

ESTRATÉGIAS UTILIZADAS NA MANUTENÇÃO DA AUTOESTIMA E AUTOCUIDADO EM PACIENTES COM DIABETES MELLITUS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Luisa de Sousa Ferreira¹
Ana Carla Marques da Costa²
Maria de Fátima Silva³
Alcimaria Silva dos Santos⁴
Rafael Andrade da Silva⁵
Larissa Tainara Santos Barros⁶
Rafaela Ferreira Vilanova⁷
Egislane da Silva Sales⁸

RESUMO

O diabetes mellitus (DM) é uma doença crônica que necessita de cuidados médicos contínuos com estratégias multifatoriais de redução de risco além do controle glicêmico, é uma patologia silenciosa caracterizada pelo aumento nos níveis de glicose na corrente sanguínea, a chamada hiperglicemia. O estudo teve como objetivo avaliar as estratégias utilizadas para a manutenção da autoestima e autocuidado do paciente diabético. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, onde montou-se uma estratégia PICO o qual por meio de descritores e palavras chave foram consultadas as bases de dados PubMed da National Library of Medicine; BVS (Biblioteca Virtual da Saúde). A maioria dos estudos versaram sobre a autoestima dos pacientes diabéticos e os fatores de risco para o desenvolvimento da baixa autoestima, discutindo quanto a importância do autocuidado, e que a descoberta do diagnóstico e o início do tratamento são fatores de suma importância para o equilíbrio do emocional do indivíduo diagnosticado com diabetes mellitus. Conclui-se que através deste estudo permitiu apresentar os benefícios das

¹FERREIRA, ANA LUISA DE SOUSA, Enfermeira pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: analuisa2408991@outlook.com.br

²DA COSTA, ANA CARLA MARQUES, Enfermeira, doutora em Biologia Celular e Molecular Aplicada à Saúde pela Ulbra. Docente do Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão – UNIFACEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: ana.costa@unifacema.edu.br

³SILVA, MARIA DE FÁTIMA, Enfermeira pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão, Caxias, Maranhão, E-mail: maryaf10@hotmail.com

⁴SANTOS, ALCIMARIA SILVA DOS, Enfermeira, Residente em Enfermagem Obstétrica da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: alcimarias@hotmail.com

⁵SILVA, RAFAEL ANDRADE DA, Enfermeiro pela Universidade Cruzeiro do Sul – UNICSUL, Timbiras, Maranhão, E-mail: rafael98enfermeiro@gmail.com

⁶BARROS, LARISSA TAINARA SANTOS BARROS, Enfermeira, Residente em Enfermagem Obstétrica da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: larissatainara18@hotmail.com

⁷Vilanova, RAFAELA FERREIRA, Enfermeira Obstétrica. Preceptora da Residência em Enfermagem Obstétrica da Universidade Estadual do Maranhão - UEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: Vilanova_13@hotmail.com

⁸SALES, EGISLANE DA SILVA, Enfermeira pelo Centro Universitário de Ciências e Tecnologia do Maranhão - UNIFACEMA, Caxias, Maranhão, E-mail: lannynhasalles17@gmail.com

estratégias para a manutenção da autoestima e autocuidado detalhando como são realizados esses métodos e qual seus benefícios à saúde da pessoa diabética.

Palavra-chave: Diabetes Mellitus; Estratégia de adaptação; Autoestima; Autocuidado.

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that requires continuous medical care with multifactorial risk reduction strategies in addition to glycemic control, it is a silent pathology characterized by an increase in glucose levels in the bloodstream, called hyperglycemia. The study aimed to evaluate the strategies used to maintain the self-esteem and self-care of diabetic patients. This is an integrative literature review, where a PICO strategy was set up which, through descriptors and keywords, the PubMed databases of the National Library of Medicine were consulted; VHL (Virtual Health Library). Most studies were about the self-esteem of diabetic patients and the risk factors for the development of low self-esteem, discussing the importance of self-care, and that the discovery of the diagnosis and the beginning of the treatment are extremely important factors for the balance of the emotional state of the individual diagnosed with diabetes mellitus. It is concluded that through this study, it was possible to present the benefits of strategies for the maintenance of self-esteem and self-care, detailing how these methods are performed and what are their benefits to the health of the diabetic person.

