



Formulário de Candidatura

Nº de entrada ____/2015

INFORMAÇÃO GERAL

Antes de começar a preencher o presente formulário de candidatura, por favor leia o regulamento do "CONCURSO CUIDAR'15", disponível no sítio www.ordemenfermeiros.pt/sites/centro/Paginas/default.aspx.

Deve garantir que este formulário de candidatura seja completamente preenchido, em processador de texto, e assinado pela(o) Enfermeira(o) coordenador da instituição (ASSINATURA na última página).

1. TIPOLOGIA DE CANDIDATURA

1.1. Nome do projeto	Literacia e Educação Terapêutica: Capacitar a pessoa com diabetes tipo 2 a lidar com a sua condição de saúde
1.2. Duração do projeto	De 19 / 02 / 2014 a 22 / 04 / 2014 (02 meses/dias)
1.3 Unidade de Cuidados	UCSP de Eiras

2. RESPONSÁVEL PELO PROJETO

Deve ser identificada a pessoa que possa ser facilmente contactada pelo SRC para fornecer rapidamente qualquer esclarecimento sobre o projeto, em qualquer das fases de análise ou de desenvolvimento do mesmo.

Nome	Isabel Cruz Cordeiro Lopes		
Título	Enfermeira Especialista	Cargo	Enfª Responsável
Morada			
Localidade		Código postal	
Telefone		Fax	
E-mail			
Concelho		Distrito	

2.1. MEMBROS DA EQUIPA

Deve ser identificadas as pessoas que possam ser facilmente contactadas pelo SRC para fornecer rapidamente qualquer esclarecimento sobre o projeto, em qualquer das fases de análise ou de desenvolvimento do mesmo (acrescentar linhas).

	Nome	Nº Membro	E-mail
Enfermeiro	Isabel Lopes		



3. IDENTIFICAR E DESCREVER O PROBLEMA

Enquadrado nos enunciados descritivos, centrado no cliente ou enfermeiro, cuja intervenção seja sensível aos cuidados de enfermagem

Este projeto de intervenção insere-se no plano de estudos do Mestrado de Educação para a Saúde, tendo por base uma investigação-ação, para trabalho de projeto final.

A educação para a saúde é importantíssima para a gestão eficaz na doença crónica de forma a dotar as pessoas de conhecimentos e capacidades para a máxima autonomia possível no que respeita à saúde das pessoas com diabetes.

Desta forma consideramos que este projeto está enquadrado nos enunciados descritivos centrado no cliente: a promoção da saúde, ou seja “na procura permanente da excelência no exercício profissional, o enfermeiro ajuda os clientes a alcançarem o máximo potencial de saúde”.

São elementos importantes face à promoção da saúde:

- A identificação da situação de saúde da população e dos recursos do cliente
- A criação e o aproveitamento de oportunidades para promover estilos de vida saudáveis identificados
- A promoção do potencial de saúde do cliente através da otimização do trabalho adaptativo aos processos de vida, crescimento e desenvolvimento
- O fornecimento de informação geradora de aprendizagem cognitiva e de novas capacidades pelo cliente



4. PERCEBER O PROBLEMA

Revisão bibliográfica ou consulta de registo de dados disponíveis, considerando a epidemiologia do problema

A diabetes para além de ser uma doença crónica, constitui um grave problema de saúde pública a nível mundial, não só pelo aumento da sua incidência, como também pela sua elevada morbilidade e mortalidade.

Atualmente a incidência e prevalência da diabetes está em grande expansão, pelo que é considerada uma epidemia global. De acordo com os dados publicados pela OCDE em 2012, Portugal é o país da Europa que tem maior prevalência (9,8%) enquanto a média europeia é de 6,4%. Segundo o relatório do Observatório Nacional de Diabetes a prevalência da doença no ano de 2011 foi de 12,7%.

Segundo a OMS (2003), as doenças crónicas são doenças permanentes, de progressão lenta, que deixam incapacidade residual, causadas por alguma alteração patológica não reversível e que requerem treino especial do doente para a reabilitação, ou podem requerer um longo período de observação, supervisão e cuidado. Nenhuma outra doença como a diabetes exige tanto do doente em termos de conhecimentos e capacidades, pelo que o enfermeiro se depara com o desafio e a responsabilidade de ajudar o doente a adquirir conhecimentos, capacidades. Assim sendo, é extremamente importante, que os doentes com diabetes recebam uma educação intensiva e continuada.

