

# Livro de Abstracts – Posters

**1º CONGRESSO  
NACIONAL DA APDP  
10º CONGRESSO  
DE EDUCADORES**

## **A DIABETES HOJE E AMANHÃ**

19 a 21 de outubro de 2017  
Centro de Conferências de Tróia  
[www.congressoapdp2017.com](http://www.congressoapdp2017.com)

ORGANIZAÇÃO





# ÍNDICE

|   |           |
|---|-----------|
| <b>POSTERS</b>  | <b>3</b>  |
| <b>P01 – O QUE PENSAM AS MULHERES COM DIABETES TIPO 1 SOBRE A PRÉCONCEÇÃO</b>   | <b>4</b>  |
| <b>P02 – TRATAMENTO DO EMD COM BEVACIZUMAB: RESPOSTA FUNCIONAL AOS 12 MESES – ESTUDO PILOTO</b>   | <b>5</b>  |
| <b>P03 – HEALTH STATUS, SELF-MANAGEMENT, SOCIAL SUPPORT AND SOCIAL BURDEN IN PEOPLE WITH TYPE 1 AND TYPE 2 DIABETES AND INFORMAL CARERS IN PORTUGAL</b>     | <b>6</b>  |
| <b>P04 – CLOSE READING AND CREATIVE WRITING IN A GROUP CARE INTERVENTION TO MANAGE TYPE 2 DIABETES – A RANDIOMIZED TRIAL</b>                                | <b>7</b>  |
| <b>P05 – CAPACITAÇÃO PARA A GESTÃO DA DIABETES</b>  | <b>8</b>  |
| <b>P06 – PROGRAMA GOSTO! – FORMAÇÃO DE FORMADORES PARA PREVENÇÃO DA DIABETES TIPO 2</b>   | <b>9</b>  |
| <b>P07 – PERSPETIVAS DOS JOVENS ADULTOS COM DIABETES TIPO 1 EM RELAÇÃO À SUA VIDA E À DIABETES</b>  | <b>10</b> |
| <b>P08 – OS ESTILOS DE VIDA DOS JOVENS ADULTOS COM DIABETES TIPO 1</b>  | <b>11</b> |
| <b>P09 – O CONTRIBUTO DAS FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS PARA O CONTROLO DA DIABETES</b>  | <b>12</b> |
| <b>P10 – SERVIÇO DO PÉ DIABÉTICO NA COMUNIDADE – O PAPEL DA FARMÁCIA COMUNITÁRIA</b>  | <b>13</b> |
| <b>P11 – IMPACTO DA IMPLEMENTAÇÃO DE UM PROJECTO SOBRE CONCEITOS DE SAÚDE E ESTILOS DE VIDA: UMA ABORDAGEM PARA A PREVENÇÃO DA DIABETES EM ADOLESCENTES</b> | <b>14</b> |
| <b>P12 – PROGRAMAS EDUCACIONAIS E MOTIVACIONAIS EM SAÚDE PARA ADOLESCENTES EM MEIO ESCOLAR: UMA NECESSIDADE?</b>  | <b>15</b> |
| <b>P13 – SERVIÇO SOCIAL NA SAÚDE: CARACTERIZAÇÃO DOS DETERMINANTES SOCIAIS DE SAÚDE EM PESSOAS COM DIABETES</b>   | <b>16</b> |

# POSTERS



### P01 – O QUE PENSAM AS MULHERES COM DIABETES TIPO 1 SOBRE A PRÉCONCEÇÃO

Paiva A. C.<sup>1</sup>, Raposo J. F.<sup>2</sup>, Forbes A.<sup>3</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Enfermagem, Lisboa

2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

3 – Florence Nightingale Faculty of Nursing and Midwifery – King’s College, Nutrição, Londres

**Introdução:** A gravidez é uma fase de mudança e experiências diferentes. À alegria do primeiro teste positivo, aparecem as ansiedades, medos e mitos relacionados com a gravidez e o bebé que vai nascer, vivenciadas de forma diferente por cada mulher/casal. Nas mulheres com diabetes tipo 1 (DT1) estas emoções podem estar mais presentes, uma vez que a gravidez neste grupo está associado a um risco acrescido de complicações quer para a mãe, quer para o bebé. A importância dos cuidados préconcepcionais (CPC) é reconhecida como um fator chave para um melhor prognóstico durante a gravidez e o parto. No entanto a adesão a estes cuidados continua baixa; É importante compreender as opiniões das mulheres para melhorar a adesão.

**Objetivos:** Aplicou-se a metodologia da Análise Fenomenológica Interpretativa (AFI) com o objetivo de perceber as ideias e experiências de mulheres com DT1 em relação ao CPC a fim de promover uma melhor compreensão dos motivos da baixa adesão a estes cuidados. A AFI permite revelar as perceções da pessoa a partir da sua própria perspetiva, desenvolvendo a perceção da dinâmica entre a pessoa e o contexto em que está integrada.

#### **Material e Métodos:**

Esta metodologia prima pelo número pequeno de participantes devido à natureza aprofundada da análise dos dados, permitindo manter a perspetiva individual do particular para criar uma nova compreensão, em vez de generalizar, sob o risco de condensar a compreensão. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas a 6 mulheres com DT1 em idade reprodutiva, cujos dados foram transcritos (verbatim). A AFI foi utilizada para inferir o conteúdo das entrevistas e para desenvolver os temas que explicavam as ideias das mulheres em relação aos CPC.

