

PERFIL GLICÊMICO DE ALUNOS E FUNCIONÁRIOS DA FACULDADE DE SÃO LOURENÇO - MG

Andressa Pereira da Silva¹, Maurílio Junior Pereira², Maicon Lemes de Oliveira², Pollyanna Oliveira Silva², Kamyla Maciel Rodrigues², Gizele de Carvalho Diniz², Jéssica dos Santos Carvalho², Andresa de Souza Dias², Alexandra Aparecida Landim da Silva², Rossiane Aparecida Ferreira², Natália Francisca de Castro Viana de Carvalho², Taís Reis Silva², Tainara Ribeiro de Lima Augusto², Eliete Augusto², Bianca Bacelar de Assis³, Isabela Bacelar de Assis⁴, Lilian de Oliveira Nunes⁴.

^{1,2,4}Faculdade de São Lourenço - UNISEPE mantenedora/ Rua Madame Schimidt, nº 90, Bairro Nossa Senhora de Fátima, CEP 37.470-000, São Lourenço, Minas Gerais, ☐ Telefone: (35) 3332-3355.

³Universidade Federal de Alfenas - UNIFAL - MG/ Rua Gabriel Monteiro da Silva, nº 700, Bairro Centro, CEP: 37.130-000, Alfenas, Minas Gerais, Telefone: (35) 3299-1000.

Resumo - O Diabetes Mellitus é uma doença crônica, caracterizada pelo comprometimento do metabolismo da glicose, tornando-se hoje um importante e crescente problema de saúde pública. O presente estudo avaliou a glicemia capilar, via glicosímetro digital, dos adolescentes e adultos, de ambos os sexos, recrutados junto à Faculdade de São Lourenço, em São Lourenço - MG. Dos 230 voluntários amostrados, encontraram-se dois diabéticos e três pré-diabéticos, segundo os valores de referência para glicemia casual da Organização Mundial de Saúde. Através desse trabalho, realizou-se uma conscientização quanto aos riscos do descontrole glicêmico e também as formas de se prevenir a hiperglicemia, levando em consideração um estilo de vida saudável, incluindo atividade física e uma dieta equilibrada.

Palavras-chave: Hiperglicemia, controle, prevenção.

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde, Biomedicina.

Introdução

O Diabetes é um grupo de doenças metabólicas caracterizadas por hiperglicemia e associadas a complicações, disfunções e insuficiência de vários órgãos, especialmente olhos, rins, nervos, cérebro, coração e vasos sanguíneos. Pode resultar de defeitos de secreção e/ou ação da insulina envolvendo processos patogênicos específicos, por exemplo, destruição das células beta do pâncreas (produtoras de insulina), configurando o quadro de Diabetes Mellitus Tipo1; bem como também pode envolver uma resistência à ação da insulina, configurando o quadro de Diabetes Mellitus Tipo 2 (BRASIL, 2006).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (WHO¹, 2015), 1,5 milhões de mortes são atribuídas ao diabetes a cada ano. Mais de 80% delas ocorrem em países de baixa e média renda; estima-se que o diabetes será a sétima principal causa de morte em 2030.

Sob essa ótica, o vigente trabalho destinou avaliar o perfil glicêmico dos assíduos da Faculdade de São Lourenço (FSL), a fim de estimular medidas para a vigilância, prevenção e controle do diabetes e suas complicações nesse âmbito universitário.

Metodologia

Trata-se de uma Pesquisa Descritiva, a qual descreve as características de uma determinada população, apresentando como uma de suas peculiaridades a utilização da técnica de coleta de dados. O assunto explorado nesse estudo já é conhecido, sua contribuição é tão somente proporcionar uma nova visão sobre uma realidade já existente (GIL, 2008).

Levando em consideração que estudos modernos confirmam os glicosímetros como ferramentas precisas e confiáveis de determinação de glicemia (MIRA et al.; 2006), este projeto avaliou a glicemia capilar (dose mínima de sangue), via glicosímetro digital, dos adolescentes e adultos, de ambos os sexos, recrutados junto à Faculdade de São Lourenço (FSL), no município de São Lourenço, sul de Minas Gerais, entre os dias 25 à 29 de maio de 2015.

Voluntariamente, foram amostradas 230 pessoas. Cada voluntário foi orientado sobre a prevenção e riscos do descontrole glicêmico, informado quanto à epidemia global do diabetes e conscientizado a promover uma alimentação saudável e atividade física regular, reduzindo, assim, o crescente problema global de sobrepeso e obesidade (dois fatores predisponentes ao

Diabetes Mellitus).

Resultados

Apresentando a FSL um total de 1800 alunos e funcionários, os 230 voluntários refletem 11% do espaço amostral.

A faixa etária dos amostrados variou de 17 a 63 anos.

Na Figura 1 há uma demonstração da estratificação através dos sexos, a qual denota a maior frequência de voluntários do sexo feminino [Homens: 86/ Mulheres: 144].

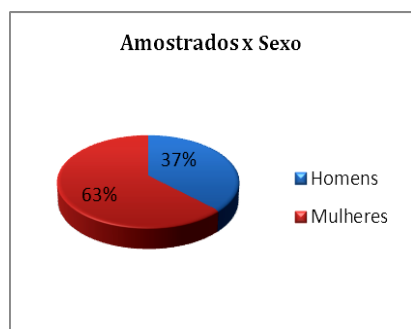


Figura 1. Total de amostrados: 230.

Segundo os Valores de Referência para glicemia casual estabelecidos pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2006), intervalo de 140 mg/dL a 199 mg/dL infere um estado pré-diabético e a glicemia casual acima de 200 mg/dL sugere um perfil diabético.

