

Revisão sistemática sobre o autocuidado de indivíduos com *Diabetes mellitus* tipo 1

Systematic review on self-care of individuals with type 1 *Diabetes mellitus*

Revisión sistemática sobre el autocuidado de personas con *Diabetes mellitus* tipo 1

Recebido: 03/08/2024 | Revisado: 12/08/2024 | Aceitado: 13/08/2024 | Publicado: 18/08/2024

Janaice Vitória Dias Lima

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-9774-5540>

Faculdade Santa Luzia, Brasil

E-mail: janaicelima9@gmail.com

Antonio da Costa Cardoso Neto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3771-2821>

Universidad de Flores, Argentina

E-mail: cardosoneto.acc@gmail.com

Bruna Cruz Magalhães

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1491-8694>

Faculdade Santa Luzia, Brasil

E-mail: professorabrunacruz@gmail.com

Marcia Silva de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6462-511X>

Universidad de Flores, Argentina

E-mail: oliveira.dramarcia@gmail.com

Resumo

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o diabetes tipo 1 é uma condição crônica onde o pâncreas não produz insulina suficiente. Este trabalho tem como objetivo realizar uma revisão sistemática sobre a importância do autocuidado de indivíduos com diabetes mellitus tipo 1 (DM1). Trata-se de um estudo de revisão sistemática, seguindo as normas da declaração PRISMA, para responder à pergunta norteadora mencionada na introdução do presente estudo. Foram incluídos doze trabalhos publicados nos últimos cinco anos. Os resultados deste estudo apontam que a importância do autocuidado de indivíduos com DM1 se pauta na prevenção de agravos à saúde, redução de riscos à saúde, redução de gastos dos serviços de saúde, melhoria da qualidade de vida dos pacientes e minimização de complicações de saúde. Dessa forma, recomenda-se a realização de mais estudos sobre a temática de modo a facilitar a compreensão sobre o tema e difundir melhor o conhecimento acerca do autocuidado em casos de DM1, suas barreiras e as formas como podem ocorrer o incentivo ao autocuidado, melhorando ainda a abordagem dos profissionais de saúde, o preparo de acadêmicos e a compreensão da comunidade sobre o assunto.

Palavras-chave: *Diabetes Mellitus* tipo 1; Autocuidado; Cuidados em saúde.

Abstract

According to the World Health Organization, type 1 diabetes is a chronic condition where the pancreas does not produce enough insulin. This investigation aims to carry out a systematic review on the importance of self-care for individuals with type 1 diabetes mellitus (DM1). This is a systematic review study, following the standards of the PRISMA declaration, to answer the guiding question mentioned in the introduction of the present study. Twelve investigations published in the last five years were included. The results of this study indicate that the importance of self-care for individuals with DM1 is based on preventing health problems, reducing health risks, reducing health service costs, improving patients' quality of life and minimizing health complications. Therefore, it is recommended that more studies be carried out on the subject in order to facilitate understanding of the topic and better disseminate knowledge about self-care in cases of DM1, its barriers and the ways in which self-care can be encouraged, improving also the approach of health professionals, the preparation of academics and the community's understanding of the subject.

Keywords: Type 1 *Diabetes Mellitus*; Self-care; Health care.

Resumen

Según la Organización Mundial de la Salud, la diabetes tipo 1 es una enfermedad crónica en la que el páncreas no produce suficiente insulina. Este trabajo tiene como objetivo realizar una revisión sistemática sobre la importancia del autocuidado en personas con diabetes mellitus tipo 1 (DM1). Se trata de un estudio de revisión sistemática, siguiendo los estándares de la declaración PRISMA, para responder a la pregunta orientadora mencionada en la introducción del presente estudio. Se incluyeron doce trabajos publicados en los últimos cinco años. Los resultados de este estudio indican que la importancia del autocuidado de las personas con DM1 se basa en prevenir problemas de salud, reducir

los riesgos para la salud, reducir los costos de los servicios de salud, mejorar la calidad de vida de los pacientes y minimizar las complicaciones de salud. Por lo tanto, se recomienda realizar más estudios sobre el tema con el fin de facilitar la comprensión del tema y difundir mejor el conocimiento sobre el autocuidado en los casos de DM1, sus barreras y las formas en que se puede fomentar el autocuidado, mejorando también el abordaje de los profesionales de la salud, la preparación de los académicos y el conocimiento del tema por parte de la comunidad.

Palabras clave: *Diabetes Mellitus* tipo 1; Autocuidado; Cuidado de la salud.

1. Introdução

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), o diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é uma condição crônica caracterizada pela incapacidade do pâncreas de produzir insulina suficiente. A insulina é essencial para a conversão da glicose em energia dentro das células, e sua deficiência resulta em um desequilíbrio metabólico significativo. No DM1, o sistema imunológico ataca e destrói as células beta do pâncreas, responsáveis pela produção de insulina (Organização Mundial da Saúde, 2022).

