação em Saúde.

Abstract:

Introduction: Health education plays a crucial role in the management of diabetes mellitus, as it is directly linked to the generation of knowledge and, consequently, to the modification of unhealthy behaviors, thereby promoting the biopsychosocial well-being of individuals. In this context, the aim of this study is to report the experiences of undergraduate nursing students in health education practices focused on emotional health and diabetes mellitus. **Description of the Experience:** This is an experience report on a health intervention carried out by undergraduate nursing students from the Federal University of Alagoas (UFAL) with a group of women affiliated with a Primary Health Care Unit. The primary objectives of the educational intervention were: to promote a comprehensive understanding of the disease; to inform about the physiological and psychological changes associated with it; and to foster a discussion on the influence of emotional health on dietary habits to enhance quality of life. **Conclusion:** The experience of health education focusing on emotional health within the context of diabetes facilitated knowledge acquisition, support, and active listening for the target audience. Additionally, it provided nursing students with the opportunity to transcend a limited understanding of chronic health conditions.

Keywords: Nursing; Mental Health; Diabetes Mellitus; Primary Health Care; Health Education.

1 INTRODUÇÃO

O termo "diabetes mellitus" (DM) designa um distúrbio metabólico com causas variadas, marcado pela elevação dos níveis de glicose no sangue e por alterações no metabolismo dos carboidratos, proteínas e lipídeos, decorrentes de falhas na secreção ou na ação da insulina. Além disso, existem várias formas de DM, das quais as mais comuns são o diabetes tipo 1 e o diabetes tipo



DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

2 (Brasil, 2013). Este estudo concentra-se especificamente no diabetes tipo 2, que é a forma predominante abordada.

Em 2017, a Federação Internacional de Diabetes estimou que 8,8% da população mundial entre 20 e 79 anos, o que corresponde a 424,9 milhões de pessoas, tinha diabetes. O Brasil figurava entre os 10 países com maior número de casos, totalizando 12,5 milhões de pessoas com a doença. Se as tendências continuarem, o número de pessoas com diabetes no mundo deverá ultrapassar 628,6 milhões em 2045, com o Brasil atingindo 20,3 milhões de casos.

Nesse ponto de vista, de acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (2019-2020), a crescente associação do DM com elevadas taxas de hospitalizações, aumento na demanda por serviços de saúde, e a alta incidência de complicações graves, como doenças cardiovasculares, cerebrovasculares, cegueira, insuficiência renal e amputações não traumáticas, revela uma crise iminente para os sistemas de saúde em todo o mundo. Essa carga não é uniforme; países em desenvolvimento, como o Brasil, que já lutam para gerenciar doenças infecciosas, enfrentarão um peso potencialmente maior.

Ademais, reações emocionais são comumente observadas não apenas no momento do diagnóstico de DM, mas também ao longo da gestão da doença. É fundamental que os profissionais de enfermagem compreendam profundamente essas reações emocionais, uma vez que frequentemente se manifestam por meio de comportamentos que podem comprometer o controle glicêmico. Consequentemente, isso pode impactar adversamente na saúde geral, nas interações sociais e, em última instância, na qualidade de vida do paciente (Filho; Rodrigues; Santos, 2008).

Nesse contexto, a educação em saúde desempenha um papel crucial no cuidado do DM, uma vez que está diretamente associada à geração de conhecimento e, consequentemente, à modificação dos comportamentos não saudáveis, favorecendo a promoção do bem-estar biopsicossocial dos indivíduos. Diante disso, o objetivo deste estudo é relatar a experiência de discentes do curso de graduação em Enfermagem nas práticas de educação em saúde voltadas à saúde emocional e ao diabetes mellitus.

2 DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

Este estudo descritivo baseia-se no relato de experiência de graduandos em Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas (UFAL), que atuaram com um grupo de práticas corporais formado por mulheres, vinculado a uma Unidade Básica de Saúde (UBS). O foco principal foi a abordagem do DM e sua relação com a saúde emocional, explorando os impactos no cotidiano das participantes, dentro da proposta de educação em saúde.