**Conclusão:** Esta metodologia permitiu identificar 5 categorias-chave relacionadas com os CPC: Medo das complicações, estilo de comunicação, informação, suporte e autonomia. Os CPC são valorizados como uma mais-valia na preparação da gravidez, criando um espaço onde podem falar sobre as suas ansiedades e medos relacionados com as complicações para a mãe e o desejo de que o bebé nasça saudável, ajudando-as a resolver as suas ansiedades na preparação da gravidez e a abordar os seus próprios comportamentos pessoais para conseguir um bom resultado para o seu bebé. Para melhorar a adesão a estes cuidados, a informação, fornecida pelos profissionais de saúde, necessita de ser personalizada, refletindo as diferentes necessidades de cada mulher.

### P02 – TRATAMENTO DO EMD COM BEVACIZUMAB: RESPOSTA FUNCIONAL AOS 12 MESES – ESTUDO PILOTO

**Sousa D. C.**<sup>1</sup>, Leitão P. M.<sup>2</sup>, Bettencourt S.<sup>2</sup>, Trincão F.<sup>2</sup>, Santos P.<sup>2</sup>, Genro V.<sup>2</sup>, Pinto L. A.<sup>3</sup>, Raposo J. F.<sup>4</sup>.

1 – Vision Sciences Study Center, Oftalmologia, Lisboa

2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Oftalmologia, Lisboa

3 – Hospital Santa Maria, Oftalmologia, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Endocrinologia, Lisboa

**Objectivo:** Atualmente, há evidência científica significativa do papel dos antiangiogénicos como arma terapêutica válida no tratamento do EMD. Faltam estudos que avaliem os resultados na vida real. Este estudo paradigmático procura caracterizar e discutir a resposta anatómica e funcional ao bevacizumab aos 12 meses.

**Métodos:** Estudo observacional retrospectivo. Foram analisadas as fichas clínicas de todos os doentes submetidos a IIV com antiangiogénicos nos anos de 2014 e 2015, na APDP. Foram incluídos os doentes que cumpriram os 12 meses de seguimento e com as fichas clínicas completas. Analisámos 119 doentes. Os resultados analisados foram i) melhoria da AV (> 2 linhas Logmar) e ii) 10% da espessura macular central aos 12 meses de tratamento. A análise estatística foi efetuada usando o software STATA.

**Resultados:** Um total de 119 olhos com idade média de 64,9±9,2 anos foram estudados. A duração média da DM foi de 17,3±6,9 anos; o controlo metabólico médio de 9,1±1,2%; a duração média do EDM foi de 2,3±2. A melhoria da AV foi de -0,046±0,27 (p=0,09) e a redução da EMC foi de -114,42±169,58µm (p<0,05). 23,5% dos doentes melhoraram a AV e 28,6% pioraram. O agravamento da AV relacionou-se com o pior controlo metabólico (p=0,032; OR=1.44). Menor redução da EMC relacionou-se com dislipidémia não controlada (p=0,023). Não foram identificadas complicações de maior.

**Conclusão:** Este estudo piloto sugere que o tratamento com bevacizumab foi eficaz na redução da EMC, no nosso cohort, com um bom perfil de segurança. Um acompanhamento mais longo e uma amostra maior são necessárias.

### P03 – HEALTH STATUS, SELF-MANAGEMENT, SOCIAL SUPPORT AND SOCIAL BURDEN IN PEOPLE WITH TYPE 1 AND TYPE 2 DIABETES AND INFORMAL CARERS IN PORTUGAL

**Nascimento do Ó D.**<sup>1</sup>, Silva S.<sup>2</sup>, Serrabulho L.<sup>3</sup>, Ribeiro R. T.<sup>4</sup>, Covinhas A. L.<sup>5</sup>, Afonso M. J.<sup>6</sup>, Boavida J. M.<sup>7</sup>, Raposo J. F.<sup>7</sup>.

- 1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Enfermagem, Lisboa
- 2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Tec Sup Educação, Lisboa
- 3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa
- 4 – CEDOC – Centro de Estudos de Doenças Crónicas, NOVA Medical School, Bioquímica, Lisboa
- 5 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Psicologia, Lisboa
- 6 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Nutrição, Lisboa
- 7 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

**Background:** The human and social burden of diabetes is escalating worldwide. Although modern medical therapies for diabetes are available in many countries, the majority of people with diabetes still fail to achieve optimal health and well-being.

**Aim:** The aim was to benchmark Portugal on the DAWN2–Diabetes, Attitudes, Wishes and Needs, in order to determine Portugal's comparative position for health status, healthcare provision, self-management and social support from the perspective of people with diabetes, family members of people with diabetes and healthcare professionals.

**Methods:** In Portugal, a total of 900 adults including 500 people with diabetes: 80 with T1D and 420 with T2D; those with T2D were stratified by treatment, 120 family members and 280 healthcare professionals are participating in the study. Surveys assess health-related quality of life, self-management, attitudes/beliefs, social support and priorities for improving diabetes care. Data on healthcare provision, and physical and psychosocial wellbeing was collected and compared from the other 18 countries participating in the DAWN2 study. All scales were translated and validated for the Portuguese population.

