

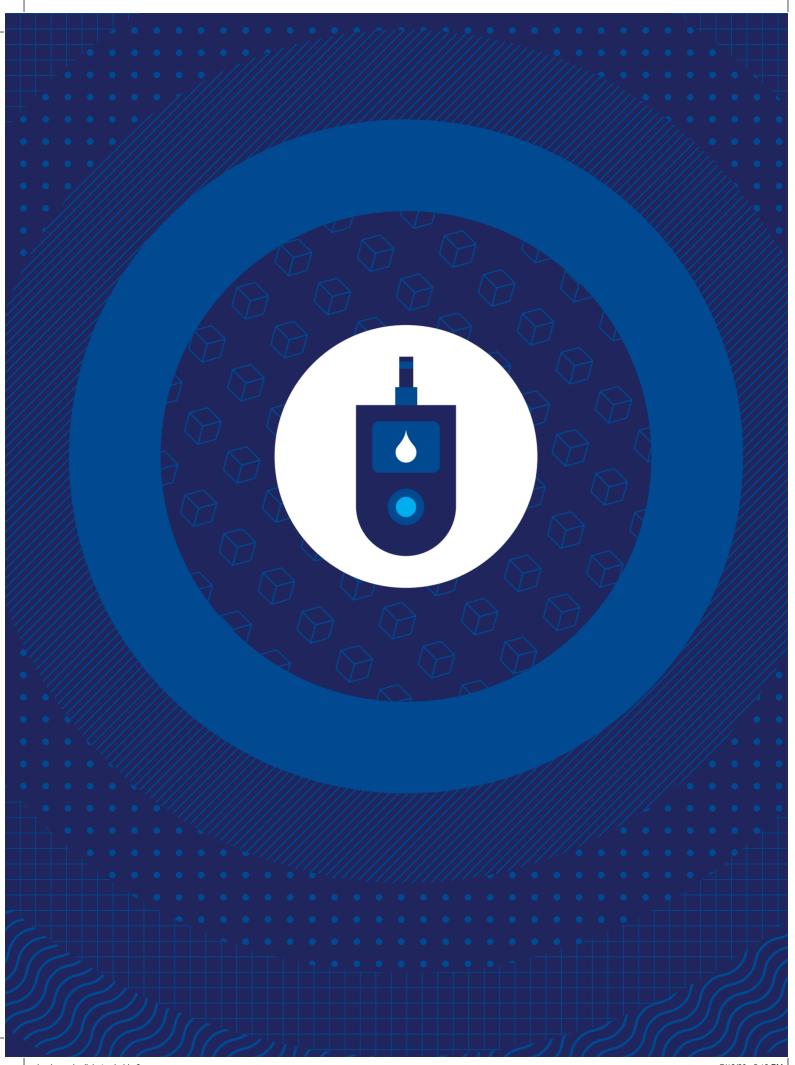
Apoio:



Curadoria:



book-saude-diabetes.indd 1 7/13/20 5:13 PM



O SUCESSO DO TRATAMENTO MORA NOS DETALHES

Uma doença tão complexa como o diabetes exige um olhar micro e outro telescópico. Precisamos dar um passo atrás e observar os comportamentos e os desafios do paciente em seu universo familiar, cultural e social e, em paralelo, nos aproximar e direcionar nossas lentes para particularidades e dificuldades individuais capazes de impactar sua rotina de cuidados. No fundo, essas visões se complementam e revelam uma porção de detalhes. Detalhes que fazem diferença no esclarecimento e na adesão dos pacientes ao tratamento e a um estilo de vida equilibrado.

Cientes de que as pessoas com diabetes que usam insulina precisam de uma abordagem sensível e completa para o êxito do tratamento e a prevenção de complicações da doença, decidimos investigar hábitos, erros e acertos, dúvidas, angústias e necessidades tanto de pacientes com o tipo 1 e o tipo 2 como de familiares. Esse foi o ponto de partida da pesquisa Os Altos e Baixos do Diabetes na Família Brasileira. Fruto de uma parceria entre o Grupo Abril, a Novo Nordisk e o Endodebate, o estudo foi realizado pela Inteligência de Mercado da Abril e VEJA SAÚDE por meio de questionários respondidos pela internet entre maio e junho de 2020. Contempla, assim, 831 pacientes e 553 familiares, que nos ajudaram de uma forma preciosa a compreender melhor percepções e comportamentos que circundam o uso da insulina, o manejo da hipoglicemia, a orientação do médico, a adoção de hábitos saudáveis etc.

Em tempos desafiadores como os que atravessamos, torcemos para que os achados e detalhes captados por esse trabalho e as discussões que ele suscitará entre profissionais de saúde, pacientes e sociedade como um todo possam aprimorar o ecossistema de atenção e cuidado às pessoas e às famílias que convivem com o diabetes.

Diogo Sponchiato

Redator-chefe de VEJA SAÚDE

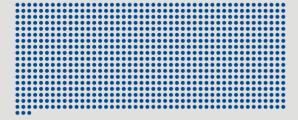
Carlos Eduardo Barra Couri

Curador médico da pesquisa e coordenador do Endodebate

Perfil da amostra

Pacientes

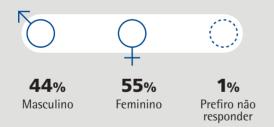




Qual é a sua idade?



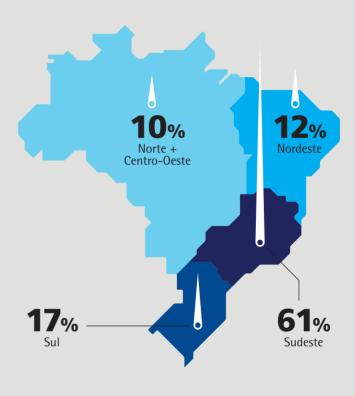
Qual é o seu gênero?



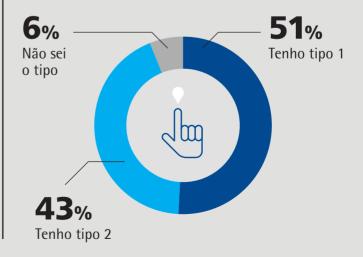
Qual é a sua faixa de renda familiar?

Até 3 salários mínimos	38%
De 3,1 a 10 salários mínimos	37%
Acima de 10 salários mínimos	11%
Prefiro não responder	14%

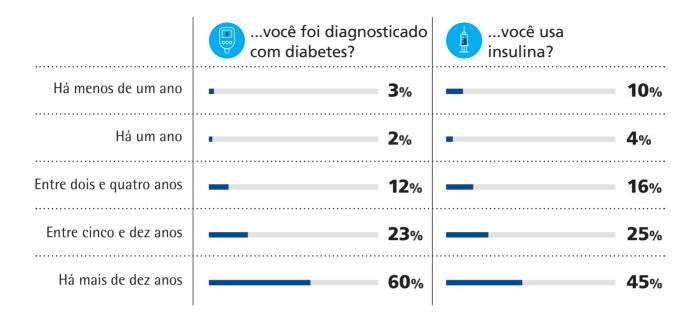
Em que região você vive?



