

ATIVIDADE DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PREVENÇÃO DO PÉ DIABÉTICO EM PACIENTES ACOMPANHADOS EM UMA CLÍNICA INTEGRADA DE SAÚDE

Gabriele da Silva Botelho

Carla Mayara dos Santos Santana

Luciana Catunda Gomes de Menezes

Centro Universitário Fametro - Unifametro

gabrielebotelho@outlook.com

Título da Sessão Temática: *Promoção da saúde e tecnologias aplicadas.*

Evento: *VII Encontro de Iniciação à Pesquisa*

RESUMO

Justifica-se o interesse pessoal de estimular as pessoas diabéticas a praticarem o autocuidado (AC) de seus pés, portanto, nessa pesquisa questiona-se: Quais ações de AC devem estar contidas em uma atividade de educação em saúde para pacientes diabéticos acompanhados em uma Clínica Integrada de Saúde? **Objetivo:** Descrever uma atividade de educação em saúde para prevenção do pé diabético em pacientes acompanhados em uma Clínica Integrada de Saúde. **Métodos:** Estudo descritivo, realizado em uma Clínica Integrada de Saúde de uma Instituição de Ensino Superior Privada em Fortaleza-Ceará-Brasil, no mês de setembro de 2019. Participaram 8 (oito) pacientes acompanhados, avaliados e tratados em consultas ambulatoriais da Estomaterapia que estavam aguardando atendimento. Os aspectos éticos e legais da pesquisa envolvendo seres humanos foram respeitados em acordo com a Resolução 466/12 e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob CAAEE de nº 08284019.4.0000.5618. **Resultados:** A atividade foi realizada por duas alunas graduandas do curso de Enfermagem sob a supervisão de uma docente da instituição, onde se utilizaram modelos de pés com e sem úlceras neuropáticas, materiais de higiene e álbum seriado contendo ações sobre o autocuidado com os pés, a fim de evitar complicações. **Conclusão:** Acredita-se que após as ações de educação em saúde direcionada para o autocuidado, as pessoas diabéticas poderão adquirir habilidades e conhecimentos para realiza-lo. Logo, é evidente a importância do desenvolvimento de uma atividade que pretenda oportunizar e ampliar a compreensão do paciente sobre a sua doença, e favorecer a troca de experiências

com os demais pacientes.

Palavras-chave: Enfermagem; Autocuidado; Diabetes *Mellitus* e Pé Diabético.

INTRODUÇÃO

A Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD, 2017) conceitua o Diabetes *mellitus* (DM) como um conjunto de distúrbios metabólicos que apresentam em comum a hiperglicemia, resultante de defeitos na ação da insulina, na secreção de insulina ou em ambas. De acordo com o *International Diabetes Federation* (IDF, 2017), o número de pessoas com DM vem aumentando significativamente ao longo dos anos, cerca de 48% no mundo, ou seja aproximadamente 425 milhões de adultos entre 20-79 anos estavam vivendo com diabetes em 2017 e no ano de 2045 esse número poderá chegar a 629 milhões, fazendo com que essa patologia seja considerada um grande problema de saúde.

Dessa forma, o diagnóstico precoce do DM possibilita o profissional construir e implementar intervenções a fim de evitar ou postergar as complicações crônicas, como: insuficiência renal, retinopatia, doenças cardiovasculares, doença arterial coronariana, pé diabético e amputação de membros inferiores (BOELL; RIBEIRO; DA SILVA, 2014).

Dentre as complicações crônicas mais prevalentes destacam-se aquelas que envolvem os pés, pois pode haver o aparecimento de lesões decorrente da neuropatia diabética e da doença vascular periférica, já que respectivamente altera a função autonômica, sensitiva e motora dos nervos periféricos e causa comprometimento da irrigação sanguínea, principalmente nos membros inferiores (LUCAS et al., 2010).

Considera-se o pé diabético qualquer infecção, ulceração e/ou destruição de tecidos moles associados a alterações neurológicas e vários graus de doença arterial periférica (DAP) nos membros inferiores que são responsáveis pela maioria das internações hospitalares, resultando em altos custos para a economia do país, pois cerca de 85% dos pacientes com pé diabético evolui para amputação (BRASIL, 2016).

Para evitar tais complicações e amputações é importante que o paciente seja orientado e acompanhado pela equipe multiprofissional, ressaltando neste trabalho o profissional de enfermagem, que seja na atenção primária, secundária ou terciária está constantemente com esse paciente avaliando e acompanhando, além de incentivá-los a melhorar seus hábitos de vida, como a alimentação, inclusão de atividades físicas no dia a dia e principalmente o uso adequado e contínuo da terapêutica medicamentosa para que haja o controle glicêmico ideal e esperado (MENEZES et al., 2017).

Segundo Menezes (2016), a avaliação do pé da pessoa com DM, não vem sendo executada de maneira adequada, visto que os profissionais que os acompanham não observam sua progressão através de exame físico minucioso e exames específicos e ações educativas do profissional para o paciente.

