

## **EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA PORTADORES DE DIABETES TIPO 2: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Alessandra de Sousa Silva, Giovanna Sales de Oliveira, Maria Janaine Correia da Silva,  
Yana Carla Bezerra Feitosa de Amorim, Edilma Gomes Rocha Cavalcante

**INTRODUÇÃO:** Diabetes é uma doença crônica e quando não tratada corretamente acarreta agravos à saúde. Essa população carece de atividades de educação em saúde como intervenção para conscientização e informação sobre a importância da adesão ao tratamento e as medidas preventivas para diabetes. **OBJETIVO:** Relatar experiência vivenciada pelos integrantes do programa de educação pelo trabalho para a saúde - PET, a partir da realização de uma atividade de educação em saúde para portadores de diabetes tipo 2. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência com abordagem descritiva. Realizado por meio de uma roda de conversa intitulada “café com saúde, que teve como tema: Como conviver e se alimentar com a diabetes tipo 2?”. Este momento foi mediado pelos preceptores, integrantes do PET e a nutricionista do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva da Universidade Regional do Cariri-URCA, no dia 27 de Junho de 2019 no período matutino, em uma Unidade Básica de Saúde do município do Crato – CE. Foram convidados pacientes com diabetes e, na ocasião, participaram 18 pessoas. **RESULTADOS:** A roda de conversa foi dividida em duas sessões, no primeiro momento realizou-se uma explanação teórica, abordando definição, sinais e sintomas, tratamento medicamentoso, alimentação saudável e importância da prática de atividade física, no qual os três últimos pontos compõem a tríade de tratamento para diabetes. Foram entregues panfletos informativos sobre alimentos que devem ou não compor uma refeição adequada aos portadores da doença. Percebeu-se uma interação significativa dos participantes com os facilitadores, onde os mesmos aproveitaram a ocasião para o esclarecimento de dúvidas e aquisição de novos conhecimentos. O segundo momento, foi mediado pela acadêmica do curso de licenciatura em educação física da URCA, que realizou sessões de alongamento com os presentes, enfatizando exercícios que poderiam ser praticado em casa e que são importantes para a melhoria dos índices glicêmicos. Para o encerramento foi ofertado um café da manhã com enfoque na alimentação saudável e adequada para o diabético. **CONCLUSÃO:** O “café com saúde” permitiu aos pacientes esclarecerem dúvidas acerca da patologia e a compreenderem a importância da atividade física. Os integrantes do PET identificaram a necessidade da realização de continuidade das ações de educação em saúde, diante da carência de informações da população a respeito do tema abordado.

**PALAVRAS CHAVES:** Diabetes, Educação em saúde, Saúde.