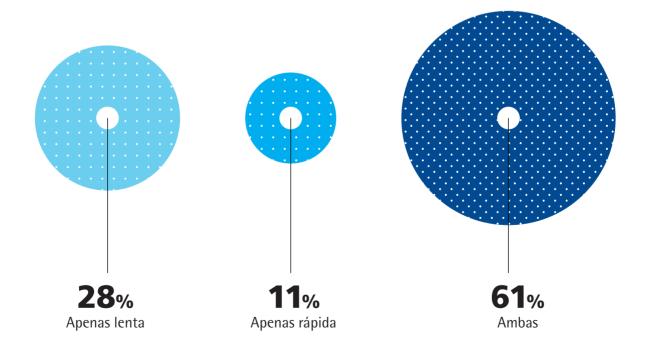
Que tipo de diabetes você tem?



Há quanto tempo aproximadamente...



Que tipo de insulina você usa?



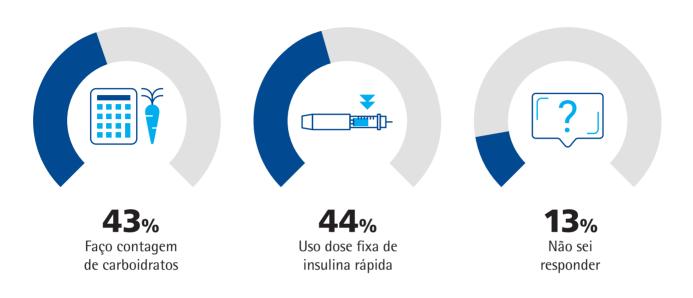
Em que momento o seu médico orientou a aplicação da insulina rápida?

Mais de 15 minutos antes da refeição	23%
De 10 a 15 minutos antes da refeição	45%
No início da refeição	17%
Após a refeição	15%
Em geral, você faz a aplicação da ápida em que momento de fato?	
apida em que momento de iato.	•
Mais de 15 minutos antes da refeição	16%
Mais de 15 minutos antes da refeição	16%



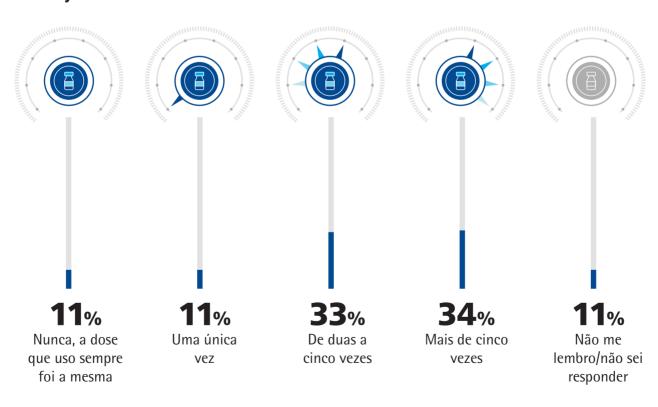
A pesquisa revela lacunas de orientação no uso da insulina, sobretudo a rápida, e na adesão às prescrições médicas – achado que remete ao fato de a maior parte dos pacientes ter um contato com o profissional limitado à consulta presencial.

Como você calcula a dose de insulina rápida de cada refeição?



Base: 831

Quantas vezes você já fez ajustes na dose de insulina?

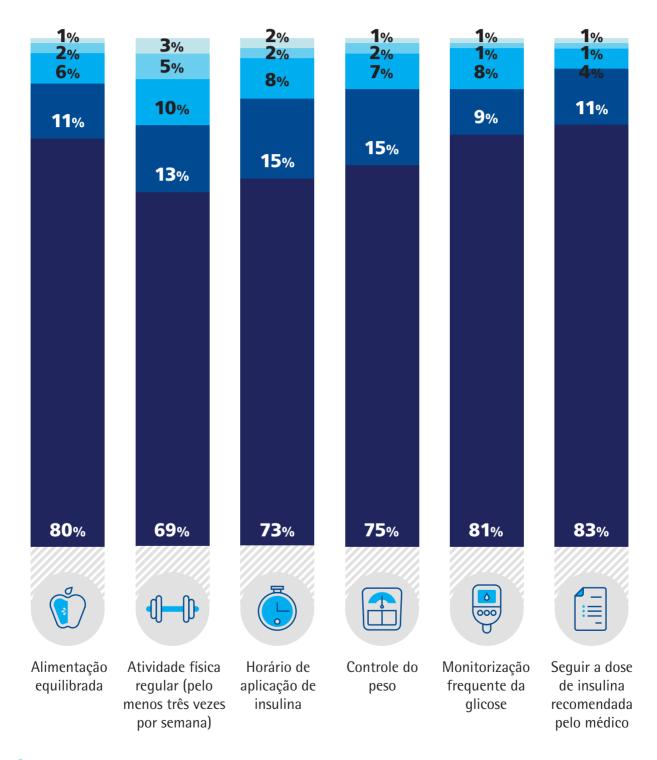


book-saude-diabetes.indd 7 7/13/20 5:13 PM

Quanto você considera importante cada um dos hábitos abaixo para manter o diabetes sob controle?

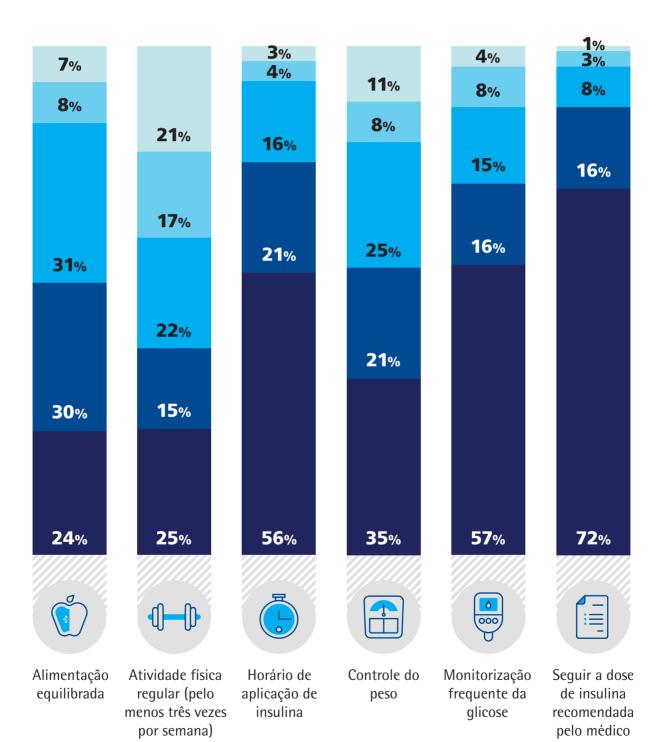
Muito importante

4 3 2 1 → Nada importante



Quanto você adota cada um dos hábitos abaixo?

