

Importância do Autocuidado em Pacientes com Diabetes Mellitus

Importance of Self-Care in Patients with Diabetes Mellitus

 DOI: 10.55892/jrg.v6i13.816

 ARK: 57118/JRG.v6i13.816

Recebido: 29/09/2023 | Aceito: 27/11/2023 | Publicado: 28/11/2023

Beatriz Aparecida Quinones¹

 <https://orcid.org/0009-0006-8709-7918>

 <http://lattes.cnpq.br/3499318335183857>

Centro de Ensino Superior de Foz do Iguaçu, CESUFOZ, Brasil.

E-mail: beatrizquinones1210@gmail.com

Sandonaid Andrei Geisler²

 <https://orcid.org/0000-0001-9346-6624>

 <http://lattes.cnpq.br/1520115273418806>

Universidad Nacional de Misiones, UnaM, Argentina.

E-mail: biologiasnag@hotmail.com

Sirlei Ramos³

 <https://orcid.org/0000-0003-2232-3831>

 <http://lattes.cnpq.br/6435070356358791>

Centro de Ensino Superior de Foz do Iguaçu, CESUFOZ, Brasil.

E-mail: sirlei.cesufoz@gmail.com



Resumo

O Diabetes Mellitus (DM) é um dos problemas de saúde mais prevalentes na sociedade e caracteriza-se como um desafio para a saúde pública no século XXI, por se tratar de uma doença crônica, multifatorial e sistêmica. A alta prevalência de DM bem como suas complicações aponta para a urgência de investimento na prevenção, controle e cuidado longitudinal, além de uma série de ações oportunas e efetivas por parte dos profissionais ligados à saúde. No entanto, além dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde, faz-se necessário discutir outras práticas que tendem a melhorar a qualidade de vida dos pacientes, a exemplo do autocuidado. Portanto, este estudo tem como objetivo investigar a importância do autocuidado em pacientes com Diabetes Mellitus. Foram selecionados 14 artigos científicos publicados entre 2013 a 2022, sendo 3 em língua estrangeira (inglês) e 8 nacionais. A Revista da Escola de

¹ Graduação em andamento em Enfermagem pelo Centro de Ensino Superior de Foz do Iguaçu

² Licenciatura Plena em Ciências Biológicas pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (2006). Mestrado em Ciências Biológicas (Biologia Celular e Molecular) pela Universidade Estadual de Maringá. Doutorando na Universidad Nacional de Misiones em Biotecnologia desde fevereiro de 2015. Atua desde 2008 como professor universitário nas áreas de: Bioquímica, Biologia Celular, Biologia Molecular, Genética Fisiologia Humana.

³ Possui graduação em Enfermagem pela Faculdade União das Américas (2008). Mestre em Saúde Pública em região de Fronteira pela Universidade Estadual do Oeste do Paraná (Unioeste) Especialista em Saúde Alimento e nutrição, Dependência Química e Geriatria, Licenciada pela Faculdade UDC (2017) Docente e Coordenadora do Centro de Ensino Superior de Foz do Iguaçu- Cesufoz, nos cursos de Enfermagem, Farmácia e Estética, Orientadora de Aulas Prática -Universidade Paulista (UNIP) e Coordenadora de Enfermagem do Hospital e Maternidade Cataratas, Foi Docente e Coordenadora do Curso Técnico em Enfermagem do Colégio Jorge Schimmelpfeng pela Secretaria de Educação do Estado do Paraná. Tem experiência na área de Enfermagem, com ênfase em Saúde da Mulher, atuando principalmente nos seguintes temas: Enfermagem, Estresse ocupacional, Cuidados paliativos, síndrome de Burnout

Enfermagem da USP e a Revista de Enfermagem Referência foram as que mais contribuíram com a amostra, com dois artigos publicados em cada. Evidenciou-se, portanto, que para prevenir a morbidade e mortalidade relacionadas ao diabetes, há uma imensa necessidade de comportamentos dedicados de autocuidado em múltiplos domínios, incluindo escolhas alimentares, atividade física, ingestão adequada de medicamentos e monitoramento da glicemia dos pacientes.

Palavras-chave: Autocuidado. Diabetes Mellitus. Promoção de saúde.

Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is one of the most prevalent health problems in society and is characterized as a challenge for public health in the 21st century, as it is a chronic, multifactorial and systemic disease. The high prevalence of DM as well as its complications points to the urgency of investment in prevention, control and longitudinal care, in addition to a series of timely and effective actions by health professionals. However, in addition to the care provided by health professionals, it is necessary to discuss other practices that tend to improve patients' quality of life, such as self-care. Therefore, this study aims to investigate the importance of self-care in patients with Diabetes Mellitus. 14 scientific articles published between 2013 and 2022 were selected, 3 in a foreign language (English) and 8 national. The USP School of Nursing Magazine and the Reference Nursing Magazine contributed most to the sample, with two articles published in each. It was therefore evident that to prevent diabetes-related morbidity and mortality, there is an immense need for dedicated self-care behaviors in multiple domains, including food choices, physical activity, adequate medication intake and monitoring of patients' blood glucose.

Keywords: Self-care. Diabetes Mellitus. Health promotion.

Introdução

O Diabetes Mellitus (DM) é um dos problemas de saúde mais prevalentes na sociedade e caracteriza-se como um desafio para a saúde pública no século XXI, por se tratar de uma doença crônica, multifatorial e sistêmica. Esse distúrbio metabólico ocasionado pela parcial ou completa deficiência de insulina pelo pâncreas e/ou redução de sua ação nos tecidos, prejudica o metabolismo dos glicídios, proteínas, lipídios, vitaminas, minerais e água¹.

Dados da Federação Internacional de Diabetes alertam que a incidência da doença na população mundial aumentou 16% entre 2019 e 2021. No Brasil, essa é uma das doenças mais mortais, sendo que somente em 2021, foram registrados cerca de 215 mil óbitos decorrentes de DM entre pessoas de 20 a 79 anos de idade².

Com isso, a alta prevalência de DM bem como suas complicações aponta para a urgência de investimento na prevenção, controle e cuidado longitudinal, além de uma série de ações oportunas e efetivas por parte dos profissionais ligados à saúde. Portanto, serviços adequados devem ser prestados para atender a demanda crescente, buscando evitar complicações, internações e óbitos³.

No entanto, além dos cuidados prestados pelos profissionais de saúde, faz-se necessário discutir outras práticas que tendem a melhorar a qualidade de vida dos pacientes, a exemplo do autocuidado⁴. Portanto, este estudo tem como objetivo investigar a importância do autocuidado em pacientes com Diabetes Mellitus uma vez que mostrar a importância das ações educativas e sua influência no entendimento da doença aos pacientes; a prática educativa como reflexão nos autocuidados; as

mudanças na rotina e; o apoio familiar são questões que podem contribuir no processo de autocuidado dos pacientes com DM.

O incentivo da família e da sociedade a participar de ações educativas, a realizar exames de rotina e cuidar da saúde com autonomia do paciente é essencial para a melhora da qualidade de vida dos mesmos e promoção da saúde da população. Complementar a vida desses pacientes e familiares com o entendimento completo de rotinas complementares e demais informações, contribuirão com o quadro clínico, com a estabilização da doença – mantendo a normoglicemia ou o controle da mesma – e diminuição da preocupação com os agravos do DM, tanto para os portadores dessa doença, quanto para as políticas públicas e para a comunidade científica.

Métodos

A fim de alcançar os objetivos propostos, optou-se pelo método de Revisão Bibliográfica. Esse método de pesquisa tem a finalidade de reunir e sintetizar resultados de pesquisas sobre um delimitado assunto ou questão, de maneira sistemática e ordenada, contribuindo para o aprofundamento do conhecimento do tema investigado⁵.

A pesquisa apresenta ainda cunho descritivo e exploratório. De acordo com Prodanov e Freitas⁶, as pesquisas descritivas são capazes de relatar e descrever situações, assim como, estabelecerem relações entre variáveis analisadas e proporcionar o levantamento de hipóteses ou possibilidades a fim de explicar essas tais relações.

Já quanto à pesquisa exploratória, Estrela⁵, afirma que este método trata de problemas específicos de pesquisa de modo quase pioneiro, buscando assim, descrever determinadas situações. Assim, enquanto o modo descritivo, este estudo busca interpretar as situações envolvidas em seu aspecto. Já quanto ao aspecto exploratório, o estudo busca identificar fatos novos a serem analisados.

