



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

HÁBITOS ALIMENTARES E SUA RELAÇÃO COM O DIABETES MELLITUS NA ADOLESCÊNCIA

Autores: DANIELLA SOARES FAGUNDES, JOSIANE SANTOS BRANT ROCHA, ESTELA SILVA LOPES, ADELHANE MARTINS SANCHES, DIANNE EMERECIANA DA MATA BORGES, MARIA VITÓRIA CORDEIRO SANTOS

Introdução

O diabetes *mellitus* consiste em uma das principais doenças crônicas não transmissíveis no século vigente. De acordo com a *World Health Organization* (2015), o diabetes *mellitus* foi causa direta de cerca de 1,6 milhão de mortes em 2015, sendo tal doença subdividida nos tipos um, tipo dois e gestacional e caracterizada pela incapacidade do pâncreas produzir insulina ou do corpo em utilizá-la. Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes (2016), a população mundial acometida é da ordem de 387 milhões e a tendência é que, em 2035, esse número alcance 471 milhões. Esse panorama evidencia a característica pandêmica desta doença, sendo o diabetes *mellitus* tipo dois (DM2), particularmente, preocupante, tendo em vista os seus fatores predisponentes e seu aumento entre crianças e adolescentes.

Nessa perspectiva, conforme a *International Federation of Diabetes* (2017), o aumento da incidência de DM2 entre adolescentes está intimamente relacionado ao estilo de vida marcado pela inatividade física e hábitos alimentares inadequados, fato que fomenta a obesidade, um dos principais fatores de risco para o DM2. Os alimentos consumidos por esse público são altamente calóricos, sendo compostos principalmente por lipídeos, carboidratos e sódio, e o seu consumo é fortemente influenciado por empresas do setor alimentício que se valem das mídias para promover o seu produto e ditar hábitos alimentares (PEREIRA *et al.*, 2017; BELTRAMIN *et al.*, 2015). Isso evidencia a necessidade de se fazer intervenções no sentido de conscientizar e instigar o senso crítico desses adolescentes, incentivando o empoderamento e a promoção da saúde de modo a formar adultos mais conscientes que possam contribuir com a educação em saúde para as gerações vindouras.

Nesse ínterim, de acordo com a filosofia das “Escolas Promotoras de Saúde – Experiências no Brasil” (2007), as instituições educacionais constituem um âmbito privilegiado para a disseminação de informações acerca das condições em saúde e educação nutricional, fomentando o desenvolvimento humano saudável. Consoante às informações expostas, este estudo tem como objetivo relacionar os hábitos alimentares com o diabetes *mellitus* tipo 2 na adolescência, de modo que a intervenção prática foi realizada em uma escola pública com o intuito de potencializar a relevância comunitária por meio da geração de conhecimento.

Material e Métodos

O presente estudo configura-se como uma pesquisa-ação realizada na cidade de Montes Claros – MG, na Escola Estadual Armênio Veloso do bairro de Lourdes, no dia 1 de dezembro de 2017. Mediante a escolha da escola como um meio propício para a adesão dos adolescentes, em primeira instância a equipe compareceu à instituição para que a diretora autorizasse a intervenção com alunos do 7º ano do Ensino Fundamental do turno vespertino. Posteriormente, foram decididas, em conjunto, tendo como base quais as ações seriam efetivas para melhor atenção e interpretação dos alunos acerca do assunto apresentado. Dessa forma, foi confeccionado um painel de isopor de dimensão 1mX0,4m revestido por TNT, abordando imagens coloridas de alguns alimentos com alto teor de açúcar e altamente consumidos pelo público infante-juvenil, sendo eles: bolacha recheada, refrigerante, achocolatado, sorvete, suco industrializado, *ketchup* e leite condensado. Abaixo de cada imagem (fig.2), ressaltou-se a quantidade de açúcar contido em cada alimento, como forma de alertar os estudantes acerca dos riscos que trazem para a saúde, relacionando com a incidência do DM2 nessa faixa etária.

Complementando com os aspectos expostos da linguagem não verbal, foi realizada uma interação entre os alunos e a equipe (Fig. 1), instigando-os com perguntas voltadas para a alimentação e nutrição dos dias atuais tais como: “Você sabe o que é diabetes? Você conhece o teor de açúcar nos alimentos como em uma lata de refrigerante? Você pede seus pais para comprarem alimentos que conhece pela televisão?”. Além disso, a exposição de algumas frutas e verduras, visando o fortalecimento do consumo de alimentos saudáveis em detrimento de alimentos hipercalóricos, foi um método utilizado para analisar o conhecimento dos alunos acerca dos itens questionados (Fig. 2).

Resultado e discussões

Nas últimas décadas há um crescente aumento da incidência de DM2 em crianças e adolescentes (PINHAIS-HAMEL e ZEITLER, 2005) e é sabido que hábitos alimentares inadequados e a obesidade são fatores de risco para seu acometimento (SARTORELLI, FRANCO, 2003). Dessa forma, submeter as crianças aos questionamentos acerca da alimentação proporcionou traçar um retrato do entendimento das crianças sobre o tema discutido. A escolha por dialogar com as crianças foi baseada na Pedagogia Dialógica (FREIRE, 1987), porque ao permitir que as crianças também participassem do processo comunicativo, instalou-se a confiança na troca de conhecimentos e saberes, além de aproximar gerações e culturas distintas.

