

Promoção da saúde via Internet: relato de experiência do projeto extensionista acerca do Diabetes Mellitus

Health promotion by Internet: an experience report of the extension project about Diabetes Mellitus

Camylla Fernanda Oliveira¹
Karen Cristine Carvalho Moura²
Marcelle Aparecida de Barros Junqueira³

RESUMO

Trata-se de um relato de experiência com o objetivo de auxiliar a promoção da saúde, virtualmente, com foco no Diabetes Mellitus (DM). Estudos recentes apresentam um elevado número na prevalência do DM, especialmente entre faixas etárias mais jovens, o que afeta diretamente a qualidade de vida dos portadores da doença. Deste modo, este relato propõe-se a descrever os objetivos e as ações referentes ao projeto “Promoção de Saúde via Internet sobre o Diabetes Mellitus”, colocados em prática por discentes do curso de Enfermagem da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Uberlândia. Os instrumentos utilizados para a realização do projeto foram publicações informativas na plataforma digital do *Instagram* e *lives* com palestrantes pelo *YouTube*, que buscam sanar dúvidas dos espectadores, promovendo, assim, a conscientização dos mesmos.

Palavras-chave: Promoção de saúde. Diabetes Mellitus. Internet.

ABSTRACT

This is an experience report with the aim of helping to promote health, virtually, focused on Diabetes Mellitus. Recent studies show an elevated number of DM prevalence, especially among younger age groups, which directly affects the quality of life of patients with the disease. Thus, this report aims to describe the objectives and actions related to the project “Health promotion by Internet about Diabetes Mellitus”, put into practice by students of the Nursing course at the College of Medicine of the Federal University of Uberlândia, State Minas Gerais, Brazil. The instruments used for this realization were informative publications on the Instagram digital platform and lives with speakers on YouTube, which seek to answer spectators' doubts, thus promoting their awareness.

Keywords: Health promotion. Diabetes Mellitus. Internet.

INTRODUÇÃO

O Diabetes Mellitus (DM) é classificado como uma síndrome metabólica de origem múltipla decorrente da falta de insulina e da incapacidade da insulina em exercer

¹ Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil. (camyllaf@ufu.br).

² Graduanda em Enfermagem na Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil. (karen.cris@ufu.br).

³ Doutora em Ciências pela Universidade de São Paulo, Brasil; estágio pós-doutoral pela Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, Brasil; professora associada da Universidade Federal de Uberlândia, Minas Gerais, Brasil; líder do Grupo de Estudos Saúde Mental e suas Interfaces com Outras Condições Crônicas (GESMIC). (marcellebarros@ufu.br).

adequadamente suas funções. Caracteriza-se por altas taxas de açúcar no sangue (hiperglicemia) de forma permanente. A insulina é um hormônio produzido pelo pâncreas e é responsável pela manutenção do metabolismo da glicose, sendo de extrema importância no que se refere às reações fisiológicas do corpo. A falta desse hormônio provoca déficit na metabolização da glicose e, conseqüentemente, o diabetes. Sua falta ou deficiência pode gerar diversas complicações, pois os sistemas que compõem o corpo humano podem ser comprometidos através de disfunções renais, visuais (MS, 2009). Deste modo, apesar de sua procedência ter a mesma essência, existem características específicas que dividem o Diabetes em mais de um tipo. São eles:

- a) Diabetes tipo 1: ocorrendo cerca de 5% a 10% em pessoas diabéticas, o diabetes tipo 1 surge quando o próprio sistema imunológico do indivíduo ataca e destrói células beta sintetizadoras, o que eventualmente leva ao estágio de deficiência absoluta de insulina. A destruição das células é causada, normalmente, por um processo autoimune pela presença de anticorpos circulantes, como a anti-insulina, e também por doenças autoimunes, como a tireoidite. O diabetes pode se desenvolver de forma rápida, geralmente, em crianças e adolescentes entre 10 e 14 anos, e também em um progresso lento que acomete a população adulta, sendo, muitas vezes, diagnosticado como diabetes tipo 2 pelo aparecimento tardio da síndrome (SBD, 2019).
- b) Diabetes tipo 2: é uma deficiência relativa de insulina, em que o corpo não consegue produzir quantidades suficientes do hormônio ou é incapaz de absorver através das células adiposas e musculares. Nestes casos, a administração de insulina possui função diferente do diabetes tipo 1, uma vez que não possui o objetivo de evitar cetoacidose, mas manter um equilíbrio no quadro hiperglicêmico. Esse tipo prevalece em adultos e acomete aproximadamente 90% das pessoas com diabetes, sendo mais comum em pessoas com sobrepeso, hábitos alimentares indevidos, hipertensão e triglicérides elevados (SBD, 2019).
- c) Diabetes Gestacional: é a hiperglicemia temporária diagnosticada durante a gravidez, que surge quando a quantidade de açúcar no sangue está elevada, mas não o bastante para ser considerada como diabetes tipo 2. Tais situações decorrem de mudanças hormonais comuns durante a gestação, quando a ação da insulina é reduzida e o pâncreas aumenta a sua secreção. Nestes casos, o diabetes pode persistir após o parto ou não, afetando cerca de 2 a 4% das

