

## **PACIENTES DIABÉTICOS: ESTRATÉGIAS DE MELHORA DA QUALIDADE VIDA E COMPLICAÇÕES**

Cláudia Simone Baltazar de OLIVEIRA

OLIVEIRA, Cláudia Simone Baltazar de. **Pacientes diabéticos: estratégias de melhora da qualidade vida e complicações**. Projeto de investigação científica, do Curso de Biomedicina – Centro Universitário Fibrá, Belém, 2023.

Investigar as principais estratégias para melhora da qualidade de vida (QV) e prevenção de complicações de pacientes com diabetes mellitus do tipo II (DM2) foi o objetivo desta pesquisa. Trata-se de um estudo epidemiológico de revisão sistemática da literatura voltada para a investigação de estratégias de redução das complicações associadas à DM2. Foi demonstrado o impacto dessas complicações; bem como foram descritas formas de prevenção e identificadas as estratégias para a melhora da QV dos pacientes. A DM2 caracteriza-se pela resistência à insulina e de sua disfunção, levando a níveis elevados de glicose no sangue. Requer um autocuidado em todas as suas fases e pode apresentar diversos sintomas, leves ou não, mas também ser assintomática

na fase inicial, o que contribui com que seu diagnóstico seja demorado. Pelo fato de essa doença ser uma condição crônica metabólica e comprometer toda a fisiologia humana e, como consequência, a QV das pessoas acometidas, tanto adultos quanto crianças, e ser de mal prognóstico, é necessária uma discussão mais ampla e eficaz sobre os impactos à QV do paciente com DM2, bem como a elaboração de protocolos de orientação destinados a sua melhora. A investigação foi cadastrada na plataforma próspéro, em decorrência da natureza do estudo. Os artigos foram selecionados diretamente das bases de dados BIREME, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), Scielo e *Science direct*, nos idiomas inglês, português e espanhol, publicados nos últimos cinco anos (2018 a 2022) e disponíveis na íntegra e de forma gratuita. Para a busca na base de dados, foram utilizados os operadores booleanos *ande or*. Foram incluídos os tipos de estudos, considerando os níveis de evidência. Os artigos foram apresentados por meio de um fluxograma referente às etapas: Identificação dos artigos nas bases de dados científicas; Leitura dos respectivos títulos, como critério de inclusão; e Leitura dos resumos e integral dos artigos. Como forma de reduzir os vieses da

pesquisa, os artigos foram avaliados por dois pesquisadores. Observou-se que entre as complicações mais comuns da DM2 estão as doenças cardiovasculares, retinopias periféricas, hepatopias e insuficiência renal, além de complicações físicas como úlceras e pé diabético, que pode levar à amputação em casos mais complexos. Dados epidemiológicos informam que mais de 68% dos adultos com 65 anos ou mais que têm diabetes morrem de doenças cardíacas, quantitativo esse quatro vezes maior de desenvolver essas doenças, em comparação com a população sem diabetes; que apenas 16% morrem de acidente vascular cerebral; e que de 20% a 40% são afetados de nefropatia diabética, uma das principais causas de insuficiência renal no mundo. As complicações mais comuns associadas à condição incluíram problemas oftalmológicos (83,6%) e hipertensão arterial sistêmica (74,0%). Problemas estruturais e a falta de recursos nos serviços de saúde são identificados como barreiras significativas para o autocuidado. Em uma grande amostra de adultos com sobrepeso/obesidade com DM2, observou-se que HDL-C baixo e dislipidemia metabólica são associados a maiores riscos de eventos cardiovasculares ateroscleróticos

evidencia um aumento de produção hepática de LDL. A DM2 também está associada à HDL disfuncional, caracterizada por baixos níveis de HDL, diminuição das propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, resultando em aterosclerose acelerada. As complicações cardiovasculares, renais e neurológicas são as principais causas de morbidade e mortalidade entre os pacientes, impactando diretamente sua QV. Os resultados sugerem uma necessidade notável de aprimorar os procedimentos de triagem e de implementar novas intervenções, centradas em saúde mental, resiliência, dor crônica, mobilidade e obesidade. A adoção de medidas preventivas, como alimentação balanceada, atividade física regular e controle rigoroso de fatores de risco, é fundamental para retardar a progressão das complicações relacionadas à DM2. Outro fator relevante é o suporte psicológico e a educação em saúde, que auxilia o paciente a entender melhor sua condição e a adotar comportamentos de autocuidado. Dessa forma, uma abordagem multidisciplinar e personalizada é essencial para a prevenção de complicações e para a promoção do bem-estar em pacientes com DM2, já que o manejo dessa doença exige uma orientação abrangente que vai

além do controle glicêmico. O envolvimento de diferentes especialistas permite que diversas necessidades dos pacientes sejam realçadas de maneira holística. Portanto o sucesso na prevenção de complicações e na melhoria da QV dos pacientes com DM2 depende de uma combinação de fatores comportamentais, clínicos e sociais, que devem ser continuamente monitorados e ajustados conforme a evolução da doença e as condições de vida dos indivíduos.

Problemas estruturais e a falta de recursos nos serviços de saúde são identificados como barreiras significativas para o autocuidado.