Nesse contexto, o impacto do DM1 é particularmente profundo quando diagnosticado na infância ou adolescência, períodos críticos para o desenvolvimento físico e emocional. A natureza imprevisível da doença, aliada às exigências constantes de tratamento e monitoramento, impõe desafios significativos para os jovens pacientes e suas famílias (Ramalho et al., 2024). A adolescência é uma fase marcada por uma busca de identidade e independência, e a necessidade de gerenciar uma condição crônica pode gerar estresse adicional e dificultar o processo de amadurecimento. A experiência do diabetes tipo 1 nesse estágio pode acentuar os conflitos internos e externos, exigindo uma maturidade precoce, responsabilidade e autocuidado dos jovens (Zanatta et al., 2020). Além disso, o impacto psicológico do diagnóstico e das mudanças de hábitos pode ter efeitos duradouros sobre a saúde mental do paciente (Smaniotto & Pascolat, 2022).

Os sintomas do diabetes tipo 1, como sede intensa, frequência urinária aumentada, fome extrema, perda de peso inexplicada, fadiga e visão turva, são sinais que frequentemente levam ao diagnóstico durante a infância ou adolescência, embora a doença possa se manifestar em qualquer idade. O manejo eficaz do DM1 envolve a administração de insulina, monitoramento regular dos níveis de glicose, alimentação equilibrada e prática de exercícios físicos (OMS, 2022).

Diante desse cenário, a importância do estudo sobre o DM1 torna-se evidente. A doença afeta milhões de pessoas globalmente, incluindo uma significativa proporção de crianças e adolescentes. Investigar e compreender o impacto do autocuidado na gestão do diabetes não só contribui para a melhoria dos tratamentos e da qualidade de vida dos pacientes, mas também pode ajudar na redução dos custos associados ao sistema de saúde. Além disso, a educação e a conscientização sobre a doença são fundamentais para enfrentar estigmas, promover um ambiente de apoio e garantir uma maior inclusão social para os indivíduos com DM1.

O presente trabalho investiga a seguinte questão central: Qual o impacto do autocuidado na saúde de indivíduos com diabetes mellitus tipo 1? Este estudo tem como objetivo realizar uma revisão sistemática sobre a importância do autocuidado de indivíduos com diabetes mellitus tipo 1.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo de revisão sistemática realizado sobre a importância do autocuidado de indivíduos com Diabetes Mellitus tipo 1.

Na presente pesquisa utilizaram-se as seguintes bases de dados: MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online), BDENF (Base de dados de Enfermagem) e LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Para facilitar o acesso às buscas, recorreu-se ao portal regional BVS (Biblioteca Virtual de Saúde). Os descritores foram escolhidos de acordo com o DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e o MeSH (Medical Subject

Headings). Em conformidade com a lista DeCS e MeSH, os termos empregados foram: “Diabetes Mellitus tipo 1”, “Autocuidado” e “Cuidados em Saúde”. Além dos descritores, os operadores booleanos “AND” e “OR” foram empregados para combinar os termos nas bases de dados.

Para o presente estudo, seguiu-se as recomendações da declaração PRISMA, que consiste em uma lista de verificação de 27 elementos e um diagrama de fluxo, para ajudar os autores a melhorarem a comunicação da revisão (Moher et al., 2009; Urrútia & Bonfill, 2010; Cardoso Neto & Oliveira, 2023).

A coleta dos dados para o presente estudo foi realizada nas bases no período entre fevereiro a julho de 2024, priorizando as publicações dos últimos cinco anos (Almeida et al., 2023; Araújo et al., 2022; Macedo et al., 2024; Zanatta et al., 2020; Guinones et al., 2023; Alves et al., 2021; Marques et al., 2019; Sá et al., 2023; Batista et al., 2021; Hermes et al., 2021; Oliveira et al., 2022; Silva et al., 2024), com a finalidade de responder à seguinte pergunta norteadora: Qual o impacto do autocuidado na saúde de indivíduos com diabetes mellitus tipo 1? Durante a coleta dos dados nas bases, foi realizada a construção de um diagrama de fluxo para esclarecer como foi realizada a seleção dos artigos incluídos no estudo.