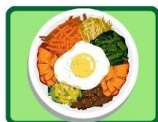
A intervenção voltada para a saúde emocional foi planejada e implementada pelos alunos, com o apoio da docente responsável e da equipe de profissionais de saúde, incluindo um nutricionista, um fisioterapeuta e um educador físico. Foi estabelecido um vínculo com um grupo de 15 mulheres idosas, que participaram de encontros semanais com duração aproximada de 40 minutos por sessão, dedicados à prática de exercícios físicos. Cabe ressaltar que nesse público existiam mulheres que viviam com DM, algumas estavam em estágio pré-DM, e outras não apresentavam diagnósticos positivos. Essa abordagem integrada visou contemplar tanto a saúde emocional quanto o manejo do diabetes mellitus, considerando sua influência nas experiências diárias das participantes.

Nesse contexto, os objetivos da intervenção incluíram: (1) fornecer ao grupo uma explicação clara e acessível sobre o DM, visando uma compreensão abrangente da doença; (2) informar as participantes sobre as alterações fisiológicas e psicológicas associadas à convivência com uma condição crônica, enfatizando os desafios diários enfrentados por indivíduos com DM; e (3) fomentar um debate sobre a influência da saúde emocional nos hábitos alimentares (**Ilustração 1**), estimulando a reflexão sobre como o estado emocional pode impactar diretamente o controle da alimentação e, por conseguinte, o manejo do diabetes.

Ilustração 1 – Folder sobre alimentação e emoções entregue ao grupo de educação em saúde.

DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

ALIMENTAÇÃO E EMOÇÕES: COMO LIDAR?



- ✓ Mantenha uma rotina para momentos de crise;



- ✓ Identifique os sinais que seu corpo lhe diz;
- ✓ Encontre uma rede de apoio;
- ✓ Controle a gestão de alimentos




- ✓ Existem alimentos que combatem a ansiedade, como aveia, banana e amendoim;
- ✓ Você pode tentar ingerir esses alimentos durante momentos de crise;



- ✓ Respire fundo e tente se concentrar em sua alimentação (mastigue devagar)

LEMBRETE:

Não se sinta culpado se quiser comer uma barra de chocolate ou um salgadinho para diminuir a ansiedade. Mas é sempre importante **TENTAR** executar hábitos saudáveis.



- ✓ Fazer exercícios físicos ajuda na redução da ansiedade;



- ✓ Cuidar do psicológico também é importante para diminuir os sintomas;



- ✓ O seu corpo merece ser cuidado e amado por você todos os dias;
- ✓ Não sinta vergonha ou medo de pedir ajuda;
- ✓ Fale sobre alimentação e suas emoções com quem você conhece;

Elaborado por:
Estudantes de Enfermagem (UFAL)
Iasmin, Jaquelline, Jayne, Josias



Fonte: elaborado pelos autores, 2024.

Esses objetivos foram traçados a partir de uma roda de conversa, somado a uma dinâmica de “Mitos X Verdades” sobre o tema, e ao final foi realizada uma meditação guiada em grupo, para incentivar a prática de atividades que fortalecem o relaxamento e a gestão das emoções.

3 DISCUSSÃO COM REVISÃO DE LITERATURA

Durante a implementação da educação em saúde, foi observado que a roda de conversa permitiu aos participantes expressarem dúvidas e questionamentos sobre o DM. Posteriormente, a dinâmica de “Mitos X Verdade”, possibilitou às mulheres participarem ativamente de acordo com os seus conhecimentos empíricos sobre a temática. Esse momento favoreceu o compartilhamento de experiências pessoais, incluindo discussões sobre sentimentos e a vivência social com o diagnóstico.



DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

Esses achados dialogam com a experiência de Alves *et al.* (2024), ao utilizarem a mesma metodologia ativa adotada neste estudo.

A troca de conhecimento entre os pares, incluindo as falas sobre as sensações e preocupações sobre a DM proporcionou um ambiente acolhedor e propício a desmistificar conceitos errôneos. Esse processo destacou a importância dos cuidados apropriados, tanto para a prevenção da doença, como para a promoção da qualidade de vida após o diagnóstico. Destacando como a saúde emocional pode influenciar o processo saúde-doença.

