Prevenção do Diabetes Mellitus Tipo 2: Revisão Científica sobre Fatores de Risco e Cuidados em Saúde

Autor(res)

Vitória Alcântara De Oliveira
Nathália Natyele Da Silva Santos
Laysa Luisa Santos
Isabella De Abreu Moura
Elaine Silva Dos Santos
Dayane Barbosa De Araújo
Maria Fernanda Felix Gomes
Atalita2609@Gmail.Com

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Introdução

Segundo Moraes (2021), o diabetes tipo 2 pode ser prevenido com hábitos saudáveis, controle alimentar, prática regular de atividades físicas e acompanhamento médico constante, enquanto o tipo 1 exige insulinoterapia desde o início (GIACAGLIA, 2022). O estudo PREDIMED-PLUS (2025) demonstrou que a adoção de uma dieta mediterrânea, redução calórica e exercícios físicos regulares podem reduzir o risco de desenvolver diabetes tipo 2 em até 31%. Observou-se ainda que a enfermagem desempenha papel central na educação em saúde, orientação sobre hábitos de vida saudáveis, monitoramento do tratamento e prevenção de complicações, contribuindo significativamente para o controle glicêmico, a adesão às terapias e a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Objetivo

Analisar os fatores que influenciam a prevenção da diabetes tipo 1 e 2 , destacando a importância das mudanças no estilo de vida e do papel da enfermagem no cuidado.

Material e Métodos

Trata-se de um estudo baseado em artigos científicos, para o qual foi realizado um levantamento de pesquisas sobre diabetes tipo 1 e 2, além

da análise dos principais cuidados voltados à prevenção do diabetes tipo 2. As buscas ocorreram na base Google Acadêmico e na Diretriz da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD, 2025), documento que reúne recomendações, consensos clínicos e evidências científicas atualizadas.

Resultados e Discussão

Segundo Moraes (2021), o diabetes tipo 2 pode ser prevenido com hábitos saudáveis, controle alimentar, prática regular de atividades físicas e acompanhamento médico constante, enquanto o tipo 1 exige insulinoterapia desde o início (GIACAGLIA, 2022). O estudo PREDIMED-PLUS (2025) demonstrou que a adoção de uma dieta mediterrânea, redução calórica e exercícios físicos regulares podem reduzir o risco de desenvolver diabetes tipo 2 em até 31%. Observou-se ainda que a enfermagem desempenha papel central na educação em saúde, orientação sobre hábitos de vida saudáveis, monitoramento do tratamento e prevenção de complicações, contribuindo significativamente para o controle glicêmico, a adesão às terapias e a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Conclusão

Conclui-se que o manejo do diabetes exige diagnóstico precoce e acompanhamento contínuo. O tipo 1 depende da insulina desde o início, enquanto o tipo 2 pode ser prevenido ou controlado com mudanças no estilo de vida. A enfermagem contribui de forma decisiva para a adesão ao tratamento e a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Referências

MORAES, Andressa; BELIDO, Bianca; AZEVEDO, Raphael; KURY, Charbell Miguel Haddad. Novos tratamentos para o Diabetes Mellitus tipo 2. Revista Científica da Faculdade de Medicina de Campos, Campos dos Goytacazes, v. 16, n. 2, p. 89-97, 2021.
ESTUDO PREDIMED-PLUS. Annals of Internal Medicine, [S.l.], 2025.
GIACAGLIA, Luciano Ricardo; BARCELLOS, Cristiano Roberto Grimaldo; GENESTRETI, Paulo Rizzo; SILVA, Maria Elizabeth Rossi da; SANTOS, Rosa Ferreira dos. Tratamento farmacológico do pré-diabetes. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes, [S.l.], 4 jan. 2022.