**Results:** So far, data was collected from 8596 adults with diabetes across 18 countries. Preliminary results from Portugal, obtained from 132 persons with diabetes (27% T1D and 73% T2D) and 40 informal carers, indicates that 20% of families report presently a moderate to very large burden in caring for one or more family members with diabetes. This relates to a range across other countries of 11–62%.

**Conclusion:** DAWN2 study provides a first multinational, multidisciplinary systematic framework for the comparison of unmet needs of people with diabetes and those who care for them in 19 countries across four continents, including Portugal. Its findings may facilitate innovative efforts by all stakeholders to improve self-management and psychosocial support in diabetes, thus improving acceptance of change, reducing the feeling of being overwhelmed and reducing the burden of disease in people with diabetes. This study was supported by Novo Nordisk.

### P04 – CLOSE READING AND CREATIVE WRITING IN A GROUP CARE INTERVENTION TO MANAGE TYPE 2 DIABETES – A RANDOMIZED TRIAL

**Sobral do Rosário F.**<sup>1</sup>, Almeida D.<sup>2</sup>, Correia I.<sup>3</sup>, Oliveira S.<sup>3</sup>, Narciso L.<sup>4</sup>, Rodrigues A.<sup>5</sup>, Barrocas S.<sup>6</sup>, Oliveira J.<sup>7</sup>, Raposo J. F.<sup>1</sup>, Lima L.<sup>6</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Endocrinologia, Lisboa

2 – Faculdade de Letras, Professora, Lisboa

3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Nutrição, Lisboa

5 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Atividade Física, Lisboa

6 – ISCTE, Psicologia, Lisboa

7 – Universidade Lusófona, Estatística, Lisboa

**Background and aims:** The use of group dynamics for patients with diabetes is a recognized practice with positive outcomes in terms of metabolic control, quality of life parameters and knowledge acquisition about the condition. This study attempts to determine if the same group dynamic strategies using narrative and reading produce the same positive outcomes.

**Material and Methods:** A total of 49 patients with type 2 diabetes, aged < 85 years old, with a follow-up in our outpatient clinic for at least 6 months and > 6 years of formal education were randomized to two different Group care dynamics. One group, with 17 patients, designed "control group", was presented with a classical structured educational approach of six monthly sessions where different issues of diabetes management were discussed (chronic disease, nutrition, exercise, complications, self-management and diabetic foot). Another group, with 32 patients, designed "intervention group", subdivided in 2 similar subgroups, was presented with six monthly sessions with close reading and creative writing using literary narratives that parallel the issues focused in the control group. Participants were evaluated before the first session and after the third session. Two final evaluations will be performed at the sixth session and one month later. Patient evaluation includes anthropometrical measures (weight, fat mass, waist circumference), A1c and specific questionnaires about quality of life, locus of control, empathy and group satisfaction (respectively DQOL, SF36, DSLOC, JSPE, GSS)

**Results:** We present the baseline results and the interim analysis at the third session. The entire sample had an initial BMI of 29,16 (SD-4,67) and A1c of 7,51% (SD-1,13). The two groups were very similar either in the physical and in the psychological variables in the baseline. An interim analysis at the moment of the second evaluation was performed on a sample of 39 patients. The intervention group showed a significant reduction of HbA1c of 0,35% (initial: 7,55% (DP-1,13%) vs, 7,20% (DP-1,06)-,  $p < 0,001$  while the control group maintained the A1c (initial 7,44% (DP-1,23) vs 7,42% (DP-1,49).

**Conclusion:** To our knowledge this is the first randomized trial designed to evaluate a Group Care intervention to manage type 2 diabetes using close reading and creative writing. At the interim analysis, a significant reduction of A1c was observed in the intervention group. The final appraisal of all the anthropometric and biomedical variables as well of the psychological domains will be made after the 6th month session.

### P05 – CAPACITAÇÃO PARA A GESTÃO DA DIABETES

**Oliveira J.**<sup>1</sup>, Oliveira S.<sup>2</sup>, Rodrigues A.<sup>3</sup>, Maurício I.<sup>4</sup>, Rodrigues F.<sup>5</sup>, Boavida J. M.<sup>6</sup>, Correia L. G.<sup>6</sup>, Raposo J. F.<sup>6</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Nutrição, Lisboa

2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa

3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Atividade Física, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Culinária, Lisboa

5 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Projetos, Lisboa

6 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

**Introdução:** O apoio social tem um papel preponderante no controlo da Diabetes. É uma doença que, como outras doenças crónicas, deve ser gerida pela própria pessoa, o que exige uma adaptação permanente que se estende ao seu núcleo familiar. O projeto pretendeu responder a uma necessidade percebida no trabalho de campo que tem sido desenvolvido, aplicando modelos de formação já testados no âmbito da intervenção em diabetes em Portugal.

**Objetivo:** Melhorar as competências dos cuidadores informais no acompanhamento de pessoas com diabetes; Promover o controlo da diabetes das pessoas acompanhadas pelos participantes. Destinatários Cuidadores informais – familiares, amigos e outros grupos comunitários – que acompanham pessoas com diabetes tipo 2.