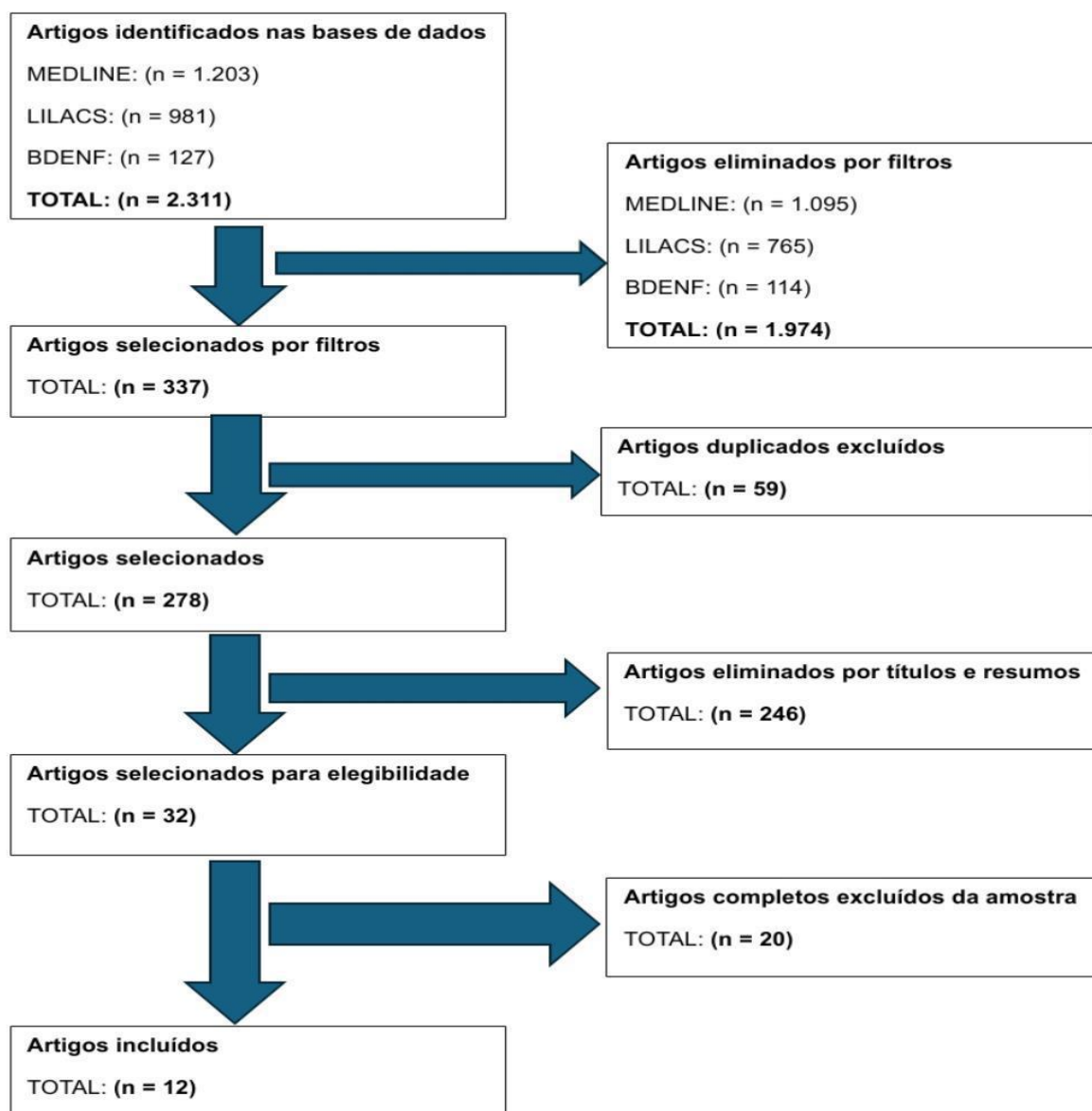
Para a análise dos dados foi construído um quadro composto com a identificação dos autores, ano de publicação da obra, título do artigo, base de dados, tipo de estudo e resultados relevantes. Os resultados foram interpretados e analisados, comparando os dados encontrados nos artigos inclusos no estudo.

De acordo com as bases, identificaram-se 2.311 publicações, nelas localizaram-se: 1.203 artigos na MEDLINE, 981 na LILACS e 127 na BDENF. Primeiramente, eliminaram-se 1.984 pelos filtros: texto completo, idioma - português, período de 2019-2024. Selecionaram-se por filtros 337 textos. Posteriormente 59 duplicatas foram excluídas, restando 278 textos selecionados; 246 foram excluídos por título e resumo, escolheram-se 32 completos para elegibilidade e, por fim; destes 20 completos foram excluídos da análise por não contemplar o objetivo do estudo. Assim, foram incluídos no estudo 12 artigos, conforme observados no diagrama de fluxo, construídos para o processo de seleção de trabalhos científicos.

Foram considerados critérios de inclusão os estudos originais publicados em português nos cinco anos anteriores, que abordaram o tema a ser estudado e permitiram o acesso pleno ao conteúdo do estudo. Adotou-se também os critérios de não inclusão os trabalhos eliminados por filtros, publicações incompletas anteriores a 2019, duplicatas, documentos descartados por título e resumo que não atenderam ao objetivo do estudo, além de textos completos excluídos da análise após leitura cuidadosa, por não estarem disponíveis na íntegra.

