Trabalho apresentado no 24º CBCENF

Título: A CONTRIBUIÇÃO DA PRÁTICA REGULAR DE EXERCÍCIO FÍSICO NO CONTROLE GLICÊMICO EM PACIENTES DIABÉTICOS

Relatoria: Vanessa Faustino Fernandes

Autores: Francisca Arlivian Ferreira de Sousa
Kayque Gabriel Rodrigues Ferreira
Evilani de Souza Silva
Vinícius Alves de Figueredo
Petrucya Frazão Lira

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Inovação das práticas de cuidado

Tipo: Pesquisa

Resumo:

INTRODUÇÃO: O Diabetes Mellitus (DM), doença crônica não transmissíveis de multicausalidade, configura-se como uma desordem metabólica em decorrência da produção deficiente de insulina pelas células beta pancreáticas. A prevalência de DM tem acrescido, principalmente após a metade do século XX, devido as transições nutricional, epidemiológica e demográfica. Por se tratar de uma patologia de caráter progressivo, o DM querer múltiplos cuidados contínuos e permanentes em saúde, cabendo destacar o Exercício Físico (EF) que se caracteriza como um recurso terapêutico para o controle glicêmico, auxiliando na promoção da qualidade de vida e bem-estar. OBJETIVO: Descrever a contribuição da prática regular de exercício físico no controle glicêmico em pacientes diabéticos. METODOLOGIA: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de abordagem qualitativa. A construção teórica-cientifica se deu na Biblioteca Virtual de Saúde, delineado nas bases de dados LILACS e MEDLINE, e na Scientific Electronic Library Online – SciELO. A busca por evidências cientificas foi realizada em fevereiro de 2022, utilizando os descritores associados ao operador booleano “AND”: “Exercício Físico”, “Diabetes Mellitus”, “Glicemia”. Os critérios de inclusão foram estudos disponíveis em português e inglês, publicados nos últimos 10 anos, excluindo da pesquisa os artigos duplicados, ou que se apresentavam inconclusivos ou inconsistentes metodologicamente. RESULTADOS: Inicialmente foram encontrados 87 artigos, no entanto, após aplicação dos critérios previamente estabelecidos permaneceram 4 evidências científicas, que compuseram a amostra final. Com base nos achados científicos, nota-se que o exercício físico, quando constante, possui um efeito hipoglicemiante pois aumenta a expressão e ação dos receptores de insulina nas células musculares e amplifica o transportador de glicose (GLUT4) nos tecidos adiposo, muscular e cardíaco. É válido ressaltar que em virtude do processo de contração, presente na sessão de exercício físico, a um aumento da permeabilidade da glicose na fibra muscular, mesmo na ausência de insulina. Outrossim, o exercício físico também atua na diminuição da hemoglobina glicada como consequência dos seus efeitos a longo prazo. CONCLUSÃO: Evidencia-se, portanto, que o exercício físico é uma terapia adjuvante e eficaz no tratamento do DM, pois, aumenta a sensibilidade do organismo a insulina e a captação da glicose pelas células musculares, auxiliando no controle glicêmico.