Keywords: Diabetes Mellitus; Adaptation strategy; Self esteem; Self care.

INTRODUÇÃO

De acordo com o American Diabetes Association (2018), define o diabetes mellitus (DM) é uma patologia silenciosa caracterizada pelo aumento nos níveis de glicose na corrente sanguínea, a chamada hiperglicemia. Ocorre quando há defeitos na produção ou secreção de insulina que é produzido no pâncreas, pelas células betas. A insulina tem como função transportar a glicose que está na corrente sanguínea para o interior das células para que seja utilizada como fonte de energia.

Segundo as estimativas da International Diabetes Federation (2017), existem aproximadamente 425 milhões de adultos no mundo vivendo com DM, e em 2045 esse número chegará a 629 milhões. O Brasil ocupa o 4º lugar entre os países com maior número de pessoas que desconhecem o seu diagnóstico e 12,5 milhões de pessoas com o diagnóstico de Diabetes. É perceptível o vasto aumento de casos, pois atinge principalmente a população mundial que se vê movida por uma vida de sedentarismo e obesidade.

A classificação atual do DM proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e pela Associação Americana de Diabetes (ADA) abrangem quatro tipos, sendo: tipo I (DM1), tipo II (DM2), outros tipos de DM e Diabetes Mellitus Gestacional (DMG). Vale enfatizar que ainda há duas classes referentes como pré-diabetes, que é a glicemia em jejum alterada, mas

não suficiente para o diagnóstico e a tolerância à glicose diminuída que pode evoluir para a doença (MILECH et al., 2016).

Para o diagnóstico do Diabetes Mellitus, são considerados os sinais e sintomas característicos, os “quatro P’s”: poliúria, polifagia, polidipsia e perda de peso ponderal. Sintomas vagos também podem estar presentes como fadiga e visão turva. A outra é a glicemia em jejum igual ou superior a 126 mg/dl e por último a glicemia de duas horas pós-sobrecarga de 75g de glicose acima de 200 mg/dl é indicativo de Diabetes e entre 140 mg/dl e 200 mg/dl indica tolerância a glicose diminuída. É de fundamental importância o diagnóstico precoce, dado que permite adotar medidas preventivas para futuras complicações (BRASIL, 2013a).

Em seu estudo Orozco e Alves (2017), definem o autocuidado como conhecer e controlar os fatores de risco gerados pela doença através de medidas para melhorar a qualidade de vida. Vale ressaltar que crianças e adolescentes tem dificuldades em realizar a prática do autocuidado, pois a vivência com o diabetes exigem mudanças no estilo de vida e na percepção de si próprio onde a pouca maturidade dificulta a adesão de novos hábitos alimentares e do autocuidado (CRUZ et al., 2018).

O tratamento do DM1 consiste em aplicações diárias de insulina, no entanto o tratamento do DM2 são os antidiabéticos orais, ambos têm a finalidade de baixar a glicemia e mantê-la normal. A diferença do tratamento do tipo 1 é que é uma doença autoimune associada a falta de produção de insulina pelo organismo, já o tipo 2 produz insulina em níveis insuficientes e as células do corpo não conseguem reconhecer (BRASIL, 2013b).

Este estudo teve como problemática quais as estratégias utilizadas por pacientes com diabetes mellitus na manutenção da autoestima e autocuidado? Tendo como objetivo geral avaliar as estratégias utilizadas para a manutenção da autoestima e autocuidado do paciente diabético. E especificamente objetivou-se identificar as estratégias de autoestima e autocuidado utilizadas por diabéticos tipo 1 e 2; verificar nas estratégias a participação do profissional de saúde; analisar as estratégias benéficas mais utilizadas.

A realização desse estudo faz-se relevante pelo fato do Diabetes Mellitus ter importante relação com o estado emocional, pois fatores psicológicos podem influenciar na adesão ao tratamento, visto que o controle do DM é influenciado pelo somatório de aspectos físicos e emocionais de maneira inter-relacionadas. Por fim a autoestima afeta na qualidade de vida, pois é uma doença crônica e requer comportamento de autocuidado ao longo da vida, e o tratamento exigido para controlar a glicemia causam mudanças abruptas que interferem na autoimagem e estilo de vida do paciente.

O estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura, onde montou-se uma estratégia PICO a qual por meio de descritores e palavras-chave foram consultadas as bases de dados PubMed da National Library of Medicine; BVS (Biblioteca Virtual da Saúde), coordenada pela BIREME e composta de bases de dados bibliográficas produzidas pela Rede B; e CINAHL (Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature). Tendo como critérios de inclusão utilizaram-se estudos disponíveis em sua totalidade, publicados nos últimos cinco anos, de 2015 até 2019. Foram excluídos da busca inicial capítulos de livros, resumos, textos incompletos, dissertações, monografias e relatos técnicos, foram incluídos ao estudo, artigos científicos que respondesse à questão.

METODOLOGIA

A revisão integrativa de literatura é a mais ampla abordagem metodológica que permite a inclusão de estudos experimentais e não experimentais os que concedem uma melhor compreensão dos assuntos abordados pelos estudos e analisados na qual possui informações da literatura teórica e empírica, além de agregar um vasto leque de propósitos: definição de

conceitos, revisão de teorias e evidências, e análise de problemas metodológicos de um tópico particular (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

O seguinte tema desta revisão integrativa determinou a construção da estratégia PICO, que representa um acrônimo para População (P), Interesse (I), Contexto (Co), na qual foi utilizada para a geração da questão norteadora desta revisão integrativa da literatura: “quais as estratégias utilizadas por pacientes com Diabetes Mellitus na manutenção da autoestima e autocuidado?”.

Para a localização dos estudos relevantes, que respondessem à pergunta de pesquisa, utilizou-se de descritores indexados e não indexados (palavras-chave) nos idiomas português, inglês e espanhol. Os descritores foram obtidos a partir do Medical Subject Headings (MESH), Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e dos títulos CINAHL, como mostra o quadro 1.

Consultou-se por meio de descritores e palavras-chave as bases de dados PubMed da National Library of Medicine; BVS (Biblioteca Virtual da Saúde), coordenada pela BIREME e composta de bases de dados bibliográficas produzidas Pela Rede BVS, como LILACS, além da base de dados Medline e outros tipos de fontes de informação; e CINAHL (Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature).

Quadro 1 - Elementos da estratégia PICO, descritores e palavras-chave utilizados – Caxias, MA; Brasil, 2020.

ELEMENTO	MESH	DECS	Titulo CINAHL	Palavra-chave
P	“Diabetes Mellitus” “Diabetes Mellitus”	“Diabetes Mellitus” “Diabetes Mellitus”	“Diabetes Mellitus”	“Diabetes Mellitus”
I	“Autoconceito” “Self-concept”	“Estratégia de adaptação” “Adaptation strategy”	“Autoconceito” “Self-concept”	“Autoconceito” “Estratégia de adaptação”
Co	“Autoconhecimento” “Self-Knowledge”	“Autoestima” “Self-esteem” “Self-care” “Autocuidado”	“Self-Neglect” “Auto-negligência”	“Autoconhecimento” “Autoestima” “Autocuidado” “Autonegligência”

Fonte: Descritores, Títulos e Palavras Chaves.

Quadro 2 - Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados BIREME; PUBMED; CINAHL – Caxias, MA; Brasil, 2020.

Base de dados	Estratégia de Busca	Resultado	Filtrados	Selecionados
BIREME (Descritores e Decs)	Tw:(tw:diabetes mellitus)) AND (tw:estratégias de adaptação)) AND (tw:autoestima OR autocuidado))) AND (fulltext:“1”) AND (year_cluster:[2015 TO 2020])	463	58	5