Nesta pesquisa, ressalta-se a interpretação e avaliação criteriosa que orientaram a escolha dos artigos incorporados ao estudo. Dessa forma, selecionaram-se recursos que fornecem dados pertinentes ao contexto investigado e que satisfazem os requisitos definidos, conforme elucidado abaixo, na Figura 1:

Figura 1 - Diagrama de fluxo do processo de seleção de artigos científicos.



Fonte: Autoria própria.

3. Resultados e Discussão

O Quadro 1 mostra uma visão geral do número de artigos que foram analisados e incluídos para este estudo de revisão sistemática. No estudo foi realizada leitura e análise minuciosa de 32 artigos, sendo selecionados 12 artigos para a inclusão definitiva no estudo. Nos artigos selecionados consta: Autores, ano de publicação, título, a base de dados da qual foram selecionados, tipo de estudo e os resultados relevantes como mostra no Quadro 1:

Quadro 1 - Artigos utilizados na revisão sistemática.

Nº	Autor/Ano	Título/Bases de dados	Tipo de estudo	Resultados relevantes
1	Almeida et al. (2023)	A importância da educação em diabetes para o autocuidado do paciente. LILACS	Revisão integrativa com enfoque quantitativo	O estudo demonstra que a educação em saúde melhora significativamente a qualidade de vida e reduz os custos de saúde, capacitando os pacientes a gerenciarem a doença.
2	Araújo et al. (2022)	A importância do enfermeiro (a) na prestação autocuidado aos pacientes portadores de Diabetes Mellitus Tipo 1: uma revisão de literatura. LILACS	Revisão integrativa de literatura	Os achados indicam que o autocuidado e o controle da doença reduzem a perda de produtividade e os custos com saúde, principalmente devido à redução de complicações, contribuindo para o desenvolvimento econômico.
3	Macedo et al. (2024)	Autocuidado dos adolescentes com diabetes mellitus tipo 1 da Atenção Primária à Saúde. LILACS	Estudo descritivo, analítico e transversal	Observou-se no estudo, dificuldade de realizar as práticas de autocuidado predispõe ao surgimento de complicações como a retinopatia, neuropatia, nefropatia, doenças cardiovasculares e pé diabético, reforçando o apoio familiar ao adolescente neste processo de mudança. O autocuidado é importante para minimizar e evitar esses problemas.
4	Zanatta et al. (2020)	Vivências de adolescentes com diabetes mellitus tipo 1. BDENF	Estudo qualitativo	Os resultados do estudo revelam que o conhecimento sobre a doença pode levar ao paciente uma autopercepção positiva que possibilita ao adolescente a construção da autoeficácia, que resulta em maior segurança no manejo da diabetes e na superação do medo e situações de preconceito, presentes em seu convívio.
5	Guinones et al. (2023)	Importância do Autocuidado em Pacientes com Diabetes Mellitus. LILACS	Revisão de literatura	Os achados evidenciam 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.
6	Alves et al. (2021)	Desenvolvimento e validação de uma tecnologia MHEALTH para a promoção do autocuidado de adolescentes com diabetes. BDENF	Estudo experimental	O estudo relata que o empoderamento de adolescentes com DM1 é, de fato, essencial para manter a doença sob controle, evitando as principais complicações.
7	Marques et al. (2019)	Intervenção educativa para a promoção do autocuidado de idosos com diabetes mellitus. BDENF	Estudo experimental	Observou-se no estudo a constatação de intervenções educativas realizadas em pacientes com diabetes favoreceram as atitudes positivas com relação ao tratamento e ao controle da doença, especialmente no que diz respeito ao seguimento da dieta saudável.
8	Sá et al. (2023)	Tecnologias educacionais utilizadas para promoção do autocuidado de pessoas com diabetes mellitus: revisão integrativa. BDENF	Revisão integrativa de literatura	A presente pesquisa relata que o enfoque dos conteúdos educativos em saúde se dá na promoção do cuidado com os pés, prevenção de neuropatia, autogestão, conhecimento e expectativa de pessoas com diabetes e prevenção de complicações agudas.
9	Batista et al. (2021)	Adolescentes com diabetes mellitus tipo 1 e o processo de construção da autonomia para o autocuidado. MEDLINE	Pesquisa descritiva-exploratória	Conforme descrito no estudo o processo de construção da autonomia do adolescente com diabetes inicia com o interesse em procurar conhecimento sobre a doença e tratamento, aprimorado pelo apoio da rede social, potencializando a confiança em si para assumir o seu autocuidado.
10	Hermes et al. (2021)	Repercussões da prática educativa no autocuidado e manejo do Diabetes Mellitus tipo 1 na infância. MEDLINE	Estudo qualitativo	Segundo o estudo a atividade física mostrou-se como alternativa eficaz para prática de autocuidado, porém, houve resistência à adoção de hábitos alimentares direcionados ao diabetes, relacionados ao controle glicêmico inadequado e aumento de complicações. Observou-se mudanças no manejo da doença comparando-se o antes e após as atividades educativas.
11	Oliveira et al. (2022)	A influência do autocuidado e das fontes de apoio social no manejo do diabetes mellitus tipo 1. MEDLINE	Revisão bibliográfica	Pode-se entender que o autocuidado é um componente fundamental na gestão do DM1, ao propiciar o envolvimento da pessoa em seu tratamento e maior adesão ao esquema terapêutico, minimizando complicações e incapacidades associadas aos problemas crônicos.
12	Silva et al. (2024)	Os benefícios dos protocolos de autocuidado para pacientes com diabetes mellitus: uma revisão literária. MEDLINE	Revisão sistemática da literatura	Em resumo o estudo além de ser importante para a prevenção e controle do DM, é um item fundamental para a adesão ao tratamento, redução de complicações do DM e resultados significativos em saúde.