gestantes no Brasil, o que aumenta o risco de desenvolvimento da síndrome para a mãe e para o bebê (SBD, 2019).

Assim sendo, o diabetes registra um avanço alarmante no mundo, atingindo aproximadamente 250 milhões de pessoas em um panorama mundial, fator que desencadeou sua classificação como uma “epidemia mundial”, pela Organização Mundial de Saúde. Contudo, a realidade dos brasileiros não se isenta de tal situação, pois, de acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes (2019), mais de 16 milhões de pessoas vivem com a doença, um dado preocupante, uma vez que as Doenças Crônicas Não Transmissíveis são responsáveis por aproximadamente 70% das mortes anuais.

Ainda referindo-se aos estudos realizados pela Organização Mundial de Saúde (2018), a porcentagem referente a novos portadores da doença subiu cerca de 61,8% durante os últimos dez anos, colocando o Brasil em quarto lugar na lista de países com maior número de casos, logo atrás da China, Índia e Estados Unidos da América. Mediante a isto, profissionais da saúde vêm reafirmando, durante décadas, os fatores variados que levam o indivíduo a desenvolver diabetes ou agravar a doença pré-existente. São eles: herança genética, sedentarismo, sobrepeso, hipertensão arterial, maus hábitos alimentares, entre outros (BRASIL, 2013).

Em face do exposto, foi lançado um novo pacto mundial para acelerar ações contra o diabetes, tendo em vista o aumento exorbitante do número de casos. “A inovação será um dos principais componentes do pacto, com foco no desenvolvimento e avaliação de tecnologias de baixo custo e soluções digitais para o tratamento da diabetes” (OPAS, 2021). Tal iniciativa visa também o cumprimento dos compromissos assumidos pelos governos em implementar ações de prevenção e o tratamento da doença na Atenção Básica de Saúde.

A prevenção ao diabetes tornou-se prioridade de saúde pública, visando a adoção de hábitos de vida saudáveis e a conscientização da população. Sendo assim, a atenção primária atua na identificação e tratamento, sendo este último focado em indivíduos de alto risco. A atenção secundária busca identificar e tratar aqueles que não foram identificados como diabéticos. E, por fim, a atenção terciária atua no controle e prevenção de agravos em pacientes já diagnosticados (BRASIL, 2006).

O tratamento e o cuidado com pacientes diabéticos são grandes desafios, pois há a necessidade de mudanças no estilo de vida deles, uma condição que afeta diretamente familiares e amigos. Esse processo pode ser lento e requer paciência e cuidado por parte do profissional de saúde, pois a alteração dos hábitos pode interferir em questões sociais e culturais, fazendo com que a adesão do paciente ao tratamento seja comprometida.

Portanto, é pertinente entender o processo de promoção à saúde como o método mais eficaz e barato dentre os diferentes níveis de atenção, uma vez que o investimento na Atenção Básica previne o desenvolvimento e agravamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis, tendo em vista que o investimento na Atenção Terciária requer um cuidado complexo que apenas pode ser suprido por meio de diferentes tecnologias (BRASIL, 2005)

A população brasileira carece de mudanças e apoio do contexto sociopolítico em que está inserida, de forma que a sociedade entenda os perigos do Diabetes Mellitus, considerando as medidas preventivas propostas pelos profissionais de saúde como uma opinião válida. Assim, gradativamente, cada indivíduo terá capacidade de ser seu promotor de saúde e compartilhar um conhecimento fundamentado na ciência (MEDINA *et al.*, 2014).

Buscando suprir as necessidades de uma nação que se encontra imersa em uma situação caótica, a epidemia do diabetes, o projeto extensionista “Promoção de Saúde via Internet sobre o Diabetes Mellitus” buscou e busca compreender a realidade da população acometida pela doença, contribuindo, assim, com o incentivo às mudanças do estilo de vida e distribuição de informações pertinentes à sociedade (BRASIL, 2013).

