

## USO DE MATERIAIS EDUCATIVOS PARA ACONSELHAMENTO NUTRICIONAL DE INDIVÍDUOS COM DIABETES: UMA REVISÃO DE LITERATURA

**EMANUELE BARROS DOMINGOS VASCONCELOS<sup>1</sup>; ANA FLÁVIA GFAÇANHA  
FORTE<sup>2</sup>; ELORA DA SILVA AZEVEDO RIBEIRO<sup>3</sup>; MÔNICA CRISTINA  
ALCÂNTARA MATOS<sup>4</sup>; ROBERTA FREITAS CELEDONIO<sup>5</sup>; ALANE NOGUEIRA  
BEZERRA<sup>6</sup>**

<sup>1</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [emanuele.vasconcelos@aluno.fametro.com.br](mailto:emanuele.vasconcelos@aluno.fametro.com.br);

<sup>2</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [ana.forte@aluno.unifametro.edu.br](mailto:ana.forte@aluno.unifametro.edu.br);

<sup>3</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [elora.ribeiro@aluno.unifametro.edu.br](mailto:elora.ribeiro@aluno.unifametro.edu.br);

<sup>4</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [monica.cristina@aluno.unifametro.edu.br](mailto:monica.cristina@aluno.unifametro.edu.br);

<sup>5</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [roberta.celedonio@professor.unifametro.edu.br](mailto:roberta.celedonio@professor.unifametro.edu.br);

<sup>6</sup> Centro Universitário Fametro – Unifametro; [alane.bezerra@professor.unifametro.edu.br](mailto:alane.bezerra@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** NUTRIÇÃO CLÍNICA

### RESUMO

**Introdução:** O Diabetes *Mellitus* (DM) tem sido a doença que mais vem crescendo atualmente, com estimativas tendenciosas do aumento na população brasileira. Por esse motivo é necessário que haja a educação contínua sobre a doença através de métodos de fácil compreensão. O nutricionista exerce um papel importante nessa didática pois orienta sobre a alimentação necessária para o tratamento. **Objetivo:** Analisar o uso de materiais educativos para aconselhamento nutricional de indivíduos com diabetes mellitus. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, na qual foi realizada um levantamento no período de abril de 2021 nas bases de dados Google Acadêmico, *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências e Saúde (Lilacs), no período de 2011 até 2021. **Resultados:** Foram selecionados quatro artigos, dos quais três, tiveram boas estimativas de entendimento e compreensão do tema por meio de dinâmicas e do uso dos materiais educativos realizados em pessoas com DM tipo 1 e 2. Observou-se que a apresentação desses materiais foi importante para o ensinamento do DM aos indivíduos envolvidos. **Considerações finais:** Assim, é importante que os materiais educativos sejam elaborados de forma simples e aplicável, e apresentados aos pacientes para que possam ter uma melhor adesão ao tratamento e uma melhor qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Diabetes *Mellitus*; Educação Alimentar e Nutricional; Materiais de Ensino; Alimentos, Dieta e Nutrição.

### INTRODUÇÃO

Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes - SBD (2019) o Diabetes *mellitus* (DM) é uma doença crônica ocasionada pelo distúrbio metabólico que o pâncreas não produz insulina e/ou o organismo não consegue utilizar adequadamente a insulina que produz, marcado pela

hiperglicemia. O DM acarreta complicações, principalmente devido ao estado glicêmico elevado constante, acarretando disfunções a nível micro e macrovasculares (IDF, 2021).

Observa que o DM está entre os principais problemas de saúde pública do Brasil, causador de morbimortalidade e maior prevalência em grande parte da população, acometendo indivíduos com pouca instrução (LOSSO *et al.*, 2014; SBD, 2019). Os dados recentes mostram que há mais de 14,3 milhões de pessoas vivendo com diabetes no Brasil em 2015, com estimativa de 23,3 milhões de indivíduos com o DM até 2040. Além de que, ocasiona 14,5% da mortalidade mundial, sendo 1 óbito em cada 6 segundos por DM ou complicações da mesma (SBD, 2019).

Assim, o êxito no controle do DM é determinado pela interação entre os órgãos governamentais e a população, estipulando responsabilidades que vise prevenção, diagnóstico e controle da doença (DAMAS *et al.*, 2017). Porém, é necessário que o paciente assuma a auto responsabilidade para redução e controle dos efeitos da patologia. E a melhor estratégia para que isso ocorra é a educação contínua em diabetes, de forma facilitada, fornecida por uma equipe multiprofissional (LOSSO *et al.*, 2014; DAMAS *et al.*, 2017; BÄCHLER *et al.*, 2017). Ainda assim, percebe-se que mesmo com as orientações para mudança do estilo de vida e alternativas medicamentosas ainda há dificuldades de adesão do paciente ao tratamento, piorando o prognóstico e demais complicações (LOSSO *et al.*, 2014; DAMAS *et al.*, 2017).