**Metodologia:** O projeto Capacitação para a Gestão da Diabetes incluiu a realização de sessões informativas e workshops sobre 4 temas diferentes: Controlo e Vigilância; Alimentação; Cozinhar e Atividade Física. A equipa multidisciplinar de formadores incluiu enfermeira, dietista, professor de educação física e Chef de cozinha. As práticas foram avaliadas no início e um mês após as sessões. No final das sessões foram aplicados questionários de avaliação de conhecimentos e de satisfação. A hemoglobina glicada (HbA1c) foi avaliada antes e 3 meses após as sessões a 40 pessoas com diabetes, selecionadas por conveniência, acompanhadas pelos participantes.

**Resultados:** Foram realizadas 29 sessões que contaram com 269 participantes. A evolução dos participantes em termos de conhecimentos e prática foi muito positiva. 79% dos participantes obteve uma cotação superior a 70% nos questionários de avaliação de conhecimentos específicos aplicados no final das sessões. 54% obteve uma cotação superior a 75% na avaliação das práticas de cuidados diretos. A mediana da HbA1c das pessoas avaliadas teve uma descida significativa de 7,3 para 6,8%.

**Conclusão:** Existe uma sugestão de melhoria do controlo metabólico das pessoas com diabetes, pelo que consideramos que os resultados apresentados revelam a adequação desta estratégia de intervenção: 1. Pela importância de promover as competências dos cuidadores informais nos cuidados à pessoa idosa com diabetes; 2. Pelo contacto direto com as pessoas que acompanham. Parecendo-nos indiscutível a necessidade de capacitação dos cuidadores informais na área da diabetes, resta no entanto a aplicação efetiva e consistente no terreno.

Projeto financiado pela Direção-Geral da Saúde.



### P06 – PROGRAMA GOSTO! – FORMAÇÃO DE FORMADORES PARA PREVENÇÃO DA DIABETES TIPO 2

**Serrabulho L.**<sup>1</sup>, Costa A.<sup>2</sup>, Paiva A. C.<sup>3</sup>, Nascimento do Ó D.<sup>3</sup>, Correia I.<sup>3</sup>, Oliveira J.<sup>4</sup>, Antão M.<sup>5</sup>, Silva S.<sup>6</sup>, Mota T. G.<sup>7</sup>, Boavida J. M.<sup>8</sup>, Correia L. G.<sup>8</sup>, Raposo J. F.<sup>8</sup>.

- 1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Enfermagem, Lisboa
- 2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Tec Sup Educação, Lisboa
- 3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa
- 4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Nutrição, Lisboa
- 5 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Gestão, Lisboa
- 6 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Tec. Sup Educação, Lisboa
- 7 – Soc Portuguesa Cardiologia, Cardiologia, Lisboa
- 8 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

**Introdução:** A prevenção primária da diabetes é considerada uma necessidade para todos os países pois as taxas de prevalência crescentes constituem uma ameaça à sustentabilidade dos respetivos serviços de saúde. O "Desafio Gulbenkian: Não à Diabetes!" procura evitar que pessoas com risco moderado a muito alto de ter diabetes tipo 2 (DM2) a desenvolvam no prazo de 5 anos, intervindo através de um plano específico de prevenção dirigido à promoção da saúde e à adoção de estilos de vida saudável com foco na alimentação e na atividade física – "Programa GOSTO!"

**Objetivo:** Descrever e avaliar os resultados iniciais da Formação de Formadores no âmbito do Programa GOSTO!

**Material e Métodos:** A Formação de Formadores do Programa GOSTO!, dirigida a enfermeiros de cuidados de saúde primários de todo o país, desenvolve-se em modalidade b-learning, constituída por 4 horas de e-learning assíncrono e 6 horas de formação presencial. Na formação presencial realizam-se sessões práticas, com treino de simulação das sessões de educação em grupo que os profissionais vão desenvolver posteriormente com as pessoas em risco de desenvolver DM2. No final da formação os participantes preenchem um questionário para avaliação da satisfação. O programa GOSTO! é constituído por 7 sessões de educação em grupo, durante 12 meses. Os Modelos utilizados são a Entrevista Motivacional e a Mudança de Comportamentos, proporcionando: reflexão sobre a motivação para a mudança, estabelecimento de objetivos e planos de ação e estratégias para lidar com retrocessos.

**Resultados:** A 1ª fase da formação de formadores decorreu em novembro / dezembro 2016 e a 2ª fase desenvolveu-se de março a junho de 2017, envolvendo enfermeiros de ACES de diferentes regiões. Foram inscritos 368 formandos e 311 (85%) concluíram a formação. Na avaliação de satisfação com a formação, a maioria dos participantes fez uma apreciação Muito Boa ou Boa da formação (90%), dos conteúdos (89%) e dos formadores (90%).

**Conclusão:** O Programa GOSTO! tem âmbito nacional e destina-se a participantes com risco moderado a muito alto de desenvolver DM2, que demonstrem intenção e motivação para participar no programa. Para a implementação deste Programa é necessária a formação de profissionais de saúde, fase que aqui descrevemos. A aceitação e motivação global dos participantes em relação à formação e Programa foi boa. As sugestões serão incorporadas nas próximas fases de formação.

### P07 – PERSPETIVAS DOS JOVENS ADULTOS COM DIABETES TIPO 1 EM RELAÇÃO À SUA VIDA E À DIABETES

Serrabulho L.<sup>1</sup>, Matos M. G.<sup>2</sup>, Nabais J. M.<sup>3</sup>, Raposo J. F.<sup>4</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Enfermagem, Lisboa

2 – Universidade de Lisboa, Psicologia, Lisboa

3 – Universidade de Évora, Química, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

**Introdução:** As constantes mudanças sociais, ocupacionais, familiares e emocionais na vida dos jovens podem afetar a adesão aos cuidados com a diabetes e a qualidade de vida dos jovens adultos com diabetes tipo 1.

