**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE DIABETES MELLITUS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

**Autores:** Júlia Maria Vieira Rodrigues1, Thaynan Gadêlha da Silva2, Renata Mendes Ferreira3, Larissa Nogueira Barrozo4, Aline de Souza Pereira5.

**Instituições:** 1- Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, Ceará. Brasil. Apresentador. 2- Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. 3 - Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. 4 - Acadêmica do curso de Enfermagem do Centro Universitário Estácio do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. 5- Enfermeira. Docente do Centro Universitário Estácio do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. Orientadora.

**Resumo**: Diabetes é uma doença crônica na qual o corpo não produz insulina ou não consegue empregar adequadamente a insulina que produz. Divide-se em três tipos: tipo 1, onde pouca ou nenhuma insulina é liberada. Tipo 2, surge quando o organismo não consegue utilizar adequadamente a insulina produzida, e o terceiro tipo, a diabetes gestacional, que ocorre durante a gravidez. Estão relacionadas diretamente aos hábitos alimentares e estilo de vida. É uma patologia onde não há cura, e requer tratamento vitalício. Dentre os principais métodos não farmacológicos, está a Mudança no Estilo de Vida (MEV), que traz inúmeros benefícios ao diabético, melhorando seu bem estar e autonomia. O presente estudo procura objetivar a experiência enquanto acadêmicas de enfermagem durante a educação em saúde sobre diabetes mellitus. Trata-se de uma pesquisa descritiva e exploratória do tipo relato de experiência, realizada em uma unidade básica de saúde, durante a disciplina de estágio Ensino Clínico em Saúde Coletiva Prático, em Fortaleza-CE, no período de Junho de 2018. Os aspectos éticos foram respeitados, segundo as normas da resolução 466/12, que regulamenta as pesquisas que envolvem seres humanos, garantindo o anonimato e sigilo com relação a sua identidade. A educação em saúde dividiu-se em quatro momentos: apresentação das acadêmicas, dinâmica quebra-gelo, utilizando um quebra-cabeça relacionado à temática. Logo após, houve a explanação sobre a temática que se deu de forma clara e sucinta, informando os tipos de diabetes, suas possíveis causas e interferências na vida cotidiana. No momento posterior, foram lançadas perguntas ao público sobre a temática, as quais foram respondidas corretamente. Por fim, foram demonstrados alguns alimentos e o quantitativo de açúcar presente em cada, o que chocou e alertou a população que participava sobre os riscos da ingestão em grande quantidade de determinados alimentos. Como exposto acima, vimos, a partir do feedback dos participantes, que a educação em saúde é um instrumento imprescindível para a conscientização da população. A possibilidade de trabalhar com a temática abordada proporcionou aos estudantes o contato com o público de maneira efetiva, tendo como viés a prevenção e promoção da saúde de adultos e idosos ali presentes. Os conhecimentos teóricos foram postos em prática com linguagem acessível ao público, o que favoreceu o aprendizado. É de grande valia para todas as acadêmicas poder educar e propagar informações para promover o autocuidado populacional.

**Descritores:** Diabetes Mellitus; Educação em saúde; Sedentarismo.