

Título: Educação Alimentar e Diabetes: uma nova/tele ótica em tempos pandêmicos

Fernanda Bastos dos Santos, Michelle Hoff, Rafaela Diogo Silveira, Jussara Carnevale de Almeida

O Diabetes *Mellitus* é uma doença metabólica e progressiva caracterizada pela hiperglicemia. Em longo prazo, a hiperglicemia sustentada é responsável por efeitos deletérios crônicos micro- e macrovasculares. Logo, estabelecer um bom controle glicêmico é o principal alvo do tratamento. As intervenções terapêuticas são baseadas em mudanças no estilo de vida do indivíduo (alimentação saudável e atividade física), tratamento medicamentoso (fármacos orais e/ou insulino terapia) e na promoção da autonomia para tomada de decisões. Comumente, distintas atividades são realizadas para promover o autocuidado e adesão às orientações nutricionais em pacientes com diabetes, como grupos de educação alimentar e atendimentos individualizados. Contudo, com a atual situação pandêmica, o atendimento de forma remota tornou-se a forma possível de acompanhamento e monitoramento regular aos pacientes, especialmente por tratar-se de grupo de risco para COVID-19. **Objetivo do programa:** Oferecer diferentes estratégias (individual e em grupos) de educação alimentar para pacientes com diabetes; Oferecer espaço de ensino e aprendizagem para alunos de graduação e pós-graduação; Avaliar o uso de diferentes abordagens de educação alimentar em pacientes com diabetes. **Metodologia:** Devido à necessidade de isolamento social, os pacientes do Ambulatório de Nutrição e Endocrinologia passaram a receber atendimento não presencial (por ligações telefônicas), desde março de 2020. Os atendimentos remotos são realizados mediante autorização prévia e disponibilidade do paciente. Esses atendimentos remotos são realizados com a abordagem de aconselhamento nutricional conforme as necessidades nutricionais e clínicas dos pacientes, considerando as complicações da atual pandemia. Paralelo aos atendimentos, para os pacientes que possuem acesso às redes sociais, como Whatsapp, são enviados vídeos e/ou folders produzidos pelo grupo, com intuito de complementar os assuntos abordados durante a consulta. **Resultados:** No primeiro semestre de 2020 (5 de fevereiro a 5 de agosto) 147 pacientes com diabetes tipo 2 foram agendados para atendimento, sendo 39 pacientes novos, encaminhados de outras especialidades médicas (medicina interna, endocrinologia e geriatria). Semanalmente, cerca de oito pacientes são atendidos, no período de fevereiro e março de forma presencial e a partir de então de forma remota. Discussões em relação a forma de atendimento remoto foram feitas no clube de revista semanalmente com alunos de graduação e pós graduação envolvidos no programa. Materiais de apoio para os pacientes foram desenvolvidos contemplando os seguintes temas: orientações sobre como montar um prato saudável, na forma de vídeo e folders; dicas em vídeo sobre comprar alimentos de forma segura durante a quarentena; orientações e dicas em vídeo sobre como fazer lanches saudáveis no jantar. Alguns novos materiais de apoio já estão em planejamento, são eles: higienização correta de frutas, verduras e hortaliças; preparo de sopas saudáveis; teor de potássio dos alimentos para pacientes com perda de função renal; explicação sobre o nível de processamento dos alimentos e material de orientação sobre a sazonalidade de frutas e vegetais.