Sempre **4 5 4 3 2 1 •** Nunca



Na sua opinião, quais são os principais desafios no

	tratamento do diabete O entrevistado podia escolher mais de um	
-(\$)-	Custear o tratamento e os cuidados necessários	51 %
	Ajustes na alimentação	49%
1	Fazer exercícios pelo menos três vezes por semana	47 %
	Fazer contagem de carboidratos	34%
000	Monitorar a glicose com frequência	31%
\rightarrow	Os episódios de hipoglicemia	24%
	A rotina de aplicação de insulina	23%
	Falta de contato com meu médico	14%

Quais são as situações que mais despertam medo devido ao descontrole do diabetes?

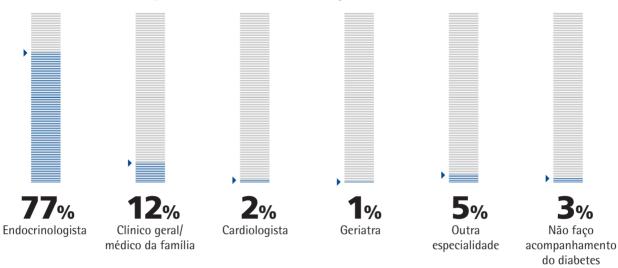
O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa

	Problemas de visão e cegueira	67%
	Amputação de membros	57 %
GPD	Problemas nos rins	52 %
	AVC/derrame cerebral	28%
	Infecções respiratórias (coronavírus, gripe)	19%
	Doenças do coração	19%
\$	Hipoglicemia (nível muito baixo da glicose/taxa de açúcar)	18%
♠	Hiperglicemia (nível muito alto da glicose/taxa de açúcar)	17%
\bigcirc	Impotência sexual (apenas homens responderam)	16%



O levantamento mostra a persistência da desvalorização das doenças cardiovasculares, principal causa de morte no contexto do diabetes, na visão dos pacientes, assim como indica maior preocupação com complicações de longo prazo em relação àquelas de efeitos imediatos, como a hipoglicemia.

Com que especialidade médica você faz o acompanhamento da doença?



Base: 809

12 Além da consulta presencial, você tem um canal de comunicação com seu médico para tirar dúvidas?



Sim, me comunico por mensagens (SMS, WhatsApp, Telegram etc.)

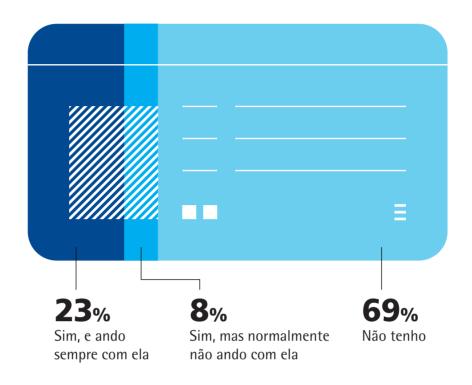
Sim, trocamos e-mail



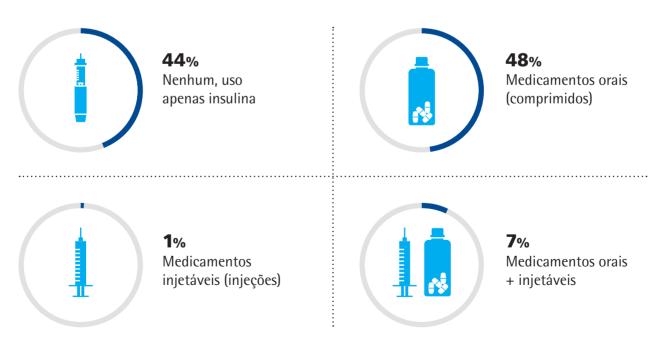
Eu não tenho outro canal de comunicação

Sim, eu telefono

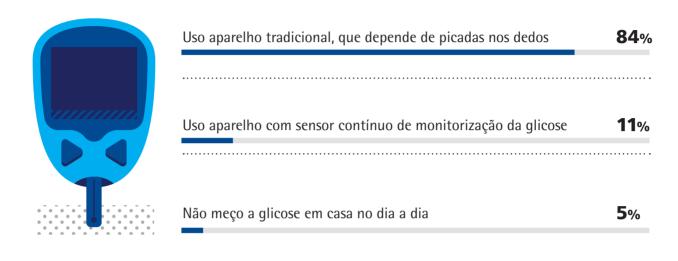
Você tem uma carteira de identificação de que tem diabetes?



1 4 Além da insulina, você usa algum outro medicamento para controlar o diabetes?

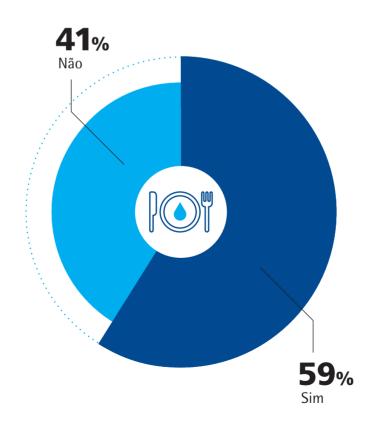


Como você mede a glicose?

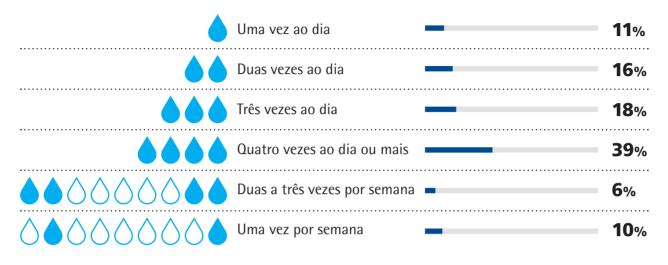


Base: 588

16 Mesmo quando injeta insulina rápida, você mede a glicose depois da refeição?

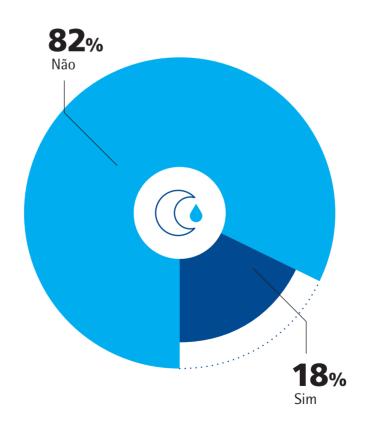


Quantas vezes você costuma medir sua glicose?