Fonte: Autoria própria.

Os resultados deste estudo apontam que a importância do autocuidado de indivíduos com DM1 se pauta na prevenção de agravos à saúde, redução de riscos à saúde, redução de gastos dos serviços de saúde, melhoria da qualidade de vida dos pacientes e minimização de complicações de saúde. Esse autocuidado se dá pela realização de atividades físicas, controle glicêmico, correção da alimentação, autoeficácia, busca de apoio profissional e compreensão das informações ofertadas na educação em saúde.

Estudos realizados por Alves et al. (2021), relatam que o empoderamento de adolescentes com DM1 é essencial para manter a doença sob controle, evitando as principais complicações. O estudo refere ainda que a administração de insulina também apresenta desafios. Para eles, pessoas com diabetes tipo I devem calcular cuidadosamente as doses de insulina, considerando fatores, como dieta e atividade física. Erros nesses cálculos podem levar a episódios perigosos de hipoglicemia ou hiperglicemia. Além disso, a necessidade de múltiplas injeções diárias ou o uso constante de uma bomba de insulina pode causar desconforto físico e estresse emocional.

Além disso, Guinones et al. (2023) afirmam que uma alimentação balanceada e o controle de carboidratos requer planejamento e vigilância constante. Quem sofre de diabetes tipo I precisa prestar muita atenção ao que comem e como isso afeta os níveis de açúcar no sangue. Isto pode ser especialmente difícil em situações sociais, como comer fora ou participar em eventos, onde o controle sobre a alimentação pode ser limitado e a pressão social pode impedir a necessidade de disciplina.

Outro obstáculo identificado para Macedo et al. (2024) é a realização regular de exercícios físicos. Para os autores, embora o exercício tenha um efeito positivo no controle do açúcar no sangue, também pode causar flutuações inesperadas nos níveis de açúcar no sangue. Isto requer um planejamento cuidadoso e ajustes constantes nas doses de insulina e na dieta antes, durante e depois da atividade física, o que pode ser intimidante e difícil de gerir. Nesse sentido, a adesão aos medicamentos prescritos pode ser complicada pela complexidade dos regimes de insulina e outras medicações. São necessários ajustes frequentes e visitas regulares ao médico, o que pode ser logisticamente complicado e financeiramente oneroso, especialmente para comunidades com acesso limitado a recursos de saúde.

Dessa forma, Macedo et al. (2024) observa também que a dificuldade de realizar as práticas de autocuidado predispõe ao surgimento de complicações como a retinopatia, neuropatia, nefropatia, doenças cardiovasculares e pé diabético, reforçando o apoio familiar ao adolescente neste processo de mudança. O autocuidado é importante para minimizar e evitar esses problemas.

Nesse contexto, Alves et al. (2021) corrobora com o estudo ao referir que os cuidados com os pés são uma área frequentemente esquecida, mas é importante prevenir complicações graves. Indivíduos com diabetes tipo 1 podem desenvolver neuropatia e má circulação, elevando o risco de lesões nos pés. Verificar os pés todos os dias e tomar precauções pode ser uma tarefa tediosa, e um pouco de negligência pode causar problemas graves como úlceras e infecções. Reconhecer e responder a complicações agudas, como a cetoacidose diabética, requer um elevado nível de conhecimento e preparação. A falta de informações adequadas sobre a doença e seus sintomas pode causar sérios atrasos no tratamento, resultando em complicações graves (Hermes et al., 2021).

