

FATORES QUE INFLUENCIAM A ADESÃO À DIETA EM IDOSOS NA DIABETES TIPO 2: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

FACTORS INFLUENCED ADHERENCE TO DIET IN ELDERLY PEOPLE WITH TYPE 2 DIABETES: AN INTEGRATIVE REVIEW

ALESSANDRA MONTEIRO CAMAPUM¹, EMANUELA VITORIA DE BARROS TAVARES¹, GABRIEL PEREIRA DE SOUSA¹, GIOVANNA SILVA ELIAS ERICEIRA¹, GIULIA GERMANO DE AZEVEDO SILVA¹, JULIA LEITE XAVIER BERTRAND¹, JULIANA LAGO DE ARAÚJO¹, MARCELA LOBÃO DE OLIVEIRA², FLOR DE MARIA ARAÚJO MENDONÇA SILVA³, FRANCISCA BRUNA ARRUDA ARAGÃO^{3*}, CRISTINA MARIA DOULAT LOYOLA³

1. Acadêmico (a) em Medicina pela Universidade Ceuma – UNICEUMA, São Luís, MA; 2. Professora Mestra, Docente do Curso de Medicina da Universidade Ceuma – UNICEUMA, São Luís, MA. 3. Professora Doutora, Docente do Curso de Medicina da Universidade Ceuma – UNICEUMA, São Luís, MA.

* Endereço: R. Anapurus, 1 - Renascença II, São Luís, Maranhão, Brasil. CEP: 65075-120. aragao_bruna@hotmail.com.

Recebido em 24/05/2023. Aceito para publicação em 05/07/2023

RESUMO

Trata-se de uma revisão integrativa sobre o tema Diabetes Mellitus tipo 2 (DM2), que teve como objetivo analisar os fatores desfavoráveis à adesão da dieta em pacientes idosos portadores da doença. A DM2 apresenta uma fisiopatologia fortemente associada ao componente hereditário, e as pessoas que apresentam um alto risco genético de adquirirem a doença poderão desenvolvê-la mediante determinados hábitos de vida, tais como inatividade física e má alimentação. Para a seleção dos artigos, utilizou-se quatro bases de dados, como MEDLINE, Web of Science, Pubmed e Scopus, adotando os seguintes descritores: “*Diabetes Mellitus Tipo 2*”, “*Aged*”, “*Treatment Adherence and Compliance*”, “*Diet, Food, and Nutrition*”, para localização das publicações. A amostra constituiu-se de 49 artigos e, após a aplicação dos critérios de elegibilidade, 12 artigos se relacionaram corretamente com o tema proposto, conforme registrado no fluxograma baseado no modelo PRISMA. Com base nos artigos, concluiu-se que há uma grande importância da adesão ao tratamento nutricional para a redução dos níveis de glicemia, para controle do peso corporal e, conseqüentemente, melhor prognóstico da doença.

PALAVRAS-CHAVE: Diabetes Mellitus Tipo 2; Idoso; Cooperação e Adesão ao Tratamento; Alimentos, Dieta e Nutrição.

ABSTRACT

This is an integrative review on the theme Diabetes Mellitus type 2 (DM2), which aimed to analyze the factors unfavorable to diet adherence in elderly patients with the disease. DM2 has a pathophysiology strongly associated with the hereditary component, and people who have a high genetic risk of acquiring the disease may develop it through certain lifestyle habits, such as physical inactivity and poor diet. For the selection of articles, four databases were used, such as MEDLINE, Web of Science, Pubmed and Scopus, adopting the following descriptors: “*Diabetes Mellitus Type 2*”, “*Aged*”, “*Treatment Adherence and Compliance*”, “*Diet, Food, and Nutrition*”, for the location of publications. The

sample consisted of 49 articles and, after applying the eligibility criteria, 12 articles were correctly related to the proposed topic, as recorded in the flowchart based on the PRISMA model. Based on the articles, it was concluded that adherence to nutritional treatment is of great importance for reducing blood glucose levels, for controlling body weight and, consequently, for a better prognosis of the disease.

KEYWORDS: Type 2 Diabetes Mellitus; Aged; Treatment Adherence and Compliance; Diet, Food, and Nutrition.

1. INTRODUÇÃO

A fisiopatologia do Diabetes mellitus tipo 2 (DM2) é caracterizada por um conjunto heterogêneo de distúrbios metabólicos, incluindo hiperglicemia e metabolismo prejudicado de carboidratos, proteínas e lipídios. Em indivíduos geneticamente suscetíveis, a doença poderá se desenvolver mediante determinados hábitos de vida, tais como inatividade física e má alimentação^{1,2}. Essa doença é um importante problema de saúde no mundo todo e, para combatê-la, é indispensável a adesão à terapia nutricional (dieta), visto que o tratamento possui uma abordagem multidisciplinar^{3,4}.