PUBMED (Descritores s Mesh)	((“diabetes mellitus”[MeSH Terms] OR (“diabetes”[All Fields] AND “mellitus”[All Fields]) OR “diabetes mellitus”[All Fields]) AND (“self concept”[MeSH Terms] OR (“self”[All Fields] AND “concept”[All Fields]) OR “self concept”[All Fields] OR (“self”[All Fields] AND “knowledge”[All Fields]) OR “self knowledge”[All Fields])) AND (“self concept”[MeSH Terms] OR (“self”[All Fields] AND “concept”[All Fields]) OR “self concept”[All Fields] OR (“self”[All Fields] AND “esteem”[All Fields]) OR “self esteem”[All Fields]) AND (“loattrfull text”[sb] AND “2015/03/31”[PDat] : “2020/03/28”[PDat]))	2.131	555	3
CINAHL (Titulo CINAHL)	((MH “Diabetes Mellitus+”) AND (MH “Self Concept AND MH Self Neglect AND MH Diabetes Mellitus”))	109	50	1

Fonte: Dados da pesquisa.

Como critérios de inclusão utilizaram-se estudos disponíveis em sua totalidade, publicados nos últimos cinco anos, de 2015 até 2019. Foram excluídos da busca inicial capítulos de livros, resumos, textos incompletos, dissertações, monografias e relatos técnicos, foram incluídos ao estudo, artigos científicos que respondesse à questão norteadora.

Para se realizar a seleção dos estudos eles foram primeiro, pré-selecionados de acordo com os critérios de inclusão e exclusão, e conforme a estratégia de busca de cada base de dados.

Foram encontrados quatrocentos e sessenta e três (463) no geral na base de dados BIREME, e utilizando os filtros, texto completo, realizado em humanos e nos últimos cinco anos, foram encontrados cinquenta e oito (58) após a leitura dos títulos e resumos foram selecionados cinco (5) o qual respondiam a questão norteadora, estando nos idiomas inglês e português.

Na base de dados PUBMED, no geral foram encontrados dois mil cento e trinta e um (2.131) estudos, quando aplicado os filtros, texto completo, últimos cinco anos e realizado em humanos obteve-se quinhentos e cinquenta e cinco (555) estudos, depois de realizada a leitura dos títulos e resumos restaram três (3) estudos em relação á problemática, na qual se encontravam todos no idioma inglês.

Na CINAHL foram obtidos cento e nove (109) estudos como busca geral, sendo que limitando a busca para artigos com texto completo realizado nos últimos cinco anos com humanos, obtiveram-se cinquenta (50) estudos, sendo um (1) condizente com a questão desta pesquisa após a análise dos títulos e resumos.

Para a seleção dos estudos eles foram analisados quanto ao potencial de participação no estudo, avaliando o atendimento à questão de pesquisa, assim como o tipo de investigação, objetivos, amostra, método, desfechos, resultados e conclusão, resultando em nove (9) artigos selecionados e adicionados à amostra.

A interpretação dos resultados foram analisadas as informações coletadas nos artigos científicos e criadas categorias, o qual facilitou a ordenação e a sumarização de cada estudo. Essa categorização foi realizada de forma descritiva, indicando os dados mais importantes para o estudo possibilitando uma compreensão imediata em relação aos mesmos.

Diante disso, os estudos foram classificados de acordo com nível e grau de evidência, o qual Potter e Perry (2013), cita que para que se possam obter estudos com forte evidência para explicar ou responder a questão norteadora, é necessário que se faça uma avaliação quanto ao

mérito científico e a aplicabilidade clínica dos resultados dos estudos, de acordo com o nível e grau de evidência.

RESULTADOS

A maioria das publicações estava concentrada no ano de 2019 (55,5%); Com relação aos periódicos, Trials (22,2%) foi a que mais forneceu estudos para esta amostra; Dos nove estudos incluídos nesta revisão oito (88,8%) estavam na língua inglesa e um (11,1%) em português; Quanto à localização a Austrália foi o país com mais estudos incluídos nesta revisão; De acordo com a área de atuação dos pesquisadores a medicina foi a que prevaleceu (66,6%); O nível de evidência é médio, composto por estudos Transversal; Caso controle; Ensaio clínico randomizado e Estudo de coorte; Houve uma prevalência do grau de recomendação “B” para a prática clínica.

