

## **Dia mundial da Diabetes: 1ª Edição**

### **World diabetes day: 1st Edition**

DOI:10.34117/bjdv8n4-415

Recebimento dos originais: 21/02/2022

Aceitação para publicação: 31/03/2022

#### **Camilla Mattia Calixto**

Cursando ensino superior

Instituição : Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP :84030-900

E-mail: calixtocamilla@gmail.com

#### **Bruna Karas**

Cursando ensino superior

Instituição: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP: 84030-900

E-mail: brunakaras3@gmail.com

#### **Francielle Nocera Viechieski**

Cursando ensino superior

Instituição: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP: 84030-900

E-mail: fran.nocera@hotmail.com

#### **Alice Magro Koscianski**

Cursando ensino superior

Instituição : Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP:84030-900

E-mail: alicemkos@gmail.com

#### **Julia Henneberg Hessman**

Cursando ensino superior

Instituição: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP: 84030-900

E-mail: julia.hessman@gmail.com

#### **Gilberto Baroni**

Doutorado

Instituição Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP: 84030-900

E-mail: gbaroninefro@gmail.com

**Gianna Carla Alberti Schrut**

Mestrado

Instituição: Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP:84030-900

E-mail: gicaalberti@gmail.com

**Mário Cláudio Soares Sturzeneker**

Doutorado

Instituição :Universidade Estadual de Ponta Grossa

Endereço: Av. General Carlos Cavalcanti, 4748 - Uvaranas, Ponta Grossa

CEP: 84030-900

E-mail: mcssturzeneker@gmail.com

**RESUMO**

O diabetes mellitus (DM) afeta cerca de 13 milhões de brasileiros e juntamente com outras doenças crônicas não transmissíveis é a quarta maior causa de mortes no mundo. Os objetivos deste trabalho são esclarecer a população sobre os fatores de risco para DM, esclarecer sobre o potencial deletério dessa doença e promover a saúde incentivando adoção de hábitos de vida saudáveis, aproveitando a alusão ao Dia Mundial do Diabetes. Foram conduzidas anamneses dirigidas, avaliação de medidas antropométricas, aferição de pressão arterial e glicemia capilar. Na sequência, foram realizadas palestras dirigidas à população para disseminar informações de maneira acessível sobre os fatores de risco e formas de prevenção de DM e doenças cardiovasculares (DCV), visto que a presença de DM aumenta em 3 a 4 vezes o risco de DCV devido principalmente a hiperglicemia e a resistência insulínica. As palestras abordaram temas como hábitos de vida mais saudáveis, alimentação e exercício físico. Foram atendidos 36 pacientes, dos quais 55,55% eram homens, 33,35% eram diabéticos confirmados, 35,4% apresentaram glicemia  $\geq 100$  mg/dl durante o evento, mas não possuíam diagnóstico de DM e 80% apresentavam sobrepeso ou obesidade. Os fatores de risco mais prevalentes foram a alimentação hiperglicêmica e a história familiar positiva para DM, ambas relatadas por 41,66% dos pacientes. O menos prevalente foi o tabagismo, identificado em 19,44% dos pacientes. Foram feitas orientações caso-a-caso, além de esclarecimento de dúvidas durante o evento.

**Palavras-chave:** diabetes mellitus, prevenção, promoção da saúde.

**ABSTRACT**

Diabetes mellitus (DM) affects about 13 million Brazilians and, together with other non-communicable chronic diseases, is the fourth leading cause of death in the world. The objectives of this work are to clarify the population about the risk factors for DM, clarify the deleterious potential of this disease and promote health by encouraging the adoption of healthy lifestyle habits, taking advantage of the allusion to World Diabetes Day. Directed anamnesis, evaluation of anthropometric measurements, blood pressure and capillary glycemia were carried out. Subsequently, lectures were given to the population to disseminate information in an accessible way about risk factors and ways to prevent DM and cardiovascular diseases (CVD), since the presence of DM increases the risk of CVD by 3 to 4 times due to mainly hyperglycemia and insulin resistance. The lectures addressed topics such as healthier lifestyle habits, nutrition and physical exercise. Thirty-six patients were treated, of which 55.55% were men, 33.35% were confirmed diabetics,

35.4% had blood glucose  $\geq 100$  mg/dl during the event, but did not have a diagnosis of DM, and 80% were overweight or obese. . The most prevalent risk factors were hyperglycemic diet and a positive family history of DM, both reported by 41.66% of patients. The least prevalent was smoking, identified in 19.44% of patients. Guidance was provided on a case-by-case basis, as well as clarification of doubts during the event.

**Keywords:** diabetes mellitus, prevention, health promotion.

## 1 JUSTIFICATIVA

Segundo dados do Ministério da Saúde, o diabetes afeta cerca de 250 milhões de pessoas em todo o mundo. No Brasil, a Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) afirmou que, em 2019, mais de 13 milhões de pessoas viviam com a doença (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2020). Além disso, as doenças crônicas não transmissíveis, como o diabetes, figuram em quarto lugar entre as principais causas de morte no mundo (BERTONHI, DIAS, 2020), e são responsáveis por 11,6% dos gastos mundiais com atenção em saúde (GUIMARÃES et al, 2016).