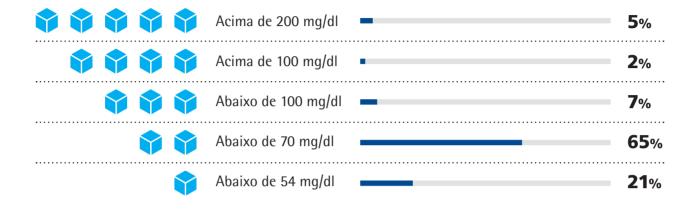
Base: 831

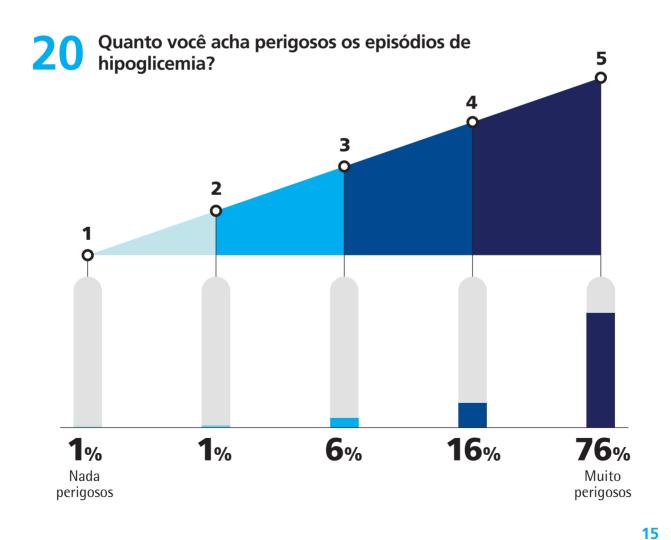
Você costuma acordar à noite para checar a glicose?



book-saude-diabetes.indd 15

A hipoglicemia é o nível baixo de glicose/taxa de açúcar no sangue. A partir de que valor de glicose você acredita que se configure uma hipoglicemia?

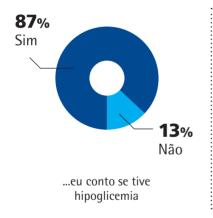




21 Com que frequência você tem hipoglicemia?

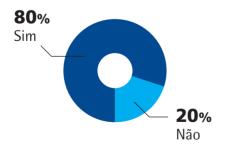


22 Em relação à hipoglicemia, durante a consulta médica...







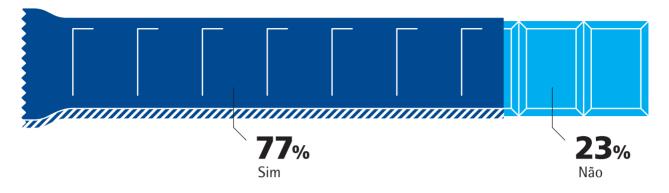


...o profissional me orienta como agir em caso de hipoglicemia



...o profissional pergunta se tenho hipoglicemia

Você costuma carregar consigo alguma fonte de glicose/açúcar caso tenha crises de hipoglicemia?



Qual a sua reação se tivesse uma hipoglicemia?

O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa

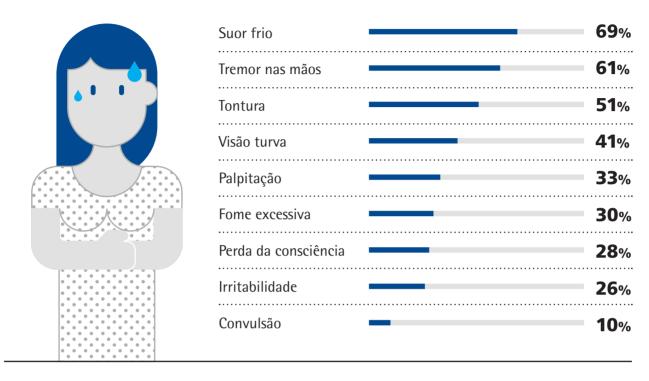
	Comeria um doce		68%
	Chuparia uma bala		57 %
	Tomaria refrigerante comum		41%
Ħ	Tomaria um suco de fruta		31%
••	Tomaria água com açúcar		30%
	Usaria sachê de açúcar líquido		14%
(1)	Procuraria assistência médica		10%
Ō	Tomaria refrigerante ou bebida light	_	3%
(E)3)	Chamaria o SAMU	•	3%
	Aplicaria glucagon	•	3%

book-saude-diabetes.indd 17 7/13/20 5:13 PM

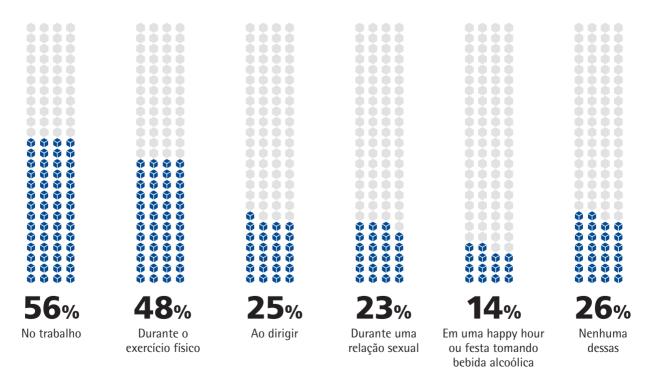
25

Quais são os sintomas que você relacionaria à hipoglicemia?

O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa



Você já teve hipoglicemia em alguma das situações abaixo?



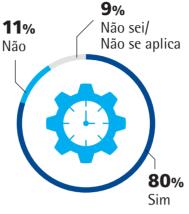
7/13/20 5:13 PM

book-saude-diabetes.indd 18

Você concorda com as frases abaixo?



matar



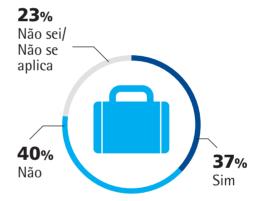
Episódios de hipoglicemia afetam a produtividade no trabalho



Uma crise de hipoglicemia pode colocar outras pessoas em risco



Todos os casos de hipoglicemia dão sintoma



Tenho medo de perder meu emprego devido ao diabetes e à hipoglicemia

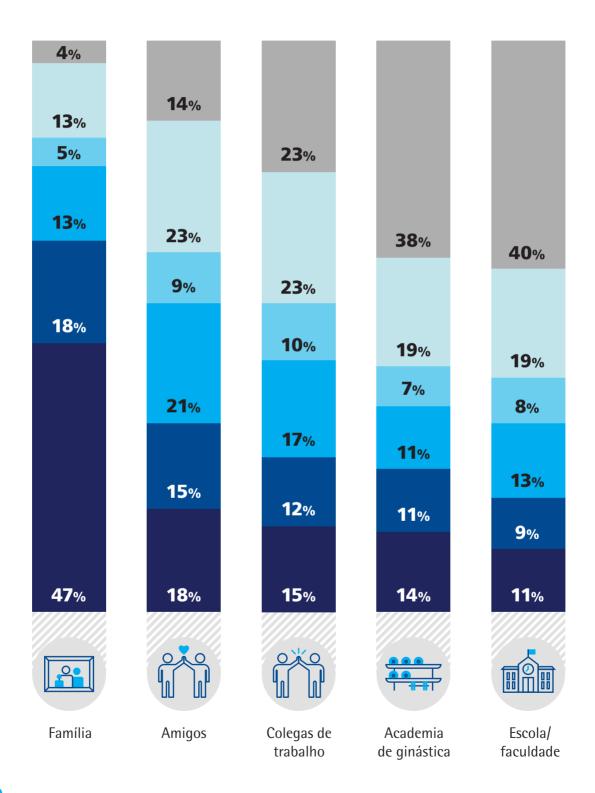


A hipoglicemia pode ser considerada frequente na amostra e figura no radar de preocupações dos pacientes, especialmente os com diabetes tipo 1. Ainda assim, nem todos os sintomas ou a ausência de sintomas são reconhecidos e falta instrução quanto ao manejo das crises.

book-saude-diabetes.indd 19 7/13/20 5:13 PM

As pessoas ao seu redor sabem o que fazer caso você tenha uma hipoglicemia?