Tabela 1 - Descrição das produções científica acerca da temática DIABETES MELLITUS: estratégias utilizadas para a manutenção da autoestima e autocuidado Caxias- MA, 2020, (N=09).

VARIAVEIS	NUMEROS ABSOLUTOS	PORCENTAGEM
Base de dados		
BIREME	5	55,5%
PUBMED	3	33,3%
CINAHL	1	11,1%
Ano		
2019	5	55,5%
2017	3	33,3%
2016	1	11,1%
Periódico		
Trials	2	22,2%
Journal for Equity in Health	1	11,1%
Rev Enferm UFPE On Line	1	11,1%
Journal of Primary Health care & Family Medicine	1	11,1%
Plos One	1	11,1%
Diabetol & Metabol Syndr	1	(Continua...)
International Journal Environ Res Public Health	1	
Qual Life Res	1	11,1%

VARIAVEIS	NÚMERO ABSOLUTO	PORCENTAGEM
Idioma da publicação		
Inglês	8	88,8%
Português	1	11,1%
Procedência do artigo		
Austrália	2	22,2%
Alemanha	1	11,1%
Brasil	1	11,1%
Suécia	1	11,1%

África	1	11,1%
China	1	11,1%
Coreia do Sul	1	11,1%
Portugal	1	11,1%
Área de atuação dos autores		
Medicina	6	66,6%
Enfermagem	2	22,2%
Psicológica	1	11,1%
Delineamento de pesquisa		
Estudo transversal	4	44,4%
Estudo caso controle	3	33,3%
Ensaio clínico randomizado	1	11,1%
Estudo de coorte	1	11,1%
Classificação da evidência		
Três	5	44,4%
Quatro	3	33,3%
Dois	1	11,1%
Grau de recomendação		
B	8	88,8%
A	1	11,1%

Fonte: Base de dados

As pesquisas salientaram sobre a adesão de estratégias de intervenção para o controle do diabetes e a manutenção da autoestima onde a atuação de enfermagem é de suma importância no tratamento do Diabetes, pois poderá promover ações educativas que visam à melhoria da qualidade de vida, e da autoestima, além de atividades direcionadas para o cuidado com o psicológico, proporcionando estratégias de enfrentamento que podem reduzir sentimentos desfavoráveis. De modo a incentivar o apoio familiar e amigos, contribuindo para a participação social, na qual o paciente possa aprender a conviver com a doença de uma forma mais amena e tornando possível uma autoimagem positiva diante da adversidade.

DISCUSSÃO

ATUAÇÃO DO PROFISSIONAL DE SAÚDE NAS ESTRATÉGIAS DE MANUTENÇÃO DO DIABETES

A formação de uma equipe multiprofissional é de suma importância, pois traz benefícios e estabelece ações técnicas executadas pelos diferentes tipos de profissionais na qual a comunicação é o vínculo principal que possibilita a conexão entre os mesmos tornando o tratamento efetivo, seguro e conveniente para o paciente. O enfermeiro é um dos principais componentes que contribui e participa a partir do planejamento a execução de cuidados e necessidades do paciente diabético. A vista disso é essencial à atuação do enfermeiro desde o diagnóstico onde vai contribuir com a sua participação principalmente na educação em saúde em pacientes com baixo nível educacional por não possuir conhecimentos necessários sobre tal patologia e suas complicações agudas e crônicas (FINK et al., 2019; LEE et al., 2019).

Correlacionado a isso Nobre et al. (2019) ressalta que é um grande desafio a educação em saúde em crianças e adolescentes com diabetes tipo 1 devido a pouca maturidade e a fase da puberdade que acaba interferindo no tratamento medicamentoso e alternativo. Vale destacar a importância das ações de enfermagem junto à família para fortalecer a educação em saúde com a criança e o adolescente com DM1, pois assim cria um vínculo que estimula e potencializa a autonomia da criança e do adolescente no autocuidado favorecendo o enfrentamento dos desafios imposto pela própria doença. Na qual demonstra que na atividade educativa o principal objetivo do profissional é incentivar a autogestão para o cumprimento da terapêutica evitando complicações ou internações e criando a responsabilidade do afetado sobre a sua atual saúde.