Pacientes diabéticos apresentam risco 3 a 4 vezes maior de apresentar evento cardiovascular em comparação aos não diabéticos, devido a hiperglicemia, resistência insulínica e outros fatores de risco associados as duas patologias, como hipertensão arterial sistêmica, dislipidemia e obesidade (SIQUEIRA et al, 2007).

O diabetes é classificado segundo a SBD, de acordo com sua etiopatogenia, em diabetes tipo 1 (DM1), diabetes tipo 2 (DM2), diabetes gestacional e outros tipos de diabetes. Sendo o Dia Mundial do Diabetes focado na prevenção do DM2, subtipo mais comum, frequentemente associado à obesidade e envelhecimento (PEDROSA et al, 2019).

O papel da prevenção é alentado, e iniciativas como o Dia Mundial do Diabetes visando a correção de fatores de risco, como excesso de peso e sedentarismo aliados a educação em saúde, podem resultar em redução da incidência dessa doença.

## 2 OBJETIVOS

Incentivar medidas de prevenção ao diabetes, como combate aos fatores de risco conhecidos e modificáveis, estímulo ao exercício físico e dieta por meio da educação da população sobre a doença e complicações associadas, a fim de obter um impacto positivo na saúde da comunidade e redução da incidência do diabetes e das suas complicações.

### 3 METODOLOGIA

O evento ocorreu no Centro Rural de Treinamento e Ação Comunitária (CRUTAC), localizado no distrito de Itaiacoca, em Ponta Grossa – PR, no dia 20/10/2021 das 9h às 16h. A parte inicial contou com atendimento à população, por meio de anamnese dirigida básica, avaliação de medidas antropométricas como altura, peso e circunferência abdominal, avaliação da glicemia capilar e aferição da pressão arterial.

A segunda parte do evento contou com apresentação de palestras pelos acadêmicos acerca de fatores de risco modificáveis associados ao DM2, com a finalidade de esclarecer aspectos abordados no atendimento. Ao total foram quatro palestras, com as temáticas “Diabetes tipo 2, causas e complicações: como prevenir?”, “Sou responsável pela minha saúde: como ser mais saudável?” “Dieta é sempre ruim?” e “Exercício físico, o quanto é necessário?”, previamente orientadas pelos professores responsáveis pelo evento.

### 4 RESULTADOS

Durante o evento participaram 36 pacientes, dos quais 16 (44,44%) eram mulheres e 20 (55,55%) eram homens. A média de idade foi de 50,05 anos entre as mulheres e 52 anos entre os homens. A média de peso entre as mulheres foi de 70,43 e entre os homens foi de 84,305 kg, com cintura abdominal de 93,4375 cm e 99,5 cm, respectivamente. A altura média entre as mulheres foi de 157 cm e a dos homens foi de 172,2 cm. A média de PA aferida nos homens foi de 138,65/92 mmHg e 127,5/78,44 mmHg nas mulheres (tabela 1).

No total, 5 pessoas (13,89%) relataram o uso de medicamentos para hipertensão arterial sistêmica (HAS) e 12 (33,347%) estavam em tratamento de diabetes mellitus (DM), 6 indivíduos eram portadores de dislipidemia, 6 (16,67%) foram diagnosticados com doenças cardiovasculares (DCV), 25 (69,45%) relataram história familiar positiva para DCV e 15 (41,67%) tinham familiares portadores de DM. Em relação aos hábitos de vida, 9 (25%) faziam uso de bebidas alcoólicas, 11 (30,56%) eram tabagistas, 14 (38,89%) utilizavam sal em excesso, 15 (41,67%) consumiam açúcar exageradamente, 25 (69,45%) sentiam-se nervosos/estressados frequentemente e 23 (63,89%) faziam acompanhamento médico regular (tabela 1).

Tabela 1 – Descrição da população

Variável	Homens	Mulheres
Número de participantes	20 (55,55%)	16 (44,44%)
Média de idade	52	50,05
Média de peso	79,41kg	71,06 kg
Média de altura	166,58 cm	160,58 cm
Média de cintura abdominal	99,5 cm	93,4375 cm
Média da PA	138,65/92 mmHg	127,5/78,44 mmHg
Uso de medicamento anti-hipertensivo	1 (5%)	4 (25%)
Uso de medicamento para diabetes	5 (25%)	7 (43,75%)
Dislipidemia	3 (15%)	3 (18,75%)
Doença cardiovascular estabelecida	1 (5%)	5 (31,25%)
História familiar de DCV	13 (65%)	12 (75%)
História familiar de DM	8 (40%)	7 (43,75%)
Consumo de álcool	6 (30%)	3 (18,75%)
Tabagismo	6 (30%)	1 (6,25%)
Alimentação hipersódica	9 (45%)	5 (31,25%)
Alimentação hiperglicêmica	8 (40%)	7 (43,75%)
Acompanhamento médico regular	14 (56%)	9 (56,25%)
Estresse e nervosismo frequentes	14 (70%)	11 (68,75%)

Fonte: dados coletados durante o evento.