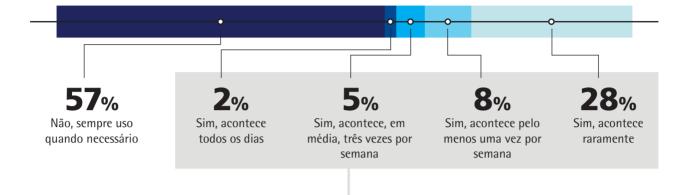
Totalmente treinados 4 5 4 3 2 1 Mada treinados Não se aplica



20

book-saude-diabetes.indd 20 7/13/20 5:13 PM

Mesmo percebendo que é necessário, algumas vezes você deixa de usar insulina? Com que frequência isso acontece aproximadamente?



Base: 360

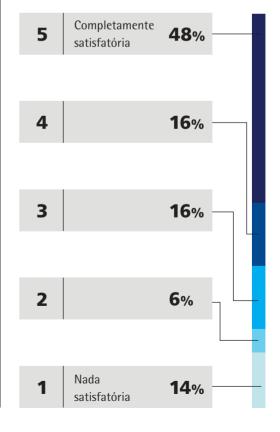
Por que você deixa de usar a insulina nessas ocasiões?

O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa

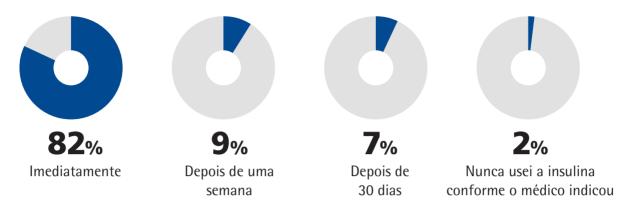
Esquecimento	23%
Ter de medir a glicose antes	20%
Falta de tempo	20%
Receio de efeitos colaterais	14%
Vergonha de aplicar em público	11%
Glicemia baixa/normal	6%
Medo da aplicação	5%
Falta de insulina/insumos	3%
Outro motivo	22%

Base: 831

Como foi a sua primeira orientação médica a respeito do uso de insulina?

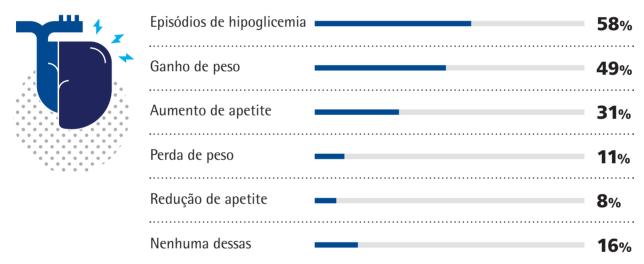


Depois de quanto tempo você começou a usar a insulina de acordo com a orientação médica?



Na sua opinião, quais alterações podem ser causadas pela insulina?

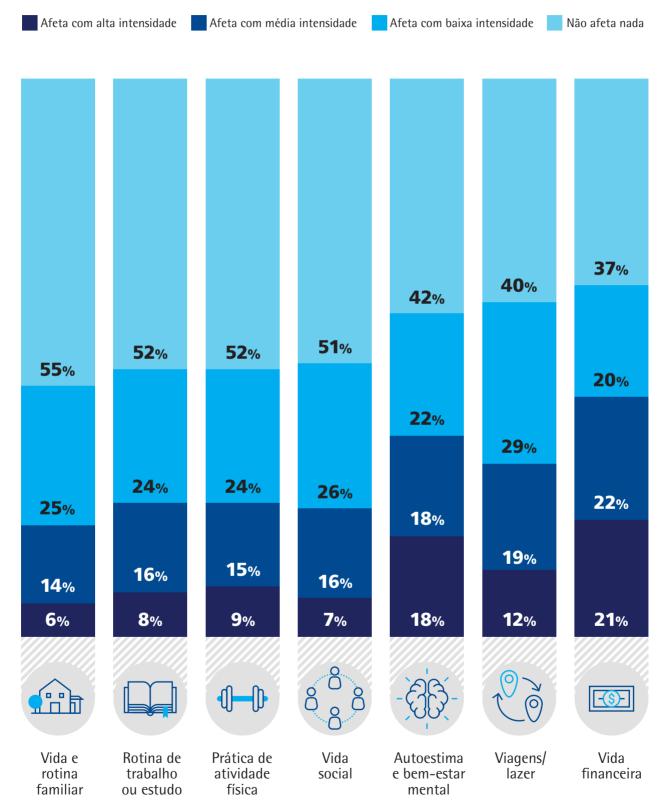
O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa





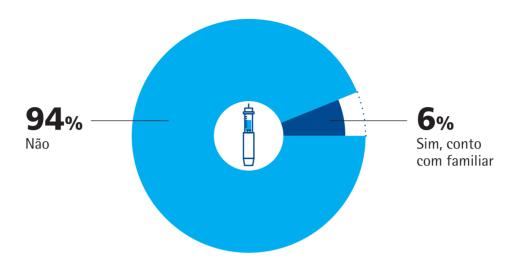
Os participantes da pesquisa admitem certos "erros" e "vícios" durante o tratamento com insulina – como deixar de usar ou preconizar doses fixas sem medição da glicose ou contagem de carboidrato. E denotam um impacto significativo em várias instâncias da rotina, como na vida familiar e financeira.

Quanto o uso de insulina afeta as seguintes esferas da sua vida?



book-saude-diabetes.indd 23 7/13/20 5:13 PM

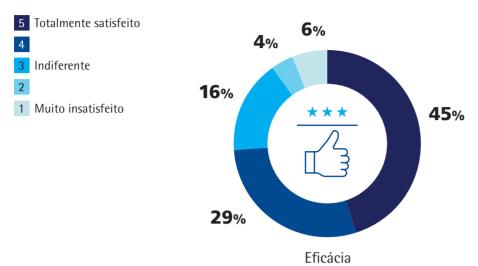
Você precisa de um cuidador ou familiar para realizar o uso da insulina?

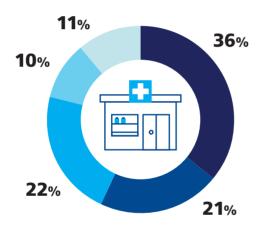


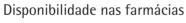
36 As situações abaixo fazem parte da sua vida?

