

# O PAPEL DO PSICÓLOGO NO TRATAMENTO DE DIABETES

Natalia Almeida

Psicóloga Clínica / Hospitalar / Neuropsicóloga

Secretaria de Saúde do Distrito Federal

Educadora em Diabetes ADJ /SBD/IDF

O DIABETES , tal como outras doenças crônicas não transmissíveis, tem um impacto psicológico nos indivíduos afetados e nas suas famílias.

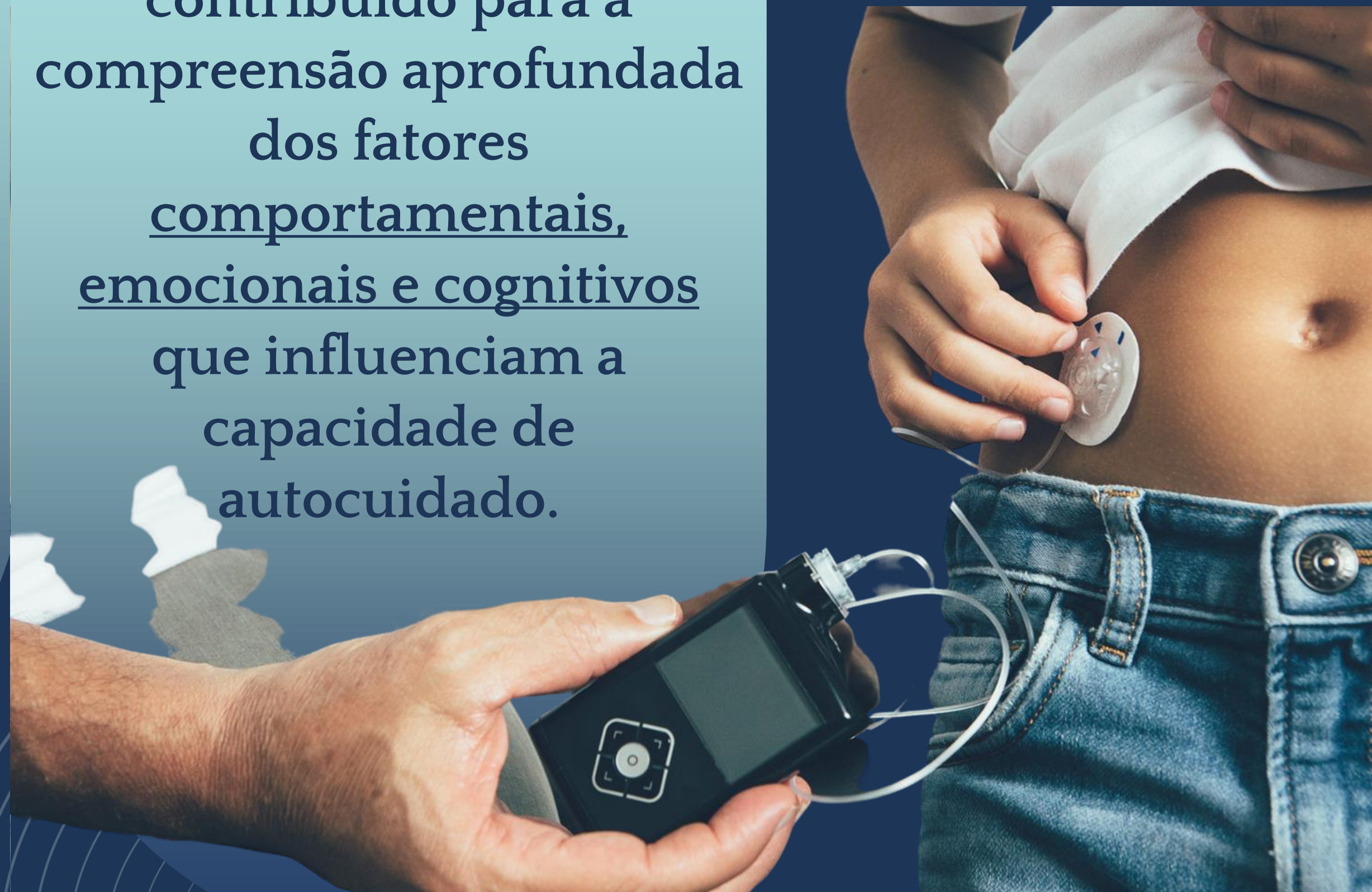


Os fatores psicossociais influenciam diretamente no engajamento, na adesão e no controle da doença.



O desafio constante da vida com diabetes está em aderir a um estilo de vida saudável e realizar as mudanças comportamentais necessárias para alcançar metas glicêmicas e prevenir complicações.

A PSICOLOGIA tem contribuído para a compreensão aprofundada dos fatores comportamentais, emocionais e cognitivos que influenciam a capacidade de autocuidado.