Sabendo que a alimentação saudável é um meio que promove a prevenção e o tratamento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), o aconselhamento nutricional de indivíduos com diabetes, torna-se uma ferramenta fundamental para mudanças no estilo de vida (SIMÕES; DUMITH; GONÇALVES, 2019; CAMPOS *et al.*, 2014).

Contudo, são necessárias diferentes didáticas que possam ser utilizadas de forma eficaz para sanar dúvidas e fornecer maior conhecimento e segurança a respeito da doença pelos pacientes e cuidadores (GONÇALVES *et al.*, 2019). Os meios utilizados devem visar o autocuidado e ser realizados de acordo com a idade do paciente, grau de instrução e realidade social, assim favorecem novas perspectivas de mudança ou reorientação no comportamento alimentar das pessoas com diabetes com a ação dos nutricionistas e demais profissionais da área (MOURA *et al.*, 2016; MENDONÇA *et al.*, 2017).

Dessa forma, a importância dos materiais educativos tem sido abordada em diversos estudos (MENDONÇA *et al.*, 2017; MOURA *et al.*, 2016; GONÇALVES *et al.*, 2019). Com isso, avalia-se que esses podem ser facilitadores no processo ensino aprendizado, aumentando a adesão ao tratamento e, consequentemente, a melhora na qualidade de vida dos que vivem com

o DM (DAMAS *et al.*, 2017; GONÇALVES *et al.*, 2019). Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar o uso de materiais educativos para aconselhamento nutricional de indivíduos com diabetes.

## METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura, na qual foi realizada um levantamento bibliográfico no período de abril de 2021 nas bases de dados Google Acadêmico, *Scientific Electronic Library Online* (Scielo), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências e Saúde (Lilacs), utilizando os Descritores (DECs): “*Diabetes Mellitus*”, “*Educação Alimentar e Nutricional*”, “*Materiais de Ensino*” e “*Alimentos, Dieta e Nutrição*”.

Foram encontrados 30 artigos, selecionados 12 artigos para leitura na íntegra e posteriormente incluídos 5 artigos que analisaram o uso de materiais voltados para indivíduos com diabetes publicados nos últimos dez anos, sem restrições quanto ao idioma, e sem limitação de gênero, idade ou raça quanto a população de intervenção que foram utilizadas nos estudos. Os demais foram excluídos por serem no formato de revisão, monografia, trabalho de conclusão de curso ou que não respondessem ao objetivo da presente pesquisa.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os materiais educativos são instrumentos que facilitam a educação em saúde, sendo crescente o seu uso, visando esclarecer dúvidas e proporcionar conhecimento sobre assuntos relevantes para um público-alvo e autonomia para esses indivíduos (CORDEIRO *et al.*, 2017).

A validação de materiais educativos torna-se fundamental, pois através desse processo promovem maior confiabilidade aos métodos e auxiliam em práticas e pesquisas voltadas a temática (FROTA *et al.*, 2020). Assim, a construção e validação de materiais educativos é realizada com a participação de uma equipe multiprofissional, juntamente com algumas pesquisas, com fim de reunir alguns conhecimentos e elaborar um material educativo. Esse processo é dividido em duas etapas, a de construção do material e a de análise e julgamento por especialistas, para averiguar se o conteúdo está adequado ao que se propõe (MOURA *et al.*, 2017a; MEDEIROS *et al.*, 2015).

Dessa forma, um estudo de Gonçalves *et al.* (2019) descreveu o processo de construção e validação de uma cartilha educativa em nutrição para pacientes com DM, com intuito de promover uma alimentação saudável nos pacientes, de acordo com as diretrizes. O processo se deu através de três etapas: o levantamento bibliográfico, a elaboração da cartilha e a validação do material construído, respectivamente. A

construção optou por elaborar tópicos explicativos com ilustrações. Já na validação, sete especialistas avaliaram o conteúdo e abordagem, sendo realizado um cálculo de Índice de Validade de Conteúdo (IVC), que encontrou uma média maior que o esperado (0,96), corroborando com a validação do material.

Um estudo metodológico, objetivou a avaliação do público com DM que utilizou um álbum seriado sobre o pé diabético, que já havia sido validado por especialistas anteriormente. Foram 30 portadores de DM atendidos em uma clínica que participaram do estudo, com questionamentos que abrangia organização, conteúdo, atratividade e persuasão. Assim, destaca-se que além de ter especialistas que validem os materiais educativos, é necessária a inserção do público-alvo no processo, para que possam avaliar se o instrumento é de fácil compreensão e se aplica a realidade dos indivíduos apresentados, possibilitando adaptações e reformulações para alcançar um maior grupo populacional de interesse (OLIVEIRA *et al.*, 2021).

