

# Avaliação de uma intervenção nutricional realizada com paciente diabético

*Evaluation of a nutritional intervention performed with a diabetic patient*

## Sessão Melhores Trabalhos

**Científicos:** Encontro de Iniciação Científica (ENIC) 2021

**Data do evento:** 29 e 30/10/2021

### Editor (PIC e ENIC):

Dr. Alexandre Horácio Couto Bittencourt (FAMINAS e FCV).

### Comissão Avaliadora:

Ana Cláudia Morito Neves (UFOP); Ana Leticia Domingues Jacinto (UFF); Ana Maria de Freitas (UFRRJ); Bruna Paula da Cruz Dágola (IFF Macaé); Cristiane Ferreira Alfenas (Estácio); Fernanda Franklin Seixas Arakaki (UNIFACIG); Giulia Catissi de Lima (HIAE); Jessica Salles Henrique (UNIFESP); Marcela Marques Silva (IFMT); Mauro Walter Vaisberg (UNIFESP); Milena Cirqueira Temer (UNIFACIG); Natasha Delaqua Ricci (Estácio); Paulo Charles Lamim (UNIFACIG); Pedro Henrique Castello Branco Dágola (IFF Macaé); Rafaela da Rosa Ribeiro (USP); Sérgio Gomes da Silva (FAMINAS e FCV); Thaylini Querino dos Santos Conceição (UFF).

**Edithiane CABRAL<sup>1</sup>, Naruna Pereira ROCHA<sup>2</sup>, Iury Antônio de SOUZA<sup>2</sup>.**

1) Acadêmica do Curso de Nutrição da Faculdade de Minas (FAMINAS). Campus Muriaé. Muriaé – MG, Brasil.

(2) Professor da Faculdade de Minas (FAMINAS-BH). Campus Muriaé. Muriaé – MG, Brasil.

### Autor correspondente:

Edithiane Cabral

E-mail: edithianecabral@gmail.com

**Palavras-chave:** diabetes mellitus, estado nutricional, nutrição do idoso.

## 1 Introdução

O Diabetes Mellitus (DM) é uma doença que se caracteriza pela ocorrência de hiperglicemias crônicas e destaca-se como uma importante causa de morbidade e mortalidade, acometendo milhões de indivíduos [1]. A terapia nutricional atua na prevenção e no controle da patologia, sendo de grande importância a associação entre as orientações nutricionais e às mudanças de estilo de vida. Porém, diversos são os desafios para a adesão às recomendações nutricionais por parte dos pacientes diabéticos [2]. O objetivo do presente estudo foi propor e acompanhar uma intervenção nutricional realizada com um paciente diabético.

## 2 Material e Método

Trata-se de um estudo de intervenção, realizado no município de Espera Feliz – MG, entre os meses de janeiro e março de 2021, com um idoso de 71 anos do sexo masculino, o qual concordou em participar assinando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foi utilizado um questionário que continha questões relacionadas a estilo de vida e consumo alimentar e também foi realizada avaliação antropométrica obtendo-se os valores de peso (kg) e estatura (m) e posterior cálculo do índice de massa corporal (IMC) ( $\text{Kg}/\text{m}^2$ ). Além disso, houve coleta do valor da glicemia capilar em jejum referente aos dias dos encontros, a qual foi obtida a partir do glicosímetro FreeStyle®. Após o primeiro encontro, foram propostas 8 metas nutricionais, sendo trabalhadas 2 metas por semana, compreendendo melhorias nos hábitos alimentares e ingestão hídrica, e foi marcado um novo encontro considerando o mesmo intervalo de 30 dias. Entretanto, no retorno o paciente relatou dificuldades em seguir as metas e um novo encontro foi proposto considerando o período de 30 dias. Ao final do período de acompanhamento, o paciente foi investigado quanto ao cumprimento das metas e os dados coletados para análise e interpretação.

## 5 Referências

[1] GUARIGUATA, L. et al. Global estimates of diabetes prevalence for 2013 and projections for 2035. *Diabetes Research and Clinical Practice*, v.103, n.2, p.137-149, 2014.

## 3 Resultados e Discussão

No primeiro encontro observou-se o peso de 75,4 kg e IMC de  $25,5 \text{ kg}/\text{m}^2$ , sendo classificado como sobrepeso. Ao final do acompanhamento, observou-se uma redução de 3,4 kg e o IMC de  $24,6 \text{ kg}/\text{m}^2$ , sendo este adequado para a idade. O paciente obteve um resultado satisfatório em relação ao cumprimento da maioria das metas. O paciente passou a ingerir no mínimo 2 litros de água ao dia, diminuiu o consumo de alimentos como pães, massas, bolos e biscoitos, reduziu o consumo de sal e temperos industrializados, assim como o consumo de açúcar refinado e aumentou o consumo de frutas, ingerindo de 2 a 3 porções ao dia. Porém, apresentou certa dificuldade em aumentar o consumo de vegetais, tendo sido proposto no mínimo 1 folhoso e 1 legume nas principais refeições, e em inserir alimentos fontes de fibra nos lanches. O paciente indicou ter dificuldade em inserir alimentos na sua rotina que os familiares não possuíam o hábito de consumir. Ainda, ele relatou um maior bem-estar após as mudanças alimentares realizadas e apresentou a redução dos valores de glicemias capilares, visto que, no primeiro encontro o valor aferido e indicado foi de 121 mg/dL, após 30 dias foi de 101 mg/dL e ao final foi de 86 mg/dL. De modo geral, o paciente relatou grande satisfação quanto a intervenção realizada e informou que pretendia continuar com os novos hábitos alimentares. Ressalta-se que o êxito da intervenção nutricional para pacientes diabéticos está na constância de um acompanhamento nutricional e na adesão ao tratamento, prevenindo assim, complicações agudas e crônicas da doença e melhorando a qualidade de vida desses indivíduos [2].

## 4 Conclusão

Conclui-se que, apesar dos desafios enfrentados pelo paciente em seu âmbito familiar, este apresentou melhorias na sua rotina alimentar, o que contribuiu para um melhor controle glicêmico e para um maior bem-estar.

[2] PEREIRA, A.L. et al. Considerações nutricionais em pacientes com diabetes Tipo 2. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research*, v.34, n.3, p.52-60, 2021.