Em um grupo de 27 adolescentes apenas três possuíam noção sobre o que era diabetes, uma vez que algum de seus familiares tem a doença e assim já tiveram contato com um portador, contudo a resposta se limitava a excesso de açúcar no sangue. Um recipiente contendo açúcar na respectiva quantidade de uma lata de refrigerante foi apresentado aos estudantes que se mostraram bastante surpresos com a quantidade de carboidrato. Nenhum deles possuía conhecimento sobre esse dado e também não sabia que era a quantidade máxima permitida para um consumo diário saudável. Poucos participantes relataram que propagandas televisivas os influenciavam quanto à preferência alimentar. Além disso, alimentos como beterraba, cenoura, manga, pera, ameixa foram apresentados para os adolescentes a fim de investigar o contato deles com esses alimentos e saber se estavam presentes em sua alimentação cotidiana. Apesar de alguns participantes terem confundido batata-doce com abóbora, e pera com ameixa, o resultado foi positivo tendo em vista que a maioria deles conseguiu reconhecer as frutas e as verduras e relataram consumi-las esporadicamente.

Conclusão

Conclui-se que a intervenção, no eixo educacional, permitiu levar o conhecimento acerca dos hábitos alimentares aos adolescentes, bem como discutir com os próprios estudantes sobre suas opiniões, preferências alimentares e os impactos da alimentação sobre a saúde individual e coletiva. A forma como foi conduzida a ação educativa facilitou a compreensão e a aprendizagem sobre a relação existente entre o diabetes e os hábitos de alimentação, por ter sido abordada de forma dinâmica o que facilitou a interação e permitiu que os estudantes relatassem as experiências dos familiares com a doença e concluíssem ao longo da intervenção as mazelas do DM2. Tais medidas são fundamentais para a promoção da saúde e melhora a qualidade de vida dos adolescentes.



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

Referências

BELTRAMIN, S.M. *et al.* Influência da mídia na obesidade infantil. *Revista Digital*. Buenos Aires, 2015.

BRASIL. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes, 2016. *Diabetes mellitus tipo 2 no jovem*, p. 71-79, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde e Organização Pan-americana da saúde. *Escolas promotoras de saúde: experiências no Brasil*, Brasília, DF, n.6, p.17-48, 2007.

FREIRE, P. *Pedagogia do oprimido*, 17ª. ed. Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1987.

INTERNATIONAL DIABETES FEDERATION. *IDF Diabetes Atlas*. 8th ed. Brussels: International Diabetes Federation; 2017. Disponível em: <https://www.idf.org/e-library/epidemiology-research/diabetes-atlas.html>. Acesso em 05/09/2017.

PEREIRA, T. S. *et al.* Influência de intervenções educativas no conhecimento sobre alimentação e nutrição de adolescentes de uma escola pública. *Ciência e saúde coletiva*. vol.22, n.2, pp.427-435, 2017.

PINHAIS-HAMEL, O.; ZEITLER, P. he global spread of type 2 diabetes mellitus in children and adolescents. *J Pediatric*. 2005;146:693-700.

SARTORELLI, D. S.; FRANCO, L. J. Tendências do diabetes mellitus no Brasil: o papel da transição nutricional. *Cad. Saúde Pública*. Rio de Janeiro. Vol. 19. Sup.1. p. 29-36. 2003.

World Health Organization Diabetes 2015, <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/>



Figura 1: Realização da dinâmica pela equipe.

Fonte: Acervo do pesquisador

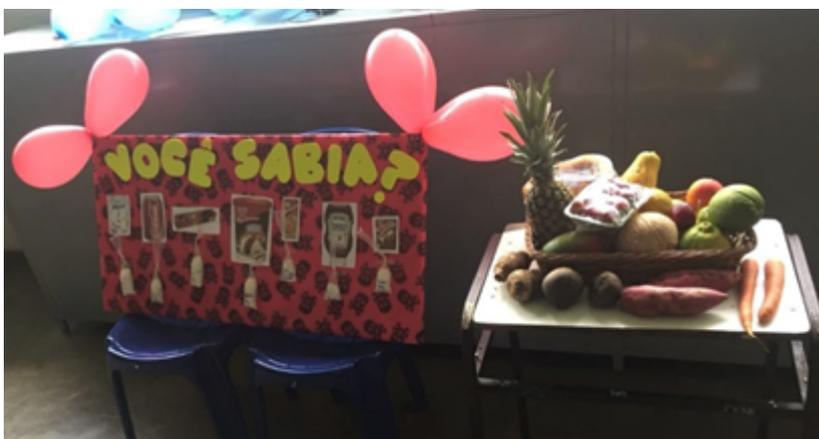


Figura 2: Mural e frutas utilizadas na dinâmica com os alunos.



CIÊNCIA E TECNOLOGIA:
IMPLICAÇÕES NO ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO

FEPEG

F Ó R U M
ENSINO • PESQUISA • EXTENSÃO • GESTÃO

REALIZAÇÃO:



APOIO:



ISSN: 1806-549X

Fonte: Acervo do pesquisador