

A FALTA DE INFORMAÇÃO SOBRE DIABETES MELLITUS: IMPACTOS NO TRATAMENTO E QUALIDADE DE VIDA DOS PACIENTES

APARECIDO, K. G. B.¹; FAZZIO, A. C.²

Palavras-chave: Diabetes Mellitus. Desinformação. Qualidade de Vida.

INTRODUÇÃO

O Diabetes Mellitus (DM) constitui-se em uma doença metabólica crônica de alta prevalência, sendo um dos maiores desafios para a saúde pública mundial. No Brasil, caracteriza-se como uma epidemia, com impacto expressivo nos sistemas de saúde e na qualidade de vida dos pacientes. Além das complicações físicas, o DM gera sobrecarga emocional e social, em virtude da dificuldade de adesão ao tratamento e da ausência de informações adequadas sobre autocuidado e alimentação (Barbosa, *et al.*, 2015).

A relevância do tema decorre do fato que muitos pacientes apresentam práticas alimentares inadequadas, resultando em complicações metabólicas. Isso ocorre, em grande parte, pela falta de acesso a materiais educativos claros e acessíveis. Neste sentido, estratégias educativas, como a elaboração de cartilhas ilustradas, podem ser eficazes no fortalecimento do conhecimento e da autonomia do paciente, prevenindo complicações e promovendo qualidade de vida (Bertonhi; Dias, 2018; Brasil, 2014).

¹ 1 Kimberly Godoi Boroski Aparecido. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2025. E-mail: kimberlygodoinutricao@gmail.com

² Ana Carina Fazzio. Orientadora da pesquisa. Docente Especialista do Curso de Bacharelado em Nutrição da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – PR. 2025.

OBJETIVO

O presente estudo teve como objetivo principal a elaboração de uma cartilha educativa voltada a portadores de Diabetes Mellitus, contendo informações claras sobre alimentação saudável, atividade física e orientações de autocuidado. Como objetivos específicos, buscou-se: 1) conscientizar os indivíduos sobre os riscos da má alimentação; 2) propor estratégias de compreensão da conduta alimentar; 3) utilizar a cartilha como recurso visual acessível para educação nutricional.

MÉTODO

Trata-se de uma revisão de literatura, realizada a partir da busca de artigos científicos em bases eletrônicas nacionais e internacionais, priorizando publicações em língua portuguesa. Os critérios de inclusão foram artigos que abordassem os fatores associados ao Diabetes Mellitus, estratégias de prevenção e condutas terapêuticas. Foram excluídos estudos relacionados ao diabetes gestacional e intolerância à glicose. Após a análise, elaborou-se uma cartilha educativa no aplicativo Canva, organizada em linguagem simples e com ilustrações que facilitassem a compreensão.

RESULTADOS

A cartilha educativa foi composta por 13 páginas, abordando tópicos como definição e tipos de Diabetes Mellitus, sintomas, complicações, influência da alimentação, papel dos macronutrientes e micronutrientes, índice glicêmico, alimentos ultraprocessados, bem como a prática de atividade física no controle

glicêmico. O material foi estruturado de forma acessível, visando atender a diferentes faixas etárias e níveis de escolaridade (Castro *et al.*, 2021).

Estudos analisados confirmam que materiais educativos favorecem a adesão ao tratamento, ampliam o conhecimento do paciente e contribuem para o controle metabólico. Além disso, promovem maior autonomia e estimulam mudanças positivas no estilo de vida. Dessa forma, a cartilha desenvolvida representa uma ferramenta eficaz para complementar as orientações médicas e nutricionais (Neves, 2023).

CONCLUSÃO

Conclui-se que a falta de informação sobre Diabetes Mellitus compromete significativamente a adesão ao tratamento e a qualidade de vida dos pacientes. A cartilha educativa elaborada no presente estudo mostrou-se uma estratégia relevante para promover educação em saúde, permitindo que os indivíduos compreendam melhor sua condição e adquiram autonomia para o autocuidado.

O uso de recursos visuais e linguagem acessível possibilita a disseminação de informações de forma mais inclusiva, podendo ser aplicado em atendimentos individuais e em atividades coletivas. Assim, materiais educativos constituem-se instrumentos fundamentais na promoção da saúde e na prevenção de complicações associadas ao Diabetes Mellitus.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, M. A. G. et al. **Alimentação e diabetes mellitus**: percepção e consumo alimentar de idosos no interior de Pernambuco. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*, v. 28, n. 3, p. 370–378, 2015.

BERTONHI, L. G.; DIAS, J. C. R. **Diabetes mellitus tipo 2**: aspectos clínicos, tratamento e conduta dietoterápica. *Revista Ciências Nutricionais Online*, v.2,

n.2, 2018.

CASTRO, R. M. F. de et al. **Diabetes mellitus e suas complicações**: Uma revisão sistemática e informativa. Revista Brasileira de Revisão de Saúde, v.1, p. 3349–3391, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia Alimentar para a População Brasileira**. 2. ed. Brasília: MS, 2014.

NEVES, R. G. et al. **Complicações por diabetes mellitus no Brasil**: estudo de base nacional. Ciência & Saúde Coletiva, v.28, n.11, p. 3183–3190, 2023.