

## Médicos de Família e Nutricionistas nos Centros de Saúde, Comentário a “Hábitos Alimentares das Pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2 em Portugal: Um Estudo Transversal”

### Family Physicians and Nutritionists in Health Centers, Commentary on “Eating Habits of People with Type 2 Diabetes Mellitus in Portugal: A Cross-Sectional Study”

**Palavras-chave:** Comportamento Alimentar; Diabetes Mellitus Tipo 2; Ingestão de Alimentos; Portugal

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Type 2; Eating; Feeding Behavior; Portugal

Caro Editor,

No artigo “Hábitos Alimentares das Pessoas com Diabetes Mellitus Tipo 2 em Portugal: Um Estudo Transversal”<sup>1</sup> publicado em janeiro do corrente ano na Acta Médica Portuguesa, Rodriguez *et al* observaram que apenas pouco mais de um terço dos doentes com diabetes estudados (36,2%, n amostra = 550) obtiveram um *score* considerado saudável no *UK Diabetes and Diet Questionnaire*. Os autores constataram ainda que a maioria consumia pão diariamente, mas limitava o consumo de açúcares.<sup>1</sup>

Estes resultados são preocupantes e sugerem uma potencial deterioração da dieta dos doentes com diabetes seguidos nos Cuidados de Saúde Primários, já que em 2009 partilhei no *Second Virtual Congress of General Practice and Family Medicine* (na altura organizado pelo *virtual GP/FM working group* da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar) dados sobre os hábitos alimentares de uma amostra de doentes com diabetes tipo 2 (n = 56) de um centro de saúde, com a maioria a realizar uma alimentação aproximadamente correta. À semelhança do estudo de Rodriguez *et al*<sup>1</sup> o pão era o hidrato de carbono mais ingerido. Contudo, o total consumido era inferior à dose diária recomendada. Carne/peixe (200 g/dia) foram as principais fontes de proteínas. Sopas, legumes, saladas e frutas eram ingeridos diariamente pela maioria da amostra. Além disso, a maioria evitava a ingestão de produtos ricos em óleos/gorduras, bem como doces e bebidas alcoólicas. Ainda nesta amostra, 95% afirmou estar informado pelo seu médico de

## REFERÊNCIAS

- Rodriguez BC, Rosendo I, Coelho TI, Mendes PD, Rodrigues GS, Francisco AF, et al. Eating habits of people with type 2 diabetes mellitus in Portugal: a cross-sectional study. *Acta Med Port.* 2024;37:27-35.
- Gvozdanović Z, Farčić N, Placento H, Lovrić R, Dujmić Ž, Jurić A, et al. Diet education as a success factor of glycemia regulation in diabetes patients: a prospective study. *Int J Environ Res Public Health.* 2019;16:4003.
- Evert AB, Dennison M, Gardner CD, Garvey WT, Lau KH, MacLeod J, et al. Nutrition therapy for adults with diabetes or prediabetes: a consensus

família ou enfermeiro sobre as mudanças a realizar no seu estilo de vida.

Apesar de os dados destes dois estudos não serem diretamente comparáveis, pelas suas diferenças metodológicas, levantam-se importantes questões. Será que a amostra de Rodriguez *et al*<sup>1</sup> estava igualmente informada sobre as alterações no estilo de vida através da consulta médica/de enfermagem de diabetes nos respetivos centros de saúde? É conhecido o impacto benéfico da educação em saúde em indivíduos com diabetes para a adesão à dieta adequada e no controlo dos níveis de glicemia.<sup>2</sup> Será que no período entre os estudos se verificou uma redução da capacidade das equipas de família de melhor educarem os doentes com diabetes por si acompanhados? As recomendações internacionais aconselham a referência dos doentes com diabetes para educação nutricional individualizada e dirigida à diabetes no momento do diagnóstico e depois conforme as necessidades.<sup>3</sup> No presente momento, como médicos de família, com que facilidade conseguiríamos implementar estas recomendações nas nossas unidades funcionais? Saliento que já em 2022 a Ordem dos Nutricionistas reconhecia a marcada carência de nutricionistas nos antigos agrupamentos de centros de saúde.<sup>4</sup>

Apelo, assim, para que nas recém-criadas unidades locais de saúde (ULS) seja completamente executado (e até superado) o despacho n.º 6556/2018 do Secretário de Estado Adjunto e da Saúde de 2018 que implementa serviços de nutrição nas instituições do Serviço Nacional de Saúde,<sup>5</sup> para a tão necessária e desejada articulação e cooperação entre médicos de família e nutricionistas, sob a ótica da integração de cuidados e colaboração em equipa, atributos deste novo modelo organizativo.

## CONFLITOS DE INTERESSE

O autor declara não ter conflitos de interesse relacionados com o presente trabalho.

## FONTES DE FINANCIAMENTO

Este trabalho não recebeu qualquer tipo de suporte financeiro de nenhuma entidade no domínio público ou privado.

report. *Diabetes Care.* 2019;42:731-54.

- Ordem dos Nutricionistas. Integração de nutricionistas no Serviço Nacional de Saúde. Ordem dos Nutricionistas: Observatório da Profissão; 2022. [consultado 2024 jan 13]. Disponível em: [https://www.ordemdosnutricionistas.pt/documentos/observatorio/2022/SNS/Integracao\\_Nutricionistas\\_SNS\\_ON\\_V4.pdf](https://www.ordemdosnutricionistas.pt/documentos/observatorio/2022/SNS/Integracao_Nutricionistas_SNS_ON_V4.pdf).
- Portugal. Despacho n.º 6556/2018, Saúde – Gabinete do Secretário de Estado Adjunto e da Saúde. *Diário da República, II Série, n.º 127 (2018/07/04)*. p. 18560-1.

Filipe PRAZERES✉<sup>1,2</sup>

1. Unidade de Saúde Familiar Beira Ria. Gafanha da Nazaré. Portugal.

2. Faculdade de Ciências da Saúde. Universidade da Beira Interior. Covilhã. Portugal.

✉ **Autor correspondente:** Filipe Prazeres. [filipeprazeresmd@gmail.com](mailto:filipeprazeresmd@gmail.com)

**Recebido/Received:** 13/01/2024 - **Aceite/Accepted:** 09/02/2024 - **Publicado Online/Published Online:** 25/03/2024 - **Publicado/Published:** 02/05/2024

Copyright © Ordem dos Médicos 2024

<https://doi.org/10.20344/amp.21218>