A última e mais importante classificação para esta pesquisa é a quanto à sua abordagem qualitativa, onde as informações conclusivas não podem ser quantificáveis, e os dados obtidos foram analisados pela indução, interpretação dos fenômenos e a atribuição de significados, tal como os ensinamentos de Estrela⁵.

Como critério de inclusão para estudos, adotou-se: estudos publicados na íntegra em português ou inglês. Foram excluídas pesquisas que não apresentavam metodologia clara, sem embasamento teórico, não disponibilizados na íntegra e que não compreendiam ao tema adotado. Os artigos foram selecionados nas bases de dados, a saber: Portal de Periódicos da Capes; SciELO e Google Acadêmico, por meio da associação dos seguintes descritores: Diabetes Mellitus, autocuidado, promoção de saúde.

Resultados

Foram selecionados 14 artigos científicos publicados entre 2013 a 2022, sendo 3 em língua estrangeira (inglês) e 8 nacionais. A Revista da Escola de Enfermagem da USP e a Revista de Enfermagem Referência foram as que mais contribuíram com a amostra, com dois artigos publicados em cada. A síntese dos estudos encontra-se no quadro abaixo:

Quadro 1 – Síntese dos artigos selecionados.

Autor(es)/data de publicação	Título	Periódico
Amaral et al. (2019)	Conhecimento dos diabéticos frente à doença e orientações no autocuidado	Revista de Enfermagem da UFPE
Araújo et al. (2022)	A importância do enfermeiro (a) na prestação autocuidado aos pacientes portadores de Diabetes Mellitus Tipo 1: uma revisão de literatura	Revista Eletrônica Acervo Saúde
Coelho et al. (2015)	Atividades de autocuidado e suas relações com controle metabólico e clínico das pessoas com diabetes mellitus	Texto & Contexto-Enfermagem
Galdino et al. (2019)	Validação de cartilha sobre autocuidado com pés de pessoas com Diabetes Mellitus	Revista Brasileira de Enfermagem
Grillo et al. (2013)	Efeito de diferentes modalidades de educação para o autocuidado a pacientes com diabetes	Revista da associação médica brasileira
Hermes et al. (2021)	Repercussões da prática educativa no autocuidado e manejo do Diabetes Mellitus tipo 1 na infância	Revista de Enfermagem da UFSM
Macedo et al. (2017)	Adherence to self-care practices and empowerment of people with diabetes mellitus: a randomized clinical trial	Revista da Escola de Enfermagem da USP
Marques et al. (2019)	Intervenção educativa para a promoção do autocuidado de idosos com diabetes mellitus	Revista da Escola de Enfermagem da USP
Menino; Dixe; Louro (2016)	Construção e validação da escala de educação terapêutica para o comportamento de autocuidado na diabetes	Revista de Enfermagem Referência
Orozco; Souza (2017)	Diferenças do autocuidado entre pacientes com diabetes mellitus tipo 1 e 2	Psicologia, Saúde e Doenças
Quirk et al. (2014)	Physical activity interventions in children and young people with type 1 diabetes mellitus: a systematic review with meta-analysis	Diabetic Medicine
Santos et al. (2018)	Autocuidado de usuários com diabetes mellitus: Perfil sociodemográfico, clínico e terapêutico	Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental
Shrivastava; Ramasamy (2013)	Role of self-care in management of diabetes mellitus	Journal of diabetes & Metabolic disorders
Tanqueiro (2013)	A gestão do autocuidado nos idosos com diabetes: revisão sistemática da literatura	Revista de Enfermagem Referência

Fonte: Dados da pesquisa.

Discussão

Sendo assim, após leitura e análise dos artigos selecionados, é importante destacar que a educação foi um tema comum e comentado pelos 11 artigos, sendo este um aspecto essencial no tratamento de pessoas com diabetes e, segundo a American Diabetes Association (ADA), todos os pacientes com DM devem receber educação sobre autocuidado. Por conta disso, conforme observado por Grillo et al.⁷, o *National Standards for Diabetes Self-Management Education (DSME)*, foi desenvolvido em 2006 visando a promoção de práticas de autocuidado fornecida às pessoas com DM nos mais diversos ambientes. O principal objetivo do DSME é capacitar os pacientes para a tomada de decisões sobre a sua doença e incentivar

comportamentos de autocuidado que conduzam à resolução de problemas com a colaboração ativa dos profissionais de saúde.