Apesar da abordagem geral favorável ao tratamento da DM2, alguns fatores sociais, econômicos e ambientais são responsáveis pela dificuldade na adesão à dieta pelos pacientes, tais como: o baixo conhecimento em saúde, significativamente associado a um pior controle glicêmico⁵, a falta de instrução ou de uma dieta adequada, a necessidade ou costume de comer fora de casa e a recusa em fazer mudanças no estilo de vida⁶.

Tendo em vista que esta dificuldade provoca uma piora no prognóstico do paciente portador de DM2, a identificação dessas barreiras no plano nutricional pode permitir aos profissionais de saúde traçarem intervenções com componentes comportamentais

específicos e individuais, necessários para superá-los, o que implicaria em uma melhor adesão à dieta, com as consequentes alterações benéficas a longo prazo para o paciente^{6,7}.

2. MATERIAL E MÉTODOS

Estudo bibliográfico, utilizando a metodologia de revisão integrativa, que permite sintetizar diversas pesquisas sobre um determinado assunto, a fim de contribuir para o aprofundamento teórico do tema investigado.

A revisão integrativa seguiu as etapas de construção do problema, elaboração do tema, bem como dos objetivos gerais e específicos, coleta de dados, análise dos critérios de inclusão e exclusão, discussão dos resultados e apresentação do estudo. Os critérios de inclusão foram artigos nos idiomas (português, inglês e espanhol), idade (pessoas acima de 60 anos) e diabetes tipo 2 (DM2), e os de exclusão foram artigos relacionados à obesidade.

Esses critérios foram utilizados para definir as informações que foram extraídas dos artigos selecionados que surgiram de pesquisas realizadas sobre a viabilidade e eficácia do planejamento de cardápio combinado, juntamente ao aconselhamento individual para melhorar os resultados de saúde e adesão à dieta alimentar em pessoas com DM2.

Para definir a pergunta norteadora, foi utilizada a estratégia PVO (problema, variável, desfecho), que foi utilizada para a determinação das estratégias de busca em todas as bases de dados. Com isso, foi formulada a seguinte questão: “Quais dificuldades contribuem para a baixa adesão à dieta para diabetes tipo 2 em idosos?”. (Tabela 1).

Tabela 1. Descrição da estratégia PVO.

Acrônimo	Definição	Descrição
P	Problema	Baixa adesão no DM2 em idosos
V	Variável	Dificuldades para a adesão
O	Desfechos (“outcomes”)	Facilidades para a adesão

Fonte: Adaptado de Biruel, [s. d.]⁸.

Realizou-se uma busca pelas bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE); *Web of Science*; Pubmed; Scopus. Utilizou-se os seguintes descritores: “Diabetes Mellitus Tipo 2”, “Aged”, “Treatment Adherence and Compliance”, “Diet, Food, and Nutrition” para localização das publicações. Foram combinados pelo operador booleano AND para relacionar os termos de pesquisa. Para realização do estudo, seguiu-se as etapas de: 1) detecção dos descritores por meio do Descritores em Ciências e Saúde (DeCS), selecionando os que mais se aproximaram do tema; 2) realizada a busca dos artigos por meio desses descritores nas bases de dados acima, que estavam no período de 2013 a 2023; 3) realizada a filtração aplicando os critérios de elegibilidade para a seleção dos artigos que foram utilizados nesta revisão.

Inicialmente, foi realizada uma leitura dos títulos e

resumos dos artigos para analisar as publicações, sendo os critérios de inclusão aqueles que se encaixam no recorte temporal dos últimos 10 anos, que estavam nos idiomas português, inglês e espanhol e que tinham relação com a temática proposta. Foram excluídos aqueles que não tinham o texto completo e não se encaixaram no recorte temporal exigido, além de editoriais, entrevistas e revisões integrativas. A busca pela amostra do estudo foi feita em março de 2023. Utilizou-se um fluxograma para identificação do percurso metodológico (Figura 1).

