PROCESSO DE CONSTRUÇÃO E CUMPRIMENTO DE UM PLANO DE METAS PARA O AUTOCUIDADO EM DIABETES: VIA INTERVENÇÃO TELEFÔNICA

AUTORES: Bárbara Sgarbi Morgan Fernandes (Autor), Gisele Lacerda Chaves Vieira (Co-Autor), Danielle Vasconcellos de Paula Costa (Co-Autor), Thamiris Lucchesi Abranches de Carvalho (Co-Autor), Ilka Afonso Reis (Co-Autor), Heloisa de Carvalho Torres (Orientador)

PALAVRAS-CHAVE: Diabetes Mellitus Tipo 2; Educação em Saúde; Autocuidado; Telefone.

RESUMO:
Diante das barreiras enfrentadas pelo usuário com diabetes para realizar atividade física e alimenta-se de forma saudável, é necessário investir em ações educativas empoderadadoras, que o auxilie a desenvolver um plano de metas em prol da adoção de hábitos saudáveis. O objetivo do estudo foi descrever a construção e cumprimento de um plano de metas por usuários com diabetes, bem como suas barreiras para a prática do autocuidado relacionado à alimentação e atividade física. O projeto de extensão foi realizado com 64 usuários com diabetes Mellitus tipo 2, vinculados a duas Unidades Básicas de Saúde de Belo Horizonte, no primeiro semestre de 2015. Foram realizadas quatro ligações telefônicas, sob coordenação de uma enfermeira e uma nutricionista, com objetivo de implementar os cinco passos do Protocolo de Mudança de Comportamentos junto aos usuários, por meio da abordagem do empoderamento. Na primeira e segunda ligação abordou-se a definição do problema identificado pelo usuário para mudança de comportamento (1º passo) e a exploração das barreiras e sentimentos relacionados ao autocuidado (2º passo). Na terceira ligação os usuários foram incentivados a elaborar um plano de metas relacionado à prática de atividade física e alimentação (3º passo). Por fim, após quinze dias, cada usuário recebeu a última ligação telefônica para avaliar o comprometimento (4º passo) bem como a sua experiência relacionado a execução do plano de metas (5º passo). As barreiras e metas citadas foram analisadas mediante frequência relativa e agrupadas em categorias. As barreiras mais citadas pelos usuários foram dor (16,1%) e problemas financeiros (11,5%). A maioria dos usuários relatou ter atingido a meta elaboradora (86%), sendo a mais frequente relacionada ao seguimento do plano alimentar (53,1%). A partir da corresposabilização com o profissional da Saúde, o usuário foi capaz de tomar decisões informadas, buscando soluções para o enfrentamento de barreiras para o autocuidado em diabetes.

Instituição de Ensino: Universidade Federal de Minas Gerais

ISBN: 978-85-93416-00-2