Segundo Tanqueiro⁸, autocuidado significa não mais agir passivamente diante dos cuidados e orientações médicas recomendadas. É um comportamento individual que pode afetar a saúde, mas não ocorre de forma isolada e sim em conjunto com fatores sociais, ambientais, genéticos, econômicos e fatores relacionados aos serviços de saúde.

Ações educativas nesse sentido proporcionam uma parceria entre pacientes e educadores (profissionais da saúde) visando o autocuidado. De acordo com Menino; Dixe e Louro⁹, o principal objetivo do DSME é capacitar os pacientes nas decisões de tratamento, transformando-os em gestores de sua doença e incentivando-os a utilizar o sistema de saúde como ferramenta de controle quando necessário. Dessa forma, o processo educativo aumenta a autonomia do paciente.

Para que este processo seja bem-sucedido, os pacientes devem participar ativamente do processo de aprendizagem, o conhecimento de todos deve ser valorizado e deve ser garantido tempo e espaço para troca de informações. Outro aspecto importante é definir metas personalizadas e estabelecer uma ligação contínua com o paciente para que este assuma maior responsabilidade no tratamento da sua doença⁹.

Segundo Orozco e Souza¹⁰, como o atendimento aos pacientes com diabetes deve ser multidisciplinar, práticas educativas em saúde devem abranger todos os profissionais que com eles têm contato: médicos, nutricionistas, enfermeiros, dentistas, psicólogos e assistentes sociais. Portanto, os programas de educação em DM também devem proporcionar capacitação para esses profissionais. Os resultados desejados são a redução do risco cardiovascular, melhoria do controle metabólico e a gestão das complicações crônicas associadas à diabetes, incentivando o uso correto de medicamentos, refeições regulares e adesão a um programa de exercícios adaptado a cada paciente.

É importante destacar que a atividade física, de acordo com Quirk et al.¹¹, traz alguns benefícios para os pacientes com diabetes. Os autores demonstraram que a combinação de exercícios aeróbicos e resistidos foi associada a benefícios cardiovasculares e musculoesqueléticos, além de reduções no índice de massa corporal, triglicérides e colesterol total em indivíduos com DM. Independentemente do tipo de atividade física, os pacientes relataram melhora do controle glicêmico e redução do sedentarismo.

Destarte, Araújo et al.¹² salientam que as necessidades dos pacientes diabéticos não se limitam apenas ao controle glicêmico adequado, mas também correspondem à prevenção de complicações; limitação de incapacidade e reabilitação. Existem sete comportamentos essenciais de autocuidado em pessoas com diabetes que predizem bons resultados, nomeadamente alimentação saudável, atividade física, monitorização do açúcar no sangue, adesão à medicação, boas capacidades de resolução de problemas, competências de enfrentamento saudáveis e comportamentos de redução de risco. Esses sete comportamentos estão positivamente correlacionados com um bom controle glicêmico, redução de complicações e melhora na qualidade de vida.

Santos et al.¹³ salienta que o autocuidado com o diabetes exige que o paciente faça muitas modificações na dieta e no estilo de vida, complementadas com o papel de apoio da equipe de saúde para manter um nível mais elevado de autoconfiança, levando a uma mudança de comportamento bem-sucedida.

Sendo assim, como forma de promover o autocuidado em indivíduos com DM, alguns pesquisados têm voltado seus esforços às práticas educativas, como o caso relatado por Marques et al.¹⁴. O estudo, classificado como quase-experimental, foi realizado em dois grupos, um grupo controle e um grupo intervenção, entre 103 idosos com diabetes atendidos em unidades básicas de saúde do município de Fortaleza/Ceará. A intervenção foi uma abordagem educativa em grupo que forneceu orientações sobre o manejo do diabetes e cuidados com os pés. Após a intervenção educativa, os pacientes diabéticos ampliaram o autocuidado nas áreas de alimentação saudável, orientação alimentar e exame dos pés. Portanto, concluiu-se que a implementação da intervenção promoveu positivamente mudanças comportamentais que facilitaram o desenvolvimento de hábitos saudáveis e promoveram o autocuidado em idosos com diabetes.