A Educação Terapêutica em diabetes destaca-se como um dos pilares do tratamento dessa doença cujos objetivos são ampliar os conhecimentos das pessoas com diabetes sobre a sua doença, desenvolver habilidades para o autocuidado e estimular mudanças de comportamento, visando prevenir complicações da doença.

Neste contexto, o conceito de literacia em saúde é hoje entendido como integrador dos vários níveis de capacitação das pessoas, no sentido de habilitar a pessoa a ser capaz de processar e compreender informações necessárias para assim poder fazer as escolhas de saúde adequadas. Capacitar as pessoas para a gestão da sua saúde e dos sintomas, na presença de doença crónica, é um dos desígnios dos profissionais de enfermagem.

Neste sentido, os programas de educação na diabetes destacam-se como ferramentas importante para o bom controlo da doença e na prevenção das complicações com ela relacionada. Estabelece-se como prioridade, a educação das pessoas com diabetes para que estas possam tomar decisões informadas sobre como viver melhor com a diabetes tipo 2.



5. OBJETIVOS

Definir objetivos gerais, que decorrem das intervenções de enfermagem definidas para o projeto

Gerais:

- Promover a literacia em saúde;
- Capacitar as pessoas com diabetes tipo 2 a gerir a sua saúde e a prevenir complicações secundárias.

Específicos:

- Aumentar em 20% ou mais os conhecimentos das pessoas com diabetes tipo 2, sobre a doença, envolvidos no programa;
- Que no final das sessões as pessoas com diabetes tipo 2 melhorem em pelo menos dois domínios, a adesão nos autocuidados do seu regime terapêutico;
- Aumentar em 20% a literacia em saúde nas pessoas envolvidas no programa

6. PERCEBER AS CAUSAS

6.1. DIMENSÃO EM ESTUDO

Adequação técnico-científica: capacidade de utilizar os recursos e conhecimentos para produzir saúde e satisfação nos recetores de cuidados

6.2. UNIDADES DE ESTUDO

Utilizadores incluídos na avaliação: Utentes com diabetes tipo 2 que frequentam a consulta externa de diabetes, quer na sede da UCSP em Eiras, e extensão de Souselas.

Período de tempo: Entre Fevereiro e Abril de 2014

6.3. TIPOS DE DADOS

Resultado: Mudança de comportamentos, refletindo-se no estado de saúde corrente ou futuro dos utilizadores

6.4. FONTE DE DADOS

Questionário de conhecimentos: DKQ-24, Escala de Atividades de Autocuidado com Diabetes e questionário *Newest Vital Sign*- versão portuguesa



6.5. TIPO DE AVALIAÇÃO

Avaliação externa – por profissional (enfermeiro responsável pelo estudo)

6.6. CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

Implícitos: Baseados na evidência da investigação

6.7. QUEM COLHE OS DADOS

Enfermeiro investigador através do preenchimento dos questionários

6.8. RELAÇÃO TEMPORAL

Concorrente: relativo a factos presentes

6.9. POPULAÇÃO E AMOSTRA

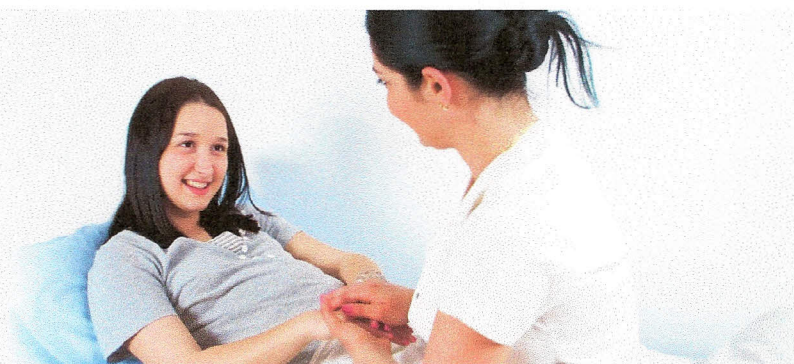
População: Utentes que frequentam a consulta de diabetes da UCSP de Eiras e Souselas

Amostra: Dos 26 utentes seleccionados para a nossa amostra, apenas 19 completaram o programa, os quais foram divididos em 2 grupos: 8 pessoas no grupo de Souselas (Grupo A) e 11 pessoas no grupo de Eiras (Grupo B)

6.10. MEDIDAS CORRETIVAS

Medidas educacionais:

Educação para a saúde : foram realizadas sessões formativas em grupo, utilizando métodos interativos e orientados em função dos níveis de literacia em saúde.



