

2017-01-16 17:17:09

<http://justnews.pt/noticias/educar-para-a-saude-na-diabetes-projeto-na-figueira-da-foz-envolve-cozinheiros-de-lares-e-centros-de>

Educar para a saúde na diabetes: UCFD envolve cozinheiros de instituições sociais na Figueira da Foz

Além de esclarecer as pessoas com diabetes que vão às consultas, a equipa da Unidade Coordenadora Funcional da Diabetes (UCFD) do ACES Baixo Mondego – Polo Figueira da Foz tem apostado também na educação para a saúde dos cuidadores formais e informais. Este objetivo foi reforçado após a implementação desta UCFD, no Dia Mundial da Diabetes, em 14 de novembro de 2013.

“O trabalho de luta contra a diabetes já acontecia há muitos anos, inclusive, com consultas individualizadas, com médico e enfermeiro, nas várias unidades funcionais do ACES”, afirma Fátima Amaral, coordenadora da UCFD, em entrevista à Just News, no âmbito de uma reportagem sobre a unidade, que será publicada na próxima edição do [Jornal Médico](#).



Segundo a responsável, o objetivo é lutar contra a diabetes envolvendo todos os intervenientes, “porque somos todos poucos para travar esta epidemia”.

Nesse sentido, além das várias ações no Dia Mundial da Diabetes e da formação dos profissionais, têm-se realizado projetos como “Apoio ao cuidador formal em Equipamentos Residenciais para Idosos (ERPI)” ou “Saúde Sénior – Prevenção e controlo da diabetes”. Enquanto o primeiro decorreu em 2014, o segundo está a dar os primeiros passos.

As principais dificuldades sentidas na implementação do modelo UCFD prenderam-se mais com “a falta de uma consulta de pé diabético estruturada no hospital”. Nos cuidados de saúde primários, os pés eram avaliados e tratados, mas faltava a resposta mais estruturada do hospital.

“Neste momento, já existem profissionais e material a nível hospitalar. Embora ainda estejamos numa fase inicial, muitos passos têm de ser dados”, aponta Fátima Amaral.

Tratamento do pé diabético: condições têm melhorado

Nos CSP, das nove unidades funcionais, cinco têm consulta de pé diabético a funcionar. “Faltam podologistas, seria importante que a Unidade de Recursos Assistenciais Partilhados (URAP) pudesse contratar um profissional de Podologia que desse apoio a todos os cuidados prestados ao pé, quer seja ao diabético ou não.”



Apesar de alguns contratemplos, como a consulta de pé diabético da USF Buarcos que ficou parada durante algum tempo por falta de espaço e material – tendo, entretanto, sido reativada –, as condições para avaliar e tratar o pé do diabético têm melhorado, segundo a coordenadora.

Falta de dinheiro

Mas na prevenção desta comorbilidade também há outros entraves, como a falta de condições socioeconómicas, como aponta, por sua vez, Margarida Veríssimo, enfermeira responsável pelo pé diabético nos CSP. “No caso do pé diabético, nem sempre é fácil levá-los a cumprir determinados ensinamentos, como colocar creme, por falta de dinheiro.”



Quando as refeições nas instituições sociais não são saudáveis

Apesar das possíveis dificuldades económicas, o envolvimento dos cuidadores é uma das principais metas da UCFD. O projeto “Apoio ao cuidador formal em Equipamentos Residenciais para Idosos (ERPI)”, que decorreu em 2014, realizou-se após se verificar um número elevado de descompensações diabéticas em pessoas institucionalizadas.

José Faria, médico de Saúde Pública, relembra que o projeto esteve integrado num leque de atividades mais vasto, designadamente, na melhoria de articulação entre serviços hospitalares, CSP e Câmara Municipal da Figueira da Foz. “Este projeto, coordenado pela Unidade de Saúde Pública (USP), contou com 173 funcionárias pertencentes a 22 instituições, a quem, no final, foram entregues certificados de formação. Ao todo, realizaram-se 15 sessões, com duração de duas horas, uma vez por semana.”

Para o médico de Saúde Pública, este tipo de atividades é crucial. “É importante dar formação aos cuidadores a vários níveis, quer no apoio assistencial que podem dar às pessoas com diabetes, como na confeção das refeições.”



José Faria.

E acrescenta: “Esta formação deve abranger também os decisores, quem está à frente das instituições, para que

sejam fornecidos alimentos saudáveis, já que, infelizmente, as refeições nas ERPI não costumam ser as mais apropriadas para se ter um estilo de vida saudável – independentemente de se ter diabetes ou não.”

"Muitas horas sem comer"

Outro aspeto que não deve ser descurado, segundo o médico, é o timing das refeições. “Nas instituições, está-se muitas horas sem comer, o que não permite fazer refeições fracionadas, que são muito mais saudáveis.”