Silva et al. (2024), em uma revisão literária sobre os benefícios dos protocolos de autocuidado para pacientes com diabetes, relatam que um programa de autocuidado pode ser especialmente difícil para crianças e adolescentes com diabetes tipo 1, que podem ter dificuldade em aceitar a doença e a necessidade de se diferenciarem dos seus pares. Pais e cuidadores também enfrentam desafios ao tentar equilibrar apoio e supervisão com incentivo à independência do adolescente. Além do mais, para Oliveira et al. (2022), o autocuidado é a prática de ações realizadas pelos indivíduos em benefício próprio e para alcançar qualidade de vida. Esses são comportamentos pessoais que podem afetar sua saúde e bem-estar. Porém, isso ocorre simultaneamente a fatores ambientais, sociais, econômicos, hereditários e de saúde.

Nesse sentido, a prática do autocuidado é parte importante do tratamento de doenças crônicas, como o DM1, pois permite ao indivíduo observar e reconhecer os sintomas, determinar sua agressividade e escolher estratégias adequadas para reduzir esses sintomas, maximizando assim sua saúde. A promoção do autocuidado tem impacto positivo no tratamento do DM1 porque, ao aumentar o envolvimento da pessoa no tratamento, pode contribuir para uma maior adesão e, conseqüentemente, reduzir complicações e incapacidades associadas aos problemas causados pela doença (Oliveira et al., 2022).

Outro estudo, realizado por Batista *et al.* (2021), relata que a necessidade de autocuidado para desenvolver um plano de tratamento eficaz do DM1 está relacionada ao conhecimento do manejo da doença, ao apoio familiar e suas implicações no desenvolvimento do autocuidado, ao apoio de uma equipe multidisciplinar e de uma rede de apoio.

Segundo Marques et al. (2019), as ações educativas representam uma parceria entre pacientes e educadores (profissionais de saúde) que visa o autocuidado. Estas medidas tem como objetivo envolver os pacientes nas decisões de tratamento, tornando-os gestores da 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, capacitando-o a gerenciar melhor sua condição.

Na pesquisa de Almeida et al. (2023), a educação sobre diabetes é destacada como essencial para que o paciente possa cuidar melhor de si mesmo. Segundo eles, aprender sobre a doença ajuda na adoção de hábitos mais saudáveis. Além disso, é importante que os profissionais de saúde continuem se atualizando sobre novas tecnologias e tratamentos para poderem oferecer o melhor cuidado possível.

Além disso, Guinones et al. (2023) sustentam que o sucesso desse processo exige a participação ativa dos pacientes, respeito pelo conhecimento de todos e garantia de tempo e espaço adequados para troca de informações. Outro aspecto importante é definir metas personalizadas e construir relacionamentos contínuos com os usuários para que eles assumam mais responsabilidade no manejo da patologia.

Para Oliveira et al. (2022), o monitoramento regular do açúcar no sangue é muito importante. Quem sofre de DM1 precisa verificar o açúcar no sangue várias vezes ao dia para ajustar as doses de insulina e evitar episódios de hipoglicemia (níveis de glicose muito baixos) ou hiperglicemia (níveis de glicose muito elevados), ambos potencialmente perigosos. Nesse sentido, a administração de medicamento é outra parte importante do autocuidado. Haja vista que, o indivíduo que possui diabetes tipo 1 necessita de insulina exógena para sobreviver. Isso pode ser feito por meio de várias injeções diárias ou de uma bomba de insulina, que é um dispositivo que fornece insulina continuamente.

Conforme Hermes et al. (2021), uma dieta equilibrada e saudável também desempenha um papel importante. Para eles, o controle de carboidratos é necessário para evitar picos de açúcar no sangue e manter a estabilidade energética. Dessa forma, o planejamento das refeições e a contagem de carboidratos são práticas importantes para o controle glicêmico. Além da dieta alimentar, o exercício regular contribui significativamente para controlar os níveis de açúcar no sangue. Nesse contexto, a atividade física aumenta a sensibilidade à insulina e ajuda a reduzir os níveis de açúcar no sangue. Porém, é necessário um planejamento cuidadoso para evitar a hipoglicemia durante ou após o exercício.

Segundo Araújo et al. (2022) a hidratação adequada não pode ser ignorada. Por outra vertente, a desidratação pode ter um impacto negativo nos níveis de açúcar no sangue. Portanto, é importante que as pessoas com diabetes tipo I mantenham-se bem hidratadas, principalmente durante atividades físicas ou em climas quentes. Outro ponto relevante é o cuidados com os pés, pois quem sofre de diabetes tipo I é mais propenso a problemas podais devido à má circulação e neuropatia. Nesse contexto, verificar diariamente os pés e usar calçados adequados são medidas preventivas importantes para evitar lesões e infecções (Sá et al., 2023).

O estudo desenvolvido Zanatta, et al. (2020) refere que diante de uma doença incurável, os adolescentes ficam mais atentos e alertas para possíveis complicações, monitorando os níveis glicêmicos, injeções repetidas de insulina e outras necessidades nutricionais. Nesse sentido, aos poucos, começam a aceitar novas responsabilidades anteriormente atribuídas à mãe ou à equipe de cuidado. Para Oliveira et al. (2022), o apoio que os adolescentes recebem no desenvolvimento de novas habilidades de autocuidado é fundamental para alcançar autonomia e independência no manejo do DM1.

