

EFEITO DE AÇÕES DE EDUCAÇÃO ALIMENTAR E NUTRICIONAL NA PROMOÇÃO DE MELHORES ESCOLHAS ALIMENTARES EM INDIVÍDUOS COM DIABETES TIPO 2

DAYANE FRANCIELY CONCEIÇÃO SANTOS,
QUÉZIA DA SILVA FRANCISCO DE ARAÚJO,
ANGELINA CRUZ RODRIGUES,
LORENA IZABEL OLIVEIRA DE SANTANA,
LILIANE VIANA PIRES (CRN: 8056).

Instituição: Departamento de Nutrição, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Sergipe, São Cristóvão, Sergipe, Brasil.

Email: day_franciely@hotmail.com.

PALAVRAS-CHAVE: Diabetes Mellitus, Educação Nutricional, Alimentação Saudável.

INTRODUÇÃO: A prevalência de diabetes *mellitus* tipo 2 apresenta um crescente aumento em todo o mundo, tornando-se um sério problema de saúde pública (IDF, 2015). Esta doença caracteriza-se pela resistência à insulina ou deficiência na sua produção, ocasionando o quadro de hiperglicemia, o que promove prejuízos à capacidade funcional, autonomia e qualidade de vida do indivíduo (SBD, 2016). O tratamento da diabetes envolve mudanças no estilo de vida, como os hábitos alimentares, realização de atividade física e uso de medicamentos (SBD, 2016; ANUNCIAÇÃO et al., 2012). Nesse sentido, a Educação Alimentar e Nutricional (EAN) torna-se relevante para o auto cuidado dos indivíduos com diabetes, visto que tem apresentado resultados promissores no controle da doença, com consequente melhora na qualidade de vida desta população (PEREIRA et al., 2015; CAZARINI et al., 2002). **OBJETIVO:** Avaliar as ações de EAN na consolidação do conhecimento sobre a alimentação saudável e a doença. **METODOLOGIA:** Estudo do tipo longitudinal, realizado com um grupo de indivíduos adultos com diabetes *mellitus* tipo 2, de ambos os gêneros, assistidos pela Liga Acadêmica de Nutrição em Diabetes (LANUD/DNUT/UFS). As ações de EAN sobre alimentação saudável foram realizadas quinzenalmente durante cinco meses, e os voluntários foram avaliados antes das ações (T0) e ao final do estudo (T1). Para avaliar o efeito das EAN, foram aplicados três recordatórios alimentares de 24h (R24h) e um questionário do Ministério da Saúde (BRASIL, 2008) sobre comportamento alimentar e hábitos de vida. Foi realizada uma análise descritiva dos dados. Aplicou-se o teste de Wilcoxon para as variáveis de ingestão alimentar, considerando $p < 0,05$ para discriminação de médias estatisticamente diferentes e valores-p entre 0,05 e 0,10 para marginalmente significativos. **RESULTADO:** O estudo foi concluído com 12 indivíduos. Quanto ao comportamento alimentar e hábitos de vida, as classificações “ótimo” e “satisfatório” predominaram entre os participantes no T1. Ressalta-se que no T0 três indivíduos foram classificados como insatisfatórios e no T1 não houve classificações insatisfatórias. A avaliação da ingestão alimentar por meio dos R24h mostrou que não houve diferença significativa na ingestão de energia e de alguns macro e micronutrientes após as EAN. No entanto, observou-se que a ingestão de lipídeos foi menor no T1, sendo esta redução considerada marginalmente significativa ($p=0,07$). **CONCLUSÕES:** As ações de EAN promoveram melhora nas escolhas alimentares, observada tanto pela qualidade dos alimentos quanto pela ingestão dietética de lipídios.

REFERENCIAS

ANUNCIAÇÃO, P. C.; BRAGA, P. G.; ALMEIDA, P. S.; LOBO, L. N.; PESSOA, M. C. Avaliação do conhecimento sobre alimentação antes e após intervenção nutricional entre diabéticos tipo 2. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v.36, n.4, p. 986-1001, 2012.

BRASIL. Guia Alimentar para a População Brasileira: promovendo a alimentação saudável. Brasília: Ministério da Saúde [Internet] 2008. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2008.pdf>. Acesso em: 19 março 2016.

CAZARINI, R. P.; ZANETTI, M. L.; RIBEIRO, K. P.; PACE, A. E., FOSS, M. C. Adesão a um grupo educativo de pessoas portadoras de diabetes mellitus: porcentagem e causas. **Medicina Ribeirão Preto**, v. 35, n. 1, p. 142-150, 2002.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. *IDF Diabetes Atlas, 7th edn*. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation [Internet] 2015. Disponível em: <<http://www.diabetesatlas.org>> Acesso em: 15 agosto 2016.

PEREIRA, M. A.; PEREIRA, A. A.; LEÃO, J. M.; LISBOA, L. C. V.; ELIAS, M. A. R.; GHETTI, F. F.; AGUIAR, A. S LUQUETTI, S. C. P. D. Desafios e reflexões na implantação de um programa de educação alimentar e nutricional (EAN) em indivíduos com excesso de peso. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, Fortaleza, v. 28, n. 2, p. 290-296, 2015.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). São Paulo: AC Farmacêutica, 2016. Disponível em: <<http://www.diabetes.org.br/sbdonline/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>> Acesso em: 13 agosto 2016.