

ATUAÇÃO DO NUTRICIONISTA NO CONTROLE DO DIABETES MELLITUS EM MULHERES NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA EM RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL

Educação alimentar e nutricional; Residência multiprofissional; Atenção Primária à Saúde; Diabetes mellitus

Introdução

Os Programas de Residência Multiprofissional em Saúde constituem estratégia de formação em serviço voltada à qualificação de profissionais para atuação no Sistema Único de Saúde. Na Atenção Primária, esse modelo amplia o olhar sobre as necessidades dos usuários, especialmente no acompanhamento de condições crônicas que exigem cuidado contínuo. Nesse contexto, o nutricionista contribui para a promoção da saúde, educação alimentar e nutricional e manejo dietoterápico. As Doenças Crônicas Não Transmissíveis estão entre os principais problemas de saúde pública, destacando-se o diabetes mellitus, distúrbio metabólico caracterizado por alterações na produção, secreção ou ação da insulina, com hiperglicemia persistente. Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência da atuação do nutricionista em uma equipe da Residência Multiprofissional em Saúde da Mulher na Atenção Primária, no cuidado a mulheres com diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2 em uso de insulina, descrevendo estratégias de educação alimentar e nutricional voltadas ao planejamento alimentar, associação entre carboidratos, fibras e proteínas, controle glicêmico e fortalecimento do autocuidado.

Métodos

Trata-se de estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado entre março e junho de 2026, em mulheres com diabetes mellitus tipo 1 e tipo 2 em uso de insulina, atendidas em uma Unidade Básica de Saúde por equipe composta por nutricionista, psicóloga, farmacêutica e profissional de educação física. Na primeira consulta multiprofissional, aplicou-se questionário socioeconômico, clínico e de hábitos de vida. Foram realizadas duas consultas multiprofissionais mensais com todas as pacientes, com aferição de peso e altura, escuta ativa, acolhimento e orientações. Para avaliação e definição da conduta nutricional, foram utilizados recordatório alimentar, horários das refeições e de aplicação da insulina, controle glicêmico de jejum e pós-prandial e exames laboratoriais, especialmente glicemia de jejum e hemoglobina glicada.

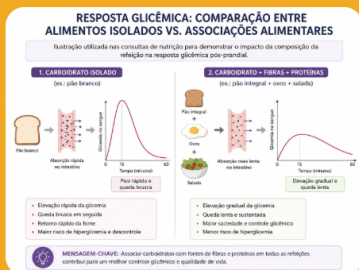
Resultados / Discussão

Observou-se comportamento sedentário, dúvidas sobre quais alimentos podem ou não serem consumidos, glicemia descompensada e uso incorreto da insulina. A equipe multiprofissional mostrou-se essencial. A psicóloga ofereceu suporte à saúde mental; a farmacêutica orientou sobre uso e armazenamento da insulina; o profissional de educação física reforçou a importância da atividade física. As abordagens da nutricionista envolveram alimentação para controle do diabetes, sinais, sintomas, consequências da doença, grau de processamento dos alimentos, índice e carga glicêmica, fibras alimentares, hidratação e planejamento alimentar semanal. A nutricionista utilizou ilustrações em tempo real para explicar a resposta glicêmica após consumo isolado de carboidratos e após associação com fibras e proteínas. As pacientes compreenderam que refeições com carboidratos isolados favorecem elevação e queda brusca da glicose, enquanto combinações com fibras e proteínas promovem resposta mais gradual, maior saciedade e melhor estabilidade glicêmica. Após as intervenções, os valores glicêmicos alterados reduziram de aproximadamente 60% para 10% a 15%.

Considerações Finais

Conclui-se que a educação alimentar e nutricional, associada ao cuidado multiprofissional, contribui para melhores escolhas alimentares, controle glicêmico, fortalecimento do vínculo com os profissionais de saúde e promoção do autocuidado em mulheres com diabetes mellitus tipo 1 e 2 em uso de insulina.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

CARVALHO, C. M. Efeito da fibra alimentar em pacientes com Diabetes Mellito: avaliação aguda da resposta glicêmica e insulinêmica e revisão sistemática e desfechos renais. Tese (Doutorado em Endocrinologia). Programa de Pós-graduação em Ciências Médicas, Univ. Fed. do RS, Porto Alegre, 2018. SBD. Sociedade Brasileira de Diabetes. Diretrizes Sociedade Brasileira de Diabetes 2017-2018. São Paulo, 2018.