7. PLANEAR E EXECUTAR AS TAREFAS

Definir os objetivos específicos, de acordo com as causas identificadas. Definir os indicadores do projeto a monitorizar. Definir cronograma.

As atividades foram realizadas às quartas-feiras, no período da tarde, com início às 14:30 durante 1 hora a 1:30h consoante os temas abordados.

Os temas desenvolvidos foram, a diabetes como doença crónica, sua fisiopatologia; complicações agudas e crónicas; a alimentação desde a escolha dos alimentos, a roda dos alimentos, leitura de rótulos e importância de uma alimentação equilibrada; cuidados ao pé, vigilância e prevenção de lesões; formas de tratamento e sua importância; autocontrolo glicémico e sua importância; exercício físico, benefícios, recomendações e cuidados a ter.

- Cronograma das sessões

Tema	Grupo	Data	Formador
Diabetes, fisiopatologia e tratamento	A (Souselas)	19 de Fevereiro	Isabel Lopes
	B (Eiras)	26 de Fevereiro	
Alimentação saudável	A	5 de Março	Isabel Lopes
	B	19 de Março	
Cuidados com o pé	A	26 de Março	Isabel Lopes
	B	16 de Abril	
Exercício físico	A	9 de Abril	Soraia Gavinhos Inês Gaspar Joana Barreto
	B	23 de Abril	



8. RESULTADOS

Descrição dos resultados obtidos, com base numa lista de verificação

No final das sessões educativas aplicaram-se os mesmos questionários para comparação de resultados antes e após a implementação do projeto.

Os resultados demonstraram um aumento em 35% de conhecimentos sobre a doença, uma melhoria na adesão do autocuidado nos domínios alimentação e alimentação específica, um aumento em 36,8% dos indivíduos com um nível de literacia adequada e uma melhoria em 42,1% de pessoas com literacia limitada.

9. STANDARDIZAR E TREINAR A EQUIPA

Definir o processo sob a forma de protocolo escrito e quais os momentos formativos da equipa envolvida no projeto

Não aplicável neste projeto

10. RECONHECER E PARTILHAR O SUCESSO

Previsão de partilha do projeto e dos seus resultados

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

Concluimos que os programas de educação em diabetes, são cada vez mais importantes, para informar, educar e motivar a adoção de estilos de vida mais saudáveis, para ajudar a diminuir as complicações da doença, melhorando a qualidade de vida das pessoas com diabetes.



BIBLIOGRAFIA:

- Andrade, I., Martins, A.C. (2013) (*in press*). “Cross-cultural adaptation and validation of the Portuguese version of the Newest Vital Sign”, revista Referência da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.
- Bastos, F.,Severo, M., Lopes.,C. (2007). *Propriedades Psicométricas da Escala de Autocuidado com a Diabetes Traduzida e Adaptada*. Acta Médica Portuguesa (20), 11-20.
- Bastos, F.S. (2004). *Adesão e gestão do regime terapêutico do diabético tipo 2: Participação das esposas no plano educacional*. Tese de Mestrado, Universidade do Porto- Faculdade de Medicina, Portugal.
- Boavida, J. (2013). *Educação do Doente Terapêutico no Tratamento da Diabetes*. Revista Portuguesa Cardiologia, vol 32 (Supl.I), 32-34.
- DGS (2000). Educação Terapêutica na Diabetes Mellitus nº 14. Ministério da Saúde.
- Santos, O. (2010). *O Papel da Literacia em Saúde: Capacitando a pessoa com excesso de peso para o controlo e redução da carga ponderal*. Contribuição Especial, vol 4 (3), 127-134.
- Tanqueiro, M. (2013). *A Gestão do Autocuidado nos Idosos com Diabetes: Revisão Sistemática da Literatura*. Revista de Enfermagem Referência,III Série (9), 151- 160.

ASSINATURA

O responsável do projeto, abaixo-assinado, declara que tomou conhecimento do regulamento do “CONCURSO CUIDAR’15” e da informação contida no presente Formulário de Candidatura, a qual está correta, tanto quanto é do seu conhecimento.

Local _____ Data _____

Nome _____

Cargo _____

Nome da Instituição _____

Assinatura _____