



INTEGRANDO SABERES EM ENDOCRINOLOGIA: PREVENÇÃO CONTRA A SÍNDROME METABÓLICA

Lucas Moraes Regis de Lucena¹, José Henrique Pessoa Andrade², Thayrone de Souza Honorato³, Rogerio Almeida Santos Filho⁴, Luis Henrique Duarte de Melo⁵, Túlio Augusto Gomes Borba⁶, Antonio Luis Gonçalves Alexandrino Carvalho⁷, Keyty Hellen Rodrigues de Lima⁸, Angela Beatriz da Silva⁹, Ruth Dirsilene Tavares Semedo¹⁰, Maria Betânia Lira¹¹, Lígia Cristina Lopes de Farias¹², bethanyalyra@gmail.com¹¹, ligia.farias@ebserh.gov.br¹²

Resumo: A síndrome metabólica eleva o risco de doenças cardiovasculares e diabetes. O programa de extensão promoveu educação em saúde no Hospital Universitário Alcides Carneiro, orientando pacientes sobre prevenção e manejo dessas doenças. Foram atendidos cerca de 120 participantes, dos quais a maioria apresentava sobrepeso ou obesidade e pelo menos uma comorbidade. Os resultados reforçam a importância da conscientização para adoção de hábitos saudáveis e prevenção de complicações a longo prazo.

Palavras-chaves: Síndrome Metabólica, Diabetes, Prevenção, Mudança de Estilo de Vida.

1. Introdução

A obesidade é uma doença crônica que afeta grande número de pessoas no mundo, sendo definida pela presença de no mínimo dois dos seguintes parâmetros: Circunferência Abdominal (CA) maior que 102cm em homens e 88cm em mulheres, Relação Cintura Quadril (RCQ) maior que 0,90 em homens e 0,85 em mulheres e Índice de Massa Corporal (IMC) maior ou igual a 30 kg/m². O aumento da gordura corporal possui forte relação com a resistência insulínica, que por sua vez é fator de risco importante para o desenvolvimento do Diabetes Mellitus (DM2), doença crônica que afeta cerca de 20 milhões de indivíduos no Brasil e que está associada a uma série de complicações, como a retinopatia diabética, a doença renal do diabetes, a doença arterial obstrutiva periférica e a neuropatia diabética. Sendo estas duas últimas de suma importância na gênese das ulcerações nos pés dos pacientes diabéticos, responsável por cerca de 55 mil amputações por ano no mundo.

A principal forma de prevenção dessas três condições são as mudanças do estilo de vida aliadas à terapia farmacológica quando necessária, porém, diversos estudos apontam que a população geral ainda não compreende bem tais condições clínicas e muitas vezes não seguem em sua rotina diária cuidados básicos que poderiam evitar, em grande parte dos casos, as complicações que surgem durante a evolução natural de tais patologias.

Portanto, diante do exposto, fica evidente a necessidade de romper as “fronteiras” da universidade e repassar, para o público em geral, o conhecimento sobre tais temas e sobre como atuar na prevenção das tão

temidas complicações. Sendo assim, o presente projeto propôs-se a realizar capacitações, através de uma abordagem individual, com o público-alvo presente nas unidades ambulatoriais do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC).

2. Metodologia

O programa de extensão foi realizado no Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC) - Campina Grande, PB. As ações foram realizadas nos corredores ambulatoriais, voltadas para os pacientes e os seus acompanhantes, no período de vigência do PROBEX, de agosto a dezembro de 2024. Para desenvolvimento dos projetos e alcance dos objetivos propostos, foram realizadas as seguintes atividades: planejamento e capacitação dos discentes por meio de reuniões, de compartilhamento de artigos e de referências bibliográficas, de momentos de discussão e de instrução acerca das atividades a serem realizadas nas ações. Também foram produzidos *banners* e panfletos temáticos de linguagem objetiva e acessível sobre a obesidade, o diabetes mellitus e o pé diabético para exposição e distribuição para o público-alvo.

As ações foram realizadas com uma abordagem centrada na pessoa, voltadas para os pacientes e acompanhantes interessados em salas de ambulatório do HUAC, como foco em atuar no acolhimento, na orientação e na conscientização acerca da importância da prevenção de comorbidades, de complicações crônicas e da necessidade de mudança de estilo de vida. Além disso, os discentes também participaram ativamente por meio da realização de: aferição de pressão arterial, cálculo de IMC, medição de glicemia capilar, teste de monofilamento, exame físico do pé diabético, verificação de sinais de resistência insulínica, entre outros.

Por fim, também foi feita a abordagem coletiva nos corredores por meio de conversas em grupos com vários pacientes para a divulgação de informações sobre prevenção contra a síndrome metabólica e o sedentarismo, e a promoção da mudança dietética e da realização de exercícios físicos.