Além da avaliação profissional, o paciente desenvolve um importante papel de cuidar dos seus pés, pois a realização adequada do autocuidado dos pés promove uma redução dos riscos de lesões, infecções e amputações das pessoas com o pé em risco (PERDOMO; ROMERO; VÉLEZ, 2019).

O Autocuidado (AC) é definido por Dorothea Orem (2001) como sendo uma ação das atividades que os indivíduos realizam em seu próprio benefício para manter a saúde, a vida e o bem-estar. Portanto, é algo específico à sobrevivência dos seres humanos, independe da condição de doente ou de traumas, sociais, psicológicos ou econômicos.

Diante da necessidade de realização das ações de AC pelo paciente, ressalta-se a importância do tema e justifica-se o interesse pessoal de estimular as pessoas diabéticas a praticarem o autocuidado (AC) de seus pés, portanto, nessa pesquisa questiona-se: Quais ações de AC devem estar contidas em uma atividade de educação em saúde para pacientes diabéticos acompanhados em uma Clínica Integrada de Saúde?

Em face dessa realidade, este estudo deve incentivar pacientes diabéticos e familiares, a desenvolver o autocuidado com os pés para melhorar a qualidade de vida e evitar complicações e amputação.

O estudo objetiva: descrever uma atividade de educação em saúde para prevenção do pé diabético em pacientes acompanhados em uma Clínica Integrada de Saúde.

METODOLOGIA

Estudo descritivo, realizado em uma Clínica Integrada de Saúde de uma Instituição de Ensino Superior Privada, em Fortaleza-Ceará-Brasil, no mês de setembro de 2019. Participaram da atividade educativa 8 (oito) pacientes que são acompanhados, avaliados e tratados em consultas ambulatoriais da Estomaterapia que estavam aguardando atendimento.

A ação em saúde foi dividida em três momentos. 1) No primeiro momento foi realizado uma busca na literatura científica por meio de uma Revisão Narrativa (RN) para a elaboração de cuidados de Enfermagem com foco no autocuidado com o pé diabético. 2) No segundo momento foram expostos os materiais para demonstração para os pacientes manuseá-los. Sendo estes materiais: modelo de pé com e sem úlceras neuropáticas, materiais de higiene (toalha, lixa de unha, cortador de unha, sabão neutro e hidratante), meias de algodão, sapato

fechado e espelho. 3) No terceiro momento aplicou-se a intervenção educativa por meio do álbum seriado construído por meio dos dados da RN. As informações contidas no álbum seriado foram: lavagem, secagem e hidratação dos pés, corte adequado, calçado ideal, prática de exercício físico, alimentação saudável, controle glicêmico e inspeção do pé diabético.

A análise dos dados obtidos do estudo foi fundamentado nos dados da RN, na Teoria de AC de Orem (2001), no *International Working Group on The Diabetic Foot* (IWGD, 2015) e no manual do pé diabético do Ministério da Saúde (2016).

Os aspectos éticos e legais da pesquisa envolvendo seres humanos foram respeitados em acordo com a Resolução 466/12 e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob CAAEE de nº 08284019.4.0000.5618.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade foi realizada por duas alunas graduandas do curso de Enfermagem sob a supervisão de uma docente da instituição, onde se utilizaram modelos de pés com e sem úlceras neuropáticas, materiais de higiene e álbum seriado contendo ações sobre o autocuidado dos pés diabéticos, a fim de evitar complicações. Foram esplanadas e discutidas com os pacientes os cuidados com os pés para a promoção do autocuidado.

Cuidado 1: Conheça e entenda seus pés, pois eles são responsáveis pela sustentação do corpo, equilíbrio e movimentação, por isso é necessário que ele receba a devida atenção para evitar complicações (MENEZES et al.,2016)

Cuidado 2: Observe seus pés e o aparecimento de problemas, visto que a pessoa com diabetes é mais suscetível a ter uma circulação deficiente e nervos danificados, causando a perda de sensibilidade, sensação de agulhadas, queimação, pequenas feridas que não dói. (BRASIL, 2016)

Cuidado 3: Lave seus pés, visto que a higienização precária pode levar ao aparecimento de infecções, utilizar água morna e sabão neutro mas é importante verificar a temperatura com a mão e não deixar os pés de molho. Depois de lavar garanta que os espaços interdigitais estejam bem enxutos, para que não apareçam micoses e fungos e não esquecendo do cuidado com as unhas dos pés, principalmente com o corte adequado que foi apontado em um estudo que 65% das pessoas realizava-o de maneira não recomendada e com materiais inadequados que podem favorecer lesões nas laterais das unhas contribuindo para a ocorrência de unha encravada (BOELL; RIBEIRO; DA SILVA, 2014).

