



A IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES NUTRICIONAIS DENTRO DA ATENÇÃO BÁSICA PARA O CONTROLE DO DIABETES

KARLA CAVALCANTE QUADROS

Introdução: O diabetes é uma das doenças crônicas com maior demanda no Sistema Único de Saúde. Somado a isso, as medicações muitas das vezes são negligenciadas, especialmente entre a população idosa, e essa atitude aliada à uma má alimentação são fatores de risco para o descontrole da doença. **Objetivo:** Explanar acerca das orientações nutricionais e a relação com o controle glicêmico a partir do consentimento ou não de um estilo de vida saudável. **Material e Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de sete literaturas científicas publicadas entre os anos de 2021 e 2024 nas bases de dados BVS, Google Acadêmico, Scielo e repositórios acadêmicos. **Resultados:** As orientações nutricionais são essenciais para o entendimento sobre os aspectos fisiológicos do diabetes, desde a combinação adequada de nutrientes e, consequentemente, incentivo ao autocuidado visto que o usuário da Atenção Básica entende a necessidade de se alimentar adequadamente de forma autônoma sem os receios normalmente existentes em relação aos carboidratos, até a quebra da crença de que as opções de alimentos se tornam significativamente limitadas. Ainda, uma alimentação ideal colabora de outras maneiras para a saúde, especialmente porque muitos possuem outras doenças associadas pré ou pós existentes ao diabetes. Somado a isso, o acompanhamento multiprofissional humanizado potencializa a adesão das orientações, pois a partir do momento que a pessoa tem um maior suporte e recebe falas reiteradas sobre o assunto isso permite que ela se sinta acolhida e convencida a reverter seus hábitos de vida ao presenciar em sua mudança, ou nas mudanças de outras pessoas, os benefícios. Também, deve-se considerar que mesmo que os profissionais das unidades básicas façam seu trabalho de promoção, prevenção e controle, muitas pessoas apresentam recusa em relação às modificações de suas condutas, que vão desde princípios enraizados até a acomodação por falta de consequências negativas advindas da patologia. **Conclusão:** Portanto, realizar um acompanhamento nutricional mais incisivo dentro da saúde pública é indispensável no contexto do diabetes. Ademais, promover rodas de conversas para troca de experiências que vá além das paredes do consultório faz-se fundamental para que haja uma maior identificação entre os usuários que estão vivenciando o mesmo.

Palavras-chave: **ACOLHIMENTO; AUTOCUIDADO; HÁBITOS; NUTRIÇÃO; PREVENÇÃO**