



# Educação em saúde como estratégia na prevenção e controle de doenças crônicas: desafios e impactos na qualidade de vida

*Health education as a strategy for the prevention and control of chronic diseases: challenges and impacts on quality of life*

*La educación para la salud como estrategia de prevención y control de enfermedades crónicas: retos e impactos en la calidad de vida*

Bruno Neder Figueira da Costa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Centro Universitário de Votuporanga/ sp

## Correspondência

bruno.nfcosta@gmail.com

## Direitos autorais:

Copyright © 2025 Bruno Neder Figueira da Costa

## Licença:

Este é um artigo distribuído em Acesso Aberto sob os termos da Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional. CC BY-SA

## Submetido:

31/03/2025

## Aprovado:

11/04/2025

## ISSN:

2966-1218

## RESUMO

A crescente incidência de doenças crônicas não transmissíveis representa um dos principais desafios para os sistemas de saúde em âmbito global. Diante desse cenário, a educação em saúde emerge como uma estratégia fundamental na promoção de hábitos saudáveis e na prevenção de agravos. Este estudo tem como objetivo analisar os efeitos e obstáculos da educação em saúde na prevenção e controle de doenças crônicas, bem como os reflexos dessas ações na qualidade de vida da população. A pesquisa, de abordagem qualitativa e caráter bibliográfico, concentrou-se em publicações entre os anos de 2020 e 2025. Os achados indicam que práticas educativas contribuem significativamente para o empoderamento dos indivíduos, embora ainda enfrentem barreiras estruturais e culturais que limitam sua eficácia

**Palavras-chave:** Educação em Saúde; Doenças Crônicas; Prevenção em Saúde; Qualidade de vida.

## ABSTRACT

The increasing incidence of chronic non-communicable diseases represents one of the main challenges for health systems worldwide. In this scenario, health education emerges as a fundamental strategy in promoting healthy habits and preventing diseases. This study aims to analyze the effects and obstacles of health education in the prevention and control of chronic diseases, as well as the impact of these actions on the population's quality of life. The research, with a qualitative approach and bibliographic nature, focused on publications between 2020 and 2025. The findings indicate that educational practices contribute significantly to the empowerment of individuals, although they still face structural and cultural barriers that limit their effectiveness.

**Keywords:** Health Education; Chronic Diseases; Health Prevention; Quality of Life.

## RESUMEN

La creciente incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles representa uno de los principales desafíos para los sistemas de salud a nivel mundial. En este escenario, la educación para la salud surge como una estrategia fundamental en la promoción de hábitos saludables y la prevención de lesiones. Este estudio tiene como objetivo analizar los efectos y obstáculos de la educación en salud en la prevención y control de enfermedades crónicas, así como el impacto de estas acciones en la calidad de vida de la población. La investigación, con enfoque cualitativo y carácter bibliográfico, se centró en publicaciones entre los años 2020 y 2025. Los hallazgos indican que las prácticas educativas contribuyen significativamente al empoderamiento de los individuos, aunque aún enfrentan barreras estructurales y culturales que limitan su efectividad.

**Palabras clave:** Educación para la Salud; Enfermedades crónicas; Prevención de la salud; Calidad de vida.

## Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis, como diabetes mellitus, hipertensão arterial, obesidade e doenças cardiovasculares, configuram-se como as principais causas de morbimortalidade na atualidade (Da Silva; Miranda, 2024). O aumento da expectativa de vida, somado a estilos de vida inadequados e à urbanização acelerada, favorece a disseminação desses agravos, exigindo ações sistemáticas de prevenção e controle no âmbito da saúde pública.

Neste contexto, a educação em saúde tem sido reconhecida como um componente essencial para a transformação de comportamentos e a construção de práticas de autocuidado (Rodrigues *et al*, 2023). Mais do que informar, essas ações buscam fomentar a autonomia dos sujeitos na tomada de decisões relacionadas à sua saúde, fortalecendo o vínculo entre os profissionais da atenção básica e a comunidade.

De acordo com Pereira *et al.*, (2024) as políticas públicas voltadas para o enfrentamento das doenças crônicas têm destacado a importância de estratégias educativas como forma de promover mudanças sustentáveis nos modos de vida da população. No entanto, observa-se que, apesar dos avanços normativos, ainda existem lacunas significativas entre a proposta teórica e a realidade das práticas desenvolvidas nos territórios.

Diante desse panorama, este estudo visa compreender como a educação em saúde tem sido empregada na prevenção e manejo das doenças

crônicas e quais são seus impactos na qualidade de vida dos indivíduos. Busca-se, ainda, identificar os principais desafios enfrentados pelos profissionais e gestores para efetivar essas ações de forma contínua, participativa e contextualizada.

## Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa e caráter bibliográfico, que se propõe a analisar criticamente a produção científica e os documentos institucionais publicados entre os anos de 2020 e 2025. A escolha desse recorte temporal justifica-se pela intensificação das discussões sobre doenças crônicas e estratégias educativas no período pós-pandemia, que evidenciou ainda mais a vulnerabilidade de grupos com condições crônicas de saúde.