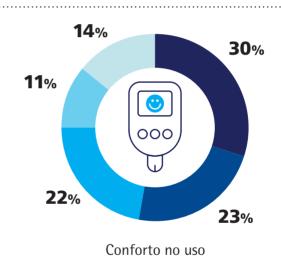
Troco agulha ou seringa em toda aplicação		35 %
Descarto as tiras, agulhas, seringas e/ou canetas no lixo comum		31%
Faço contagem de carboidratos		30%
Erro com frequência a dose da insulina utilizada		7 %
Eventualmente esqueço a insulina no carro ou em outros lugares muito quentes		5%
Aplico a insulina por cima da roupa	_	4%
Nenhuma dessas		27%

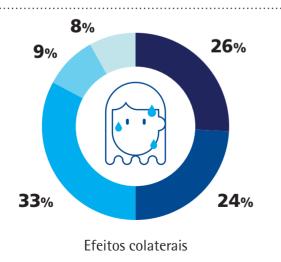
Qual é a sua satisfação sobre o seu tratamento com insulina?

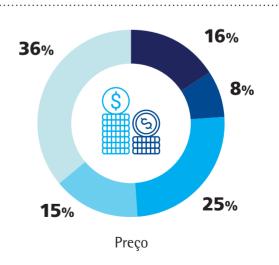










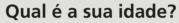


book-saude-diabetes.indd 25 7/13/20 5:13 PM

Perfil da amostra

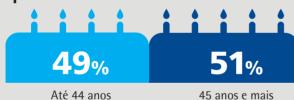
Familiares







Qual é a idade do seu familiar que tem diabetes e usa insulina?



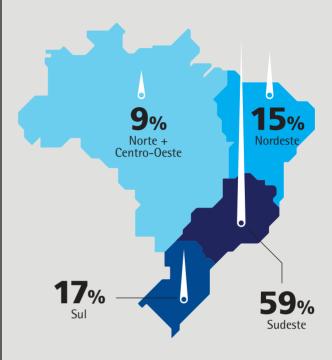
Qual é o seu gênero?



Qual é o gênero do seu familiar que tem diabetes e usa insulina?



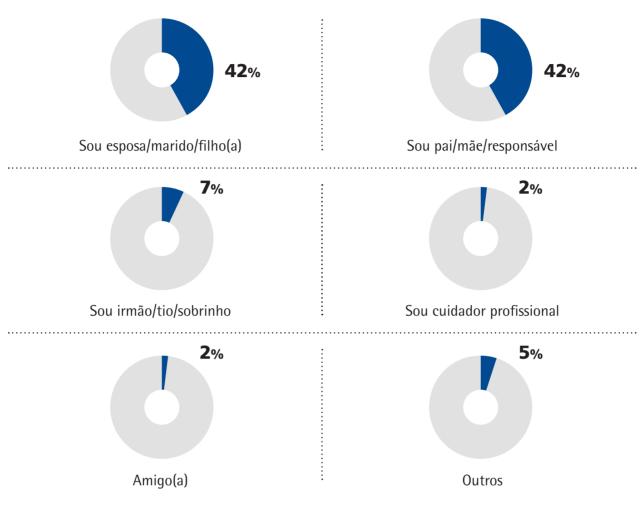
Em que região vivem você e o paciente com diabetes?



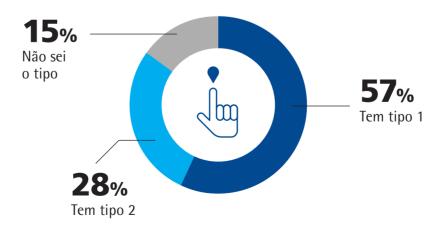
Qual é a sua faixa de renda familiar?

Até 3 salários mínimos	37 %
De 3,1 a 10 salários mínimos	37%
Acima de 10 salários mínimos	13%
Prefiro não responder	13%

Qual é a sua relação com a pessoa que tem diabetes e usa insulina?



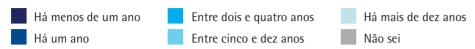
Que tipo de diabetes seu familiar tem?

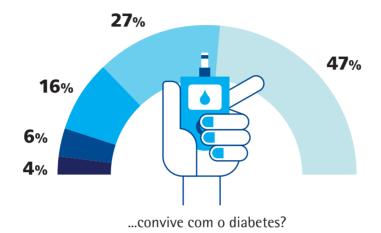


book-saude-diabetes.indd 27 7/13/20 5:13 PM



Há quanto tempo aproximadamente o familiar...





29%

7%

8%

...usa insulina?

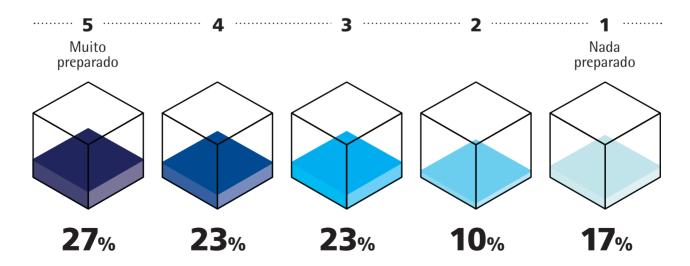


Os familiares estão inseridos na rotina de cuidados do paciente com diabetes, mas reconhecem a falta de treinamento para lidar com situações prevalentes, caso da hipoglicemia, e o receio com a dificuldade para controlar adequadamente os níveis de glicose.

Qual é a principal dificuldade que seu familiar tem no uso da insulina?

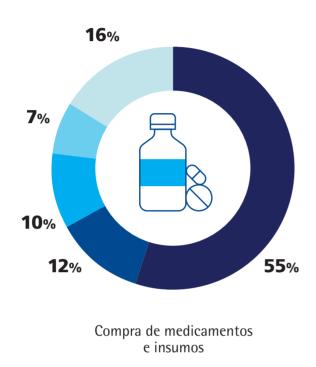
\Diamond	Não conseguir controlar a glicose e ela ficar alta demais	25%
	As aplicações (injeções)	13%
\$	Os episódios de hipoglicemia (glicose baixa demais)	13%
-(3)-	O custo	12%
600	Os eventos adversos -	12%
••••	Monitorização da glicose	10%
	Nenhuma dessas	15%

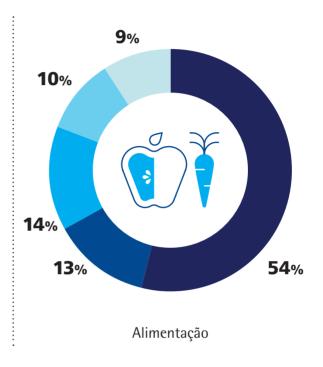
42 Quanto você se sente preparado para lidar em casos de hipoglicemia?

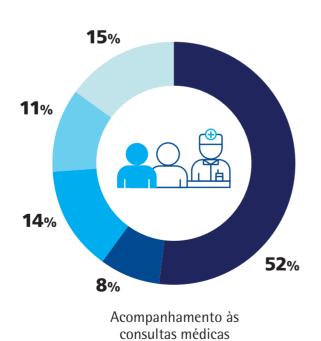


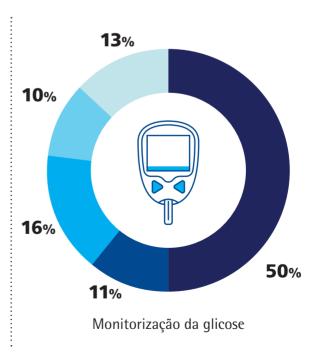
Quanto você participa da rotina de cuidados do familiar para o diabetes?