Em concordância, Moura *et al.* (2017b), realizou uma abordagem metodológica para construção de uma cartilha educativa sobre insulinoterapia em crianças com Diabetes Mellitus Tipo 1 (DM1), com as seguintes etapas: seleção do conteúdo a ser abordado encontrados na literatura, em *blogs* sobre a temática e em entrevista com 19 crianças com DM1; e posteriormente, os demais processos, como *layout*, ilustrações, dentre outros. Por meio da busca em *blogs* e entrevistas, conseguiram identificar dificuldades vivenciadas pelos pacientes com DM1 e temas que seriam relevantes para o material, dentre eles uma alimentação adequada, autoaplicação da insulina e injeções diárias foram os temas mais frequentes. Desse modo, a construção da cartilha modelou uma abordagem conversacional, interativa e coletiva, com ilustrações adequadas ao tema, com o objetivo de afirmar a importância do autocuidado e facilitar o entendimento do portador e consequentemente possibilitar uma maior adesão e eficácia ao tratamento.

Em um estudo longitudinal, com 77 pessoas com DM do tipo 1 e 2, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), realizou-se um programa de educação nutricional, em que os pacientes foram avaliados nutricionalmente e receberam orientações por meio de materiais ilustrativos de modo individualizado, a fim de que o paciente obtivesse maiores conhecimentos a respeito da patologia e do autocuidado, principalmente no aspecto nutricional (MOURA *et al.*, 2018).

Os portadores respondiam um questionário para avaliar o conhecimento prévio da doença, depois participavam de uma orientação com materiais ilustrativos e ao final recebiam um plano alimentar individualizado e com três meses eram reavaliados pelo questionário

aplicado inicialmente. Ao final, concluíram que mesmo com a metodologia apresentada, 49,4% dos participantes tiveram dificuldades de seguir o plano alimentar, sendo “comer em menor quantidade” a principal queixa. Contudo, houve um aumento no consumo de frutas, vegetais, hortaliças e uma redução do consumo de doces, frituras e refrigerantes, confirmando que as estratégias resultaram uma melhora na qualidade da alimentação (MOURA *et al.*, 2018).

Outro estudo transversal, desenvolvido por um projeto de extensão do curso de nutrição da Universidade Federal de Goiás, realizaram atividades educativas com 175 pacientes com Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2) em espera de atendimento, englobando palestras com materiais lúdicos, oficinas culinárias e mensagens de texto (DAMAS *et al.*, 2017). No início de cada dinâmica realizou-se um teste e ao final da dinâmica um outro para avaliar a compreensão e poder de sanar as dúvidas. Os assuntos abordados abrangiam temáticas dentro da alimentação saudável do paciente com DM, utilizando de diversas metodologias, como jogos, pôsteres, quadros, adesivos de alimentos, dentre outros. Assim, ao final percebeu-se que houve um aumento no nível de conhecimento dos indivíduos sobre os conteúdos ministrados e a maioria dos participantes afirmaram que “adoraram” as dinâmicas, confirmando adesão aos materiais e a conduta utilizada (DAMAS *et al.*, 2017).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebe-se que os materiais educativos são importantes estratégias para equipe multiprofissional, usadas em ações educativas ou aconselhamentos em nutrição e saúde, proporcionando maior aprendizado e aproveitamento do conhecimento, sendo observada modificação do hábito alimentar repercutindo principalmente em maior consumo de alimentos saudáveis.

Com isso, foi observada a importância da validação dos materiais educativos por especialistas de conteúdo e pelo público-alvo, a fim de promover maior confiabilidade e aplicabilidade no aconselhamento nutricional, permitindo o uso de diferentes ferramentas, que serão direcionadas de acordo com o objetivo e a possibilidade de compreensão da população a que se destina. Contudo, ainda são necessários mais estudos que validem esses diferentes tipos de materiais educativos, a fim de aumentar e incentivar o conhecimento sobre o DM, de uma maneira mais prática e de fácil aplicação, para aumentar a adesão ao tratamento e melhorar a qualidade de vida dos portadores de DM.