**Objetivos:** Conhecer as perceções, representações e opiniões dos jovens adultos em relação à sua vida e à diabetes.

**Material e Métodos:** Esta investigação incluiu um estudo qualitativo com 6 grupos focais, com 4 a 6 participantes em cada grupo, com posterior análise de conteúdo. Os participantes foram 30 jovens adultos com diabetes tipo 1 (10 rapazes e 20 raparigas), com idades entre 18 e 34 anos, média de idades 26 anos.

**Resultados:** Este estudo permitiu partilhar as perceções, opiniões e sentimentos dos jovens adultos. Os resultados são similares entre género. Os jovens consideram as atividades de lazer e o apoio social da família, colegas e amigos muito importantes, no que se refere ao apoio emocional e ao apoio na diabetes. Consideram as atividades de lazer e a atividade física similar aos amigos sem diabetes, desde que tenham cuidados com o tratamento da diabetes. Abordaram as dificuldades que sentem em relação à alimentação, atividade física, insulinoaterapia e controlo metabólico. Conversaram sobre as crenças e perceções em relação à vida com a diabetes, nomeadamente em relação às dificuldades com o autocontrolo. Referiram os benefícios das atividades de educação em grupo e dos campos de férias com outros jovens com diabetes relativamente à aceitação, adaptação à diabetes e bem-estar, assim como ao bom apoio da equipa de saúde.

**Conclusão:** Os jovens partilharam as suas experiências e perceções sobre a diabetes durante os grupos focais. Apesar das dificuldades nesta fase da vida, a maior parte dos jovens adultos mostrou boa adaptação à diabetes. Com base neste estudo, concluímos que os jovens adultos consideram a atividade física e as atividades de lazer similares aos amigos sem diabetes, desde que tenham cuidados com a diabetes. Referiram e debateram as dificuldades com a adesão ao tratamento e o controlo metabólico. Realçaram o bom apoio social da família, amigos e equipa de saúde multidisciplinar e referiram os benefícios das atividades com os pares, que os ajudam a viver melhor com a diabetes.

### P08 – OS ESTILOS DE VIDA DOS JOVENS ADULTOS COM DIABETES TIPO 1

Serrabulho L.<sup>1</sup>, Matos M. G.<sup>2</sup>, Nabais J. M.<sup>3</sup>, Raposo J. F.<sup>4</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Enfermagem, Lisboa

2 – Universidade de Lisboa, Psicologia, Lisboa

3 – Universidade de Évora, Química, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

**Introdução:** A adesão contínua ao tratamento da diabetes e a instabilidade a nível social, ocupacional, familiar e emocional nesta fase da vida, podem afetar a qualidade de vida dos jovens adultos com diabetes tipo 1 (DM1).

**Objetivos:** Conhecer os estilos de vida, comportamentos de saúde, satisfação com a vida, apoio social, adesão ao tratamento, representações sobre a diabetes e adaptação psicológica dos jovens adultos com DM1.

**Material e Métodos:** Estudo quantitativo. Questionários aplicados a 278 jovens adultos com diabetes tipo 1 (18 – 35 anos), média de idades  $27 \pm 5$  anos, duração da diabetes  $14 \pm 7,7$  anos. Análise estatística descritiva e correlacional.

**Resultados:** A maioria dos jovens apresenta boas competências pessoais e sociais, considera ter bom suporte social (família, colegas, amigos, equipa de saúde) e refere os benefícios das atividades em grupo com outros jovens com diabetes. Média de satisfação com a vida  $6,6 \pm 1,7$  (escala 0 – 10). Os jovens evidenciam bom fracionamento alimentar (83%), um terço pratica a atividade física recomendada. A adesão à insulino terapia (77% administram  $\geq 4$  vezes dia, 6% utilizam "bomba" de insulina) e à vigilância glicémica (74% pesquisam  $\geq 3$  vezes dia) é satisfatória. A média de HbA1c é  $8,7 \pm 1,6\%$ . Quanto mais elevada a HbA1c: menor adesão global ao tratamento da diabetes ( $r=-0,153^*$ ), menor perceção de saúde ( $r=0,377^{***}$ ) menor satisfação com a vida ( $r=-0,185^{**}$ ), menor adaptação psicológica à diabetes ( $r=-0,167^*$ ). 25% dos jovens apresentam complicações da diabetes. A maioria dos jovens manifestou concordar com as representações positivas sobre a diabetes e demonstrou boa adaptação psicológica. As melhores representações sobre a diabetes estão positivamente relacionadas com a adesão à alimentação ( $r=0,190^{**}$ ) e à insulino terapia ( $r=0,247^{***}$ ). A melhor adaptação psicológica à diabetes está positivamente relacionada com a adesão à alimentação ( $r=0,181^{**}$ ), à vigilância glicémica ( $r=0,179^{**}$ ) e à insulino terapia ( $r=0,241^{***}$ ).