3. Resultados e Discussões

As ações extensionistas alcançaram cerca de 120 pacientes e acompanhantes presentes nos corredores

^{1,2,3,4,5,7,8,9,10} Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

¹¹ Orientador/a, Técnica, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

¹² Coordenador/a, Técnica, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

ambulatoriais do HUAC. Mais de 90% dos indivíduos atendidos apresentavam IMC classificados como Sobrepeso ou Obesidade Grau I, além de medida da circunferência abdominal acima dos valores preconizados como de menor risco cardiometabólico. Cerca de 80% dos participantes possuíam ao menos uma comorbidade, como Pré-Diabetes, Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial e Dislipidemias.

Grande parte dos pacientes possuíam dúvidas acerca das orientações quanto à alimentação saudável e equilibrada e à prática frequente de atividade física. Além disso, muitos desconheciam orientações quanto à importância da mudança de estilo de vida, aos riscos de complicações a longo prazo de comorbidades, como também em relação aos cuidados relativos ao pé diabético, sendo de extrema valia as orientações quanto aos calçados, higienização e atenção ao aparecimento de lesões ou infecções nos pés de pacientes diabéticos.

Durante a vigência do programa foram recebidos diversos *feedbacks* dos profissionais de saúde e dos pacientes presentes nas ações de extensão. Os profissionais evidenciaram a importância das atividades desenvolvidas para a promoção de saúde voltada ao público do hospital, ainda mais pelo foco em comorbidades tão comuns na população brasileira, e se mostraram receptivos à presença dos estudantes e dispostos a contribuir com o que fosse necessário para o pleno funcionamento dos projetos. Os pacientes envolvidos nos momentos de conversa também se mostraram interessados e participativos, tirando dúvidas e contribuindo para o momento de discussão compartilhada com os estudantes extensionistas, além de se mostrarem satisfeitos ao ter acesso a um atendimento mais individualizado e focado na pessoa.

Em suma, o principal objetivo do programa, assim como cada objetivo específico do projeto que o reitera, foi cumprido: promover a informação em ações preventivas acerca de síndromes metabólicas associadas - obesidade, diabetes mellitus e pé diabético - nos corredores ambulatoriais de Endocrinologia em um hospital de ensino (HUAC - UFCG).

Abaixo, as figuras 1, 2, 3, 4 e 5 destacam registros fotográficos dos estudantes extensionistas e das ações de extensão realizadas pelo programa.



Figura 1 – Ação de Extensão (19/11/24).



Figura 2 – Ação de Extensão (19/11/24).



Figura 3 – Ação de Extensão (29/10/24).



Figura 4 – Ação de Extensão (29/10/24).



Figura 5 – Ação de Extensão (19/11/24).

4. Conclusão

O programa de extensão “Integrando Saberes em Endocrinologia” evidenciou a necessidade de ações contínuas voltadas à prevenção e ao manejo das doenças metabólicas. A alta prevalência de obesidade e comorbidades entre os participantes reforça a importância da educação em saúde e da promoção de hábitos saudáveis. A interação entre estudantes, pacientes e profissionais de saúde proporcionou uma troca enriquecedora de conhecimentos e práticas, permitindo um impacto positivo tanto na formação acadêmica dos extensionistas quanto na conscientização da população atendida.

Os resultados obtidos reforçam o papel da universidade na construção de um sistema de saúde mais acessível e eficaz, demonstrando que iniciativas extensionistas são fundamentais para a promoção da saúde pública e para o fortalecimento do vínculo entre ensino, pesquisa e comunidade.

5. Referências

- ROBERTO. Brasil já tem cerca de 20 milhões de pessoas com diabetes. Disponível em: <https://diabetes.org.br/brasil-ja-tem-cerca-de-20-milhoes-de-pessoas-com-diabetes/> Acesso em: 23 fev. 2025;
- PÉ DIABÉTICO. Disponível em: <https://www.endocrino.org.br/pe-diabetico/> Acesso em: 23 fev. 2025;
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diabetes (diabetes mellitus). Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/diabetes> Acesso em: 23 fev. 2025;
- HALPERN, B. et al. Proposal of an obesity classification based on weight history: an official document by the Brazilian Society of Endocrinology and Metabolism (SBEM) and the Brazilian Society for the Study of Obesity and Metabolic Syndrome (ABESO). Archives of Endocrinology and Metabolism, 19 abr. 2022. Acesso em: 23 fev. 2025;
- SERAVALLE, G.; GRASSI, G. Obesity and hypertension. Pharmacological Research, v. 122, n. 122, p. 1–7, ago. 2017. Acesso em: 23 fev. 2025;

Agradecimentos

Ao Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC) pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades.

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 003/2023 PROBEX/UFCG.