Entre os diabéticos, 40% tinham glicemia capilar aleatória menor de 100 mg/dl, 20% estavam na faixa entre 100 mg/dl e 139 mg/dl, 20 % entre 140 mg/dl e 199 mg/dl e 20% acima de 200 mg/dl. Entre os não diabéticos 64,5% tinham glicemia capilar aleatória menor de 100 mg/dl, 32,2% estavam na faixa entre 100 mg/dl e 139 mg/dl, 3,2 % entre 140 mg/dl e 199 mg/dl e nenhum acima 200 mg/dl. A média entre os homens foi de 95 mg/dl, e 144,125 para as mulheres (Tabela 2).

Tabela 2 – Glicemia capilar aleatória

Glicemia (mg/dl)	Diabéticos	Não diabéticos
< 100	2 (40%)	20 (64,5%)
100 a 139	1 (20%)	10 (32,2%)
140 a 199	1 (20%)	1 (3,2%)
> 200	1 (20%)	0 (0%)
<b>Média da população total</b>	<b>Média entre os homens</b>	<b>Média entre as mulheres</b>
103,5 mg/dl	95 mg/dl	144,125 mg/dl

Fonte: dados coletados durante o evento.

Em relação a análise da hipertensão arterial sistêmica, 41,66% dos pacientes avaliados eram hipertensos confirmados, 25% eram hipertensos controlados (definidos como PA inferior a 140/90 mmHg), 6% eram hipertensos descontrolados (definidos como PA igual ou superior a 140/90 mmHg) e 8% eram aparentemente hipertensos, pois durante o evento apresentaram pressões arteriais superiores a 140/90 mmHg, mas não tinham diagnóstico e não realizavam tratamento. A pressão (tabela 3).

Tabela 3 – Pressão arterial

Classes	Número de pacientes (porcentagem)
Normotensos	9 (25%)
Pressão normal alta	4 (11,11%)
Hipertensos confirmados	15 (41,66%)
Hipertensos controlados	9 (25%)
Hipertensos não controlados	6 (16,66%)
Aparentemente hipertensos	8 (22,22%)

Fonte: dados coletados durante o evento.

Analisando os dados referentes ao índice de massa corporal (IMC), percebemos que 80% dos pacientes avaliados se encontravam com um peso superior ao indicado para a altura, dos quais 45,7% tinham sobrepeso, 25,7% eram obesos grau I, 8,6% eram obesos grau II e nenhum era portador de obesidade grau III (tabela 4).

Tabela 4 – Análise do índice de massa corporal

Classe	Faixa IMC	Número de pacientes
Normal	18,5 - 24,9	7 (20%)
Sobrepeso	25 - 29,9	16 (45,7%)
Obesidade grau I	30 - 34,9	9 (25,7%)
Obesidade grau II	35 - 39,9	3 (8,6%)
Obesidade grau III	≥ 40	0 (0%)

Fonte: dados coletados durante o evento.

Além da avaliação clínica, cada paciente foi devidamente orientado quanto ao estilo de vida de forma personalizada. Eles também foram encorajados a tirar suas dúvidas com os acadêmicos que os atenderam e com os professores coordenadores. Ao final do evento, os acadêmicos do curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa ministraram 4 palestras sobre diabetes, sob coordenação de três professores do curso de Medicina. Em seguida, foi aberto um espaço para questionamentos dos participantes, contribuindo tanto para o ensino dos alunos, quanto para a educação da população.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De forma semelhante aos eventos de extensão Dia Mundial da Hipertensão Arterial (VIECHINESKI et al, 2021) e Dia Mundial do Coração (OLIVEIRA et al, 2021), o evento Dia Mundial da Diabetes possibilita a aproximação dos profissionais e acadêmicos da área da saúde com a população, permitindo a disseminação de informações e orientações com comunicação facilitada para estimular a prevenção da diabetes mellitus

e a promoção da saúde. Além disso, para os acadêmicos é possibilitado o protagonismo no planejamento e na execução do evento, o que contribui de forma significativa para a formação suplementar.

## REFERÊNCIAS

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Informações de Saúde. Estatísticas Vitais, 2020. Disponível em: <https://datasus.saude.gov.br/informacoes-de-saude-tabnet/>.
1. 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, p. 1-10, 2018.
2. GUIMARÃES, K.G. et al. Dia Mundial de Conscientização ao Diabetes Mellitus: Um relato de experiência. **Rev APS**, v. 1, n. 1, p. 162, 2016.
3. SIQUEIRA, A.F.A. et al. Doença cardiovascular no diabetes mellitus: análise dos fatores de risco clássicos e não-clássicos. **Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia**, v. 51, n. 2, p. 257-267, 2007.
4. PEDROSA, H.C. et al. Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020. **Clannad**, 2019. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/DIRETRIZES-COMPLETA-2019-2020.pdf>.
5. VIECHINESKI, F.N. et al. Dia Mundial De Hipertensão: 1ª Edição. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 11, p. 104993-104998, 2021.
6. OLIVEIRA, P.G.M et al. Dia Mundial do Coração 1ª edição. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 12, p. 118088-118094, 2021.