01 a 03 de Novembro de 2021

PERFIL DO CONSUMO DE CARBOIDRATOSENTRE INDIVÍDUOS COM ALTO NÍVEL DE LETRAMENTO EM NUTRIÇÃO RELACIONADA AO DIABETES, CADASTRADAS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA

Congresso Online de Educação Alimentar e Nutricional, 1ª edição, de 14/12/2020 a 17/12/2020
ISBN dos Anais: 978-65-86861-66-2

ELEUTÉRIO; Tatiane Palmeira [1], GOMES; Andressa Tavares [2], FARIAS; Paula Karoline Soares [3], MONTEIRO; Elma Lúcia de Freitas [4], SANTOS; Anabele Pires [5], MARTINS; Andréa Maria Eleutério de Barros Lima [6]

RESUMO

Introdução: A Educação Alimentar e Nutricional tem o objetivo de promover a prática autônoma e voluntária de hábitos alimentares saudáveis, considerando a garantia da Segurança Alimentar e Nutricional. O letramento funcional em saúde representa a capacidade do indivíduo em obter acesso, avaliar e compreender informações e serviços de saúde necessários para aplicar e tomar decisões adequadas para promoção de sua saúde. Identificar os níveis de letramento entre as pessoas com Diabetes *Mellitus* pode orientar os profissionais de saúde quanto a abordagem que deve ser utilizada a fim de motivar a prática de hábitos alimentares saudáveis. **Objetivos:** Associar os níveis de letramento em nutrição entre diabéticos e o perfil de consumo de carboidratos. **Metodologia:** Estudo transversal, realizado entre 2018 e 2019, entre pessoas selecionadas por método de amostragem aleatória simples, cadastradas em sete unidades da Estratégia de Saúde da Família de Montes Claros/MG. Os critérios de inclusão foram ser portadores de Diabetes *Mellitus* diagnosticada e maiores de 18 anos, os de exclusão foram: ter descompensação aguda informada pela equipe de profissionais da Estratégia de Saúde da Família, intoxicação por drogas ou álcool no momento da entrevista, ter comprometimento cognitivo avaliado por meio do Mini-Exame do Estado Mental, entre aqueles com idade igual ou superior a 60 anos. Os dados foram coletados por meio de entrevistas e questionários. Para avaliar o perfil de consumo de carboidratos consumidos, utilizou-se um Questionário de Frequência Alimentar e avaliou-se o consumo de carboidrato/grama/dia e o tipo de alimento consumido. Além disso, aplicou-se um questionário contendo variáveis sócio econômica e demográficas e o instrumento Letramento em Nutrição entre pessoas com Diabetes. Para caracterizar a amostra, as variáveis categóricas foram apresentadas como frequências absolutas e/ou relativas e as variáveis contínuas caracterizadas como mediana e quartis. **Resultados**: Foram avaliadas 205 pessoas, sendo a maioria idosa (61%), do sexo feminino (67,8%) e 44,76% se auto declararam como pardos; 58,5% possuíam companheiro, 26,3% referiam ter 8 ou mais anos de estudo e 69,8% apresentaram letramento em nutrição relacionada ao Diabetes *Mellitus*. O consumo diário de carboidratos apresentou uma mediana de ingestão de 403,21 gramas (1º quartil:239 gramas; 3º quartil:503 gramas), com maior prevalência do consumo de carboidratos complexos (93,2%). Dentre os indivíduos que apresentaram letramento a

[1] Universidades Estadual de Montes Claros, tatipeleuterio@gmail.com
[2] Universidades Estadual de Montes Claros, andressatavaresgom@gmail.com
[3] Universidades Estadual de Montes Claros, paulak.soares@hotmail.com
[4] Universidade Federal do Triângulo Mineiro, nutrielma@gmail.com
[5] Universidade Federal de Ouro Preto, anabelepires@gmail.com
[6] Universidades Estadual de Montes Claros, martins.andreamebl@gmail.com

prevalência do consumo desse tipo de carboidrato foi de 92,3%. **Conclusão:** O letramento em nutrição relacionada ao Diabetes *Mellitus* pode ser condicionante do autocuidado com a dieta, pois implica em ter habilidades para compreender e tomar decisões voltadas aos hábitos alimentares saudáveis. Nesse contexto, realizar as ações de Educação Alimentar e Nutricional, com base nos níveis de letramento em nutrição pode prevenir e controlar problemas alimentares e nutricionais relacionadas ao Diabetes *Mellitus*, além de promover a alimentação adequada e saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Educação Alimentar e Nutricional, Letramento em Saúde, Diabetes Mellitus

[1] Universidades Estadual de Montes Claros, tatipeleuterio@gmail.com
[2] Universidades Estadual de Montes Claros, andressatavaresgom@gmail.com
[3] Universidades Estadual de Montes Claros, paulak.soares@hotmail.com
[4] Universidade Federal do Triângulo Mineiro, nutrielma@gmail.com
[5] Universidade Federal de Ouro Preto, anabelepires@gmail.com
[6] Universidades Estadual de Montes Claros, martins.andreamebl@gmail.com