



EDUCAÇÃO EM SAÚDE PARA USUÁRIOS PORTADORES OU NÃO DE DIABETES MELLITUS EM UMA UNIDADE DE SAÚDE DA FAMÍLIA, EM MANAUS-AM

LIDIANE DE JESUS SOUZA LIMA

Introdução: A Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) estima que o número de pessoas com diabetes no Brasil é aproximadamente 20 milhões e é uma doença que pode ser controlada, em alguns casos, prevenida através de mudanças no estilo de vida. Ao oferecer educação em saúde, capacita-se e conscientiza-se o indivíduo ao autocuidado. Este trabalho é um relato de experiência sobre educação em saúde para portadores de diabetes em uma unidade de saúde da família do Sistema Único de Saúde (SUS), no distrito sul de Manaus-AM, realizada em curso de especialização em saúde pública com ênfase em saúde da família. **Objetivo:** Relatar a experiência da prática de educação em nutrição e saúde voltada a um grupo de usuários do SUS com diagnóstico de diabetes mellitus ou não, com ênfase na conscientização e prevenção. **Relato Experiência:** Em uma unidade de saúde, foi realizada atividade educativa, através da metodologia dialógica, com estímulo a participação ativa dos usuários. Iniciou-se com a apresentação dos mediadores e explicação da proposta. O tema e a pergunta norteadora foram expostos: “o que você entende ser diabetes?”. À medida que os usuários iam expondo suas ideias, foi criado um quadro de respostas, auxiliando na organização da construção do conhecimento e debate. Observou-se que os usuários não tinham um conceito substancial de diabetes, mas sim dos principais sintomas e agravos da doença. Novos questionamentos foram inseridos: “quais os sintomas, causas e complicações?”. Desse modo, foi possível perceber que conheciam bem os sintomas e as complicações; no entanto, para as possíveis causas, apresentaram dúvidas, e surgido a discursão se era hereditário. E por fim como prevenir e o que evitar e incluir na escolha de alimentos e elaboração de um prato saudável, surgiram algumas dúvidas principalmente do que o diabético podia comer. **Conclusão:** Contudo, destaca-se a importância da prática de educação em saúde, que estimula a troca de conhecimentos e a aproximação dos profissionais de saúde com os usuários. Evidenciou-se que cada indivíduo pode refletir o seu grau de conhecimento e estado de saúde. Assim, foi demonstrado que é fundamental fazer novas escolhas para prevenção, controle da doença, evitando agravos.

Palavras-chave: **PREVENÇÃO; ESTILO DE VIDA SAÚDAVEL; ALIMENTAÇÃO SAÚDAVEL; GRUPOS EDUCATIVOS; SAÚDE PÚBLICA**