

## II JORNADA INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE

### RELATO DE EXPERIÊNCIA: DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS E O GRUPO DE DIABÉTICOS

SPECHT, Alexandra<sup>1</sup>; TUERLINCKX, Rosária Gallo<sup>2</sup>; LUCION, Rúbian<sup>3</sup>; DAL BOSCO, Marciele Jacinta<sup>4</sup>; TRENTIN, Micheli Mayara<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> Acadêmica, Curso de Nutrição, Centro Universitário FAI.

<sup>2</sup> Professora Especialista, Docente do Centro Universitário FAI.

<sup>3</sup> Professora Especialista, Docente do Centro Universitário FAI.

<sup>4</sup> Professora Especialista, Docente do Centro Universitário FAI.

<sup>5</sup> Professora Mestre, Docente, Centro Universitário FAI.

E-mail para correspondência: spechtale02@hotmail.com

#### RESUMO EXPANDIDO

**INTRODUÇÃO:** Configuradas como as principais causas de mortes no mundo, as Doenças Crônicas não transmissíveis (DCNT) tem gerado elevado número de mortes prematuras, desvio da qualidade de vida com grau de limitação das atividades tanto de trabalho quanto lazer, além de responsáveis pelos impactos econômicos nas famílias, comunidades e sociedade, agravando desigualdades e pobreza (BRASIL, 2011). O público em geral costumeiramente é atingido pelas doenças do aparelho circulatório, neoplasias malignas, diabetes mellitus e doenças respiratórias crônicas. Segundo Veras (2012), o aparecimento está vinculado a fatores como envelhecimento, estilo de vida, hábitos alimentares inadequados, inatividade física, consumo de álcool, tabagismo, comportamento sexual de risco e genética. Segundo Batista et al (2015), além de estar associada ao aumento da mortalidade e alto risco de desenvolvimento de complicações micro e macro vasculares e neuropatias, o diabetes pode resultar também em cegueira, insuficiência renal e amputações de membros, gerando gastos elevados em saúde e redução da capacidade de trabalho e expectativa de vida. Ainda, de acordo com Adefegha (2018), o diabetes mellitus (DM) é uma doença metabólica crônica relacionada ao aumento da glicose sanguínea, pela incapacidade de produzir insulina ou produzir, mas em quantidade insuficiente. Dessa forma, o diabetes se torna um desafio para o diabético e para os que estão próximos, pois a condição afeta todo o cotidiano. Assim, a educação em diabetes deve estar voltada para a construção de conhecimentos em relação ao autocuidado e a autonomia das pessoas, pensando em uma vida mais saudável (Coelho e Silva, 2006). Como padrões alimentares adequados, temos a dieta rica em vegetais, frutas,

verduras, grãos, fibras, alimentos com baixo teor de gorduras saturadas (cozidos, assados ou refogadas e temperos naturais), limitando também a ingestão de sal, álcool, doces e frituras. (RONDON; BRUM, 2003). Diante desse contexto, as Plantas Alimentícias Não Convencionas (PANCs), apresentam-se como uma ótima fonte nutricional e funcional para a alimentação humana. As PANCs são espécies de plantas nativas, exóticas, espontânea silvestres ou cultivadas, influenciando a cultura alimentar por conta da sua presença. No geral, são tratadas como “matos” e ervas daninhas, por falta de conhecimento sobre eles, perdendo assim a oportunidade de diariamente contar com esses alimentos como ganho nutricional (KINUPP & LORENZI, 2014). De acordo com LIBERATO et al (2019), além de seu alto valor nutritivo, PANCs possuem propriedades com benefícios muito além do quesito nutricional. Como exemplo temos a seriguela, que pelo consumo da fruta ou folha, ajuda a reduzir taxas de colesterol, fortalece o sistema imunológico, aumenta saúde dos ossos, combate ao estresse, controle do apetite, ganho de massa muscular, previne anemia e melhor a saúde do sistema nervoso. **OBJETIVO:** Informar ao grupo novas opções de alimentos para incluírem diariamente na alimentação, contribuindo com o aumento do valor nutritivo das refeições, além de ressaltar novamente os pontos importantes de cuidado que sua condição exige. O trabalho em grupo permite também uma aproximação mais intensa com o paciente, com relatos de experiência e garantia de satisfação nos resultados, formando um laço de confiança com o profissional. **METODOLOGIA:** O projeto foi realizado com indivíduos diagnosticados com diabetes e participantes de um grupo anual da Unidade Básica de Saúde (UBS). A experiência foi registrada por meio de observação, roda de conversa, saberes pessoais de cada participante e dos próprios profissionais, como também concedeu abertura para sugestões dos posteriores encontros no ano de 2023. Esses eventos são realizados anualmente com participação de equipe multidisciplinar, como: farmacêutica, enfermeira, nutricionista e médico. Nesse último encontro, temas como plantas alimentícias não convencionais (PANCs) e seu uso medicinal, uso excessivo de chás, horto medicinal e cuidados com os pés foram abordados. Durante essa roda de conversa, tivemos uma troca muito importante de conhecimentos e experiências, resultando em uma tarde extremamente valiosa e produtiva. Priorizando o entendimento sobre as PANCs, visitamos na mesma tarde o horto medicinal que fica no próprio município e se divide em forma de um relógio biológico, onde o mesmo está dividido em: fígado; pulmão; intestino grosso; estômago; baço e pâncreas; coração; intestino delgado; bexiga; circulação; sistema digestório, respiratório e excretório; vesícula biliar e sistema epitelial (pele). Esse horto é de acesso