OBJETIVOS

O projeto extensionista “Promoção de Saúde via Internet sobre o Diabetes Mellitus” teve como objetivos principais:

- a) Promover eventos remotos que visam contribuir com informações acerca do Diabetes Mellitus e suas implicações na saúde do portador, assim como a promoção de saúde por meio de ações preventivas e mudanças no estilo de vida;
- b) utilizar as redes sociais para postagens informativas, convocação para eventos e lives temáticas apresentadas por profissionais de saúde, que visam um maior alcance da população;
- c) facilitar a troca de informações e interação entre profissionais de saúde e sociedade, através da troca de conhecimentos diversos e questões reflexivas;
- d) expandir o conhecimento sobre o estilo de vida e a importância dele em relação ao impacto da doença para o portador e seus familiares.

Os objetivos estabelecidos para o projeto de extensão foram alcançados por meio da ação de alunos participantes e de palestras mediadas por especialistas na área de Ciências da

Saúde, que se mostraram acolhedores e compreensivos com o público.

METODOLOGIA

O projeto de extensão “Promoção de Saúde via Internet sobre o Diabetes Mellitus” é constituído por cinco discentes do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Uberlândia (UFU) e um docente coordenador que supervisiona, discute e orienta as ações realizadas remotamente. O público é formado por profissionais da área de atenção à saúde, agentes comunitários, gestores de serviços, docentes e discentes da formação profissional de médicos, enfermeiros, nutricionistas, assistentes sociais, psicólogos, além de portadores ou não portadores de Diabetes Mellitus que participam da comunidade no geral e possuem interesse na teoria e prática do cuidado às Doenças Crônicas Não Transmissíveis.

Por meio das redes sociais, *Instagram* e *YouTube*, as atividades referentes ao Diabetes Mellitus estão divididas dentro do período de seis meses. O desenvolvimento delas foi planejado em dois momentos: no primeiro momento, é criado um perfil próprio do projeto no Instagram para as postagens semanais, com temas pré-definidos que informam a respeito do Diabetes Mellitus, esclarecendo conceitos e reunindo dúvidas que serão desenvolvidas posteriormente, produzindo uma interação acessível com o público alvo.

No segundo momento, a plataforma utilizada é o *YouTube*, em que, por meio de encontros síncronos, são transmitidas as palestras mensais que apresentam e discutem as principais temáticas que abrangem o projeto, além de desenvolverem explicações sobre as dúvidas mais frequentes. Os espectadores das *lives*, como incentivo à comunidade acadêmica, ao assinarem o formulário de presença e satisfação recebem um certificado equivalente à carga horária de cada transmissão.

A escolha na utilização dos instrumentos de estratégia metodológica se deve à facilidade de manuseio, amplo acesso do público, organização e armazenamento de postagens ao longo do processo, e abrangente meio de divulgação. Até o momento foram realizadas postagens com o objetivo de apresentar o projeto e seus integrantes, explicar o Diabetes Mellitus e quais são as classificações da síndrome. Todo o conteúdo administrado é fundamentado na literatura.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este relato apresenta os resultados parciais do projeto de extensão devido ao

prosseguimento no programa. Ao longo das atividades iniciais, o envolvimento do público alvo foi perceptível através das interações no perfil do Instagram (Figura 2), com uma recepção considerável da proposta que o planejamento apresentou. Reuniões administradas pelo docente responsável permitiram que houvesse clara exposição dos eventos que serão realizados, incluindo a frequência de postagens, divulgação do projeto e delimitação de tarefas entre os discentes.

O projeto, em concordância com a Resolução nº 07/2018/MEC/CNE da legislação de extensão da UFU (Figura 1), permite a criação de um espaço de comunicação com a sociedade, visando a autonomia do paciente e a desmistificação que cercam a doença, utilizando métodos educativos remotos. É necessário reforçar a importância de conhecer o problema de saúde e seus riscos para prevenir complicações, como possíveis amputações, hipertensão e a perda da visão. Ademais, houve ampla divulgação dos eventos remotos propostos, lives informativas e abertas ao público, que buscaram responder dúvidas do público alvo. Na implementação das atividades, as habilidades do planejamento da assistência são aprimoradas e a capacidade de reconhecer as necessidades de suporte e autocuidado pelo próprio portador da doença é desenvolvida pelo aspecto do autoconhecimento.

Em suma, a utilização da internet como meio transmissor de conhecimento sobre a Diabetes Mellitus se mostrou bastante eficaz pelo amplo acesso por grande parte da população, sendo, assim, uma forma de ampliar a transmissão de informações pertinentes à sociedade e criar vínculos com os mais vulneráveis.