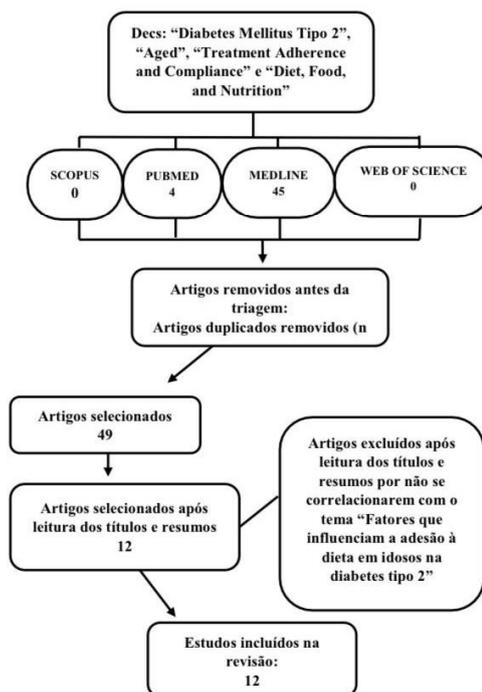


Figura 1. Processo de busca e análise dos trabalhos, baseado no Diagrama-Flow de revisão PRISMA 2020. Fonte: PAGE *et al.*, 2021⁹.

3. DESENVOLVIMENTO

A pesquisa nas bases de dados resultou em 49 artigos iniciais, após a triagem de títulos e resumos, 37 artigos foram excluídos por não estarem de acordo com os seguintes requisitos: concordância com o objetivo do presente trabalho e possuir menos de 10 anos desde a publicação. Com base nos critérios de inclusão, doze artigos com textos completos foram selecionados. Os resultados relacionados à identificação dos fatores que influenciam a adesão à dieta em idosos na Diabetes tipo 2 foram organizados segundo os tópicos: “Conhecimento a respeito da educação nutricional”, “Negação em realizar mudanças alimentares” e “Questões financeiras”.

Conhecimento a respeito da educação nutricional

Alguns estudos mostram a falta de compreensão em relação à realização da alimentação adequada como uma das principais barreiras à adesão ao plano nutricional, visto que alterações nos padrões nutricionais, desde seleção de alimentos, cozimento e

frequência de alimentação representam um grande desafio. Sendo assim, fornecer um acompanhamento com Nutricionista para elaboração de um plano alimentar e orientações aos pacientes diagnosticados com Diabetes mellitus tipo 2 contribuirá positivamente para a adesão à dieta e, conseqüentemente, melhor prognóstico da doença⁶.

Negação em realizar mudanças alimentares

A respeito das mudanças alimentares, foi visto que os níveis altos de Hemoglobina Glicada (HbA1c) medidos nos pacientes que fazem o uso correto da medicação se relacionam diretamente com o descumprimento das práticas e hábitos alimentares previstos nas Diretrizes de Terapia Nutricional do Canadian Diabetes Association (CDA). Ademais, alguns dos alimentos consumidos pelos pacientes portadores de DM2 que participaram do estudo, como carnes curadas, *fast foods* e bebidas alcoólicas, são os principais responsáveis pelos altos índices de sódio e gordura saturada, que podem favorecer o desenvolvimento de outras patologias nesses pacientes¹.

Questões financeiras

Para modificar corretamente o padrão alimentar indicado aos portadores de DM2, é necessário que os pacientes se adaptem socialmente e financeiramente, tendo em vista que os alimentos *diet*, sem gorduras e com baixo nível de sódio, nem sempre são acessíveis a todos os públicos. Além disto, o fator financeiro normalmente se correlaciona com outras barreiras à adesão nutricional, sendo as principais: o grau de escolaridade e o acesso aos serviços de saúde, que contemplam consultas e distribuição gratuita de medicação⁵.

4. DISCUSSÃO

Por meio da análise documental, destaca-se a predominante parcela de indivíduos portadores de DM2 (21,5%) com um quadro de alimentação disfuncional clinicamente significativo¹⁰. Além disto, foi visto que muitos portadores de Diabetes mellitus tipo 2 (DM2) não seguem as recomendações quanto à medicação, atividade física, dieta ou autocuidado¹¹.

Acerca do ajuste calórico, os dados apresentaram um efeito semelhante ao de carboidratos, indicando a importância de dosar a quantidade das calorias consumidas dentro do padrão alimentar. Foi visto, também, que os efeitos sinérgicos de uma dieta excedem os efeitos dos componentes alimentares individuais e, dessa forma, estudar padrões alimentares pode delinear melhor a variação em proporções, combinações e frequências de alimentos e bebidas consumidas². Ademais, foram identificados alguns fatores considerados prejudiciais para o plano nutricional, sendo alguns deles: a renda escassa para custear itens como frutas, verduras, e alimentos *diet* (50,4%), pouco conhecimento acerca do preparo de refeições saudáveis (38,4%), ausência de tempo para

cozinhar ou comer refeições saudáveis (34,4%), falta de uma alimentação saudável entre os membros da família (32,4%), preferência pelo consumo de bebidas açucaradas e alimentos com alto teor calórico (31,6%) e desmotivação (28,3%)⁶.

