

RASTREAMENTO CARDIOMETABÓLICO E EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

João Henrique Nóbrega Guedes ¹; Luciano Adonias Barbosa Filho ²; Luiz Guilherme de Oliveira Leite Brasileiro³; Maria Fernanda Vital Ramalho⁴; João Davi Cordeiro França⁵; Miguel Murilo Almeida da Cunha Ramos ⁶; Vinicius Paiva Cândido dos Santos ⁷.

joaohenriqueng.med@gmail.com

Área Temática: Saúde Coletiva

RESUMO

Objetivo: Relatar a experiência de ações extensionistas voltadas ao rastreamento cardiometabólico e à educação em saúde desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde (APS), enfatizando a importância da identificação precoce de fatores de risco cardiovasculares e da promoção do autocuidado na comunidade assistida. **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado a partir de seis ações extensionistas conduzidas por acadêmicos de medicina em um serviço vinculado à Estratégia Saúde da Família. As atividades contemplaram aferição da pressão arterial, verificação da glicemia capilar, mensuração de peso, altura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência abdominal, além de anamnese breve direcionada à identificação de fatores de risco cardiometabólicos. Após as avaliações, os participantes receberam orientações individualizadas sobre alimentação saudável, prática regular de atividade física, prevenção cardiovascular e importância do acompanhamento longitudinal na APS. **Resultados e Discussão:** Observou-se elevada participação da comunidade, especialmente entre adultos e idosos, além de frequência significativa de fatores de risco cardiovasculares, como níveis pressóricos elevados, excesso de peso, sedentarismo e hábitos alimentares inadequados. Muitos participantes apresentaram conhecimento limitado acerca das doenças cardiometabólicas e da prevenção de complicações cardiovasculares. As ações educativas favoreceram maior interação entre acadêmicos e usuários, fortalecendo o vínculo com os serviços de saúde e ampliando o acesso à informação em saúde. Além disso, a experiência contribuiu para o desenvolvimento de habilidades clínicas, comunicacionais e humanísticas dos estudantes envolvidos. **Conclusão:** As ações extensionistas demonstraram relevância para o rastreamento precoce de fatores de risco cardiometabólicos e para o fortalecimento das estratégias de prevenção e educação em saúde no contexto da APS, contribuindo tanto para a comunidade assistida quanto para a formação médica voltada aos princípios do Sistema Único de Saúde.

Palavras-chave: Doenças Cardiometabólicas; Rastreamento; Promoção da Saúde.

1 INTRODUÇÃO

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), especialmente a hipertensão arterial sistêmica (HAS), o diabetes mellitus tipo 2 (DM2) e a síndrome metabólica, representam importantes desafios para a saúde pública mundial, estando diretamente associadas ao aumento da morbimortalidade cardiovascular. Essas condições apresentam elevada prevalência e

frequentemente evoluem de forma silenciosa, dificultando o diagnóstico precoce e favorecendo o surgimento de desfechos clínicos graves (World Health Organization, 2023).

No Brasil, a elevada frequência de fatores de risco modificáveis, como sedentarismo, obesidade, alimentação inadequada e baixa adesão ao acompanhamento longitudinal na Atenção Primária à Saúde (APS), contribui significativamente para o crescimento das doenças cardiometabólicas. Nesse contexto, a APS exerce papel essencial no rastreamento, monitoramento e educação em saúde, permitindo a identificação precoce de indivíduos em risco e o fortalecimento de estratégias preventivas voltadas à prevenção de agravos cardiovasculares (Barroso et al., 2021).

Além do acompanhamento clínico, ações educativas desenvolvidas no âmbito comunitário possuem relevância significativa na ampliação do conhecimento da população sobre hábitos de vida saudáveis e autocuidado. Estudos demonstram que intervenções educativas associadas à triagem clínica básica contribuem para melhora da percepção de risco cardiovascular, fortalecimento do vínculo com os serviços de saúde e maior adesão às medidas preventivas e terapêuticas (Grundy, 2022; Khunti; Davies, 2021).

Dessa forma, o presente trabalho teve como objetivo relatar a experiência de ações extensionistas voltadas ao rastreamento cardiometabólico e à educação em saúde desenvolvidas na Atenção Primária, enfatizando a importância da identificação precoce de fatores de risco cardiovasculares e do fortalecimento do autocuidado na comunidade assistida.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir de seis ações extensionistas realizadas por acadêmicos de medicina em serviço vinculado à Estratégia Saúde da Família, voltadas ao rastreamento cardiometabólico e à educação em saúde de usuários adultos acompanhados na Atenção Primária à Saúde (APS).

As atividades incluíram aferição da pressão arterial, verificação da glicemia capilar, mensuração de peso, altura, índice de massa corporal (IMC) e circunferência abdominal, além de anamnese breve direcionada à identificação de fatores de risco cardiovasculares, como hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, sedentarismo, alimentação inadequada e tabagismo. Participaram voluntariamente indivíduos com idade igual ou superior a 18 anos presentes durante as intervenções.

Após as avaliações, os participantes receberam orientações individualizadas sobre alimentação saudável, prática regular de atividade física, prevenção cardiovascular e

importância do acompanhamento longitudinal na APS. Os dados observacionais obtidos foram analisados de forma descritiva e qualitativa, considerando-se principalmente o perfil clínico dos participantes, a receptividade da comunidade e a relevância das ações educativas no contexto da prevenção cardiovascular.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ações extensionistas foram realizadas no município de João Pessoa durante o primeiro semestre de 2026, por meio de seis intervenções presenciais voltadas ao rastreamento cardiometabólico e à educação em saúde no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS). Ao longo das ações, foram realizados aproximadamente 68 atendimentos clínicos individuais, além da participação de cerca de 101 usuários nas atividades educativas e orientações coletivas desenvolvidas pelos acadêmicos.

