

Os Impactos da Diabetes Mellitus e da Hipertensão Arterial na Vida Cotidiana e Estratégias Para Promoção da Qualidade de Vida.

Ana Luiza Briquesi de Souza, Enfermagem, centro universitário integrado, Brasil

Géssica Fernanda Kirgbauer da Cunha Araújo, Enfermagem, centro universitário integrado, Brasil

Jhohana Quino dos Santos, Enfermagem, centro universitário integrado, Brasil

Maria Eduarda Briquesi de Souza, Enfermagem, centro universitário integrado, Brasil

Kaue Negrão Silva, enfermagem, centro universitário integrado, Brasil
Roney Alan Nogueira, enfermagem, centro universitario integrado, Brasil, E-mail:

saude1@grupointegrado.br

INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs) têm ganhado cada vez mais destaque como um problema relevante de saúde pública, principalmente no Brasil, onde o envelhecimento da população e as mudanças nos hábitos de vida contribuem para o aumento desses casos (Eberhardt; Kawa et al, 2026). Nesse cenário, a hipertensão arterial e o diabetes mellitus se destacam por serem doenças frequentes e que exigem cuidado contínuo. A hipertensão, por muitas vezes não apresentar sintomas, acaba sendo descoberta tardiamente, enquanto o diabetes, além de bastante comum, pode levar a diversas complicações quando não controlado adequadamente (Vieira et al., 2026; Watanabe, 2026).

Além disso, a dificuldade em manter o tratamento correto e adotar hábitos mais saudáveis ainda é um desafio importante, afetando diretamente a qualidade de vida das pessoas (Santos, 2026). Por isso, a educação em saúde se torna essencial, ajudando os indivíduos a entenderem melhor suas condições e a cuidarem de si no dia a dia. A atuação dos profissionais de saúde, principalmente na Atenção Primária, também é fundamental nesse processo, apesar das dificuldades enfrentadas nos serviços (Carmo et al., 2025; Silva et al, 2025). Dessa forma, é importante fortalecer ações que unam orientação, acompanhamento e uso de tecnologias em saúde, buscando melhorar a adesão ao tratamento e promover mais qualidade de vida (Reis, 2026; ANVISA, 2024).

MÉTODO

Este trabalho foi desenvolvido no contexto de um projeto de extensão, tendo como base a análise de artigos científicos publicados nos últimos cinco anos. Foram considerados estudos nos idiomas português, inglês e espanhol, selecionados em bases de dados acadêmicas como SciELO, LILACS, PubMed e Periódicos CAPES, a partir do uso de palavras-chave específicas. Foram excluídos materiais duplicados, resumos de eventos, publicações sem revisão por pares e estudos que não apresentavam relação com o tema proposto. Inicialmente, foram identificados

28 artigos, dos quais 10 atenderam aos critérios de inclusão estabelecidos. Esses estudos tiveram seus textos completos analisados de forma criteriosa, contribuindo para a construção de um referencial teórico consistente.

CONTEXTO DO PROJETO OU SITUAÇÃO-PROBLEMA

O projeto surge diante da necessidade de ampliar o conhecimento da população sobre doenças crônicas como diabetes e hipertensão, que têm grande impacto no cotidiano e na qualidade de vida. Muitas pessoas ainda apresentam dificuldades em compreender essas condições, seus riscos e a importância do cuidado contínuo, o que pode levar a complicações evitáveis. Além disso, observa-se a presença de hábitos de vida inadequados, como alimentação pouco saudável, sedentarismo e uso incorreto de medicamentos, associados à baixa adesão ao acompanhamento regular de saúde. Nesse contexto, torna-se fundamental desenvolver ações que promovam a conscientização, orientem sobre práticas saudáveis e reforcem a importância do autocuidado, contribuindo para a prevenção de agravos e para a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados demonstram que a hipertensão arterial e o diabetes mellitus seguem como condições de alta prevalência, especialmente entre a população idosa, impactando significativamente a qualidade de vida e exigindo acompanhamento contínuo (Eberhardt et al ;2026). Observou-se que a dificuldade de compreensão sobre essas doenças, aliada ao caráter silencioso da hipertensão e à complexidade do manejo do diabetes, contribui para o surgimento de complicações. Além disso, a baixa adesão ao tratamento medicamentoso e às mudanças no estilo de vida permanece como um desafio importante, interferindo diretamente nos resultados clínicos (Santos et al., 2026).