Diante disso, deve-se considerar que os bons comportamentos relacionados à alimentação são importantes, tanto na prevenção de possíveis agravamentos da doença, quanto no alívio das complicações já existentes para os portadores de DM2. Outras práticas recomendadas aos pacientes não devem ser desconsideradas, como o uso de medicamentos, a prática de exercícios físicos e o monitoramento constante da glicemia³.

5. CONCLUSÃO

Este estudo objetiva demonstrar a importância da adesão ao tratamento nutricional para a redução dos níveis de glicemia, controle do peso corporal e, conseqüentemente, melhor prognóstico. Sob esta perspectiva, percebe-se que o tratamento de uma doença como o Diabetes mellitus tipo 2 vai muito além de fármacos, envolve uma gama de fatores que refletem discernimento, carinho e autocuidado. Assim, na análise do perfil dos idosos, é visto que um comportamento adquirido ao longo da vida, muitas vezes enraizado desde a infância, pode apresentar grandes implicações na saúde da terceira idade.

6. REFERÊNCIAS

- [1] Antonio JP, da Rosa VC, Sarmento RA, *et al.* Diet quality and therapeutic targets in patients with type 2 diabetes: evaluation of concordance between dietary indexes. *Nutr J* 2017;16(1):74. doi: 10.1186/s12937-017-0296-8.
- [2] Koloverou E, Panagiotakos DB, Georgousopoulou EN, *et al.* Dietary Patterns and 10-year (2002-2012) Incidence of Type 2 Diabetes: results from the ATTICA Cohort Study. *Rev Diabet Stud* 2016;13(4):246-256. doi: 10.1900/RDS.2016.13.246. Epub 2017 Feb 10. PMID: 28394951; PMCID: PMC5734225.
- [3] Ouyang CM, Dwyer JT, Jacques PF, *et al.* Determinants of dietary self-care behaviours among Taiwanese patients with type 2 diabetes. *Asia Pac J Clin Nutr* 2015;24(3):430-7. doi: 10.6133/apjcn.2015.24.3.02.
- [4] Vitale M, Masulli M, Rivellese AA, *et al.* TOSCA.IT Study Group. Dietary intake and major food sources of polyphenols in people with type 2 diabetes: The TOSCA.IT Study. *Eur J Nutr* 2018 Mar;57(2):679-688. doi: 10.1007/s00394-016-1355-1.
- [5] Tseng HM, Liao SF, Wen YP, *et al.* Stages of change concept of the transtheoretical model for healthy eating links health literacy and diabetes knowledge to glycemic control in people with type 2 diabetes. *Prim Care Diabetes* 2017;11(1):29-36. doi: 10.1016/j.pcd.2016.08.005.
- [6] Landa-Anell MV, Melgarejo-Hernández MA, García-Ulloa AC, *et al.* Barriers to adherence to a nutritional plan and strategies to overcome them in patients with type 2 diabetes mellitus; results after two years of

- follow-up. *Endocrinol Diabetes Nutr (Engl Ed)* 2020;67(1):4-12. doi: 10.1016/j.endinu.2019.05.007.
- [7] Soria-Contreras DC, Bell RC, McCargar LJ, *et al.* Feasibility and efficacy of menu planning combined with individual counselling to improve health outcomes and dietary adherence in people with type 2 diabetes: a pilot study. *Can J Diabetes* 2014;38(5):320-5. doi: 10.1016/j.jcjd.2014.03.009.
- [8] Biruel, E. Transformando o problema da pesquisa em estratégia de busca. [acesso 01 abr. 2023] Disponível em: <https://docplayer.com.br/12771407-Transformando-a-pergunta-de-pesquisa-emestrategia-debusca-elisabeth-biruel-bireme-opas-oms.html>
- [9] Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ* 2021;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71.
- [10] Petroni ML, Barbanti FA, Bonadonna R, *et al.* Dysfunctional eating in type 2 diabetes mellitus: A multicenter Italian study of socio-demographic and clinical associations. *Nutr Metab Cardiovasc Dis* 2019;29(9):983-990. doi: 10.1016/j.numecd.2019.06.006.
- [11] Katsaridis S, Grammatikopoulou MG, Gkiouras K, *et al.* Low Reported Adherence to the 2019 American Diabetes Association Nutrition Recommendations among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus, Indicating the Need for Improved Nutrition Education and Diet Care. *Nutrients* 2020;12(11):3516. doi: 10.3390/nu12113516.