



ELABORAÇÃO DO MATERIAL EDUCATIVO “NUTRINDO O CORPO E A MENTE: UM MANUAL DE AUTOCUIDADO PARA DIABÉTICOS TIPO 2”

Naiara Caroline Vígaro Capais¹, Maria Angélica Martins Lourenço Rezende¹

¹Área de Ciências da Saúde – Centro Universitário Sagrado Coração
naiara_vigarol@hotmail.com, maria.rezende@unisagrado.edu.br

Tipo de pesquisa: Iniciação Científica Voluntária – PIVIC

Agência do fomento: Não há

Área do conhecimento: Saúde – Nutrição

O material de autocuidado desenvolvido para indivíduos portadores de diabetes tipo 2, visa a promoção ao autocuidado e bem-estar físico e mental de forma a induzir o indivíduo a aderir modificações no estilo de vida para melhora do quadro clínico, englobando as categorias do autocuidado físico, social, mental e emocional, pois esta é uma doença crônica não transmissível (DCNT) que demanda cuidados específicos à saúde. A abordagem terapêutica para essa doença necessita de mudanças no comportamento de autocuidado, podendo envolver insulino-terapia, prática de exercícios físicos, monitorização glicêmica, aliados ao seguimento de um plano alimentar. Em razão da necessidade de um controle rigoroso da doença, a ansiedade e depressão pode vir a se desenvolver em 40% dos casos nesse indivíduo. Através dos dados levantados na elaboração desse material educativo, pode-se notar que no serviço público uma parcela dos gastos nacionais é destinada a essa DCNT, no qual também acarreta custos pessoais ao indivíduo, podendo estar associados a dor física, transtornos de ansiedade e depressão e ao investimento financeiro, com a finalidade de apresentar informações e estratégias alimentares para o tratamento e prevenção do agravamento do DM, bem como redução dos impactos causados na saúde mental da população acometida.

Palavras-chave: Diabetes mellitus tipo 2. Depressão. Ansiedade. Autocuidado.