Observou-se elevada participação da comunidade, especialmente entre adultos e idosos, evidenciando importante demanda por estratégias de rastreamento precoce e prevenção de agravos cardiovasculares. Durante as avaliações clínicas, verificou-se frequência significativa de participantes com níveis pressóricos elevados, excesso de peso, aumento da circunferência abdominal e presença de hábitos de vida sedentários. Também foram observados relatos recorrentes de alimentação rica em alimentos ultraprocessados, baixa prática de atividade física e dificuldade de adesão ao acompanhamento longitudinal na APS. Esses achados são compatíveis com dados epidemiológicos nacionais que demonstram crescimento progressivo da prevalência de hipertensão arterial sistêmica (HAS), diabetes mellitus tipo 2 (DM2) e obesidade na população brasileira (Brasil, 2022; NCD-RisC, 2021).

Além disso, muitos participantes demonstraram conhecimento limitado acerca dos fatores de risco cardiovasculares e das complicações associadas às doenças cardiometabólicas, sobretudo em relação à prevenção primária e ao controle adequado da pressão arterial e da glicemia. Segundo a World Health Organization (2023), parcela significativa da população mundial permanece sem diagnóstico ou apresenta controle inadequado da hipertensão arterial, condição frequentemente silenciosa e associada a elevada morbimortalidade cardiovascular.

As ações educativas realizadas favoreceram maior interação entre acadêmicos e usuários, permitindo esclarecimento de dúvidas sobre alimentação saudável, prática regular de atividade física, controle do peso corporal e importância do seguimento clínico contínuo. Estudos demonstram que intervenções educativas na APS apresentam impacto positivo na adesão terapêutica e no autocuidado, especialmente quando associadas à abordagem

humanizada e à participação ativa dos usuários no processo de cuidado (Khunti; Davies, 2021; Grundy, 2022).

A experiência extensionista também proporcionou importante desenvolvimento acadêmico aos estudantes envolvidos, especialmente no aprimoramento das habilidades de comunicação clínica, escuta qualificada, humanização da assistência e realização de avaliação clínica básica. O contato direto com a comunidade permitiu compreender de maneira mais ampla os determinantes sociais envolvidos no processo saúde-doença, incluindo limitações econômicas, dificuldades de acesso aos serviços de saúde e barreiras relacionadas à adoção de hábitos saudáveis.

Dessa forma, as ações realizadas demonstraram relevância tanto para a comunidade assistida quanto para a formação médica, fortalecendo a integração entre ensino, serviço e comunidade e contribuindo para consolidação dos princípios da integralidade, prevenção e promoção da saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

4 CONCLUSÃO

As ações extensionistas desenvolvidas demonstraram relevância significativa para o rastreamento precoce de fatores de risco cardiometabólicos e para o fortalecimento da educação em saúde no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS). A elevada frequência de alterações pressóricas, excesso de peso, sedentarismo e baixo conhecimento sobre prevenção cardiovascular observada entre os participantes reforça a importância da implementação de estratégias preventivas contínuas voltadas às doenças crônicas não transmissíveis (DCNT).

Além da contribuição para a comunidade assistida, a experiência proporcionou importante desenvolvimento acadêmico aos estudantes envolvidos, especialmente no fortalecimento das habilidades de comunicação clínica, humanização da assistência, escuta qualificada e compreensão dos determinantes sociais relacionados ao processo saúde-doença. A integração entre ensino, serviço e comunidade mostrou-se fundamental para consolidação de práticas voltadas à prevenção de agravos e ao cuidado integral no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS).

Entre as limitações observadas, destacam-se o curto período de acompanhamento dos participantes, a impossibilidade de monitoramento longitudinal dos usuários triados e a ausência de avaliação quantitativa sistematizada dos desfechos clínicos após as intervenções educativas. Ainda assim, as ações permitiram identificar demandas relevantes da população

assistida e ampliar o acesso a informações relacionadas ao autocuidado e à prevenção cardiovascular.

Dessa forma, conclui-se que intervenções extensionistas voltadas ao rastreamento cardiometabólico e à educação em saúde apresentam potencial relevante para fortalecimento da APS, promoção da saúde comunitária e formação médica humanizada. Sugere-se que futuras ações incluam acompanhamento longitudinal dos participantes, ampliação das estratégias educativas multiprofissionais e desenvolvimento de estudos quantitativos capazes de avaliar de maneira mais precisa o impacto dessas intervenções sobre indicadores clínicos e adesão ao cuidado em saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BARROSO, W. K. S. et al. Diretrizes Brasileiras de Hipertensão Arterial – 2020. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, São Paulo, v. 116, n. 3, p. 516-658, 2021. DOI: 10.36660/abc.20201238.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Vigitel Brasil 2022: vigilância de fatores de risco e proteção para doenças crônicas por inquérito telefônico*. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

GRUNDY, S. M. Metabolic syndrome update. *Circulation*, Dallas, v. 145, n. 25, p. 1922-1936, 2022.

KHUNTL, K.; DAVIES, M. J. Clinical inertia in the management of type 2 diabetes mellitus: a focused literature review. *Diabetes, Obesity and Metabolism*, Hoboken, v. 23, n. 4, p. 787-798, 2021.

NCD RISK FACTOR COLLABORATION (NCD-RisC). Worldwide trends in hypertension prevalence and progress in treatment and control from 1990 to 2019: a pooled analysis of 1201 population-representative studies. *The Lancet*, Londres, v. 398, n. 10304, p. 957-980, 2021.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. *Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2023*. São Paulo: Clannad, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Global report on hypertension: the race against a silent killer*. Geneva: World Health Organization, 2023.