

AUTOCUIDADO E *COPING* NO DIABETES *MELLITUS*: UMA PERSPECTIVA BIOPSIKOSSOCIAL (APOIO UNIP)

Aluna: Ana Cláudia Narumi Kameda

Orientadora: Profa. Raphaella Maria Ferreira Alves da Silva De Martini Barbosa

Curso: Psicologia

Campus: São José dos Campos

O Diabetes tem sido considerado a mais nova epidemia do século XXI, uma vez que, mundialmente, 246 milhões de pessoas estão acometidas pela enfermidade, sendo que cerca de 3,2 milhões morrem todos os anos. O Diabetes é uma patologia orgânica e crônica, que não tem cura, porém a maioria dos diabéticos pode levar uma vida normal se seguirem um plano específico de tratamento.

Um dos maiores desafios da doença é a aderência do indivíduo ao tratamento que lhe é proposto, uma vez que o mesmo envolve uma drástica mudança no estilo de vida. Diante disso, a presente pesquisa teve como objetivo conhecer as atitudes comportamentais do diabético que favoreçam o autocuidado e as estratégias de *coping* para elaborar uma cartilha a respeito do assunto.

A amostra consistiu em homens e mulheres diabéticos tipo II, com idade entre 30 e 80 anos, que participam de um grupo de apoio a diabéticos no Núcleo de Atenção Integral à Saúde da Assistência Médica UNIMED. Os resultados indicaram que comportamentos de enfrentamento positivo e aceitação da nova condição de vida, facilitam a aderência ao tratamento, de modo que o autocuidado passa a ser relacionado com: equilíbrio emocional; realização de atividades físicas regulares e dieta balanceada; acompanhamento médico e apoio familiar e social.

O estudo propiciou maior conhecimento a respeito do modo como o diabetes afeta a saúde e a qualidade de vida dos diabéticos, ao mesmo tempo em que possibilitou reconhecer comportamentos que favoreçam a aderência ao

tratamento e ao autocuidado, como também a importância do *coping* nesta dinâmica.