**Conclusão:** A maioria dos jovens apresentou estilos de vida satisfatórios, boas competências pessoais e sociais, apoio social e satisfação com a vida, concordou com as representações positivas sobre a diabetes e apresentou boa adaptação psicológica. Apresentaram razoável adesão ao tratamento, controlo metabólico menos satisfatório e um quarto referiu complicações da diabetes. Os jovens com melhores representações e melhor adaptação psicológica apresentam melhor adesão ao tratamento e melhor controlo metabólico.

### P09 – O CONTRIBUTO DAS FARMÁCIAS COMUNITÁRIAS PARA O CONTROLO DA DIABETES

Mendes M. J., Soares P., Maximiano S., Rosa M., Paulino E. .

Farmácias Holon, Farmacêutico/a, Lisboa

**Introdução:** Em 2015, a prevalência estimada de diabetes na população portuguesa entre os 20 e os 79 anos foi de 13,3%. A maioria dos custos relacionados com a diabetes estão associados a possíveis complicações da doença, que podem ser prevenidas através de um diagnóstico atempado e do controlo glicémico da pessoa com diabetes. É responsabilidade do farmacêutico comunitário, em articulação com os outros profissionais de saúde, promover o desenvolvimento de atividades que conduzam a impactos positivos na saúde dos cidadãos e reduzam os custos sociais e económicos associados a esta patologia.

**Objetivo:** Descrever e avaliar a implementação de estratégias para a identificação atempada de pessoas em risco de desenvolver diabetes e para acompanhar a pessoa com diabetes, num grupo de farmácias comunitárias.

**Materiais e Métodos:** Foram desenvolvidos materiais de suporte, disponibilizados a um grupo de 130 farmácias. Para a identificação precoce de pessoas em risco de desenvolver diabetes, foi adaptado o questionário FindRisc<sup>®</sup>. O acompanhamento da pessoa com diabetes é realizado no âmbito de uma consulta farmacêutica. Juntamente com a pessoa e de acordo com os objetivos clínicos estabelecidos pelo médico, são definidos os objetivos e traçado um plano de acompanhamento. As estratégias de acompanhamento envolvem uma equipa multidisciplinar de enfermeiros, podologistas e nutricionistas, que prestam serviços na farmácia. Os dados relativos às intervenções foram registados em Google Forms<sup>®</sup> e tratados recorrendo ao programa Excel<sup>®</sup>.

**Resultados e Conclusão:** De setembro 2016 a julho de 2017 foram aplicados 196 questionários de risco em 26 farmácias. Entre os participantes, 86 (43,9%) apresentaram risco elevado ou muito elevado de vir a desenvolver diabetes a 10 anos. No mesmo período, farmacêuticos de 31 farmácias documentaram 116 intervenções farmacêuticas para 106 pessoas com diabetes. As intervenções mais prevalentes foram a promoção da adesão à terapêutica (75,0%; n=87), aconselhamento sobre a toma correta dos medicamentos (72,4%; n=84) e aconselhamento nutricional (70,7%; n=82). Os reencaminhamentos mais comuns foram para os serviços de nutrição e pé diabético (29,3%; n=34), e para um posterior acompanhamento pelo farmacêutico (25,0%; n=29). Juntamente com outros profissionais de saúde, é possível disponibilizar uma solução de saúde integrada na farmácia comunitária, proporcionando cuidados multidisciplinares à pessoa com diabetes e respondendo de forma holística às suas necessidades.

### P10 – SERVIÇO DO PÉ DIABÉTICO NA COMUNIDADE – O PAPEL DA FARMÁCIA COMUNITÁRIA

Parrinha P.<sup>1</sup>, Monteiro L.<sup>1</sup>, Ferreira J.<sup>1</sup>, André R.<sup>1</sup>, Carvalho T.<sup>1</sup>, Rosa M.<sup>2</sup>, Paulino E.<sup>2</sup>.

1 – Farmácias Holon, Enfermagem, Lisboa

2 – Farmácias Holon, Farmacêutica, Lisboa

A hiperglicemia e as complicações vasculares e neuropáticas que advém da diabetes conferem a todas as estruturas do pé uma vulnerabilidade e fragilidade que o coloca em maior risco de ulceração. O Pé Diabético é, assim, uma das complicações mais graves da Diabetes Mellitus e responsável por 40 a 60% das amputações por causas não traumáticas. A evidência internacional tem demonstrado que a abordagem e tratamento do Pé Diabético levam à obtenção de ganhos evidentes em saúde, através de uma diminuição acentuada do número destas amputações (DGS, Circular Normativa N.º:05/PNPCD).

**Objetivos:** Descrever o Serviço do Pé Diabético num grupo de farmácias comunitárias e caracterizar o perfil dos utentes do serviço.

**Material e Métodos:** Estudo observacional e retrospectivo. Uma equipa de enfermagem, composta por 5 enfermeiros, está disponível num grupo de farmácias comunitárias para a realização do Serviço do Pé Diabético exclusivamente a utentes com Diabetes Mellitus. Foi estudada a população que realizou consulta neste serviço, no período compreendido entre janeiro de 2016 e agosto de 2017, num grupo de 115 farmácias. A recolha de dados foi feita na consulta, pelo enfermeiro responsável, através do preenchimento de uma grelha que incluía *itens* de carácter pessoal (sexo, idade), *itens* relativos à doença (tipo de diabetes) e *itens* relativos à própria consulta (avaliação e aconselhamento).