Assim, a pesquisa propõe a hipótese de que, ao aprimorar habilidades de autocuidado, adolescentes podem diminuir sua ansiedade, o que, por sua vez, contribui para aumentar a confiança na autoadministração de insulina e melhora no controle glicêmico.

4. Conclusão

A partir do presente estudo, entende-se que conhecer a importância do autocuidado no enfrentamento do DM1 é fundamental devido à complexidade e às demandas constantes que essa condição impõe aos indivíduos. Uma compreensão completa do autocuidado permite aos pacientes uma melhor condição e tomada de decisões informadas relativamente aos cuidados diários. Isto inclui a administração correta de insulina, o monitoramento cuidadoso dos níveis de glicose e a adoção de um estilo de vida saudável, fatores importantes para o controle eficaz da doença.

Os resultados dos estudos analisados, permitem responder à pergunta norteadora do presente estudo: - qual o impacto do autocuidado na saúde de indivíduos com DM1? Em resposta a essa indagação percebe-se que o autocuidado tem impacto econômico significativo, pois a investigação mostra que a gestão eficaz da doença pode reduzir a incidência de complicações graves, que muitas vezes requer tratamentos caros e que podem resultar na hospitalização dos pacientes por longos períodos de tempo. Portanto, investir na educação e no apoio ao autocuidado pode resultar em economias significativas para o sistema de saúde e melhorar os resultados dos pacientes.

Além disso, compreender a importância do autocuidado ajuda a identificar e superar as barreiras que os indivíduos enfrentam na gestão da diabetes tipo 1. Estas barreiras podem incluir falta de conhecimento, acesso limitado a serviços médicos de qualidade e desafios emocionais e psicológicos. Entretanto, é correto destacar que a investigação nesta área pode fornecer informações valiosas para apoiar melhor os pacientes, fornecendo recursos e intervenções culturais contextualmente apropriados.

Diante disso, o presente estudo torna-se relevante e imprescindível para a educação e formação dos profissionais de saúde. Haja vista que médicos, enfermeiros e outros profissionais precisam conhecer as melhores práticas de autocuidado, para orientar e apoiar eficazmente os seus pacientes. Além do conhecimento técnico, é necessário habilidades de comunicação para motivar e encorajar os pacientes a aderirem aos seus planos de tratamento.

Neste contexto, entender a importância do autocuidado em DM1 fomenta uma abordagem holística ao tratamento, enfatizando tanto o manejo físico quanto o suporte psicológico e social necessário para enfrentar os desafios diários da doença. Isto inclui não só a gestão dos aspectos físicos da diabetes, mas também o apoio psicológico e social necessário para ajudar os pacientes a superarem os desafios diários de viver com uma enfermidade crônica. Dessa maneira, uma abordagem de autocuidado integrada e abrangente pode resultar na melhoria da qualidade de vida e no bem-estar geral dessas pessoas.

Por isso, recomenda-se a realização de mais estudos sobre a temática para facilitar a compreensão sobre o assunto e difundir melhor o conhecimento do autocuidado em casos de DM1. Além de identificar barreiras e métodos de incentivo, o estudo pode melhorar a abordagem dos profissionais de saúde, capacitar acadêmicos e aumentar a compreensão da comunidade sobre o tema.

