

DOI: <https://doi.org/10.29184/anaisscfmc.v42025p32>

Dieta baseada na contagem de carboidratos como estratégia de otimização do perfil glicêmico em pacientes diabéticos em insulinoterapia

Leticia de Sousa Gomes e Thais Pacheco Soares

RESUMO

A diabetes mellitus é uma doença crônica que exige controle glicêmico rigoroso, especialmente em pacientes insulinizados. A contagem de carboidratos, estratégia respaldada pela Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) e American Diabetes Association (ADA), demonstra potencial para melhorar o controle metabólico e a qualidade de vida. Este estudo visa avaliar o impacto da adesão a uma dieta específica baseada nesse método nos parâmetros glicêmicos de pacientes em insulinoterapia. Foram analisados 300 prontuários do SUS no Centro Saúde Escola de Custodópolis, recrutando 24 pacientes diabéticos insulinizados (idade média: 57,2 anos; HbA1c >7,5%). 20 participantes iniciaram o ensaio clínico longitudinal de 12 meses. A metodologia incluiu: elaboração de dieta individualizada via bioimpedância; sessões educativas sobre contagem de carboidratos; monitorização trimestral de HbA1c, glicemia e perfil lipídico; e aplicação de questionários digitais (adesão/satisfação). O estudo está na fase de acompanhamento clínico-laboratorial. Resultados preliminares indicam, que dos 20 pacientes que iniciaram a pesquisa, 8 apresentaram valores iniciais de HbA1c >10%, desses em 4 houve redução do valor da HbA1c ao longo do projeto, 8 participantes dos 20 declaram já ter tido algum episódio de hipoglicemia. Espera-se que a adesão à dieta reduza HbA1c $\geq 0,5\%$, aumente o tempo no alvo glicêmico (TIR) em 10%, diminua episódios de hipoglicemia e reduza a necessidade de insulina, melhorando a qualidade de vida. As barreiras socioeconômicas e operacionais (comunicação, acesso a recursos) comprometem a adesão e o progresso da pesquisa, como não conseguir executar a dieta por questões socioeconômicas. Conclui-se que tais fatores interferem diretamente nos resultados, destacando a necessidade de estratégias adaptativas para viabilizar intervenções nutricionais personalizadas nesta população.

Palavras-chave: Controle Glicêmico. Diabetes Mellitus.

Instituição de fomento: PIBIC/FMC.