Constatou-se que pacientes com mais tempo de diagnóstico do diabetes, tinham melhores resultados em relação à autogestão da doença, pois os mesmos acabam que aceitando a conviver com certas limitações, situações e novas rotinas resultando em aprendizagens e experiências. Em tal caso o profissional de saúde contribui de forma significativa, pois faz uso da visão positiva que o paciente possui de si próprio, sendo responsável também por realizar a educação em saúde e orientações quanto aos cuidados com o corpo e alimentação. Vale enfatizar que os médicos, psicólogos ou enfermeiros podem utilizar medidas para avaliar a autoeficácia dos pacientes e identificar suas barreiras para a realização da autogestão durante as consultas ambulatoriais (YAO et al., 2019).

Corroborando com isso Haas et al. (2017) em seu estudo com o método de autodeterminação guiada, relata que a participação do enfermeiro é de suma importância para autogestão do diabetes, pois ele é o responsável por realizar as visitas domiciliares onde através delas é possível orientar e avaliar o nível de adesão do paciente no autogerenciamento da doença, e proporcionar uma maior eficácia no seu tratamento.

Dando ênfase O'Brien et al. (2016) cita a terapia colaborativa uma estratégia multidisciplinar de saúde que atua de forma individualizada fornecendo apoio aos pacientes e promovendo uma melhor efetividade e bem-estar psicossocial, visto que por meio de tal método o profissional de saúde irá proporcionar o empoderamento do diabético com relação sobre o seu tratamento e auxiliando a lidar com os aspectos físicos e psicossociais associado ao diabetes.

Quanto ao método dos aplicativos de celular Jeffrey et al. (2019) relata que apenas uma minoria dos pacientes tinham profissionais de saúde envolvidos e poucos pacientes foram recomendado ou incentivado a usar devido às barreiras notáveis como falta de conhecimento dos aplicativos sendo uma ferramenta de assistência médica, internet inadequada nas áreas rurais e custos de tecnologias, no entanto tais pacientes que interagiram com o seu profissional de saúde em torno do aplicativo achou o mesmo útil na qual demonstrou resultados satisfatórios pois melhorou seu autogerenciamento e percepção de autoeficácia sobre a doença.

ESTRATÉGIAS BENÉFICAS MAIS UTILIZADAS NA MANUTENÇÃO DA AUTOESTIMA E AUTOUIDADO

De acordo com o estudo de Fink et al. (2019) apontam que o Diabetes Mellitus tipo 2 afeta tanto a vida profissional quanto a vida pessoal ao receber o diagnóstico da doença visto que além de ajustar tais áreas da vida os pacientes precisam buscar a aprender sobre as atividades do autocuidado relacionado ao manejo da doença, onde foi observado que pacientes com conhecimentos necessários sobre tal patologia teve êxito na adaptação do seu novo estilo de vida e no gerenciamento do diabetes no entanto os pacientes com baixo nível de escolaridade constatou-se que se preocupava mais em seguir as restrições e as ordens dos médicos.

Com o mesmo pensamento Lee et al. (2019) destaca sobre a importância da educação em saúde sendo utilizada como veículo transformador de práticas e comportamentos individuais no desenvolvimento da autonomia e da qualidade de vida do paciente na qual foi

possível observar resultados positivos nas mudanças de condutas do autocuidado relacionado ao diabetes mellitus.

Outra estratégia bastante utilizada é o apoio social onde Ramkisson; Pillay; Sibanda, (2017), enfatiza a necessidade e a importância de tal estratégia para ajudar o paciente com o diabetes a lidar com a doença e para melhor adesão ao tratamento onde foi observado que 37% dos pacientes com DM querem apoio e ajuda para lidar com seus sentimentos sobre o diabetes; 55% dos pacientes sentiu que seus familiares e amigos os aceitaram como diabético e receberam incentivos para superar e viver com a doença e 9% dos pacientes acharam que incomodava familiares e amigos com o diabetes. As doenças crônicas por si só são elementos estressantes, portanto é essencial a presença do apoio familiar, amigos e do profissional de saúde para que o mesmo se sinta confortável com o tratamento e perceba que o grupo de apoio dispõe como algo positivo, sendo tal estratégia um fator de proteção tanto para a saúde física como mental.