**Conclusões:** Com este estudo foi possível caracterizar o perfil de 1362 pessoas que frequentaram o Serviço do Pé Diabético num grupo de 115 farmácias comunitárias. Através da avaliação dos pés, e segundo os critérios definidos pelo *International Working Group on the Diabetic Foot (IWGDF)*, foi possível estratificar, para cada pessoa, o risco de ulceração e fazer as recomendações apropriadas para prevenir ou tratar complicações.

### P11 – IMPACTO DA IMPLEMENTAÇÃO DE UM PROJETO SOBRE CONCEITOS DE SAÚDE E ESTILOS DE VIDA: UMA ABORDAGEM PARA A PREVENÇÃO DA DIABETES EM ADOLESCENTES

Andrade R.<sup>1</sup>, Nascimento do Ó. D.<sup>2</sup>, Silva F.<sup>3</sup>, Raimundo A.<sup>4</sup>, Afonso C.<sup>5</sup>, Raposo J. F.<sup>6</sup>, Ribeiro R. T.<sup>7</sup>.

- 1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Bioquímica, Lisboa
- 2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa
- 3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Psicologia, Lisboa
- 4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Nutrição, Lisboa
- 5 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Serviço Social, Lisboa
- 6 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa
- 7 – CEDOC – Centro de Estudos de Doenças Crónicas, NOVA Medical School, Bioquímica, Lisboa

**Introdução:** Tradicionalmente, a incidência de diabetes tipo 2 (DT2) está associada a idades mais avançadas. Este perfil tem sofrido alterações devido ao aumento da obesidade e sedentarismo em adolescentes, resultando num aumento da incidência e prevalência da DT2 neste grupo etário. A realização de sessões educativas motivacionais sobre comportamentos saudáveis pode contribuir para uma redução dos factores de risco, prevenindo o desenvolvimento de DT2.

**Objectivos:** Avaliar o impacto de uma intervenção sobre conceitos de saúde e estilos de vida em marcadores biométricos de adolescentes dos 12-14 anos, em meio escolar.

**Métodos:** 92 adolescentes foram divididos em dois grupos: grupo controlo (GC; 29 participantes) e grupo de intervenção (GI; 63 participantes). Foi realizada uma sessão de esclarecimento para todos os participantes. As determinações de peso, altura, perímetro abdominal (PA), % massa gorda (%MG), % massa muscular (%MM), perímetro do braço (PB) e perímetro do pescoço (PP) foram efetuadas em 2 tempos (T0 e T1), espaçados por 8 semanas. No GI foram realizadas 8 sessões com metodologias interativas e motivacionais, uma por semana, incluindo temas como "Ser Saudável", "Vida Ativa", "Leitura de Rótulos" e "Gorduras Escondidas".

**Resultados:** Inicialmente, 63% dos adolescentes eram normoponderais e 37% tinha excesso de peso (18% obesos). De T0 a T1, verificámos, em ambos os grupos, uma diminuição significativa da %MG [GC 23,7±1,5 vs 22,7±1,5% p=0,01; GI 23,9±1,1 vs 22,7±1,0% p=0,004] e do PB [GC 25,1±0,7 vs 24,1±0,7cm p=0,01; GI 25,3±0,5 vs 23,3±0,4cm p<0,001] e um aumento da %MM [GC 34,7±0,7 vs 35,6±0,6% p=0,004; GI 34,8±0,5 vs 35,2±0,5% p=0,02]. No GI foram observadas adicionalmente diferenças significativas no PA (74,2±1,2 vs 73,2±1,1cm p=0,05) e PP (31,5±0,3 vs 30,8±0,3cm p=0,03), ao contrário do GC (74,4±1,7 vs 74,3±1,9cm p=0,8 e 31,9±0,6 vs 31,8±0,6cm p=0,5, respectivamente).

**Discussão:** A implementação deste projeto parece ter contribuído para uma diminuição significativa da %MG, do PB e para um aumento da %MM em ambos os grupos. Porém, denotou-se um impacto mais consistente no GI, com melhoria adicional do PA e do PP. Apesar do GC não ter tido acesso a sessões educativas, a inclusão destes adolescentes no estudo pode ter, por si só, sido um fator de sensibilização para a adoção de comportamentos saudáveis, podendo justificar os resultados obtidos. Será realizada a reavaliação dos parâmetros biométricos, 3 meses após o término das sessões.

### P12 – PROGRAMAS EDUCACIONAIS E MOTIVACIONAIS EM SAÚDE PARA ADOLESCENTES EM MEIO ESCOLAR: UMA NECESSIDADE?

**Andrade R.**<sup>1</sup>, Silva F.<sup>2</sup>, Nascimento do Ó. D.<sup>3</sup>, Raposo J. F.<sup>4</sup>, Ribeiro R. T.<sup>5</sup>.

1 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre – APDP/ERC), Bioquímica, Lisboa

2 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Psicologia, Lisboa

3 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Enfermagem, Lisboa

4 – APDP – Diabetes Portugal (Education and Research Centre), Endocrinologia, Lisboa

5 – CEDOC – Centro de Estudos de Doenças Crónicas, NOVA Medical School, Bioquímica, Lisboa

**Introdução:** Em Portugal, mais de 30% dos adolescentes tem excesso de peso. O aumento do sedentarismo e o dispêndio excessivo de horas dedicadas a TV, computador e outras tecnologias digitais, bem como a dificuldade em fazer escolhas alimentares saudáveis, levam ao aumento da incidência de obesidade nesta faixa etária, contribuindo para o desenvolvimento de diabetes tipo 2 (DT2).