Em estudo transversal realizado por Coelho et al.¹⁵ cujo objetivo foi identificar as atividades de autocuidado em 218 pacientes com diabetes tipo 2, avaliando as atividades de autocuidado através de um questionário. A idade esteve inversamente associada à prática de atividade física e cuidados com os pés, e o tempo de diagnóstico da doença esteve diretamente associado ao monitoramento da glicemia. Os dados mostraram que as atividades de autocuidado relacionadas à mudança de comportamento são aquelas que requerem maior investimento para atingir os objetivos de cuidado, e a idade e o tempo até o diagnóstico devem ser considerados no planejamento do cuidado a estes pacientes.

No estudo de Shrivastava e Ramasamy¹⁶, foi demonstrado que os indivíduos com diabetes têm um impacto dramático na progressão e no desenvolvimento da sua doença, participando nos seus próprios cuidados. Apesar deste fato, verificou-se que o cumprimento ou adesão a estas atividades é baixo, especialmente quando se olha para mudanças a longo prazo. O papel dos prestadores de saúde no cuidado de pacientes diabéticos tem sido bem reconhecido. Barreiras sociodemográficas e culturais, como o acesso deficiente aos medicamentos, o custo elevado, a satisfação dos pacientes com os seus cuidados médicos, a relação entre o prestador de cuidados e o paciente, o grau dos sintomas, a distribuição desigual dos prestadores de cuidados de saúde entre as áreas urbanas e rurais têm restringido as atividades de autocuidado nos países em desenvolvimento.

No estudo de Macedo et al.¹⁷ buscou-se avaliar a adesão ao autocuidado e ao controle glicêmico e o empoderamento de pessoas com diabetes mellitus na educação em grupo. Foi realizado um ensaio clínico randomizado por cluster, com participantes com diabetes mellitus tipo 2. Todas as pessoas da amostra estavam vinculadas às Unidades de Estratégia Saúde da Família de Divinópolis, estado de Minas Gerais. A amostra contou com 183 pessoas, sendo 72 no grupo intervenção e 111 no grupo controle. Foi encontrada diminuição estatisticamente significativa no valor da hemoglobina glicada e aumento nos escores de adesão às escalas de autocuidado e empoderamento para os participantes do grupo intervenção. Portanto, a educação em grupo provocou aumento nos escores das escalas de adesão às práticas de autocuidado e de empoderamento, além de melhora nos níveis glicêmicos, conforme mostram os resultados da hemoglobina glicada.

Fica evidente, portanto, a importância das práticas de autocuidado diante da DM. Autores tais como Galdino et al.¹⁸, Hermes et al.¹⁹ e Amaral et al.²⁰ apontam que como as atividades de autocuidado com o diabetes podem ter um impacto dramático na redução dos níveis de hemoglobina glicosilada, os profissionais de saúde e os educadores devem avaliar as barreiras percebidas pelos pacientes aos comportamentos de autocuidado e fazer recomendações tendo isso em

mente. Infelizmente, embora os pacientes muitas vezes procurem orientação dos prestadores de cuidados de saúde, muitos não discutem atividades de autocuidado com os pacientes.

Por isso, os profissionais da saúde devem começar por reservar algum tempo para avaliar as percepções dos seus pacientes e fazer recomendações realistas e específicas para atividades de autocuidado. Alguns pacientes podem ter dificuldade em compreender e seguir os princípios básicos das atividades de autocuidado do diabetes. Ao aderir às atividades de autocuidado, às vezes espera-se que os pacientes tomem o que em muitos casos seria uma decisão médica e muitos pacientes não se sentem confortáveis ou não são capazes de fazer avaliações tão complexas. Além disso, esses requisitos ou modificações devem ser específicos para cada indivíduo e devem ser alterados dependendo da resposta do paciente.

Considerações finais

Versado, pois, o assunto proposto, é necessário, à guisa de desfecho, o retomar em rápida rubrica o que se tem delineado. A princípio, deve-se ressaltar a importância dos cuidados necessários em relação à diabetes mellitus, que, por ser uma doença prevalente na sociedade e por não ser mortífera como o câncer e outras doenças, acaba sendo considerado um problema normal e "aceitável".