Conciliando com a estratégia do apoio social, a convivência com outros pacientes que apresentam diabetes se torna de suma importância por permitir trocas de experiências e assim formando uma rede de apoio para que o processo de adaptação transcorra de maneira positiva, pois o DM gera um impacto na rotina dos mesmos causando alterações em algumas atividades como de lazer e relacionamento social. Diante disso é necessário destacar que a convivência social da criança e do adolescente com outros diabéticos é essencial tanto para os mesmos quanto para a família servindo como motivação e minimizando seus medos e ansiedades, possibilitando uma melhor interação efetiva entre o profissional de saúde, conhecimento acerca de suas reais necessidades, experiências e estratégias de autocuidado (NOBRE et al., 2019).

Verificou-se no estudo de Yao et al. (2019), que a educação em saúde, autogestão e o apoio ao paciente diabético deve ser um processo contínuo sendo iniciado no momento do diagnóstico para melhorar o comportamento de autocuidado ao longo do tratamento, visto que alguns métodos técnicos podem ser usados pelos profissionais para inspirar a confiança dos pacientes na gestão do diabetes como entrevistas motivacionais, planejamento compartilhado, e até mesmo a troca de informações entre o profissional de saúde/ o paciente/ e a família. Demonstrando que a autoeficácia foi positivamente relacionada a comportamentos de autogerenciamento do diabetes mellitus.

Conforme Baptista et al. (2017), ressaltam sobre a importância dos exercícios multicomponentes pois há um maior benefício no tratamento do diabetes devido a correlação às respostas sobre a ação da insulina favorecendo a um efeito satisfatório no controle glicêmico, tanto nos exercícios aeróbicos quanto nos exercícios resistidos. Tal estudo demonstrou mudanças positivas no bem-estar do paciente diabético, no condicionamento físico e menor risco para complicação cardiorrespiratória na qual foi possível observar melhorias na qualidade de vida relacionada à saúde após nove meses de exercícios aeróbicos, de resistência e combinados. Além disso, sessões estruturadas de exercícios de pelo menos oito semanas de duração demonstraram diminuir os níveis de hemoglobina glicosilada do diabético tipo 2 em 0,66% em média.

CONCLUSÃO / CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo permitiu apresentar os benefícios das estratégias para a manutenção da autoestima e autocuidado detalhando como são realizados esses métodos e qual seus benefícios à saúde da pessoa diabética. Na qual observou-se a importância da educação em saúde, do autogerenciamento e do apoio familiar, amigos e da equipe multiprofissional com relação ao tratamento e o manejo da doença.

O estudo possibilitou identificar que se torna cada vez mais necessário à implementação das estratégias para a manutenção da autoestima e o autocuidado do diabético. Tendo a avaliação do funcionamento psicossocial do paciente diagnosticado com diabetes mellitus de suma importância, por ser uma doença crônica onde poderá haver a necessidade de realizar a

terapêutica em lugares públicos como a verificação da glicemia, aplicação de insulina, o risco de ocorrência de hipoglicemia podendo gerar sentimentos de inferioridade, estresse e frustração que contribuem para a instabilidade emocional afetando a autoestima e a qualidade de vida.

A atuação do profissional enfermeiro é imprescindível, principalmente no que tange em relação à educação em saúde dos pacientes que apresentam diabetes, realizando orientações sobre alimentação e autocuidado, isso juntamente com a equipe multiprofissional na promoção e manutenção da saúde desses pacientes, pois irá desenvolver ações conforme as necessidades que o mesmo precisa prevenindo complicações advindas de tal patologia.

REFERÊNCIAS

DIABETES ASSOCIATION. **Standards of Medical care in Diabetes**. *Diabetes Care*, v. 41, n. 1, p. 01-02, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.2337/dc18-Sint01>. Acessado em: 09/09/2019.