**Objetivos:** Avaliar a necessidade de implementar um programa educativo e motivacional para a adoção de estilos de vida saudáveis, prevenindo o desenvolvimento de DT2, explorando os seus comportamentos e perceções nestas áreas.

**Métodos:** Foram incluídos 92 participantes, entre os 12–14 anos. Os participantes preencheram questionários sobre hábitos nutricionais e de atividade física, sobre a avaliação geral da sua saúde e sobre o seu entendimento em relação ao que consideram que é necessário para se ser saudável. Foi efetuada a análise qualitativa e quantitativa dos dados.

**Resultados:** Na perspetiva dos adolescentes, ser saudável é "Ter uma alimentação saudável (comer vegetais, beber mais água, e evitar fast-food)", "Praticar atividade física", "Ter higiene pessoal", "Não ter doenças" e "Ser feliz". Relativamente à auto perceção da saúde, 35% dos participantes consideraram o seu estado de saúde excelente, 40% muito bom, 17% bom, 6% suficiente e 2% insuficiente. Além disso, 28% dos adolescentes relatou que, para a sua idade, é recomendado ser ativo 1h por dia e 44% reportou que é apropriado ver TV menos de 2h por dia. Porém, 23% refere não praticar atividade física pelo menos 1h por dia e 11% indicou fazê-lo todos os dias. 85% dos participantes reconheceu despender mais de 2h contínuas diárias com atividades sedentárias (ver TV, jogar computador/playstation, etc).

**Discussão:** A maioria dos adolescentes inquiridos considerou ter um bom estado geral de saúde e evidenciou ter conhecimentos sobre as recomendações relativas aos períodos diários de atividade física e de repouso. Contudo, não parecem aplicar as recomendações. Assim, torna-se fundamental a implementação de programas que visem identificar as barreiras para a adoção de comportamentos saudáveis e motivem os adolescentes para a prática de estilos de vida saudáveis, reduzindo fatores de risco e, conseqüentemente, o desenvolvimento de DT2.

### P13 – SERVIÇO SOCIAL NA SAÚDE: CARACTERIZAÇÃO DOS DETERMINANTES SOCIAIS DE SAÚDE EM PESSOAS COM DIABETES

Afonso C.<sup>1,3</sup>, Amaro I.<sup>3</sup>, Raposo J. F.<sup>1,2</sup>, Nascimento do Ó D.<sup>1</sup>, Boavida J. M.<sup>1</sup>, Ribeiro R. T.<sup>1,2</sup>

1 – APDP – Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal

2 – CEDOC – Centro de Estudos de Doenças Crónicas, NOVA Medical School – Faculdade de Ciências Médicas, Lisboa, Portugal

3 – ISCTE-IUL – Instituto Universitário de Lisboa

**Introdução:** Sabe-se que os determinantes sociais de saúde permitem fornecer informações cruciais sobre fatores que influenciam a saúde e a eficácia dos tratamentos. Os fatores psicológicos e psicossociais podem influenciar a adesão ao tratamento, o controle metabólico e a qualidade de vida da pessoa. No intuito de identificar as necessidades de apoio social sentidas pelas pessoas com diabetes, mas também para o estudo e suporte em problemas sociais que condicionem a saúde das pessoas e respetivas famílias, a Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal (APDP) iniciou a implementação de um Gabinete de Diagnóstico e Apoio Social.

**Objetivo:** Identificar e caracterizar determinantes sociais de saúde em pessoas com diabetes, através do diagnóstico de necessidades de apoio social.

**Material e Métodos:** Estudo prospetivo, realizado através de um Diagnóstico Social criado para pessoas com diabetes com idade superior a 18 anos que frequentam a APDP, com assinatura de termo de consentimento.

**Metodologia de trabalho:** Foi realizada uma análise prévia à literatura existente, sendo daí criada uma ferramenta de Diagnóstico Social, composta por 25 itens (considerando fatores étnicos, culturais, educacionais, económicos, sociais, psicológicos e comportamentais). A aplicação do Diagnóstico Social foi realizada em cada atendimento social, sendo a seleção da amostra realizada por conveniência.

**Resultados:** Foram inquiridas 71 pessoas com diabetes, maioritariamente do sexo feminino, com cerca de um terço residente na região de Lisboa e com idade média de 73 anos. Aproximadamente 75% possuem rendimentos provenientes de pensões, sendo que sensivelmente 30% dizem ter dificuldades em sustentarem-se. O seu principal suporte referido é a família, sendo que 67% pertencem a famílias alargadas. Sensivelmente 29% constituem uma família unitária. De acordo com os registos clínicos, cerca de 11% das pessoas apresentam stress psicossocial e aproximadamente 67% têm o valor de referência HbA1C mal controlado. As principais intervenções executadas foram o aconselhamento e apoio psicossocial, a advocacia social e a mediação institucional.

**Conclusão:** A construção e aplicação de um questionário social integrando determinantes de saúde permitiu identificar um grupo de utentes com necessidades particulares de apoio social em áreas conhecidas como relevantes para o seu estado de saúde e eficácia da gestão da diabetes, e proporcionar o apoio adequado de uma forma personalizada, focada no paciente.

Trabalho realizado com o apoio da Fundação Ernesto Roma.



