

O VIVER DIÁRIO DE PESSOAS COM DIABETES MELLITUS: CONTRIBUIÇÕES DE GRUPOS DO FACEBOOK

GLAUCIA JAINE SANTOS DA SILVA¹; JULIANA GRACIELA VESTENA ZILLMER²;
SIDNEIA TESSMER CASARIN³; STEFANIE GRIEBELER OLIVEIRA⁴

¹*Universidade Federal de Pelotas – glauciajaine@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – juzillmer@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – stcasarin@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – stefaniegriebeleroliveira@gmail.com*

INTRODUÇÃO

Entre as doenças crônicas não transmissíveis está o diabetes mellitus (DM), o qual representa um desafio ao sistema único de saúde, pelo seu impacto social, econômico às pessoas doentes, famílias e sistema de saúde (BRASIL, 2013). No Brasil as estimativas apontam que, em 2030, possam existir cerca de 11,3 milhões de pessoas com diabetes, passando de oitavo para o sexto país com maior número de pessoas com a doença. A progressão da doença sem tratamento pode ocasionar o desenvolvimento de complicações agudas e crônicas como: cetoacidose diabética, hipoglicemia, nefropatia, neuropatia, retinopatia diabética, doenças cardiovasculares e amputações. Apesar dos avanços construídos a partir da implementação das políticas públicas para o controle desta doença, constata-se que os índices de mortalidade em decorrência de complicações crescem, tornando-se ainda maior a necessidade de desenvolver estratégias para o seu enfrentamento (BRASIL, 2013; FREITAS; GARCIA, 2012).

No entanto, as complicações do diabetes mellitus podem ter seu aparecimento retardado ou até mesmo prevenido, por meio do manejo da glicemia. Tal manejo pode ser a partir de terapias farmacológicas, e não farmacológico com a reeducação dos hábitos alimentares para uma alimentação saudável e equilibrada, associados à prática regular de atividades físicas. Entretanto, as mudanças no estilo de vida é um dos principais desafios para quem convive com a doença. Diante disso, os profissionais de saúde necessitam adotar novas formas de promover ações de educação em saúde a fim de auxiliarem às pessoas no processo de adoecimento (BRASIL, 2013).

Entre as formas para desenvolver a educação em saúde, está a utilização das redes sociais virtuais. A busca por informações no meio virtual tem possibilitado, além de conhecimento, a aproximação e troca de experiências com outras pessoas que estão passando pela mesma situação de saúde. Esse fenômeno crescente aponta melhoria significativa na qualidade de vida, pois encontram apoio emocional, esperança e motivação para seguir o tratamento necessário (GARBIN; GUILAM; NETO, 2012; BRASIL, 2013). A partir do exposto, o presente trabalho teve como objetivo identificar a contribuição de grupos virtuais abertos do *Facebook* para o viver diário de pessoas com diabetes mellitus.

METODOLOGIA

O presente trabalho é um recorte do trabalho de conclusão de curso em Enfermagem intitulado “O que dizem as pessoas com diabetes mellitus em grupos do *Facebook* a partir de suas publicações: uma análise de conteúdo”, apresentado no primeiro semestre de 2016. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, realizada com quatro grupos virtuais públicos de pessoas com Diabetes Mellitus no *Facebook*. Para selecionar os grupos foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: Ser um

grupo público, de língua portuguesa, possuir postagens diárias, apresentar maior número de participantes e que o grupo seja criado por pessoas com diabetes mellitus ou familiares. Os dados foram coletados mediante a cópia das postagens no período de janeiro a dezembro de 2015 para um arquivo do word, e armazenados no computador da pesquisadora. Estes dados serão armazenados em um período de cinco anos e posteriormente descartados. Para organização e gerenciamento dos dados, utilizou-se o Software *EthnographV6*. Realizou-se análise de conteúdo convencional segundo a proposta de Hsieh; Shannon (2005). Quanto aos aspectos éticos, por se tratar de uma pesquisa realizada em grupos virtuais abertos, nesse caso sendo o material de domínio público, desde que os indivíduos não sejam identificados, não houve necessidade de submeter ao Comitê de Ética em Pesquisa (AOIR – ASSOCIATION OF INTERNET RESEARCHERS, 2002).