BAPTISTA, L.C. et al. **Effects of long-term multicomponent exercise on health-related quality of life in older adults with type 2 diabetes: evidence from a cohort study**. *Qual Life Res*, Portugal, v. 26, n. 21, p. 2117-2127, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1543-3>. Acessado em: 10/05/2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus**. Brasília, p. 31, 2013a. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_diabetes_mellitus_ca_b36.pdf. Acesso em: 08/09/2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diabetes Mellitus: Sintomas, Causas e Tratamentos**. Brasília, 2013b. Disponível em: <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/diabetes>. Acessado em: 11/09/20

CRUZ, D. S. M et al., **Vivência de adolescentes com diabetes mellitus na perspectiva da ética da alteridade**. *Acta Paul Enferm*, São Paulo, v. 31, n. 2, p. 130-136, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-0194201800020>. Acessado em: 09/10/2019.

FINK, A. et al., 'Learning to shape life' – **a qualitative study on the challenges posed by a diagnosis of diabetes mellitus type 2**. *International Journal for Equity in Health*, Alemanha, v. 18, n. 19, p. 2-11, 2019. Disponível em: <https://equityhealthj.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12939-019-0924-3>. Acessado em: 09/05/2019.

HAAS, J. et al., **Guided self-determination-young versus standard care in the treatment of Young females with type 1 diabetes: study protocol for a multicentre randomized controlled trial**. *Trials*, Suécia, v. 18, n. 562, p. 3-10, 2017. Disponível em: <https://trialsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13063-017-2296-6>. Acessado em: 18/05/2020.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. **Diabetes facts figures**. 2017. Disponível em: <https://www.idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes/facts-figures.html>. Acessado em: 10/09/2019.

JEFFREY, Bronte et al. **Mobile phone applications and their use in the self-management of Type 2 Diabetes Mellitus: a qualitative study among app users and non-app users**. *Diabetol Metab Syndr*, Austrália, v. 11, n. 84, p. 02-17, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/s13098-019-0480-4>. Acessado em: 15/05/2020.

LEE, Sung – Kyoung et al. **Effect of Diabetes education through pattern management on self-care and self-efficacy in patients with type 2 Diabetes.** Int. J. Environ. Res. Public Health, Coreia do Sul, v. 16, n. 18, p. 02-12, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph16183323>. Acessado em: 16/05/2020.

MILECH, A. et al., **DIRETRIZES DA SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES.** Farmacêutica, p. 21, 2016. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/profissionais/images/docs/DIRETRIZES-SBD-2015-2016.pdf>. Acessado em: 15/10/2019.

NOBRE, C.M.G et al., **Cuidado a criança e ao adolescente com Diabetes Mellitus tipo 1.** Rev. Enferm. UFPE on line, Recife, v. 13, n. 1, p. 111-117. Janeiro, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v13i01a238622p111-117-2019>. Acessado em: 18/05/2020.

OROZCO, L.B.; ALVES, S.H.S., **Diferenças do autocuidado entre pacientes com diabetes mellitus tipo 1 e 2.** Rev. Psicologia, Saúde & Doença, Lisboa, v. 18, n. 1, p. 234-247. Abril, 2017. Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15309/17psd180119>. Acessado em: 26/03/2020.

POTTER, Patrícia A.; PERRY, Anne Griffin. **Fundamentos de Enfermagem.** 8. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2013. Cap.5, p. 1372.

RAMKISSON, S.; PILLAY, J. B.; SIBANDA, W., **Social support and coping in adults with type 2 diabetes.** Journal of Primary Health Care & Family Medicine, África, v. 9, n. 1, p. 01-08, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.4102/phcfm.v9i1.1405>. Acessado em: 18/05/2020.

SOUZA, M.T.; SILVA, M.D.; CARVALHO, R., **Revisão integrativa: o que é e como fazer.** Einstein, v. 1, n. 8, p. 102-106, 2010. Disponível em: https://journal.einstein.br/wp-content/uploads/articles_xml/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102-pt.x26000.pdf. Acessado em: 23/11/2019.

YAO, J. et al., **The association between self-efficacy and self-management behaviors among chinese patients with type 2 diabetes.** Plos One, China, v. 14, n. 11, p. 01-12, Novembro, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.022486>. Acessado em: 14/05/20.