Referências

- Almeida, D. V., Santos, J. C., & Santos, W. L. (2023). A importância da educação em diabetes para o autocuidado do paciente. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, 6(13), 1664-1676. <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/775/717>
- Alves, L. F. P. A., Maia, M. M., Araújo, M. F. M., Damasceno, M. M. C., & Freitas, R. W. J. F. (2021). Desenvolvimento e validação de uma tecnologia MHEALTH para a promoção do autocuidado de adolescentes com diabetes. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26, 1691-1700.
- Araújo, J. I. X., Melo, Y. S., Farias, J. R. T., Andrade, D. V., Pires, E. T., & Simão, G. M. (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*, 15(4), 1-10. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9978/6003>
- Batista, A. F. M. B., Silva, M. E. A., Nóbrega, V. M., Fernandes, L. T. B., & Collet, N. (2021). Adolescentes com diabetes mellitus tipo 1 e o processo de construção da autonomia para o autocuidado. *Revista de Enfermagem Referência*, 8, e20213, 1-8. <https://scielo.pt/pdf/ref/vserVn8/2182-2883-ref-serV-08-e20213.pdf>
- Cardoso Neto, C. A. & Oliveira, S. M. (2023). Impacto da educação biopsicossocial na qualidade de vida do idoso: revisão sistêmica. *Research, Society and Development*, 12(6), e13712642152, 1-10. [file:///C:/Users/Not/Downloads/42152-Artigo_Arquivo_446556-1-10-20230614%20\(13\).pdf](file:///C:/Users/Not/Downloads/42152-Artigo_Arquivo_446556-1-10-20230614%20(13).pdf)
- Hermes T.S.V., Rodrigues R. M., Fonseca, L. M. M., Toso, B. R. G. O., Conterno, S. F. R., & Viera, C. S. (2021). Repercussões da prática educativa no autocuidado e manejo do Diabetes Mellitus tipo 1 na infância. *Revista de Enfermagem da UFSM*, 11, e.50, 1-21. https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/64013/html_1
- Macedo, E. R., Silva, N. C. R., Lago, K. S., Barbone, F. G. I., Cecílio, S. G., Cortez, A. O. H., & Souza, D. A. S. (2024). Autocuidado dos adolescentes com diabetes mellitus tipo 1 da Atenção Primária à Saúde. *Saúde (Santa Maria)*, 50(1), e84139. <https://periodicos.ufsm.br/revistasaude/article/view/84139/63717>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2707599/pdf/pmed.1000097.pdf>
- Oliveira, R. E. S., Batista, A. L. F., Camargos, B. S. R., Oliveira, E. L. F., Campos, I. C. O., Monteiro, I. F., & Guimarães, P. R. (2022). A influência do autocuidado e das fontes de apoio social no manejo do diabetes mellitus tipo 1. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 15(11), e11043, 1-7. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11043/6707>
- Organização Mundial da Saúde (OMS). (2022) *Número de pessoas com diabetes nas Américas mais do que triplica em três décadas, afirma relatório da OPAS*. Genebra: Organização Mundial da Saúde. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/noticias/11-11-2022-numero-pessoas-com-diabetes-nas-americas-mais-do-que-triplica-em-tres-decadas#:~:text=A%20diabetes%20tipo%201%20ocorre,pela%20doen%C3%A7a%20isqu%C3%A7%C3%A7%C3%A7%C3%A7%C3%A7%C3%A7%20do%20cora%C3%A7%C3%A3o>
- Pedrinho, L. R., Shibukawa, B. M. C., Rissi, G. P, Uema, R. T. B., Merino, M. F. G. L., & Higarashi, I. H. (2020). Brinquedo terapêutico para crianças com Diabetes Mellitus tipo I: intervenções no domicílio. *Escola Anna Nery*, 25(3), e20200278. <https://www.scielo.br/j/ean/a/xNjxyb5kGQrMzhG6RvH4nm/>
- Guinones, B. A., Geisler, S. A., & Ramos, S. (2023). Importância do Autocuidado em Pacientes com Diabetes Mellitus. *Revista JRG de Estudos Acadêmicos*, 6(13), 2057-2065. <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/816/748>
- Ramalho, E. L. R., Sparapani, V. C., Barber, R. O. L. B., Oliveira, R. C., Nascimento, L. C., & Collet, N. C. (2024). Fatores clínicos e sociodemográficos associados à qualidade de vida do público infantojuvenil com diabetes tipo 1. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 57, e20230195. <https://www.scielo.br/j/reusp/a/VmjsGLdKtG9W79dwSbkpjYB/?format=pdf&lang=pt>
- Sá, J. S., Santana, M. D. O., Santos, M. G., Benedito, J. C. S., & Teston, E. F. (2023). Tecnologias educacionais utilizadas para promoção do autocuidado de pessoas com diabetes mellitus: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 76(4), e20230049, 1-8. <https://www.scielo.br/j/reben/a/k5ys3p6Ps5rhx8HQFMYMB/?format=pdf&lang=pt>
- Silva, C. C., Costa, J. S., Joyce, K. S., Silva, N. C. N., & Sousa, D. T. (2024). Os benefícios dos protocolos de autocuidado para pacientes com diabetes mellitus: uma revisão literária. *Revista Multidisciplinar Pey Këyo Científico*, 10(2), 156 - 171. <https://estacio.periodicoscientificos.com.br/index.php/pkcroraima/article/view/3092/2499>
- Smaniotto, V., & Pascolat, G. (2022). O impacto do diabete melito tipo 1 nos pacientes pediátricos: análise através de desenhos. *Revista Médica do Paraná*, 80(1), e1702 1702-1702. <https://bioscience.org.br/bioscience/index.php/ramp/article/view/130/103>
- Urrútia, G., & Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Med Clin (Barc)*, 135(11), 507-511.
- Zanatta, E. A., Maira, M. S., Barichello, A., & Argenta, C. (2020). Vivências de adolescentes com diabetes mellitus tipo 1. *Revista de Enfermagem Referência*, 5(4), e20044. <https://revistas.rcaap.pt/referencia/article/view/22253/16388>