Como refere ainda, “sabe-se o que provoca a diabetes, como se pode prevenir e combater, mas dificilmente se mudam hábitos enraizados desde a infância”.



Sara Carvalho e Margarida Veríssimo.

Filhos ausentes e refeições hipercalóricas

O papel da enfermagem é fundamental na educação para a saúde. Este é ponto assente para a equipa de enfermagem dos CSP e do hospital. Sara Carvalho, enfermeira do ACES Baixo Mondego – Alhadas, defende que a grande aposta está nos mais pequenos.

“É muito difícil mudar comportamentos, por isso, é necessário começar pelas crianças.” E relembra: “Os maus hábitos estão muito enraizados e, nos casos dos mais velhos, é complexo limitar o consumo de determinados produtos – como doces –, quando sentiram falta dos mesmos na infância.”

No caso dos cuidadores, os filhos podiam ser uma ajuda, mas nem sempre estão disponíveis. “Alguns emigraram, outros vivem longe e há quem não queira saber”, afirma Sara Carvalho.



Mais recursos humanos

A enfermeira Rosário Figueiredo, do Hospital de Dia da Diabetes do Hospital Distrital da Figueira da Foz, também sente o mesmo. “Nem sempre se consegue envolver os cuidadores, logo é preciso agir com os meios que temos. Se não existe cuidador informal, por exemplo, vamos tentar com os cuidadores formais ou vice-versa.” O problema agudiza-se quando se está perante idosos que vivem sozinhos, sem apoio.

Quanto à alimentação que se faz nas instituições que apoiam idosos, Rosário Figueiredo acredita que o problema passa muito pela questão económica. “Os alimentos hipercalóricos saciam -- apesar de não serem saudáveis -- e são mais baratos.”

Em termos mais assistenciais, a enfermeira defende a existência de mais recursos humanos. “O Hospital de Dia da Diabetes começou apenas comigo, tanto que, quando ia de férias, fechava.” Atualmente, conta com a ajuda da enfermeira Rosário Caceiro. “O apoio é dado o ano inteiro, mas seria importante ter mais recursos humanos, porque não nos dedicamos apenas à UCFD.”

Também há um ano foi possível ter material para o pé diabético. “Há uma podologista que dá apoio uma vez por semana e a Cirurgia ajuda no pé diabético de 15 em 15 dias.” Esta periodicidade, “pouco adequada”, é mais uma razão para se investir em mais recursos humanos.



Rosário Caceiro, Fernando Ferraz e Rosário Figueiredo.

"Falta de tempo" para a UCFD

Fernando Ferraz, médico internista do Hospital Distrital da Figueira da Foz, também integra a UCFD. Relembra que o apoio às pessoas com diabetes já acontece há muitos anos, mas é da opinião que o modelo UCFD "permitiu agilizar a comunicação com os colegas dos CSP, mas também de Coimbra. "O nosso hospital não tem Endocrinologia, logo os casos mais graves, que exigem a intervenção desta especialidade, são referenciados para o Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC)."

Da própria UCFD fazem parte as colegas do CHUC Sandra Paiva (médica) e Susana Veríssimo (enfermeira).

A falta de endocrinologista no Hospital Distrital da Figueira da Foz não é, segundo o médico, um problema. "Todos os internistas fazem Diabetologia, além disso, 99% dos casos clínicos podem e devem ser acompanhados pela Medicina Interna, tendo em conta as comorbilidades da diabetes."

Questionado sobre as limitações que se sentem na equipa da UCDF, é perentório: "A falta de tempo, porque temos de estar em várias frentes, o que nos impede, por exemplo, de cumprir com todos os pressupostos estabelecidos para a Unidade Integrada da Diabetes."



Fernando Farias, Fátima Amaral, Sara Carvalho, Rosário Figueiredo e José Faria.

Mais projetos numa luta que "tem se ser multidisciplinar"

A equipa da UCFD tem mais planos a concretizar a médio e longo prazo, como diz Fátima Amaral. "Vai iniciar-se, em Montemor-O-Novo e Soure o projeto-piloto "Não à Diabetes", para se suster o crescimento da incidência desta doença nos próximos cinco anos, avaliando-se o risco de diabetes tipo II na população entre os 20 e os 70 anos."

E, claro, continuar com formações. "Para profissionais de saúde, para a população em geral e para públicos muito específicos, como aconteceu com os cozinheiros, porque a luta contra a diabetes tem se ser multidisciplinar", reforça Fátima Amaral.



Jornal Médico
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

A reportagem completa sobre a UCFD, com todas as declarações dos intervenientes, pode ser lida na edição de janeiro do Jornal Médico.