Figura 1 – Justificativa do Projeto *Promoção de Saúde via Internet sobre Diabetes Mellitus*

Justificativa

Aponte a importância da proposta para o desenvolvimento e fortalecimento da extensão; do ensino e da pesquisa, de modo indissociável; em consonância com a legislação de extensão da UFU e a Resolução 07/2018/MEC/CNE.

A proposta compactua com a Resolução 07/2018/MEC/CNE, pois visa promover uma interação entre a comunidade acadêmica e a sociedade por meio de troca de conhecimentos e participação, descomplicando assuntos relacionados à área da saúde. Esta objetiva auxiliar na formação dos estudantes, estabelecer um diálogo construtivo e transformador com populações da sociedade brasileira, promovendo iniciativas em saúde que reforçam o compromisso social.

Fonte: As autoras (2021).

Figura 2 – Perfil do projeto *Promoção de Saúde via Internet sobre Diabetes Mellitus* no Instagram



Fonte: As autoras (2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Diabetes Mellitus assume uma posição preocupante no quadro mundial de saúde. Com o número de portadores que emerge no país e a estimativa de crescimento, é imprescindível que ocorram mudanças no estilo de vida da população, incluindo intervenções sociais que forneçam novos recursos de conhecimento e tratamento para os diabéticos (BRASIL, 2013). A abordagem instrutiva sobre o Diabetes Mellitus, por meio das redes sociais, é fundamental para conscientizar a população acerca da origem, classificação e forma de tratamento da síndrome. As ações desenvolvidas promovem a transcendência da divulgação de informações do meio acadêmico de saúde ao envolver uma interação com a comunidade extra-acadêmica (BRASIL, 2014).

O projeto contribui significativamente para a formação profissional dos acadêmicos envolvidos nas atividades ao aprimorar as habilidades de criatividade e trabalho em equipe, estimulando iniciativas de saúde que se articulam com as necessidades da população.

Outra contribuição deste trabalho de extensão é fornecer uma nova perspectiva sobre como reconhecer as dificuldades previstas no processo saúde-doença e atribuir, com caráter educativo, uma nova resolução para as discussões acerca do tema.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Educação. **Conselho Nacional de Educação/Câmara de Educação Superior. Resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018.** Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira e regimenta o disposto na Meta 12.7 da Lei nº 13.005/2014, que aprova o Plano Nacional de Educação-PNE 2014-2024 e dá outras providências. Disponível em: https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/55877808. Acesso em: 15 jul. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **A vigilância, o controle e a prevenção das doenças crônicas não transmissíveis: DCNT no contexto do sistema único de saúde brasileiro.** Brasília: MS: OPAS, 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diabetes Mellitus.** Brasília: MS, 2006. (Caderno de Atenção Básica, n. 16). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diabetes_mellitus_cab16.pdf. Acesso em: 2 ago. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus.** Brasília: MS, 2013. (Cadernos de Atenção Básica, n. 36). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_diabetes_mellitus_ca_b36.pdf. Acesso em: 1º ago. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica.** Brasília: MS, 2014. (Cadernos de Atenção Básica, n. 35). Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab_35.pdf. Acesso em: 1º ago. 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Panorama da vigilância de doenças crônicas não transmissíveis no Brasil, 2018. **Boletim Epidemiológico**, v. 50, n. 40, p. 1-15, dez. 2019. Disponível em: <https://antigo.saude.gov.br/images/pdf/2020/janeiro/03/Boletim-epidemiologico-SVS-40.pdf>. Acesso em: 15 ago. 2021.

MEDINA, M. G. *et al.* Promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas: o que fazem as equipes de Saúde da Família?. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 38, 2014. Doi: 10.5935/0103-1104.2014S006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/G59fGsKzHXY3FRqwVp6KzVj/?lang=pt>. Acesso em: 1º ago. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE - OPAS. **OMS lança novo pacto global para acelerar ações de combate à diabetes.** Brasília, DF, 15 abr. 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/15-4-2021-oms-lanca-novo-pacto-global-para-acelerar-acoes-combate-diabetes>. Acesso em: 1º ago. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE - OPAS. **OMS lança novo pacto global para acelerar ações de combate à diabetes.** 15 abr. 2021 Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/15-4-2021-oms-lanca-novo-pacto-global-para-acelerar-acoes-combate-diabetes>. Acesso em: 1 ago. 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES - SBD. **Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020.** São Paulo: Clannad Editora Científica, 2019.

Submetido em 26 de agosto de 2021.

Aprovado em 24 de setembro de 2021.