A discussão evidencia que a educação em saúde desempenha papel fundamental no fortalecimento do autocuidado, especialmente quando utiliza estratégias acessíveis e interativas, favorecendo maior engajamento dos pacientes (Vieira et al., 2026). Destaca-se ainda a relevância da atuação dos profissionais de saúde na Atenção Primária, principalmente do enfermeiro, tanto no acompanhamento quanto na prevenção de complicações, apesar das limitações estruturais e organizacionais presentes no serviço (Carmo et al., 2025; Duarte, 2025; Silva; Pequeno, 2025). Nesse sentido, o uso de ferramentas como o e-SUS APS e a atenção à segurança de tecnologias em saúde também contribuem para qualificar o cuidado (Reis, 2026; ANVISA, 2024), reforçando a necessidade de integração entre assistência, educação e gestão para melhorar a adesão ao tratamento e promover melhores condições de vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi apresentado, fica evidente que a hipertensão arterial e o diabetes mellitus continuam sendo importantes desafios para a saúde pública, principalmente pelo impacto que causam na qualidade de vida das pessoas e pelas dificuldades relacionadas ao controle dessas doenças no dia a dia (Eberhardt et al.; 2026). Ao longo do trabalho, foi possível perceber que a baixa adesão ao tratamento, muitas vezes associada à dificuldade de compreensão e à ausência de acompanhamento contínuo, contribui para o agravamento dos quadros clínicos (Santos et al., 2026).

Nesse sentido, reforça-se a importância das ações de educação em saúde como ferramenta fundamental para promover o autocuidado e incentivar mudanças no estilo de vida (Vieira et al., 2026). Além disso, a atuação dos profissionais de saúde, especialmente na Atenção Primária, mostra-se essencial para o acompanhamento dos pacientes, mesmo diante de limitações existentes nos serviços (Carmo et al., 2025; Silva; Pequeno, 2025; Duarte, 2025). Assim, destaca-se a necessidade de fortalecer estratégias que integrem orientação, acompanhamento e uso adequado de tecnologias em saúde, contribuindo para a melhoria da adesão ao tratamento e da qualidade de vida (Reis, 2026; ANVISA, 2024).

PALAVRAS-CHAVE: Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNTs). Diabetes Mellitus, Hipertensão Arterial, Qualidade de Vida. Atenção Primária à Saúde.

REFERÊNCIAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). Boletim informativo de tecnovigilância – BIT: estudo descritivo a partir de notificações em tecnovigilância, com ênfase para as notificações envolvendo glicosímetros. Ano XIV, n. 1, 2024. ISSN 20178-440X.

CARMO, Beatriz Anunciação do et al. Prática profissional de enfermeiros na atenção primária à saúde: desafios e potencialidades para a autonomia. **Online Brazilian Journal of Nursing**, v. 24, supl. 2, e20256899, 2025. DOI: <https://doi.org/10.17665/1676-4285.20256899>.

DUARTE, Taismara de Mello. A atuação do enfermeiro na prevenção do pé diabético em usuários da atenção básica: uma revisão integrativa. Porto Alegre, 2025. **Trabalho de Conclusão de Residência (Programa Saúde da Família e Comunidade)**.

EBERHARDT, Emily da Silva; KAWALENDE, Sara Calumbi Nachipindo; ROSSET, Idiane. Morbidades mais prevalentes em pessoas idosas brasileiras de acordo com o sexo, grupos etários e grandes regiões. **Revista Brasileira de Geriatria e**

Gerontologia, v. 29, 2026. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562026029.250145.pt>

REIS, Zilma Silveira Nogueira (org.). Sistema e-SUS APS para pessoas na gestão de saúde: educação permanente para pessoas na gestão de atenção primária. 1. ed. Belo Horizonte: **Faculdade de Medicina da UFMG**; Ministério da Saúde, 2026. ISBN: 978-65-86593-64-8.

SANTOS, Francisco de Assis Viana dos et al. Adesão ao tratamento farmacológico e qualidade de vida em hipertensos. **Revista Rene**, v. 27, e96169, 2026. DOI: <https://doi.org/10.36517/2175-6783.20262796169>

SILVA, Talita Oliveira da; PEQUENO, Nila Patrícia Freire. O atendimento compartilhado às pessoas com diabetes na Estratégia de Saúde da Família: um relato de práticas e desafios. **Revista Ciência Plural**, v. 11, n. 3, e38095, 2025.

VIEIRA, Gerson Carvalho et al. Construção de um jogo para educação em saúde de pessoas com hipertensão arterial. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, Umuarama**, v. 30, n. 2, p. 928-953, 2026. DOI: <https://doi.org/10.25110/arqsaude.v30i2.2026-12019>

WATANABE, Carolina Natsumi. A incidência de diabetes mellitus com o uso de imunossupressores pós transplante hepático: um relato de caso retrospectivo. Ribeirão Preto, 2026. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Nutrição Clínica) – **Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, USP**.