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir da análise dos dados foram construídas três categorias: A primeira “Compartilhar experiências sobre o ter diabetes mellitus”; A segunda “O empoderamento, o apoio e a motivação para o viver diário”; e a terceira “Orientações para a busca de serviços de saúde”.

Compartilhar experiências sobre o ter e viver com diabetes mellitus

Os grupos virtuais proporcionam às pessoas com DM espaços para contarem suas histórias, suas experiências, significados e práticas de viver com a doença e o tratamento ao longo da vida. Histórias estas que iniciam com a descoberta do diabetes, o seu viver diário, em família, e individual; ao compartilharem suas experiências, expressam com seus pares, medos e anseios quanto ao futuro. Além disso, compartilham dificuldades com pessoas que estão vivenciando ou já vivenciaram a mesma situação sendo com maior frequência mencionado o difícil manejo da glicemia, e o controle da alimentação diária. Conforme mencionado nas postagens essa troca de experiência traz ânimo, e esperança; apresenta-se como uma forma de superação, para quem está enfrentando dificuldades em manejear o tratamento do diabetes.

Não é fácil ter diabetes, mas através da troca de experiências, através das mudanças de hábitos e rotinas, nos unimos e transformamos as dores da bête em motivação.

Estudo de Jacoppetti (2011) aponta que a interação social em grupos virtuais permiti às pessoas lidarem de forma diferenciada com a situação de doença. Tal fato reforça que a interação nas redes sociais, a partir da discussão e divisão de preocupações, estimula o aumento significativo na qualidade de vida, por meio da redução de estresse e solidão.

O empoderamento, o apoio e a motivação para o viver diário

Com a utilização dos grupos virtuais as pessoas com DM que buscam acesso a informações em saúde, encontram estímulo, apoio, motivação e desejo em continuar a desenvolver o tratamento e autocuidado. A mudança de hábitos é um dos momentos que a pessoa com diabetes pode sentir-se incapaz, e necessitar de uma rede de apoio, a qual inclui a família, amigos e profissionais de saúde para seguir em frente. O apoio é fundamental, entretanto, entender e compreender a doença é um processo pessoal, e que exige tempo, o qual dependerá da forma de perceber e ver de cada pessoa. No decorrer deste processo, o enfrentamento constante com a nova condição de saúde, poderá sensibilizá-las para que tenham o domínio de decidir sobre seu viver diário. Trata-se de uma forma constante de empoderar-se e de construir sua autonomia frente ao autocuidado, e viver de acordo

com sua condição.

As informações são muito importantes, pois nos aprendemos muitas coisas que não sabíamos, por exemplo: como armazenar a insulina e os efeitos colaterais da metformina. Desde que comecei acompanhar a página, passei a ver a Diabetes de uma forma diferente, passei a me cuidar melhor, estou sempre aprendendo algo novo e motivador.

Para Taddeo et al (2012), as pessoas acometidas por doenças como DM, que necessitam realizar mudanças no seu estilo de vida, através da informação em saúde passam a desenvolver atitudes, como a tomada de decisões e o domínio das responsabilidades impostas pelo tratamento. Este processo é fundamental, pois a partir dessas mudanças as pessoas envolvem-se e interagem mais frente sua saúde. De acordo com Alencar et al (2009), compartilhar as dificuldades do tratamento com familiares diminui o sentimento de impotência frente as demandas do autocuidado, ainda o mesmo aponta que quando as intervenções no manejo da doença são realizadas em conjunto, apresentam resultados satisfatórios nos índices glicêmicos. Ainda, segundo Mercado-Martinez, et al (2014) avaliam que a interação entre usuários, promove discussões amplas acerca da saúde, como exemplo, o incentivo nas mudanças dos hábitos em saúde, custos com o tratamento e as deficiências nos serviços de saúde.

Orientações para a busca de serviços de saúde

Foi possível identificar, nas postagens, que apesar do grupo virtual fornecer orientações sobre o manejo da doença e do tratamento, o mesmo estimula a procura de serviços de saúde. Ao estimular as pessoas a buscarem por serviços de saúde, fazem com que as pessoas com DM se aproximem dos profissionais de saúde, e assim receberem informações por profissionais capacitados para esta prática. Por meio das postagens o grupo estimula a busca constante por informações sobre o diabetes, que tem por objetivo esclarecer ao máximo o que é esta doença e qual o tratamento necessário para viver com ela a fim de retardar a sua progressão e prevenir complicações.

