

RESUMO: O diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é uma doença crônica que afeta cerca de 12 milhões de brasileiros e caracteriza-se por níveis elevados de glicose no sangue, que em longo prazo são responsáveis por complicações em órgãos-alvo. O bom controle metabólico do DM2, alcançado através da associação de medicamentos e mudança do estilo de vida, previne o surgimento e retarda a progressão dessas complicações. A Oficina Multidisciplinar de Autocuidado ao DM2 é um projeto destinado a atender pacientes ambulatoriais com DM2 do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) em grupos, com o objetivo de otimizar o autocuidado visando o melhor controle da doença. Uma equipe multidisciplinar formada por alunos de graduação e pós-graduação de diversas áreas da saúde - medicina, enfermagem, nutrição, educação física, fisioterapia, farmácia e serviço social - atua no projeto. O funcionamento da Oficina baseia-se em três módulos diferentes que ocorrem no HCPA a cada 4 a 6 semanas. Antes de iniciar cada módulo são aferidos peso, altura e circunferência abdominal. Cada encontro é organizado em cinco estações: farmácia, nutrição, atividade física (educação física e fisioterapia), serviço social e enfermagem, em que os profissionais de cada área atendem individualmente cada paciente por 15 minutos repassando orientações previamente definidas, porém individualizadas àquele paciente. Busca-se promover a educação do paciente sobre sua doença, aprimorando conhecimento e habilidades sobre autocuidado e estimular mudanças comportamentais como alimentação saudável, prática de exercício físico, utilização correta de medicamentos, etc. Após encerrar a estação, o paciente dirige-se ao próximo profissional até passar pelas cinco especialidades, numa forma de rodízio. Nas estações o paciente recebe material educativo (livreto sobre DM2, cartão de identificação e ímã de geladeira com lembrete dos autocuidados) produzido pela equipe multidisciplinar. Após completar os três módulos, o paciente responde a questionários visando avaliar a efetividade do projeto na melhora do seu tratamento, na aprendizagem sobre autocuidado e no impacto na sua qualidade de vida. A atenção centrada no paciente e a promoção da educação sobre o diabetes resultam em benefícios que se traduzem em longo prazo, refletindo no aumento da adesão ao tratamento e na melhora do controle glicêmico. Somado a isso, a contribuição do projeto na formação dos alunos das áreas da saúde tem se mostrado uma experiência ímpar e enriquecedora, proporcionando uma troca de conhecimento não só com os profissionais formados que participam das atividades, como também com os próprios pacientes, que mostram como é a realidade de uma pessoa vivendo com diabetes e como devemos abordar essas particularidades no atendimento dos pacientes.