Foi destacada a relevância da presença de uma rede de apoio, uma vez que indivíduos que não contam com tal suporte após o diagnóstico enfrentam desafios significativos na obtenção e na continuidade do tratamento. A ausência de uma rede de apoio pode resultar em dificuldades adicionais, pois indivíduos diagnosticados frequentemente experimentam pavor e podem ser psicologicamente impactados pelo medo da hiperglicemia e pelas dificuldades associadas ao manejo dessa doença (Rodrigues; Pecoli; Malerbi, 2023).

Além disso, os acadêmicos abordaram a promoção de hábitos saudáveis e a conscientização sobre a importância da identificação e gestão das emoções. Foi enfatizado que o diagnóstico de DM não deveria ser considerado um fator determinante para o fim da qualidade de vida ou para a redefinição da identidade social dos indivíduos. Após a discussão do tema, foi proposta uma sessão de meditação guiada em grupo, com o intuito de trabalhar o controle emocional e o relaxamento. Esta atividade fortaleceu a inserção das Práticas Integrativas e Complementares no contexto da atenção primária à saúde (Aguiar; Kanan; Masiero, 2019).

Essa experiência ofereceu aos estudantes o aprimoramento da visão holística do enfermeiro, que deve considerar não apenas a doença, mas também o bem-estar físico e psicossocial, contrapondo o modelo biomédico ao incorporar uma abordagem humanizada, que inclui intervenções psicológicas e socioculturais durante as ações de educação em saúde.

CONCLUSÃO



DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO

A experiência da educação em saúde com a temática de saúde emocional no contexto da DM, promoveu conhecimento, acolhimento e escuta para o público-alvo. Ofereceu aos acadêmicos de enfermagem a oportunidade de transcender a compreensão limitada sobre as condições crônicas de saúde. Entre as limitações identificadas, ressalta-se a necessidade de realizar encontros adicionais para um aprofundamento da temática de saúde emocional.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, J.; KANAN L.A.; MASIERO, A.V. Práticas Integrativas e Complementares na atenção básica em saúde: um estudo bibliométrico da produção brasileira. **Saúde debate**. 2019. v.43, n. 123, p. 1205–18. DOI: <https://doi.org/10.1590/0103-1104201912318>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/5NdGgYwFCNsQPWZQmZymcqM/#>. Acesso em: 15 set. 2024.

ALVES, F. C. R. et al. Health Education on Diabetes Mellitus: Experience report. **Research, Society and Development**, [S.l.], v. 13, n. 8, p. e1713846494, 2024. DOI: <https://doi.org/10.33448/rsd-v13i8.46494>. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/46494>. Acesso em: 15 set. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 160 p. il. (Cadernos de Atenção Básica, n. 36). Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/pdf/caderno_atencaobasica36.pdf/view. Acesso em: 15 set. 2024.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. **IDF Atlas**. 8. ed. Bruxelas: International Diabetes Federation, 2017. Disponível em: https://diabetesatlas.org/atlas/eighth-edition/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwi5q3BhCiARIsAJCfuZnReH-Y1Eed3O-8mrqzGrnQObwy-4PcvSizowy33okqWPWSL40XMz8aAvYIEALw_wcB. Acesso em: 15 set. 2024.

RODRIGUES, G. M. B.; PECOLI, P. F. G.; MALERBI, F. E. K. Psicologia e Diabetes no Brasil: Um Mapeamento de Profissionais e de suas Ações. **Psicologia Ciência e Profissão**, v.43, e255912, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003255912> Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/rdJwDH3rV76GzGvh4yZrgLL/?lang=pt#ModalHowcite>. Acesso em: 15 set. 2024.

SANTOS FILHO, C. V.; RODRIGUES, W. H. C.; SANTOS, R. B. Papéis de autocuidado: subsídios para enfermagem diante das reações emocionais dos portadores de diabetes mellitus. **Escola Anna Nery**, v. 12, p. 125-129, 2008. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452008000100019> Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/7V3wBDFJs6RCBVPhh6Zdnwg/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2024.



**DESAFIOS PARA INTEGRAÇÃO DO ENSINO, PESQUISA E ASSISTÊNCIA NO ÂMBITO
DO SUS NOS HOSPITAIS DE ENSINO**

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. (2019-2020). **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes**. Disponível em: <https://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/02/Diretrizes-Sociedade-Brasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>. Acesso em: 15 set. 2024.