Esse erro advém do senso-comum que confere à possibilidade de ter diabetes apenas a quem comer doces, ou então quem é obeso. Embora haja aí verdade, pois a obesidade e a má alimentação são fatores propícios, outros fatores podem ser determinantes para que um indivíduo tenha diabetes. Mais que isso, a própria diabetes tem mais de uma variação, tornando difícil detectar as razões para a doença e seu tratamento.

Entre as variações do diabetes mellitus pode-se tratar de duas específicas: a do tipo I e a do tipo II. A primeira, acomete em geral crianças e adolescentes. Sua causa pode ser genética ou ambiental, e manifesta-se sobretudo na magreza do sujeito, na constante secura da boca e, conseqüentemente, no consumo de água e comida em grande quantidade. Essa variação resulta da destruição autoimune das células b, gerando uma insuficiência de insulina. Por causa dessa insuficiência, a glicose entra em contato com sangue.

O diabetes mellitus tipo II, por sua vez, manifesta-se na obesidade, na perda de visão e na dificuldade de cicatrização. É uma variante perigosa, como a anterior, sobretudo porque além dos riscos inerentes em si, pode ocasionar outros problemas, como complicações cardíacas. As causas podem ser, à semelhança do tipo I, de natureza hereditária, alimentar ou ambiental. Ou seja, diversas são as formas de contrair o diabetes e muitas são as manifestações. Por exemplo, mesmo as gestantes são expostas a complicações com diabetes, devido a diabetes gestacional.

Para prevenir a morbidade e mortalidade relacionadas ao diabetes, há uma imensa necessidade de comportamentos dedicados de autocuidado em múltiplos domínios, incluindo escolhas alimentares, atividade física, ingestão adequada de medicamentos e monitoramento da glicemia dos pacientes. Embora diversos fatores demográficos, socioeconômicos e de apoio social possam ser considerados como contribuintes positivos na facilitação das atividades de autocuidado em pacientes diabéticos, o papel dos profissionais de saúde na promoção do autocuidado é vital e deve ser enfatizado. Percebendo a natureza multifacetada do problema, é necessária uma abordagem sistemática e integrada para promover práticas de autocuidado entre pacientes diabéticos, a fim de evitar complicações a longo prazo.

Referências

1. Fonseca KP, Rached CDA. Complicações do diabetes mellitus. *International Journal of Health Management Review* [Internet]. 2019;5(1). Available from: <https://ijhmreview.emnuvens.com.br/ijhmreview/article/view/149>
2. Luiz LLF, Oliveira LC de, Silva SEP, Menezes CC de. Atendimento a idosos portadores de diabetes por acadêmicas de enfermagem na atenção primária: um relato de experiência. *repositorioanimaeducacao.com.br* [Internet]. 2023 Jun 30; Available from: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/36599>
3. Flor LS, Campos MR. Prevalência de diabetes mellitus e fatores associados na população adulta brasileira: evidências de um inquérito de base populacional. *Revista Brasileira de Epidemiologia* [Internet]. 2017 Mar;20(1):16–29. Available from: <https://www.scielo.br/pdf/rbepid/v20n1/1980-5497-rbepid-20-01-00016.pdf>
4. Fernandes CAM, Junior NN, Tasca RS, Pelloso SM, Cuman RKN. A importância da associação de dieta e de atividade física na prevenção e controle do Diabetes mellitus tipo 2 - DOI: 10.4025/actascihealthsci.v27i2.1427. *Acta Scientiarum Health Sciences* [Internet]. 2005;27(2):195–205. Available from: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHealthSci/article/view/1427/797>
5. Estrela C. *Metodologia Científica: Ciência, Ensino, Pesquisa* [Internet]. Google Books. Artes Medicas; 2018 [cited 2023 Oct 12]. Available from: https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=67VIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=METODOLOGIA+CIENTIFICA&ots=87_I1Mbyk3&sig=1XTIGIHMwyDKuCrWyqeuRe1kpoQ
6. Freitas CCP e EC de. *Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico - 2ª Edição* [Internet]. Google Books. Editora Feevale; 2013 [cited 2023 Oct 12]. Available from: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=zUDsAQAQBAJ&oi=fnd&pg=PA13&dq=1.%09PRODANOV>
7. Grillo M de FF, Neumann CR, Scain SF, Rozeno RF, Gross JL, Leitão CB. Effect of different types of self-management education in patients with diabetes. *Revista Da Associação Médica Brasileira (1992)* [Internet]. 2013 Jul 1 [cited 2021 Dec 7];59(4):400–5. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23850026/>
8. Tanqueiro, MTOS. A gestão do autocuidado nos idosos com diabetes: revisão sistemática da literatura. *Revista de Enfermagem Referência*, 3(9), 151-160.
9. Menino, E PD, Dixe, MAC. R., Louro, MCCM. Construção e validação da escala de educação terapêutica para o comportamento de autocuidado na diabetes. *Revista de Enfermagem Referência*, 4(8), 35-44.
10. Orozco L, de Souza Alves SH. DIFFERENCES OF SELF-CARE AMONG PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS TYPE 1 AND 2. *Psicologia, Saúde & Doença*. 2017 Mar 14;18(1):234–47.

