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
Atalita2609@Gmail.Com
Elaine Silva Dos Santos
Isabella De Abreu Moura
Maria Fernanda Felix Gomes
Dayane Barbosa De Araújo

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.