Foram utilizados como descritores: “educação em saúde”, “doenças crônicas não transmissíveis”, “prevenção de doenças”, “qualidade de vida” e “atenção primária à saúde”. As bases de dados consultadas incluíram SciELO, LILACS, PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS).

Os critérios de inclusão abrangeram artigos científicos em português, publicados entre 2020 e 2025, que abordassem de forma direta a relação entre educação em saúde e o enfrentamento de doenças crônicas, com enfoque nos impactos sobre a qualidade de vida. Foram excluídos estudos com foco exclusivo em intervenções hospitalares, publicações duplicadas e textos que

não apresentassem análise crítica das ações educativas.

A análise do material coletado foi realizada por meio da leitura interpretativa, buscando identificar padrões e categorias temáticas que evidenciassem os benefícios, limitações e perspectivas da educação em saúde como instrumento de transformação social e melhoria das condições de vida.

## Resultados e Discussões

Os dados analisados demonstram que a educação em saúde tem desempenhado papel relevante na conscientização da população sobre os fatores de risco associados às doenças crônicas, incentivando a adoção de comportamentos preventivos (Soares, 2025). Intervenções em grupos comunitários, palestras, oficinas educativas e visitas domiciliares são apontadas como estratégias eficazes, especialmente quando realizadas de forma contínua e adaptadas à realidade local.

Contudo, os estudos também revelam que a efetividade dessas ações depende da capacitação dos profissionais envolvidos e da articulação com outras políticas públicas, como alimentação saudável, prática de atividades físicas e redução do consumo de substâncias nocivas. A fragmentação das iniciativas e a ausência de planejamento intersetorial comprometem a sustentabilidade dos resultados alcançados (Albuquerque *et al.*, 2024).

Outro aspecto identificado é a influência das condições socioeconômicas sobre a adesão às

práticas educativas. Populações em situação de vulnerabilidade tendem a enfrentar maiores obstáculos para modificar hábitos prejudiciais à saúde, seja por falta de acesso a recursos básicos, seja por limitações culturais que dificultam a internalização das orientações recebidas (Kossmann, 2022).

Além dos fatores já mencionados, é fundamental considerar a continuidade das ações educativas como elemento central para alcançar mudanças sustentáveis. Iniciativas pontuais, mesmo que bem estruturadas, tendem a gerar impactos limitados quando não inseridas em uma lógica de acompanhamento regular e avaliação sistemática. A periodicidade das atividades educativas permite reforçar conteúdos, esclarecer dúvidas e adaptar estratégias conforme as necessidades emergentes da população (Santos *et al.*, 2022).

De acordo com Sousa e Almeida (2023) a atuação dos agentes comunitários de saúde é importante e imprescindível no desenvolvimento dessas atividades, uma vez que exercem papel de mediação entre os serviços formais e os usuários. Por estarem inseridos no território e conhecerem a realidade local, esses profissionais conseguem estabelecer maior proximidade com as famílias, facilitando o processo educativo (Martins; Carbonai, 2022). No entanto, para que desempenhem essa função de forma eficaz, é necessário investimento contínuo em sua formação técnica e valorização profissional.

Os resultados também evidenciam que as ações educativas são mais efetivas quando

desenvolvidas de forma participativa, envolvendo os sujeitos como protagonistas no processo de aprendizagem (Tavares *et al.*, 2021). A utilização de metodologias ativas, que estimulem o diálogo, a reflexão crítica e a troca de experiências, contribui significativamente para o fortalecimento do engajamento comunitário (Porto *et al.*, 2021). Dessa forma, o saber popular é reconhecido como complementar ao conhecimento técnico, promovendo maior aceitação e adesão às orientações.

Outro ponto relevante refere-se à importância de contextos escolares e espaços coletivos como locais estratégicos para o desenvolvimento de práticas educativas voltadas à promoção da saúde (De Sousa Borges *et al.*, 2020). Escolas, centros comunitários, associações de moradores e instituições religiosas podem funcionar como ambientes propícios à disseminação de informações e à mobilização social em torno da prevenção de doenças crônicas, alcançando públicos diversos de maneira mais abrangente (De Souza; Thiago; Gonçalves, 2020).

A análise dos estudos também aponta que, em algumas regiões, a ausência de materiais pedagógicos adequados e a falta de recursos didáticos limitam a eficácia das ações. Essa carência dificulta a elaboração de atividades mais dinâmicas e adaptadas aos diferentes perfis da população (Da Silva Marques *et al.*, 2023). Dessa forma, a produção e distribuição de conteúdos acessíveis, ilustrativos e culturalmente sensíveis constituem uma necessidade premente para potencializar os resultados desejados.