11. Quirk H, Blake H, Tennyson R, Randell TL, Glazebrook C. Physical activity interventions in children and young people with Type 1 diabetes mellitus: a systematic review with meta-analysis. *Diabetic Medicine* [Internet]. 2014 Sep 16;31(10):1163–73. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/dme.12531>
12. Araújo, JIX., Melo, YS., Farias, JRT., Andrade, DV., Pires, ET., Simão, G MA importância do enfermeiro(a) na prestação autocuidado aos pacientes portadores de Diabetes Mellitus Tipo 1: uma revisão de literatura | *Revista Eletrônica Acervo Saúde. acervomaiscombr* [Internet]. 2022 Apr 4; Available from: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9978>
13. Santos EM, Souza VP, Correio IAG, Correio EBS. Autocuidado de Usuários Com Diabetes Mellitus: Perfil Sociodemográfico, Clínico e Terapêutico. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental* [Internet]. 2018 Sep 26;720–8. Available from: <http://ciberindex.com/index.php/ps/article/view/P103720>
14. Marques MB, Coutinho JFV, Martins MC, Lopes MV de O, Maia JC, Silva MJ da. Intervenção educativa para a promoção do autocuidado de idosos com diabetes mellitus. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* [Internet]. 2019 [cited 2021 Jul 28];53. Available from: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/gS7Q8rTDjhL3CLsKPCQHnTj/?format=pdf&lang=pt>
15. Coelho ACM, Boas LCGV, Gomides D dos S, Foss-Freitas MC, Pace AE. Self-care activities and their relationship to metabolic and clinical control of people with diabetes Mellitus. *Texto & Contexto - Enfermagem*. 2015 Aug 25;24(3):697–705.
16. Shrivastava S, Shrivastava P, Ramasamy J. Role of self-care in Management of Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes & Metabolic Disorders* [Internet]. 2013 Mar 5;12(1):14. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3599009/>
17. Macedo MML, Cortez DN, Santos JC dos, Reis IA, Torres H de C. Adherence to self-care practices and empowerment of people with diabetes mellitus: a randomized clinical trial. *Revista da Escola de Enfermagem da USP* [Internet]. 2017 Dec 18 [cited 2023 Oct 12];51:e03278. Available from: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/SzB6cfGzvpmp6RhnbTQ8td5N/?lang=en>
18. Galdino YLS, Moreira TMM, Marques ADB, Silva FAA da. Validação de cartilha sobre autocuidado com pés de pessoas com Diabetes Mellitus. *Revista Brasileira de Enfermagem* [Internet]. 2019 Jun 27 [cited 2022 May 27];72:780–7. Available from: <https://www.scielo.br/j/reben/a/LPNP8DyP7cPH9np3Rk3S79K/abstract/?lang=pt>
19. Hermes TSV, Rodrigues RM, Fonseca LMM, Toso BRG de O, Conterno SDFR, Viera CS. Repercussões da prática educativa no autocuidado e manejo do Diabetes Mellitus tipo 1 na infância. *Revista de Enfermagem da UFSM*. 2021 Jun 24;11:e50.
20. Amaral RT, Barbosa A de M, Teixeira CC, Brandão LGVA, Afonso TC, Bezerra ALQ, et al. Conhecimento dos diabéticos frente à doença e orientações no autocuidado. *Rev enferm UFPE on line* [Internet]. 2019;346–52. Available from: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1009997>