

## ASPECTOS GERAIS DA TÉCNICA DE CONTAGEM DE CARBOIDRATOS EM PACIENTES DM 1

Manoel Patrick da Silva Cavalcante<sup>1</sup>; Antônio Goldenberg Queiroz Saraiva<sup>1</sup>; Davi Silva Lima Silvestre<sup>1</sup>; Carla Patricia de Almeida Oliveira<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Farmácia da Centro Universitário Católica de Quixadá;  
E-mail: manael\_patrick1997@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Farmácia do Centro Universitário Católica de Quixadá;  
E-mail: carlapatricia@unicatolicaquixada.edu.br

### RESUMO

O diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é um distúrbio metabólico onde ocorre à destruição gradual das células beta pancreáticas produtoras de insulina, evoluindo para a deficiência total na secreção deste hormônio. O *Diabetes Control and Complications Trial* (DCCT) evidencia a importância do controle glicêmico adequado para retardar o início e a progressão de complicações micro e macrovasculares do DM1. Uma das principais recomendações desse estudo em relação aos aspectos nutricionais de indivíduos com DM1 é o planejamento dietético, este deve ser individualizado, permitir flexibilidade nas escolhas alimentares e, possibilitar um controle metabólico adequado. Uma maneira de otimizar esse controle é ajustar o número de unidades de insulina administradas à quantidade de carboidratos consumidos, por meio da contagem de carboidratos da dieta. Nessa estratégia, o requerimento insulínico é proporcional ao conteúdo de carboidratos de um alimento ou refeição, visto que a glicemia pós-prandial é determinada pela quantidade consumida desse macronutriente. Por conta disso este estudo pretendeu analisar se os trabalhos existentes na literatura acerca da contagem de carboidratos evidenciam mudanças significativas na vida dos pacientes com DM, bem como apresentar aspectos gerais da técnica. Realizou-se um estudo bibliográfico do tipo exploratório-descritivo, com as palavras-chave mediante consulta aos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da Bireme: Diabetes mellitus, Contagem de Carboidratos. Foram pesquisados artigos publicados entre 2004 e 2014. Inicialmente foram encontrados um total de 13 artigos. Os resumos foram lidos e a amostra final resultou em 6 artigos que foram analisados na íntegra. Foi possível observar que a contagem de carboidratos é um método dietético que apresenta diversas vantagens como: liberdade e flexibilidade na escolha dos alimentos, redução das oscilações glicêmicas prevenindo episódios de hipo e hiperglicemia, ser um procedimento muito bem aceito, permitindo uma melhor qualidade de vida. Porém, para ser efetiva necessita do envolvimento do paciente, da equipe e da família, além de serem necessários mais estudos randomizados direcionados para esta área.

**Palavras-chave:** Diabetes Mellitus Tipo 1. Carboidratos. Alimentação. Metabolismo