

# EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA CONTROLE DE DIABETES MELLITUS EM IDOSOS DA UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Maria Luiza dos Santos Almeida<sup>1</sup>; Adriele Oliveira Santiago<sup>2</sup>; Fatima Vitória Diogo Batista<sup>3</sup>; Irla Winnie da Silva Santos<sup>4</sup>; Mayana Carneiro da Silva<sup>5</sup>.**

<sup>1</sup>Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, BA.

<https://lattes.cnpq.br/6278123667672739>

<sup>2</sup>Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, BA.

<https://lattes.cnpq.br/0286698335774291>

<sup>3</sup>Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, BA.

<https://lattes.cnpq.br/5061077995674925>

<sup>4</sup>Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, BA.

<https://lattes.cnpq.br/8893850712570098>

<sup>5</sup>Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS), Feira de Santana, BA.

<https://lattes.cnpq.br/6631277989739276>

**DOI:** 10.47094/ICOBAMUES.2024/RE/2

**PALAVRAS-CHAVE:** Educação em saúde. Pessoa Idosa. Diabetes Mellitus.

## INTRODUÇÃO

A Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI) é um programa que tem como objetivo a recuperação do valor social, cultural e econômico do idoso, a promoção da autoestima, permitindo a estes uma vida útil e plena, além de um envelhecimento saudável. É, atualmente, um projeto de extensão universitária presente em várias instituições estaduais e federais do país. Com intuito de tornar a pessoa idosa o sujeito ativo do ensino-aprendizagem, a UATI faz atividades como oficinas, seminários, rodas de conversas e feiras de saúde e cultura. O presente estudo retrata sobre a experiência de cinco estudantes de enfermagem de uma universidade no interior da Bahia, que durante as práticas do componente curricular “Enfermagem na Saúde do Adulto e Idoso I”, contribuíram com a Feira de Saúde da UATI, que visa o bem-estar na terceira idade oferecendo aferição de pressão arterial, da glicemia capilar, atividades físicas e promovendo educação em saúde sobre condições crônicas que prevalecem na terceira idade, como Diabetes Mellitus. A escolha do tema “Controle do Diabetes Mellitus” foi motivada porque a população idosa é especialmente vulnerável a complicações, além disso, a educação em saúde se mostrou essencial nesse cenário não só para melhorar o conhecimento das pessoas sobre a doença, mas também incentivá-los a adotar comportamentos que favorecessem o controle glicêmico e a qualidade de vida.

## OBJETIVO

O presente trabalho tem por objetivo relatar as experiências vividas por discentes de enfermagem frente a educação em saúde realizada visando a promoção de saúde e conhecimentos acerca da Diabetes Mellitus em uma feira de saúde da Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI).

## METODOLOGIA

O presente estudo se qualifica como relato de experiência realizado em uma feira de saúde da Universidade Aberta à Terceira Idade (UATI), um projeto de extensão universitária em uma universidade no interior da Bahia. O público-alvo foi composto de aproximadamente 100 pessoas idosas. A metodologia utilizada foram palestras educativas com auxílio de recurso didático e visual como *folder* que abordou o conceito de Diabetes Mellitus, os tipos, prevenção e controle dos níveis glicêmicos com foco na importância do autocuidado, como a prática de exercícios físicos. Concomitantemente, realizamos a aferição dos níveis glicêmicos, identificando, quando necessário, as alterações e reforçando as orientações individualmente.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes (2020), a atividade física saudável traz benefícios para os portadores de Diabetes Mellitus, melhorando a capacidade cardiorrespiratória, aumentando a massa muscular e diminuindo a tensão psicológica provocada pela doença. Nesse sentido, orientamos e discutimos sobre a importância da atividade física em todas as faixas etárias, sobretudo, na terceira idade. As pessoas idosas, em sua grande maioria, relataram fazer atividades físicas, como atividade de força e pilates, sendo as mais comuns.

Antes de iniciarmos a educação em saúde e a aferição de glicemia, observamos o temor das pessoas idosas em realizar o teste de glicemia e em como os níveis glicêmicos poderiam oferecer riscos para o desenvolvimento da Diabetes Mellitus. Todavia, após a educação em saúde, percebemos o aumento do conhecimento sobre a doença, no qual surgiram relatos de pessoas idosas que passaram a reconhecer melhor os sinais de alerta da hiperglicemia, assim, tornaram-se mais confiantes em aferir a glicemia capilar e tomar as decisões de saúde. Além disso, proporcionou um ambiente de interação social, com um ambiente de apoio e troca de experiências sobre a saúde, sinais e sintomas. Relatos como: “Agora eu sei o que fazer quando a glicose sobe”, “Não sabia que existia outro tipo de diabetes”, “O medo que eu tinha de ter diabetes passou, agora pude perceber os sinais de alteração e aí sim fazer controle dos níveis de açúcar” foram comuns e permitiram a reflexão acerca da importância da educação em saúde, e de colocar a pessoa idosa como sujeito ativo do ensino-aprendizagem, fortalecendo o autocuidado dessas pessoas, o que

promove o envelhecimento saudável e independente para os idosos.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência demonstrou que a educação em saúde voltada para idosos com Diabetes Mellitus é um processo contínuo e essencial para controle da doença. A didática da abordagem e a participação ativa das pessoas idosas foram aspectos cruciais para fortalecimento do conhecimento e superação dos medos na aferição glicêmica. Dessa forma, destaca-se que a continuidade dessas ações de promoção em saúde, acompanhamento e suporte é fundamental para prevenção de agravos.

Portanto, é viável que mais ações de saúde como essa sejam realizadas nas UATI's com o reforço da abordagem multidisciplinar, envolvendo profissionais e estudantes de várias áreas de atuação, como psicologia, enfermagem, medicina, odontologia, entre outros, considerando a individualização dos planos educativos e a expansão para inclusão das famílias das pessoas idosas, o que proporciona um cuidado mais integral e humanizado.

## PRINCIPAIS REFERÊNCIAS

ASSIS, Marcella Guimarães; DIAS, Rosângela Corrêa; NECHA, Ruth Myssior. **A Universidade para a terceira idade na construção da cidadania da pessoa idosa**. Brasília. Repositório do Conhecimento do Ipea, 2014.

GARCIA, Sonia Maria de la Torre. **Educação e Prevenção em Diabetes Mellitus na Estratégia Saúde da Família em Ibiá-MG**: melhora metabólica e ganho na qualidade de vida. 2016. Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva), Universidade de São Paulo, São Paulo, 2016. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/bitstream/ARES/9590/1/sunia-maria-de-la-torre-garcia.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2024.

SÃO PAULO. **Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020**. Disponível em: <https://www.saude.ba.gov.br/wp-content/uploads/2020/02/Diretrizes-Sociedade-Brasileira-de-Diabetes-2019-2020.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2024.