Ansiedade



Tristeza



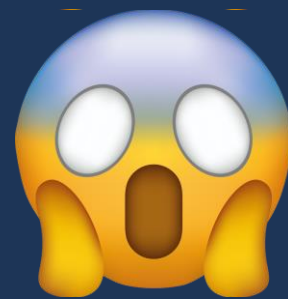
Medo



O diagnóstico desencadeia reações emocionais que precisam ser acolhidas e gerenciadas.



Negação



Choque



Raiva

Receber o diagnóstico de DM1 requer mudanças significativas no estilo de vida e na inserção de cuidados específicos:

Monitorização glicêmica

Alimentação Saudável

Contagem de carboidratos

Aplicação de múltiplas doses de insulina

Prática regular de atividade física.



# Impactos da vida com diabetes

- Tomada de decisões durante todo o dia
- Relações familiares
- Impacto financeiro
- Adequação à rotina de trabalho e estudo
- Consultas, exames, farmácias, buscar insumos...
- Medo de hipo e hiperglicemia
- Medo de complicações crônicas
- Preocupação em manter as glicemias no alvo
- Preocupação com a alimentação
- Alterações de humor
- Estigma social





O tratamento da doença crônica é um processo extremamente desafiante e exigente que requer uma abordagem multidisciplinar envolvendo os familiares nos cuidados.




A Família deve  
desempenhar um papel  
ativo e colaborativo na  
adesão ao tratamento






Os pais sofrem uma pressão constante e também precisam de cuidados psicológicos devido ao estresse e condições sociais que influenciam no gerenciamento diário do tratamento.



O medo de hipoglicemias, mudanças na rotina, impacto financeiro, prejuízos no trabalho e a necessidade de vigilância das crianças podem ser desencadeantes de sofrimento psíquico.



O bem-estar dos pais afeta positivamente o estado emocional dos filhos enquanto que sintomas como depressão, ansiedade e estresse impactam negativamente nas condições psicológicas e comportamentais das crianças e adolescentes com diabetes.

Conectar-se com outras famílias pode fornecer apoio emocional, melhor aceitação da doença e melhor gerenciamento do tratamento ao sentir-se incluído no grupo e apoiado em suas necessidades.



# Psicólogo

Membro de equipe interdisciplinar  
Focando na compreensão e  
intervenções dos fatores  
psicológicos e suas relações  
no processo saúde-doença.



A abordagem será diferente em cada fase ciclo de vida, adaptando estratégias de acolhimento, educação e intervenção.



# As Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2023)



- Acolhimento colaborativo, com empatia e isenção de julgamento;
- Atendimento seja **centrado na pessoa**, para que tenha um **papel ativo** no planejamento, no monitoramento, avaliação das dificuldades e nos cuidados com sua condição de saúde.

# As Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2023)



- Recomenda que pessoas com DM, seus familiares e cuidadores, recebam **atenção psicossocial** quando identificados problemas que interfiram no controle da glicemia, na autogestão do cuidado e no estresse familiar.



# Intervenções da Psicologia

- Atendimento em equipe
- Intervenção em crise
- Grupos de apoio
- Grupos psicoeducacionais
- atendimentos individuais
- atendimentos de familiares
- Visita domiciliar
- Atendimento hospitalar
- Visita à escola



## Avaliação de rotina:

- Compreensão do diabetes;
- Conhecimentos sobre o tratamento
- Habilidades no uso da tecnologia
- Resolução de problemas
- Seguimento das metas
- Adesão ao tratamento
- Autonomia
- Competência de autogestão



# Rastreamento de condições que impactam nos comportamentos de autocuidado:



- Medo de hipoglicemia
- Prejuízos cognitivos
- Depressão
- Ansiedade
- Transtornos alimentares
- Diabetes distress
- Bullying

## Concluindo...

De acordo com as diretrizes de tratamento nacionais e internacionais, a assistência psicológica deve ser incorporada como parte integral do tratamento da diabetes nos diferentes níveis de atenção à saúde (primária, secundária e terciária) e não deve ser negligenciada quando se considera seu impacto na condição do paciente e na gestão da doença.

*“A saúde mental é o combustível que mantém a chama da resiliência acesa na jornada com diabetes”*

Autor desconhecido



@diabetespsi  
natalia.hran@gmail.com

## Referências:

<https://www.ispad.org/page/ISPADGuidelines2022>

<https://diabetes.org/health-wellness/mental-health>

<https://diretriz.diabetes.org.br/>

<https://idf.org/europe/life-with-diabetes/daily-life/>

<https://www.anad.org.br/aspectos-emocionais-e-diabetes>

<https://www.diabetes.org.uk/our-research/about-our-research/hot-topics/research-and-mental-health>