Procure controlar os níveis de glicose e procure o oftalmologista para verificar se não tem retinopatia. Procure o posto de saúde próximo de sua casa.

Dessa forma, Jacoppetti (2011), evidenciou que as redes sociais representam um dos principais meios de aprendizado e acesso a informação, além de ser um espaço de relacionamento, comunicação e interação pessoal. Através deste suporte emocional e informações compartilhadas as pessoas desenvolvem autonomia em relação ao tratamento e estimulo a buscar pelos direitos.

Outro fato para pensar enquanto formas para a educação em saúde está na relação dos usuários e profissionais, principalmente médicos e enfermagem, que por meio das redes virtuais conseguem interagir e disponibilizar distintas formas de conhecimento, que ao longo prazo, promove mudanças positivas na abordagem profissional paciente (MERCADO-MARTINEZ, et al 2014).

CONCLUSÃO

O presente estudo permitiu identificar a contribuição dos grupos virtuais na troca de experiências sobre diabetes mellitus, tais como, manejo do tratamento, promoção de hábitos saudáveis e prevenção de complicações. Além disso, os grupos exercem papel fundamental na modificação dos hábitos em saúde, a partir da aproximação coletiva, promovem troca de experiências positivas e negativas do viver diário. Dessa forma, o estudo evidencia que os meios virtuais são espaços que vem contribuindo para educação em saúde, interação social, autonomia e empoderamento frente às adversidades do tratamento. Dessa forma, a partir do

exposto acredita-se que o enfermeiro como educador em saúde tem papel transformador dentro das equipes com a utilização de grupos virtuais. Pelo potencial de modificar as condutas tradicionais de cuidado à pessoa com diabetes, que geralmente são carregadas de imposições. Desse modo, essa estratégia auxiliam os profissionais de saúde esclarecerem dúvidas frequentes, fornecerem orientações e o mais importante, a compreensão das limitações frente as demandas do tratamento. Por fim, esse diálogo deverá abranger principalmente a valorização de suas experiências e liberdade de escolha na terapêutica oferecida, além de buscar sempre a presença da família no apoio ao tratamento.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALENCAR, D.C; ALENCAR, A.M.P.G. O papel da família na adaptação do adolescente diabético. **Rede de Enfermagem do Nordeste**, v.10, n.1, p.19-28, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Diabetes Mellitus /Cadernos de Atenção Básica**, n. 16. Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2013b. 64 p. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diabetes_mellitus.PDF Acesso em: 19 Jul 2016.
- CHARLES, E.S.S. Ethical decision-making and Internet research: Recommendations from the AoIR ethics working committee. **Association of Internet Researchers (AoIR)**. 2002. Disponível em: <http://aoir.org/reports/ethics.pdf> Acesso em: 19 Jul 2016.
- GARBIN, H.B.R; GUILAM, M.C.R; NETO, A.F.P. Internet na promoção da saúde: um instrumento para o desenvolvimento de habilidades pessoais e sociais. **Revista de Saúde Coletiva**. v.22, n.1, p.347-363, 2012.
- HSIEH, H; SHANNON, S. Three approaches to qualitative content analysis. **Qualitative Health Research**, v. 15, n. 9, p. 1277-1288, nov. 2005.
- JACOPETTI, A. Práticas sociais e de comunicação de pacientes renais no Facebook da Fundação Pró-Rim. **Revista de Estudos da Comunicação**. v.12, n.27, p.81-89, 2011.
- MERCADO-MARTÍNEZ, F.J; ASCENCIO-MERA, C.D. La donación y el trasplante de órganos en la prensa escrita: Un estudio en el Occidente de México. **Comunicación y sociedad**. s.v, n. 21, p. 161-180, 2014.
- PONTIERI, F.M; BACHION, M.M; Crenças de pacientes diabéticos acerca da terapia nutricional e sua influência na adesão ao tratamento. **Ciência & Saúde**, v.15, n.1, p.151-160, 2010.
- TADDEO, P.S; GOMES, L.W.L; CAPRARIA, A; GOMES, A.M.A; OLIVEIRA, G.C; MOREIRA, T.M.M. Acesso, prática educativa e empoderamento de pacientes com doenças crônicas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 17, n.11, p.2923-2930, 2012.