Trabalho apresentado no 14º CBCENF

Título: PROJETO “ASSUMINDO A DIFICULDADE DE DEIXAR O AÇÚCAR, O SAL E A GORDURA”: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Relatoria: MARIA ENOIA DANTAS DA COSTA E SILVA

Autores: WILLYANE DE ANDRADE ALVARENGA
RITA DE CÁSSIA PINHEIRO ALVES
KÁSSIA CRISTINA RODRIGUES MOREIRA
NANCY NAY LEITE DE ARAÚJO LOIOLA BATISTA

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: A enfermagem e o terceiro setor

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

A partir da preocupação das enfermeiras baseadas nas dificuldades relatadas pelos portadores de Hipertensão Arterial (HA) e Diabetes mellitus (DM) em seguir adequadamente a um estilo de vida saudável, na adesão ao tratamento e na impotência de envolvê-los em ações direcionadas para o controle da pressão arterial e do nível sérico de glicose, surgiu um projeto que resultou na formação do grupo de apoio a hipertensos, diabéticos, obesos, dislipidêmicos e seus familiares. Buscou-se descrever e analisar as dificuldades destes portadores envolvidos no projeto “Assumindo a dificuldade de deixar o açúcar, o sal e a gordura”, buscando novas estratégias para facilitar o controle dessas doenças. A experiência envolve 30 portadores acompanhados desde junho de 2010, por uma Unidade Básica de Saúde de Teresina-PI. As reuniões do grupo são semelhantes às reuniões de recuperação de Alcoólicos Anônimos, que por meio da troca de experiências no interior do grupo os portadores de HA e DM contam suas dificuldades em adotar um novo estilo de vida. Segue, também, a abordagem pedagógica de Paulo Freire que parte de uma educação teórica para uma educação mais vivencial com espaços e meios que possibilitem a criatividade, o movimento e a expressão. Os temas introduzidos na reunião surgem espontaneamente das dificuldades observadas a cada reunião, das palavras, medos e dúvidas mais relatadas pelos participantes. Percebeu-se a comunicação e as trocas de experiências entre os participantes. Eles contam suas dificuldades em deixar de comer alimentos ricos em gorduras, sal e açúcar, além de como foi descobrir a HA e/ou o DM e as mudanças que tiveram que acontecer para viver com qualidade. Citaram como se adaptaram a esse novo estilo de vida, descrevendo o seu conhecimento. Falam do seu tratamento, ressaltando a dificuldade em segui-lo não apenas pela alimentação, mas pelo uso cotidiano da medicação e, no grupo, muitos apontaram as soluções adotadas para resolver esse problema. Outra dificuldade é a não realização de atividade física e para isso procuramos estimulá-los. Ao fim do período de reuniões programou-se passeios, práticas de caminhadas na rua e danças. A intervenção no tratamento da HA e DM, através da formação de grupos de apoio com rodas de conversa mostrou-se útil, pois foge dos modelos tradicionais de educação em saúde como as palestras, adotando um novo modelo que não repassa o conhecimento de forma unidirecional, mas parte do indivíduo como efetivador de seu tratamento.