público, sem controle da quantidade de plantas que cada munícipe retira, mas com visitas frequentes dos grupos participantes da Unidade Básica de saúde. **DISCUSSÃO OU ANÁLISE DOS DADOS DE CAMPO:** apesar dos inúmeros casos de diabéticos, poucos comparecem as atividades realizadas anualmente nos grupos. Segundo relatos de profissionais, é o público mais difícil de ter trabalhado, são muitos fechados e pouco adeptos a novas sugestões, consumando para que os dados permaneçam sempre os mesmos. No dia desse encerramento e roda de conversa, somente 10 compareceram, diminuindo o número de pacientes com chances de melhorarem sua condição e tratamento da doença; Com relação aos sintomas, no geral os mais citados foram o inchaço nos pés e perda da sensibilidade, sempre mantendo o cuidado para alguma atividade que envolva o manejo de água quente, para evitar o risco de queimaduras. Sobre as PANCs, tivemos uma aceitação e resultado de entendimento muito positivo, com participação de todo o grupo de pessoas. Além disso, notou-se um saber muito grande por maioria deles, o que extremamente importante, pois o conhecimento abre muitas portas. **CONCLUSÃO:** O descaso da população com DCNT como a diabetes- que é uma das causas mais frequentes de mortes em todos países-, preocupa pela chance de um número elevado de pessoas adquirir a doença e recusar ajuda, como acontece frequentemente. Os maus hábitos alimentares da população, com resultado previsto de obesidade, desenvolvem um quadro de risco para aparecimento de doenças como a citada. Por esse motivo, o uso da estratégia de atividades realizadas em grupos costumeiramente gera uma maior motivação nos integrantes, mantendo um comprometimento estabelecido com todos e se tornando um desafio que não é enfrentado sozinho. Conviver com um grupo de pessoas mantém você como parte de novos conhecimentos, com vasta troca de informações e saberes.

**Palavras-chave:** doenças crônicas não transmissíveis. Plantas alimentícias não convencionais. Diabetes mellitus.

## REFERÊNCIAS

MENEZES, Rafael Rodrigues; BUENO, Silvia Messias. **Plantas comestíveis não convencionais – PANC's**. Disponível em: <file:///C:/Users/User/Downloads/375-Texto%20do%20Artigo-1819-1-10-20220120.pdf

. > Acesso em: 06 de dezembro de 2022.

3 PASA, Daiana *et al.* **Alimentação e doenças crônicas não transmissíveis em idosos participantes de um grupo de terceira idade**. Disponível em: <<https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/RU/article/viewFile/2256/pdf>. > Acesso em: 07 de dezembro de 2022.

LIBERATO, Pricila da Silva. **PANCs - plantas alimentícias não convencionais e seus benefícios nutricionais**. Disponível em:< file:///C:/Users/User/Downloads/admin,+102-111-Liberato\_et\_al\_PANCs\_v2\_n2\_ES.pdf. > Acesso em: 07 de dezembro de 2022.

GOVERNO DO ESTADO DO CEÁRA. **Boletim Epidemiológico Doenças Crônicas Não Transmissíveis**. Secretaria da Saúde, 2019. Disponível em:< [https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2018/06/boletim\\_epidemiologico\\_DCNT\\_22\\_novembro\\_2019.pdf](https://www.saude.ce.gov.br/wp-content/uploads/sites/9/2018/06/boletim_epidemiologico_DCNT_22_novembro_2019.pdf) > Acesso em: 06 de dezembro de 2022.

ROCHA, Beatriz Rodrigues. **Influência dos alimentos funcionais na incidência das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT)**. Disponível em:< <https://app.periodikos.com.br/article/60274ea60e8825b8147e523a/pdf/ijpe-3-1-e2020021.pdf> > Acesso em: 06 de dezembro de 2022.

COSTA, Dayanne de Freitas Soares. **O pé diabético nas ações do serviço de enfermagem na estratégia saúde da família**. Itabirinha – MG, 2010. Disponível em:< <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2893.pdf>>. Acesso em: 06 de dezembro de 2022.

LUCENA, Joana Bezerra da Silva. **Diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2**. São Paulo, 2007. Disponível em:< <https://arquivo.fmu.br/prodisc/farmacia/jbsl.pdf>>. Acesso em: 07 de dezembro de 2022.