

ORIENTAÇÃO PARA A IMPLEMENTAÇÃO DA ATIVIDADE FÍSICA EM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO MULTIPROFISSIONAL EM DIABETES

Antonio Roberto Doro; Aylton Figueira Junior

Introdução: O tratamento do diabetes envolve quatro pilares: tratamento medicamentoso, orientação nutricional, prática de atividade física (AF) e Educação em Diabetes. Apesar da AF ser um pilar fisiologicamente hipoglicemiante, há uma maior resistência das pessoas com diabetes tipo 2 (DM2) aderir a prática de AF como parte do tratamento. Nossa hipótese é que com a intervenção de uma equipe multiprofissional a aderência a AF como parte do tratamento e o controle metabólico apresentarão resultados positivos para um bom controle do DM2, diminuindo assim o risco para complicações crônicas do diabetes. **Objetivo:** Examinar se através da intervenção de uma equipe multiprofissional há aumento no nível de AF entre homens e mulheres com DM2 e melhora no controle glicêmico através dos níveis de hemoglobina glicada (HbA1c). **Metodologia:** Participaram deste estudo 65 pessoas com DM2 que receberam atendimento pelo período de 12 meses de uma equipe multiprofissional (Endocrinologia, Enfermagem, Psicologia, Nutrição e Educação Física) através do Programa *Diaverum Diabetes Care*. Na Educação Física, além da aplicação do IPAQ, receberam também orientação para o aumento e/ou manutenção da AF. Critérios de inclusão: homens e mulheres com DM2, que não tenham impedimento para a prática de atividade física/exercício físico e que tenham recebido ao menos 2 atendimentos da Educação Física no período do Programa. **Resultado:** A análise dos dados se refere a informação de 65 pacientes com DM2, idade 66 ($\pm 10,7$) anos, 60% (39) não insulino dependente e 40% (26) insulino dependente, com HbA1c inicial de 7,9% ($\pm 1,5$) e que passaram em 4,4 ($\pm 1,5$) consultas com a Educação Física durante o período de intervenção. Destes, 41,5% (27) mulheres, idade 69,6 ($\pm 9,9$) anos e 58,5% (38) homens, idade 63,5 ($\pm 10,6$) anos. Para a análise estatística foi utilizado SPSS – Statistical Package for Social Science, versão 21.0. A TABELA 1 apresenta os resultados do nível de atividade física e da hemoglobina glicada ao final do período de 12 meses do Programa *Diaverum Diabetes Care*.

	MASCULINO			FEMININO		
	Inicial	Final	p	Inicial	Final	p
HbA1c (%)	8	7	< 0,0001	7,9	7,3	0,078
ATIVO	10	23	+130%	4	14	+250%
IRREG ATIVO A	7	7	0%	8	9	+12,5%
IRREG ATIVO B	1	0	-100%	0	2	+200%
SEDENTÁRIO	20	8	-60%	15	2	-86,7%
MET/min/sem	354,1	813,8	<0,0001	233,6	540,1	0,003

Conclusão: O Programa de intervenção de Equipe Multiprofissional com duração de 12 meses, se mostrou eficiente no aumento do nível AF em homens e mulheres com DM2, mas a melhora do controle da concentração de glicose sanguínea só foi observado nos homens.

Equipe Diaverum Diabetes *Care*: Marcela Furtado (Endocrinologista), Andréia Boffo, Bruna Gonçalves, Juliana Guerra (Enfermeiras), Sônia Russo (Psicóloga), Livia Carvalho (Nutricionista), Roberto Doro (Prof. Ed. Física), Maria Clara (Assist. Social)

Palavras chaves: Atividade física, Diabetes mellitus, Equipe multiprofissional