Estratégias Dietoterápicas no Controle Glicêmico em Diabetes Tipo 1

Autor(res)

Luciano Alex Dos Santos
Camila Nascimento
Nycole Souza Trindade
Ana Vitória Cardoso Silva
Nathalia Ribeiro Costa
Janaina De Fátima Ávila Amaral
Camile Ferreira De Andrade

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE UBERLÂNDIA

Introdução

O diabetes mellitus tipo 1 (DM1) é uma doença autoimune, caracterizada pela destruição das células beta pancreáticas, resultando na deficiência absoluta de insulina. Seu tratamento envolve o uso de insulina exógena, alimentação equilibrada e prática regular de atividade física. No caso apresentado, a paciente é: jovem, fisicamente ativa e apresenta episódios de hiperglicemia. A conduta dietoterápica focou no controle glicêmico por meio do fracionamento alimentar e escolha de alimentos com menor índice glicêmico. O acompanhamento nutricional contínuo é essencial para melhorar o controle da doença e prevenir complicações.

Objetivo

Analisar o caso de uma paciente com diabetes mellitus tipo 1, identificando suas necessidades nutricionais e propondo uma conduta dietoterápica personalizada para melhorar o controle glicêmico e prevenir complicações.

Material e Métodos

Foram coletados dados por meio de entrevista nutricional, incluindo anamnese, recordatório alimentar de 24 horas e avaliação clínica. As medidas antropométricas (peso e altura) foram uti lizadas para o cálculo do IMC. A paciente relatou diagnóstico prévio de DM1, uso de insulina regular e NPH, prática de atividade física funcional e histórico de hiperglicemia no período da manhã. A prescrição dietética foi elaborada (no NUTRIUM) considerando suas rotinas, preferências alimentares e horários de aplicação da insulina, com foco no fracionamento de refeições e adequação dos carboidratos. Visando uma perca ponderal de peso e também o controle glicêmico.

Resultados e Discussão

A paciente R.A.C., sexo feminino, 23 anos, apresenta diagnósti co de diabetes mellitus ti po 1. Pratica ati vidade física funcional cinco vezes por semana e utiliza insulina NPH pela manhã. Relata episódios de hiperglicemia. O IMC encontra-se dentro da faixa de sobrepeso . O recordatório de 24h revelou alto consumo de carboidratos

III Seminário sobre Assistência Nutricional na Obesidade e no Diabetes Mellitus
Relato de Caso Clínico
Período do evento: 14/04/25 à 26/05/25
Período de inscrição
- Submissão de Resumos expandidos: 07/04/25 à 19/05/25
Realização do Evento
- Apresentação dos Trabalhos: 26/05/25

simples no café da manhã e baixa ingestão de fi bras. A estratégia nutricional proposta foi o fracionamento das refeições, priorizando carboidratos complexos e alimentos com baixo índice glicêmico no período da manhã, além da inclusão de proteínas e fibras para auxiliar no controle da glicemia. Estudos apontam que a distribuição adequada dos macronutrientes e o ajuste entre a insulina e a alimentação são fundamentais no manejo do DM1, reforçando a importância do acompanhamento nutricional individualizado.

Conclusão

O caso analisado mostra a importância do acompanhamento nutricional individualizado em pacientes com diabetes tipo 1. A paciente apresentou episódios de hipoglicemia durante o dia, possivelmente relacionados ao consumo de alimentos com alto índice glicêmico e aos longos períodos em jejum, o que mostra a necessidade de ajustes no plano alimentar. Além disso, observou-se baixa variedade na alimentação e presença frequente de alimentos industrializados e doces. Deve-se promover qualidade de vida.

Referências

Sociedade Brasileira de Diabetes. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2022-2023. São Paulo: Clannad, 2022.

American Diabetes Associati on. Standards of Medical Care in Diabetes—2023. Diabetes Care, 46(Suppl. 1):S1–S291, 2023.

Philippi, S. T. Tabela de Composição de Alimentos: Suporte para decisão nutricional. 6. ed. Barueri, SP: Manole, 2020.

Mahan, L. K.; Escott -Stump, S.; Raymond, J. L. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 15. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2016.

Francescbini S. C.C. (Org.). Nutrição Clínica: Fundamentos e Terapêutica. Barueri, SP: Manole, 2018.

Curso de Nutrição

Nutrição Anhanguera Uberlândia

III Seminário sobre Assistência Nutricional na Obesidade e no Diabetes Mellitus

Relato de Caso Clínico

Período do evento: 14/04/25 à 26/05/25

Período de inscrição

- Submissão de Resumos expandidos: 07/04/25 à 19/05/25

Realização do Evento

- Apresentação dos Trabalhos: 26/05/25