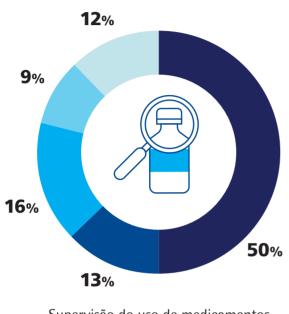
Participo muito 4 5 4 3 2 1 Mão participo nada

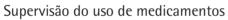


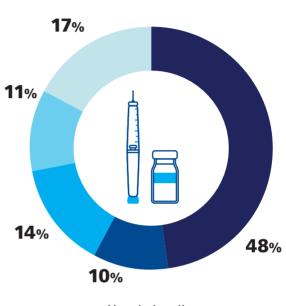




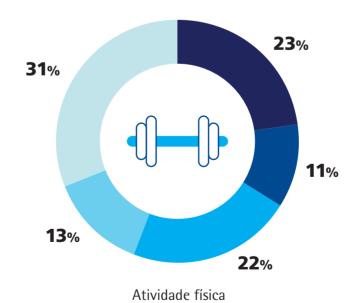




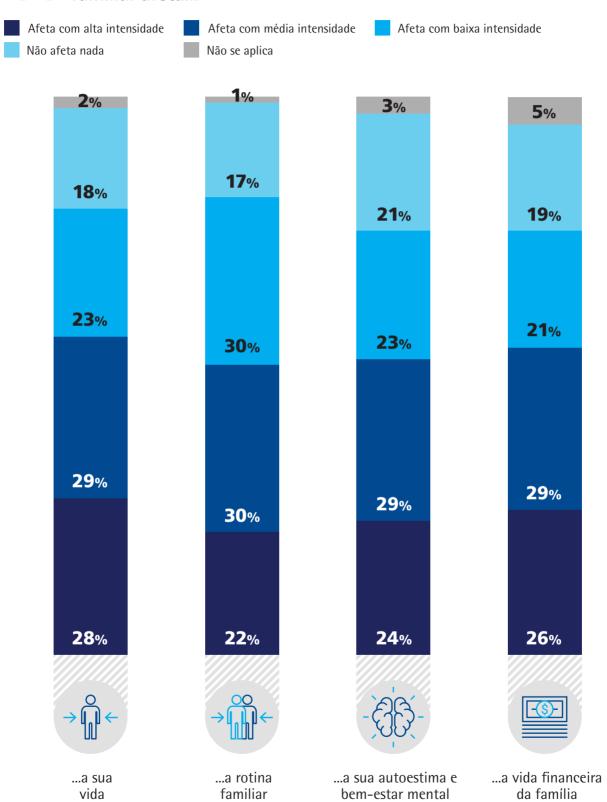


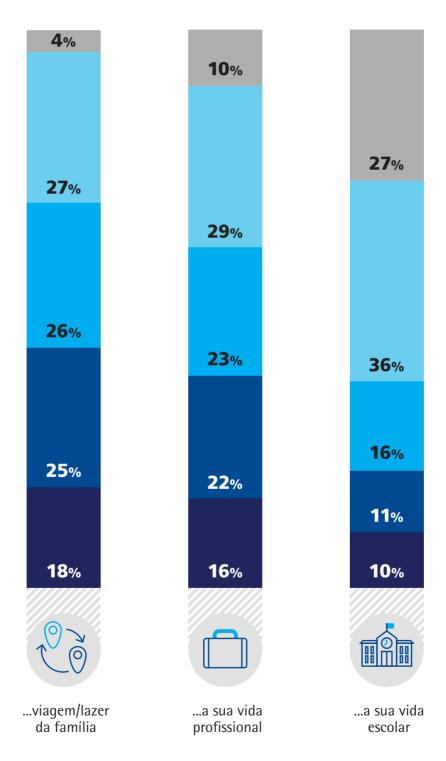


Uso da insulina



44 Quanto o diabetes do seu familiar afeta...





book-saude-diabetes.indd 33 7/13/20 5:13 PM

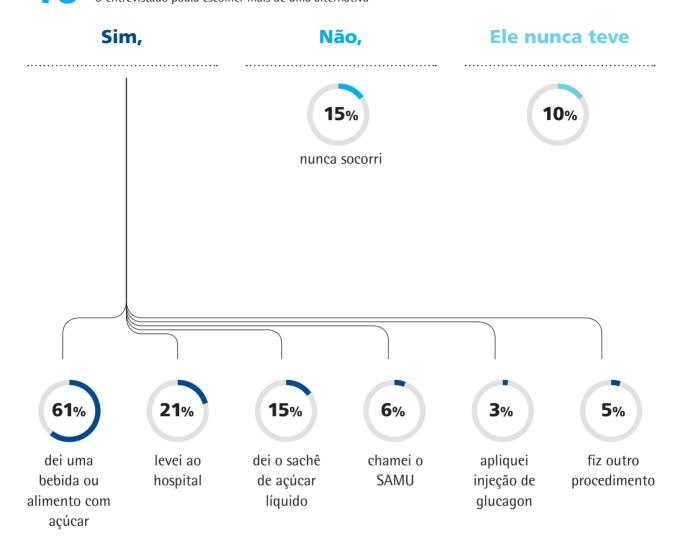
Qual é o seu maior receio em relação à saúde do seu familiar com diabetes?

\\	Episódios de hipoglicemia (nível muito baixo da glicose/taxa de açúcar)		20%
	Problemas de visão e cegueira		15%
	Amputação		15%
♠	Episódios de hiperglicemia (nível muito alto da glicose/taxa de açúcar)		13%
	AVC/derrame		13%
Gp	Problema nos rins		11%
	Infecções	_	5%
	Doenças do coração	-	3%
\bigcirc	Impotência sexual		0%
(xxx)	Nenhum desses	-	3%
×	Não tenho receio		2%

34

book-saude-diabetes.indd 34 7/13/20 5:13 PM

Você já socorreu seu familiar numa crise de hipoglicemia? O entrevistado podia escolher mais de uma alternativa





É curioso observar que os episódios de hipoglicemia estão no topo das preocupações do familiar, enquanto aparecem abaixo de várias sequelas do diabetes na ótica do paciente. O medo de perda de visão e amputações persiste como o maior temor entre ambos os grupos.

book-saude-diabetes.indd 35 7/13/20 5:13 PM

Aprendizados

O que as respostas de pacientes e familiares permitem concluir

O abismo entre percepção e hábito

Persiste um vale entre o reconhecimento sobre os comportamentos bem--vindos ao controle do diabetes e a adesão de fato. Nesta amostra, composta majoritariamente de pessoas com pelo menos cinco anos de diabetes e uso de insulina, essa tendência se apresenta desde a monitorização da glicose e o tratamento em si e se acentua na adoção de hábitos como alimentação equilibrada e atividade física regular. Há uma necessidade de os profissionais de saúde e outros atores nesse meio ampliarem a conscientização sobre a rotina terapêutica e o estilo de vida e convidarem a família a entender e integrar melhor esse espaço, reduzindo, assim, riscos imediatos e futuros atrelados à doença e a suas complicações.