Nessa luz, foram detectados três pré-diabéticos e dois diabéticos entre os voluntários amostrados da FSL, como expostos na Figura 2. Em outras palavras, os hiperglicêmicos corresponderam a 0,8% do total dos amostrados.

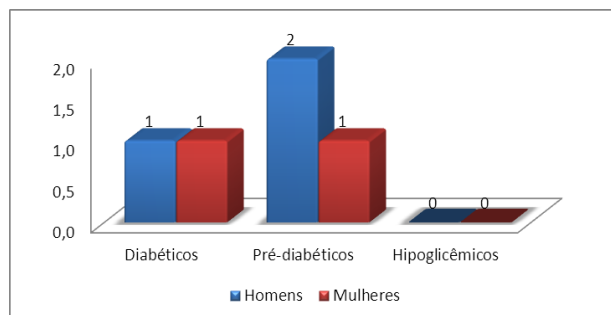


Figura 2. Perfil Glicêmico dos amostrados da FSL de acordo com a variável sexo.

Discussão

De acordo com a Federação Internacional de Diabetes (IDF, 2014), 387 milhões de pessoas têm diabetes no mundo, até 2035 esse distúrbio subirá para 592 milhões e cada sete segundos uma pessoa morre por essa disfunção.

A Europa possui 56 milhões de diabéticos e a América do Sul possui 24 milhões. Na África, há 20 milhões, todavia 62% dos casos ainda não foram diagnosticados (IDF, 2013).

Em estudos realizados pela Sociedade Brasileira de Diabetes no ano de 2012 (SBD, 2012), o número de diabéticos no Brasil foi de 12.054.827, correspondendo a 6,2% da população. Em 2013, o mesmo veio a ocupar o 4º lugar do ranking de países com mais diabéticos na faixa etária de 20-79 anos (IDF, 2013). 500 novos casos de diabetes são diagnosticados todos os dias no Brasil através do Serviço Público de Saúde (BRASIL, 2013).

Estudos do Sistema de Informação de Atenção Básica (SIAB), do Ministério da Saúde, mostram que em julho de 2015 em Minas Gerais o número de diabéticos cadastrados era de 389.483 sendo 334.703 da zona urbana e 54.780 da zona rural.

No município de São Lourenço - MG, de acordo com a Farmácia Básica de Saúde do Sistema Único de Saúde, em abril de 2015 estavam cadastrados 2000 pessoas diabéticas (considerando pessoas que não fizeram o recadastramento mensal).

Em relação aos voluntários da FSL, o número de indivíduos que apresentou valores limítrofes de glicemia ("pré-diabéticos") foi superior ao grupo de indivíduos diabéticos. Sugerindo o possível surgimento de novos casos de hiperglicemia, se por acaso aqueles não implantarem hábitos alimentares mais regrados e a prática de atividades físicas.

Na qualidade de uma Pesquisa Descritiva, o estudo vigente levanta a hipótese de que a informação passada à população sobre o atual quadro do Diabetes no Brasil e no mundo pode estar incompleta, por muitas vezes, de forma não didática e de difícil compreensão. Por isso, justificou-se a elaboração de um folder, com informações claras, simplificadas e objetivas, pelo qual os alunos e funcionários da FSL encontraram informações que os ajudassem a modificar os hábitos alimentares, realçando a importância de um estilo de vida simples que tem se mostrado eficaz em prevenir ou retardar o aparecimento de Diabetes Mellitus do Tipo 2. Provavelmente, ações educativas favorecem mudanças de hábitos alimentares que vão além dos próprios objetivos da intervenção.

Como perspectivas futuras para este estudo, almeja-se analisar os dados quantitativamente, estabelecendo comparações estatísticas entre os grupos etários e entre os sexos.

Conclusão

Uma mistura de envelhecimento da população, sedentarismo, obesidade e alimentação imoderada tem feito com que o Brasil avance no ranking internacional de diabetes (IFD, 2013).

Para ajudar a prevenir Diabetes Tipo 2 e suas complicações, as pessoas devem manter um peso corporal saudável e ser fisicamente ativa na maioria dos dias; ter uma dieta saudável de 3 e 5 porções de frutas/vegetais por dia, reduzir a ingestão de açúcar e gorduras saturadas, bem como evitar o uso do tabaco (WHO², 2015).

Referências

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Diabetes Mellitus, Cadernos de Atenção Básica - n.º 16, Série A. Normas e Manuais Técnicos. 2006.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013. Disponível em: <http://www.diabeticool.com/numeros-do-diabetes/> Acessado em: 24/09/2015.

GIL, A.C. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

IDH, INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION, 2013. Disponível em: <http://www.diabeticool.com/numeros-do-diabetes/> Acessado em: 24/09/2015.

IDH, INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION, 2014. Diabetes Atlas Sixth Edition Poster Update 2014. Disponível em: <http://www.idf.org/diabetesatlas/update-2014> Acessado em: 24/09/2015.

MIRA, G.S.; et al. Performance de glicosímetro utilizado no automonitoramento glicêmico de portadores de Diabetes Mellitus Tipo 1. Arq Bras Endocrinol Metab. 50 (3): 541-549, 2006.

SBD, SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES, 2012. Disponível em: <http://www.diabeticool.com/numeros-do-diabetes/> Acessado em: 24/09/2015.

SIAB, SISTEMA DE INFORMAÇÃO DE ATENÇÃO BÁSICA, Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <http://www2.datasus.gov.br/SIAB/index.php?area=04> Acessado em: 24/09/2015.

WHO¹, World Health Organization, 2015. Diabetes Programme. Disponível em: <http://www.who.int/diabetes/en/> Acessado em: 24/09/2015.

WHO², World Health Organization, 2015. Diabetes Programme. Disponível em: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/> Acessado em: 24/09/2015.