

## **GINCANA DO DIABETES**

Coordenador: BEATRIZ D AGORD SCHAAN

Autor: GABRIEL LEIVAS

O diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é uma doença crônica que começa geralmente na infância, caracterizada pela deficiência absoluta de insulina, com conseqüente hiperglicemia crônica, que determina, em longo prazo, complicações crônicas. Um bom controle glicêmico está diretamente relacionado à diminuição do surgimento e progressão dessas complicações. O tratamento do DM1 baseia-se principalmente na reposição de insulina, mas abrange também uma série de medidas comportamentais, como monitorização frequente da glicemia capilar, controle da alimentação, utilização correta da insulina e prática de atividade física regular. Em curto prazo, os objetivos do tratamento do DM1 são o melhor controle metabólico possível, a melhora do sentimento de bem-estar clínico do paciente e evitar as complicações crônicas da doença em longo prazo. Sabendo da dificuldade em aderir ao tratamento e lidar com as diversas mudanças exigidas pela doença, a Gincana do Diabetes teve como objetivo auxiliar crianças e adolescentes com DM1, bem como seus responsáveis, a compreender as interações entre glicemia, alimentação, exercícios e doses de insulina através de atividades lúdicas e interativas, a fim de orientá-los sobre como comportar-se no dia a dia, buscando atingir um bom controle glicêmico com o menor risco de efeitos adversos. Dentre as atividades, a oficina multidisciplinar consistiu de cinco estações com alunos treinados ou profissionais da saúde (nutricionista, educador físico ou fisioterapeuta, assistente social, enfermeiro e farmacêutico) que atenderam cada responsável durante 15 minutos e, passado este tempo, os responsáveis trocavam de estação até serem atendidos por todos os profissionais da oficina, totalizando 1 hora e 30 minutos. Enquanto isso, as atividades lúdicas com as crianças foram coordenadas por alunos de graduação de teatro, supervisionados por professores e alunos de pós-graduação da área da saúde, em um momento livre para pacientes e alunos criarem apresentações artísticas abordando a temática diabetes. A segunda etapa consistiu em um "circuito de atividades", onde responsáveis e crianças, em duplas, passavam por cada um dos desafios propostos, que contemplavam diferentes questões do dia a dia do cuidado da pessoa com DM1. No final, todos foram reunidos no mesmo ambiente, junto com os profissionais e houve um espaço para dúvidas e partilhas sobre DM1. No total, nove famílias e cerca de vinte colaboradores (alunos de graduação, pós-graduação e professores) participaram da Gincana, o que

permitiu uma efetiva assistência profissional ao contexto de cada participante, além do compartilhamento de experiências e dificuldades entre as próprias famílias. Tendo em vista o resultado positivo obtido, a Gincana do Diabetes mostrou-se uma iniciativa relevante para este público e visa atingir ainda mais indivíduos com DM1.