Falhas e barreiras no uso da insulina

É expressiva a presença de erros e vícios de conduta na utilização do tratamento, especialmente em relação ao uso da insulina rápida, devido à falta de compreensão e/ou adesão à prescrição médica. Muitos pacientes assumem não aplicar o hormônio sempre que necessário e não o fazem no momento orientado pelo profissional (endocrinologista, para quase 80% da amostra). Desafios de praticidade e acomodação no dia a dia influenciam as dificuldades na manutenção adequada do tratamento. Os principais obstáculos citados para o controle da doença são o custo e o acesso às medicações, seguidos por eventuais efeitos colaterais e o desconforto nas aplicações da insulina.

A ilusão do controle da doença

A análise dos dados permite constatar que boa parte dos pacientes insulinizados convive com certa ilusão sobre o real controle da glicemia e do diabetes: os entrevistados medem menos a glicose do que deveriam (particularmente após as refeições e na madrugada), mais de 40% deles se valem de uma dose fixa de insulina e a maioria não faz contagem de carboidratos antes de aplicar a versão rápida. São condições propícias a um manejo ineficiente, que pode estar associado a maior risco de hipoglicemia e complicações. Pessoas com diabetes tipo 1, embora relatem mais reveses com a doença no cotidiano, se mostram mais conscientes e ativas na incorporação de uma rotina de cuidados.

O desafio da hipoglicemia

Ela é frequente em pelo menos quatro em cada dez pacientes. E urge sensibilizá--los sobre a prevenção e o manejo adequado, ainda mais tendo em vista que os episódios também ocorrem em situações como trabalho e trânsito. De acordo com parcela significativa, a hipoglicemia seria um mal menor em comparação a sequelas de longo prazo. Os pacientes sentem falta de orientação a respeito em consultório, não (re)conhecem todos os sintomas ou a ausência deles, tampouco se encontram bem preparados para atuar nas crises (é baixa a adesão ao sachê de açúcar líquido, por exemplo). Além disso, o círculo em torno do paciente (família, emprego, academia...) merece ser alertado e mais treinado para lidar com essas situações.

O impacto e o êxito do tratamento

O uso da insulina tem reflexos em diversas esferas da vida familiar e social, que podem contribuir para o sucesso ou não da adesão – existem desdobramentos tanto no ambiente de trabalho como no de lazer e sobressaem as repercussões psicológicas e financeiras. Soma-se a isso o fato de menos da metade dos pacientes ter um canal de comunicação com o médico além das consultas presenciais. São achados que, em conjunto, nos convocam a pensar em soluções de orientação e educação continuada a fim de facilitar e estimular pacientes na adoção do tratamento e na perspectiva de uma abordagem mais multidisciplinar no contexto da insulinização – situações que poderiam trazer ganhos inclusive do ponto de vista farmacoeconômico.

O papel da família

Seis em cada dez familiares entrevistados participam de alguma forma dos cuidados com a saúde e o diabetes do filho(a) ou esposo(a) - isso envolve desde a compra e uso da insulina até a alimentação. Parcela importante se vê impactada pela doença, desconhece informações críticas sobre o tratamento e, apesar de temer a hipoglicemia, não se sente apta a agir diante desses episódios. Há uma oportunidade de médicos, indústria, governo e mídia se mobilizarem para engajar os familiares nas mudanças de hábito e demais adequações no dia a dia do paciente, bem como no processo de aceitação e realização do tratamento farmacológico. A família pode se transformar em um agente de saúde complementar para o sucesso no controle do diabetes.

book-saude-diabetes.indd 37 7/13/20 5:13 PM

veja **SAÚDE**

Redator-chefe **Diogo Sponchiato**

Editora de arte **Letícia Raposo**

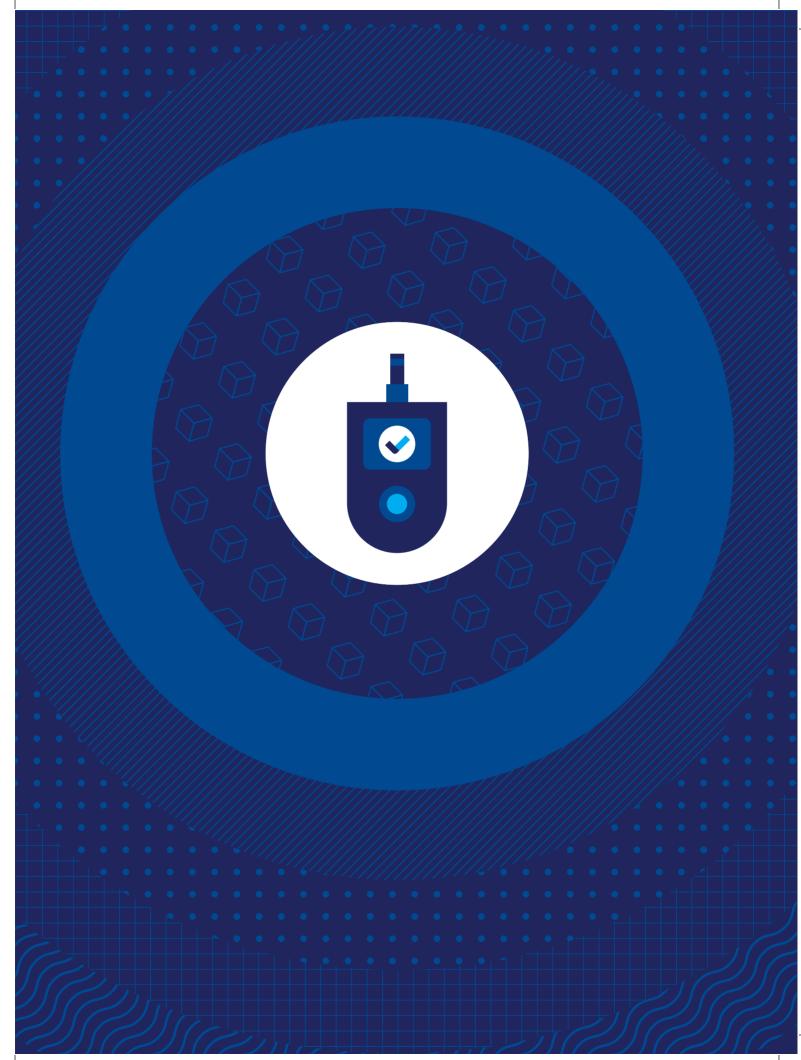
Projeto gráfico e ilustrações **André Moscatelli**

Revisão Ronaldo Silva

Inteligência de mercado

Maísa Sônego Alves

book-saude-diabetes.indd 38 7/13/20 5:13 PM





book-saude-diabetes.indd 40 7/13/20 5:13 PM