

Título: SALA DE ESPERA- DIABETES MELLITUS

Data: Fevereiro - 2026

A sala de espera do ambulatório do HMTJ foi utilizada como espaço de educação em saúde, realizada pela enfermeira do ambulatório, técnica de enfermagem do ambulatório em conjunto com a os alunos da enfermagem da suprema, abordando o tema Diabetes Mellitus. Durante o momento, foram apresentadas informações básicas sobre a doença, explicando o que é o diabetes, seus principais tipos e os fatores de risco associados.

Também foram discutidas a importância do diagnóstico precoce, do controle da glicemia e da adoção de hábitos de vida saudáveis, como alimentação equilibrada, prática regular de atividade física e acompanhamento médico. A atividade buscou orientar os pacientes e seus acompanhantes, esclarecendo dúvidas e incentivando o autocuidado, contribuindo para a prevenção de complicações e para a promoção da saúde.

Objetivos:

- Orientar pacientes e acompanhantes sobre o que é o Diabetes Mellitus.
- Informar sobre os principais sinais, sintomas e fatores de risco da doença.
- Destacar a importância do diagnóstico precoce e do acompanhamento em saúde.
- Incentivar hábitos de vida saudáveis, como alimentação equilibrada e prática de atividade física.
- Promover o autocuidado e a adesão ao tratamento, prevenindo possíveis complicações do diabetes.

Cronograma:

ETAPA	PERÍODO	RESPONSÁVEIS
Realização de alinhamento com a coordenação	Nov/2025 a Dez/2025	Coord. De enfermagem, enfermeira ambulatório
Realização de materiais. Ex: panfletos, cartaz.	Janeiro 2026	Cordenação de enfermagem, enfermeira ambulatório
Realização da sala de espera	Fevereiro 2026	Coord. de enfermagem, enfermeira, téc. de enfermagem ambulatorial e pacientes

Título: SALA DE ESPERA- DIABETES MELLITUS

Data: Fevereiro - 2026

Reunião de planejamento:

A reunião teve como objetivo planejar uma atividade educativa na sala de espera do ambulatório, destacando a importância da educação em saúde para pacientes e acompanhantes. Foi definido como tema Diabetes Mellitus, devido à alta prevalência da doença e à importância da prevenção e controle.

Foram estabelecidos os objetivos de informar sobre o diabetes, orientar sobre sinais, sintomas e fatores de risco, além de incentivar hábitos de vida saudáveis e o autocuidado. A abordagem será realizada por meio de uma conversa educativa, com linguagem simples e espaço para perguntas.

Também foram definidos os materiais necessários, a distribuição de tarefas entre os responsáveis e a forma de avaliação da atividade. Ao final, foi realizada a revisão do planejamento e a definição da data e horário da realização da sala de espera.

Montagem da comunicação visual:

Para estimular a participação da população foram desenvolvidos materiais visuais:

- Decoração em pontos estratégicos, cartaz
- Panfletos de divulgação.

Ações Desenvolvidas

As ações desenvolvidas consistiram na realização de uma atividade educativa na sala de espera do ambulatório, abordando o tema Diabetes Mellitus. Durante a atividade, foram apresentadas informações sobre o que é o diabetes, seus tipos, principais sinais, sintomas e fatores de risco. Também foram realizadas orientações sobre a importância do controle da glicemia, do acompanhamento em saúde e da adoção de hábitos de vida saudáveis, como alimentação equilibrada e prática regular de atividade física. Além disso, houve um momento para esclarecimento de dúvidas dos pacientes e acompanhantes, incentivando o autocuidado e a adesão ao tratamento, com o objetivo de prevenir complicações relacionadas à doença.

Conclusão

a atividade realizada na sala de espera do ambulatório sobre Diabetes Mellitus contribuiu para a orientação dos pacientes e acompanhantes, reforçando a importância do autocuidado, da adoção de hábitos saudáveis e do acompanhamento médico. A ação promoveu maior conscientização sobre a doença, incentivando a prevenção de complicações e fortalecendo a educação em saúde no ambiente ambulatorial.

FOTOS



Título: SALA DE ESPERA- DIABETES MELLITUS

Data: Fevereiro - 2026

REFERÊNCIAS:

- 1- **Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD).** *Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2023.* São Paulo: SBD, 2023. Disponível em: <https://www.diabetes.org.br/profissionais/diretrizes-sbd>
- 2- BREHMER, Laura Cavalcanti de Farias et al. *Diabetes Mellitus: estratégias de educação em saúde para o autocuidado.* Revista de Enfermagem UFPE on line, v. 15, p. 1-10, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/246321>. Acesso em: 5 mar. 2026.
- 3- WORLD HEALTH ORGANIZATION (OMS). *Guidelines for the prevention, management and care of diabetes mellitus.* Geneva: WHO, 2016. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/119799>. Acesso em: 5 mar. 2026.
- 4- ALMEIDA, D. V.; SANTOS, J. C.; SANTOS, W. L. *A importância da educação em diabetes para o autocuidado do paciente.* Revista JRG de Estudos Acadêmicos, v. 6, n. 13, p. 45-53, 2023. Disponível em: <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/775>. Acesso em: 5 mar. 2026.

Título: SALA DE ESPERA- DIABETES MELLITUS

Data: Fevereiro - 2026