

SAÚDE EM PAUTA**A IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES DO PROFISSIONAL DE
SAÚDE AO PACIENTE DIABÉTICO**

*Débora P. da S. Jones **

O diabetes mellitus é uma doença crônica de origem múltipla decorrente da falta e/ou incapacidade da insulina exercer adequadamente seus efeitos. Caracteriza-se por aumento da glicose (hiperglicemia) crônica com distúrbios do metabolismo dos carboidratos, lipídeos e proteínas. As consequências do diabetes mellitus a longo prazo incluem falência e disfunção de vários órgãos: rins, olhos, nervos, coração e vasos sanguíneos.

A insulina é um hormônio secretado pelas células do pâncreas com a finalidade de gerar energia, sua falta ou ação deficiente acarreta modificações importantes no metabolismo das gorduras, das proteínas, dos sais minerais, da água corporal e, principalmente, da glicose.

Os sintomas que o paciente apresenta são: urina demais (poliúria) e, como isso, desidrata; sente muita sede (polidipsia); aumento do apetite (polifagia); alterações visuais; impotência sexual; infecções fúngicas na pele e nas unhas; feridas, especialmente nos membros inferiores, que demoram a cicatrizar; neuropatias diabéticas provocadas pelo comprometimento das terminações nervosas; distúrbios cardíacos e renais.

Sendo uma doença crônica, o diabetes requer toda uma vida de comportamentos especiais de autocuidado. Por isso, dar liberdade ao paciente de fazer opções no autocontrole é condição essencial para mudança efetiva de comportamento.

O controle inadequado do diabetes ao longo dos anos da doença representa uma ameaça à vida do paciente, pois, há precocidade e o risco aumentado de doenças coronarianas, acidentes vasculares cerebrais, retinopatias, nefropatias e morte prematura. O diabetes mellitus representa um problema de saúde pública que se demonstra extremamente oneroso para o sistema de saúde, pois a doença pode levar a sérias complicações.

É preciso considerar ainda que mudanças de comportamento tão significativas quanto as que se esperam do paciente não podem ser impostas e somente se fazem ao longo do tempo, com compreensão da necessidade de mudança.

Sensibilizar o diabético para compreender essas necessidades de alterações pessoais no estilo de vida é papel fundamental dos profissionais envolvidos com o diabetes. Considerar e aceitar mudanças gradativas dando reforço positivo aos comportamentos de autocuidado realizados, ao invés de focar somente nos que foram negligenciados, são atitudes que se deve ter para ajudar nas adaptações desejadas do estilo de vida.

O cuidado com o paciente com diabetes e com sua família é desafiador para a equipe de saúde, especialmente para poder ajudá-lo a mudar seus hábitos, o que estará diretamente ligado à vida de seus familiares e amigos. Aos poucos, ele deverá aprender a controlar esses hábitos em um processo que vise qualidade de vida e autonomia.

Adotar uma postura de decidir junto com o paciente quais medidas são pertinentes e passíveis de execução, por meio de um processo colaborativo e essencialmente prescritivo, encorajá-los a assumir responsabilidade de seu próprio controle, são ferramentas importantes para que a adesão se concretize.

A realização de atividades grupais, envolvendo os familiares, para a discussão dos aspectos positivos do tratamento, bem como das dificuldades encontradas, é uma estratégia importante no manejo do diabetes.

A educação em diabetes é importante porque permite que o paciente se sinta melhor, propiciando um melhor controle metabólico e favorecendo o decréscimo dos custos com o tratamento. São estratégias para prevenir, minimizar ou corrigir os problemas identificados, sempre estabelecendo metas com a pessoa com diabetes. Neste sentido, são pontos importantes no planejamento da assistência:

- Abordar/orientar sobre: os sinais de hipoglicemia e hiperglicemia e orientações sobre como agir diante dessas situações; a motivação para modificar hábitos de vida não saudáveis (fumo, estresse, bebida alcoólica e sedentarismo); a percepção de presença de complicações; a doença e o processo de envelhecimento; o uso de medicamentos prescritos (oral ou insulina), indicação, doses, horários, efeitos desejados e colaterais, controle da glicemia, estilo de vida, complicações da doença; o uso da insulina e o modo correto de como reutilizar agulhas; planejamento de rodízio dos locais de aplicação;
- Solicitar e avaliar os exames previstos no protocolo assistencial local;
- Quando pertinente, encaminhar ao médico e, se necessário, aos outros profissionais da saúde.

* Débora P. da S. Jones é graduada em Enfermagem e docente do curso de graduação em Medicina do Unifeso.