

A IMPORTÂNCIA DA CAMINHADA PARA PORTADORES DO DIABETES MELLITUS TIPO II. LEVANTAMENTO DAS BARREIRAS PERCEBIDAS E ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO UTILIZANDO A ESTRATÉGIA DA ATIVAÇÃO DA INTENÇÃO

Decio Henrique Franco¹, Marco Antonio Vieira da Silva, Giovana Renata Gouvêa, Thaís Moreira São João, Rúbia de Freitas Agondi, Fabio Luiz Mialhe

Resumo

O diabetes mellitus é um grande problema de saúde pública e a prática da caminhada regular pode ajudar a minorar seus efeitos. Entretanto, existem barreiras de cunho pessoal que muitas vezes dificultam a implementação de atividade física, e as equipes de saúde devem ter ciência das mesmas a fim de promover o melhor processo de autogestão para cada caso. Realizado estudo experimental e utilizada a estratégia de ativação da intenção, com objetivo de investigar as barreiras percebidas e as estratégias de enfrentamento para a efetivação da prática de caminhada, identificadas entre portadores do diabetes mellitus (n=83), no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) em um município do Estado de São Paulo. Os sujeitos foram instruídos a refletir sobre os obstáculos que os impediam de praticar a caminhada, bem como formular planos de enfrentamento para superá-los. Os obstáculos levantados e planos desenvolvidos foram categorizados quanto à similaridade e submetidos à análise de frequência. Pesquisa qualitativa de Análise de Conteúdo com a técnica de Análise temática. O principal obstáculo relatado foi o sentimento de “desânimo” (36,1%). O plano de enfrentamento mais frequente para superar as barreiras encontradas foi o ‘apoio social de familiares’, ‘vizinhos’ e ‘amigos’. Estes conhecimentos podem auxiliar as equipes multidisciplinares do Sistema Único de Saúde na construção de atividades clínico-educativas, visando o aumento da atividade física entre os portadores do diabetes mellitus tipo II e em outras populações-alvo. (OBS: Sou coautor, porém responsável pela apresentação).

¹ UNICAMP - Vice-Reitoria Executiva de Administração
E-mail: decio@unicamp.br

Tema: UNICAMP 50 anos: Memórias, Experiências e Trajetórias Profissionais.

EIXO 3 – Desenvolvimento humano, saúde, sustentabilidade e qualidade de vida

Palavras-chave

Diabetes Mellitus. Comportamentos saudáveis. Atividade motora. Prática da caminhada. Teoria da ativação da intenção.