Cuidado 4: Hidrate seus pés pelo menos três vezes ao dia para que não haja ressecamento e rachaduras, o hidratante preferencialmente à base de ureia na região plantar, dorsal e calcanhar, com exceção entre os espaços interdigitais (MENEZES et al., 2016).

Cuidado 5: Fique de olho em seus pés, pode utilizar um espelho para ajudar na visualização do dorso do pé ou pedir ajuda para outra pessoa examinar. (BRASIL, 2016)

Cuidado 6: Cuidado com cortes e arranhões, porque o não tratamento adequado de um calo pode abrir uma lesão, então preferencialmente após o banho pode ser utilizado superficialmente uma lixa de papel ou pedra-pomes para a remoção desses calos (MENEZES et al., 2016).

Cuidado 7: Não ande descalço, vista seus pés de preferência um sapato confortável e fechado, para não causar calos e bolhas (MENEZES et al., 2016).

Cuidado 8: Normalmente no final do dia os pés estão mais inchados e doloridos, então é de suma importância que a pessoa os posicione sobre uma cadeira ou poltrona para aliviar a pressão, pois esse alívio é essencial para a prevenção e cicatrização da úlcera neuropática (IWGD, 2015).

Cuidado 9: é essencial a prática de exercícios físicos regularmente e uma dieta balanceada e saudável para prevenir os problemas antes que eles aconteçam, visto que a junção dos dois são elementos essenciais para o controle glicêmico e prevenção do pé diabético (BOELL; RIBEIRO; DA SILVA, 2014).

Cuidado 10: Fique esperto com relação aos seus pés e procure um profissional sempre que necessário (BRASIL, 2016)

Durante a explicação do assunto, foram demonstrados e expostos os materiais para o manuseio dos pacientes. Percebeu-se que os objetos chamaram a atenção e que alguns já estavam bem orientados sobre o assunto, havendo assim, uma maior interação entre as acadêmicas e os pacientes.

Verificou-se também que as ações de educação em saúde desenvolvem um papel importante na qualidade de vida das pessoas, visto que os pacientes tiveram poucos momentos de atividades educativas na atenção primária antes do aparecimento de lesões.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que após as ações de educação em saúde direcionadas para o autocuidado, as pessoas com diabetes mostraram-se mais interessadas e engajadas. Logo, é evidente a importância do desenvolvimento de uma atividade que pretenda oportunizar e ampliar o conhecimento e a habilidade do paciente sobre os cuidados com os pés e favorecer a

troca de experiências com os demais pacientes, pois espera-se que estes tenham o compromisso e a responsabilidade, assumindo mudanças nos hábitos de vida. Desse modo, acredita-se que essas ações poderão ser diminuir as complicações que envolvem essa doença e com isso melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

REFERÊNCIAS

BOELL, JULIA ESTELA WILLRICH; RIBEIRO, RENATA MAFRA; DA SILVA, DENISE MARIA GUERREIRO VIEIRA. Fatores de risco para o desencadeamento do pé diabético. Revista Eletrônica de Enfermagem, v. 16, n. 2, p. 386-93, 2014.

BRASIL, Ministério da Saúde. Manual do pé diabético: estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica. Brasília: Ministério da Saúde; 2016.

DIRETRIZES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES 2017-2018 / Organização José Egídio Paulo de Oliveira, Renan Magalhães Montenegro Junior, Sérgio Vencio. -- São Paulo : Editora Clannad, 2017.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE DIABETES. Atlas de Diabetes da IDF, 8ª ed. Bruxelas, Bélgica: Federação Internacional de Diabetes, 2017. <http://www.diabetesatlas.org>

INTERNATIONAL WORKING GROUP ON THE DIABETIC FOOT. International consensus on the diabetic foot and practical guidelines on the management and the prevention of the diabetic foot, 2015.

LUCAS LPP, BARICHELLO E, ZUFFI FB, BARBOSA MH. A percepção dos portadores de Diabetes Mellitus tipo 2 em relação à amputação. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 2010.

MENEZES LCG. ET AL. Pesquisa ação: práticas de autocuidado das pessoas com pé diabético. Rerv. Enferm. UFPE online, Recife, 2017 v. 11, n.9, p3558-3566.

MENEZES LCG. Eficácia de filme educativo de curta-metragem para o autocuidado com o pé diabético: ensaio clínico controlado randomizado. Tese (Doutorado em Cuidados Clínicos em Enfermagem). 264p. Fortaleza. UECE, 2016.

OREM, D. E. Nursing: concepts of practice. 5. ed. New York: McGraw-Hill, 2001.

RAMIREZ-PERDOMO, Claudia; PERDOMO-ROMERO, Alix e RODRIGUEZ-VELEZ, María. Conhecimentos e práticas para a prevenção do pé diabético. Rev. Gaúcha Enferm.

[online]. 2019, vol.40. Epub 18-Fev-2019. ISSN 0102-6933.