

Diabetes Mellitus tipo 2 e adesão às atividades de autocuidado



CRISTINA BARROSO; ESEP - Escola Superior de Enfermagem do Porto - CINTESIS - Center for Health Technology and Services Research - Portugal; Professora Adjunta; Doutora;
✉ cristinabarroso@esenf.pt

VIRGÍNIA REGUFE; Centro Hospitalar Universitário de S. João, Portugal; Enfermeira; Mestre;
✉ virginia.regufe@gmail.com

CÉLIA SANTOS; ESEP - Escola Superior de Enfermagem do Porto - CINTESIS - Center for Health Technology and Services Research - Portugal; Professora Coordenadora;
✉ celiasantos@esenf.pt

I. Introdução e Objetivos:

A Diabetes *Mellitus* (DM) é uma doença crónica em largo crescimento a nível mundial. As suas complicações tardias podem ser eficazmente evitadas utilizando, para isso, as terapêuticas disponíveis e os meios de incentivo adequados. Mas, para que isso aconteça, é necessário que a pessoa altere o seu estilo de vida e adote um conjunto de ações, que englobam: medicação, monitorização dos níveis de glicemia, resposta a sintomas de hipoglicemia ou hiperglicemia, cuidados com os pés, alimentação e exercício físico. De modo a perceber qual a importância do papel do enfermeiro na promoção do autocuidado na pessoa com DM, este estudo tem como objetivo avaliar a adesão da pessoa com Diabetes *Mellitus* tipo 2 às atividades de autocuidado.

Metodologia: Estudo transversal de natureza exploratória-descritiva, com uma metodologia de carácter quantitativo que integra o Projeto "Autogestão da Doença Crónica" da UNIESEP. Para a recolha de dados foi utilizado um questionário "Autogestão na pessoa com Diabetes *Mellitus* tipo 2" aplicado a uma amostra constituída por 144 pessoas portadoras de Diabetes *Mellitus* tipo 2, seguidas na consulta da diabetes. Foram cumpridos os

requisitos éticos da Declaração de Helsínquia.

Resultados e discussão: Os resultados mostram que 55,6% dos participantes cumpria "sempre ou quase sempre" o regime alimentar e 25,7% cumpria "algumas vezes". Relativamente ao exercício físico, 29% dos participantes praticavam "algumas vezes" e 27,1% praticavam "sempre ou quase sempre". No entanto, cerca de 16% das pessoas assumiram "nunca" praticar qualquer tipo de exercício físico. No que se refere à autovigilância, 61,8% dos participantes cumpriam "sempre ou quase sempre" as recomendações e 22,9% cumpriam apenas "algumas vezes". Estes achados são concordes com os de outros estudos.

Co. clusões: Concluímos que os participantes aderem às orientações terapêuticas relativas à alimentação e às autovigilâncias, não acontecendo o mesmo com o exercício físico, facto também visível pela evidência de um peso corporal superior ao normal (média de IMC=28). Estes resultados mostram que apesar dos esforços feitos pelos enfermeiros na sua prática diária, ainda é necessário investir na adoção de novas abordagens que promovam a adesão da pessoa com DM tipo 2 às atividades de autocuidado.

PALAVRAS-CHAVE:

Diabetes mellitus tipo 2; Adesão; Autocuidado