## REFERÊNCIAS

- BÄCHLER, R. *et al.* Eficácia de um programa educacional estruturado na população diabética chilena. **Revista Médica Chilena**. v.145, n2. Santiago, 2017. Disponível em: <[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872017000200005&script=sci\\_arttext](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0034-98872017000200005&script=sci_arttext)>. Acesso em: 04 de abril de 2021.
- CORDEIRO, L. I. *et al.* Validação de cartilha educativa para prevenção de HIV/Aids em idosos. **Rev. Bras. Enferm.** v.70, n.4 Brasília, 2017. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672017000400775&script=sci\\_arttext&tlang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672017000400775&script=sci_arttext&tlang=pt)>. Acesso em: 07 de abril de 2021.
- DAMAS, A. K.G. *et al.* Educação em diabetes: do acolhimento ao autocuidado. **Revista UFG**. v.17, n.20, p.95-111. Goiânia, 2017. Disponível em: <<https://www.revistas.ufg.br/revistaufg/article/view/51746/25893>>. Acesso em: 03 de abril de 2021.
- FROTA, S. S. *et al*. Criação e validação de uma revista de quadrinhos para adolescentes com Dia. **Braz. J. Hea. Rev.**, Curitiba, v. 3, n. 4, p. 10721-10738, 2020. Acesso em: 07 de abril de 2021.
- GONÇALVES, S. M. *et al.* Construção e validação de cartilha educativa para promoção da alimentação saudável entre pacientes diabéticos. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v.32, 2019. Disponível em: <<https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/7781>>. Acesso em: 04 de abril de 2021.
- INTERNACIONAL DIABETES FEDERATION. Diabetes increases the risk of health complicationS. **IDF DIABETES ATLAS [Internet]**. 9ed, 2019. Disponível em: <<https://diabetesatlas.org/en/sections/individual-social-and-economic-impact.html>>. Acesso em: 04 de abril de 2021.
- LOSSO, R. A. *et al.* Psicoeducação para pacientes diabéticos em tratamento com insulina. **UNESC**. v.3, n.2, 2014. Disponível em: <<http://periodicos.unesc.net/index.php/criaredu/article/view/1735>>. Acesso em: 03 de abril de 2021.
- MEDEIROS, R. K. S. *et al.* Modelo de validação de conteúdo de Pasquali nas pesquisas em Enfermagem. **Revista de Enfermagem Referência**, Série IV, n. 4, p.127-135, 2015. Acesso em: 07 de abril de 2021.
- MENDONÇA, S. C. B. *et al.* Construcción y validación del Instrumento Evaluación del Autocuidado para pacientes con diabetes mellitus tipo 2. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 25, 2017. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692017000100342&script=sci\\_arttext&tlang=es](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-11692017000100342&script=sci_arttext&tlang=es)>. Acesso em: 04 de abril de 2021.
- MOURA, C. P. *et al.* Educação nutricional no tratamento do diabetes na atenção primária à saúde: vencendo barreiras. **Rev. APS**. v21. n2. p.226-234. Belo Horizonte- MG, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufjf.br/index.php/aps/article/view/15607>>. Acesso em: 03 de abril de 2021.
- MOURA, D. J. M. *et al.* Construção de cartilha sobre insulinoterapia para crianças com diabetes mellitus tipo. **Rev Bras Enferm [Internet]**,

v. 70, n. 1, p. 7-14, 2017B. Disponível em: <[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672017000100007&script=sci\\_abstract&tlang=es](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0034-71672017000100007&script=sci_abstract&tlang=es)> . Acesso em: 03 de abril de 2021.

MOURA, I. H. *et al.* Construção e validação de material educativo para prevenção de síndrome metabólica em adolescentes. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, v.25, e.2934, 2017B. Acesso em: 07 de abril de 2021.

OLIVEIRA, R. A., *et al.* Validação clínica de tecnologia educativa sobre prevenção do pé Diabético. **REAS/EJCH**, v.13, n.1, 2020. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/5318/3480>>. Acesso em: 07 de abril de 2021.

RODRIGUEZ, M. T. G.; SANTOS, L. C.; LOPES, A. C. S. Adesão ao aconselhamento nutricional para o diabetes mellitus em serviço de atenção primária à saúde. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 18, n. 3, p. 685-696, 2014. Disponível em: <<https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/955>>. Acesso em: 04 de abril de 2021.

SIMÕES, M. O.; DUMITH, S. C.; GONÇALVES, C. V. Recebimento de aconselhamento nutricional por adultos e idosos em um município do Sul do Brasil: estudo de base populacional. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 22, p. e190060, 2019. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/rbepid/2019.v22/e190060/pt/>>. Acesso em: 04 de abril de 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. **Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020**. São Paulo: Editora Clannad; 2019. Disponível em: <<https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/2017/diretrizes/diretrizes-sbd-2017-2018.pdf>>. Acesso em: 03 de abril de 2021.

SOCIEDADE BRASILEITA DE DIABETES. **Tipos de Diabetes**. SBD, 2019. Disponível em: <<https://www.diabetes.org.br/publico/diabetes/tipos-de-diabetes>>. Acesso em: 04 de abril de 2021.