Por fim, destaca-se que a avaliação dos impactos das ações de educação em saúde ainda representa um desafio para os gestores e profissionais da área (Bezerra *et al.*, 2020). Muitas vezes, os efeitos das intervenções educativas são percebidos a longo prazo e não se refletem de imediato em indicadores quantitativos. Isso exige o desenvolvimento de instrumentos de avaliação qualitativa que contemplem dimensões subjetivas, como percepção de bem-estar, fortalecimento da autoestima e melhora no convívio social, ampliando a compreensão sobre os reais efeitos dessas práticas na vida das pessoas (Fittipaldi; O'Dwer; Henriques, 2021).

## Conclusão

A educação em saúde configura-se como um recurso estratégico e indispensável na prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis. Ao promover o conhecimento e estimular a mudança de comportamentos, ela contribui para a construção de uma cultura de autocuidado e para a redução de agravos evitáveis, com impacto direto na qualidade de vida dos indivíduos.

Os resultados evidenciam que, embora haja avanços nas práticas educativas, persistem desafios relacionados à estrutura dos serviços, à formação dos profissionais e às desigualdades sociais que limitam o alcance dessas intervenções. É necessário investir em políticas públicas que valorizem a dimensão educativa da atenção à saúde como um eixo transversal e permanente.

O fortalecimento da atenção primária como cenário privilegiado para o desenvolvimento dessas ações exige planejamento integrado, participação comunitária e apoio institucional. A articulação entre saberes populares e conhecimentos técnicos deve ser incentivada, favorecendo uma abordagem mais humanizada e resolutive.

Em síntese, a consolidação da educação em saúde como estratégia efetiva requer compromisso político, sensibilidade social e atuação profissional qualificada. Apenas com esforços coordenados será possível promover mudanças estruturais que reflitam na redução da carga das doenças crônicas e na construção de uma sociedade mais saudável e equitativa.

## Referências

- ALBUQUERQUE, Vinícius Rodrigues et al. Impacto da Atenção Primária na Prevenção e Controle de Doenças Crônicas Não Transmissíveis: Desafios e Estratégias. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 12, p. 2816-2829, 2024.
- BEZERRA, Hassyla Maria de Carvalho et al. Processo educativo do núcleo ampliado de saúde da família na atenção à hipertensão e diabetes. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 18, p. e00277109, 2020.
- DA SILVA, Camila Meury Albino; MIRANDA, Joelina Da Silva. ESTRATÉGIAS DA ENFERMAGEM PARA O MANEJO DA DOR EM PACIENTES COM DOENÇAS CRÔNICAS. **Revista Cedigma**, v. 2, n. 3, p. 15-26, 2024.
- DA SILVA MARQUES, Victor Guilherme Pereira et al. A PRÁTICA DA EDUCAÇÃO EM SAÚDE NA ESTRATÉGIA SAÚDE DA FAMÍLIA. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 4, p. 819-825, 2023.
- DE SOUSA BORGES, Renata Campos et al. EDUCAÇÃO EM SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA EDUCATIVA COM TECNOLOGIA LÚDICA. **Revista Extensão & Cidadania**, v. 8, n. 13, p. 173-184, 2020.
- DE SOUZA, Dalton Monteiro; THIAGO, Fernando; GONÇALVES, Caroline. Ações para saúde e segurança do trabalho: a contribuição do Cerest de Corumbá-MS. **Conhecimento Interativo**, v. 14, n. 2, 2020.
- FITTIPALDI, Ana Lúcia de Magalhães; O'DWYER, Gisele; HENRIQUES, Patrícia. Educação em saúde na atenção primária: as abordagens e estratégias contempladas nas políticas públicas de saúde. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. e200806, 2021.
- KOSSMANN, Natália Rodrigues. Acesso ao serviço odontológico pela população em situação de rua em Porto Alegre-RS. 2022.
- MARTINS, Maique Berlote; CARBONAI, Davide. Entre o vínculo e o distanciamento: desafios na atuação de Agentes Comunitárias de Saúde. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, v. 37, p. e3711001, 2022.
- PEREIRA, Maria Clara Leal et al. Saúde pública no Brasil: desafios estruturais e necessidades de investimentos sustentáveis para a melhoria do sistema. **Revista Cedigma**, v. 2, n. 3, p. 64-80, 2024.
- PORTO, Quele Aureliano Ribeiro et al. A efetividade de ações de educação em saúde na adoção de hábitos saudáveis: revisão integrativa. **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 45, n. 2, p. 213-230, 2021.
- RODRIGUES, Cicera Kassiana et al. A EDUCAÇÃO EM SAÚDE COMO UMA PRÁTICA PARA PREVENÇÃO DE DOENÇAS CRÔNICAS. **Livros da Editora Integrar**, p. 10-21, 2023.
- SANTOS, Maria Clara da Silva et al. Desenvolvimento do protótipo de aplicativo, Previne+: educação em saúde para doenças crônicas não transmissíveis. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 9, 2022.
- SOARES, Maiara Assunção Rodrigues. Determinantes sociais da saúde e a prevalência de

doenças cardiovasculares. **Periodicos Cedigma**, v. 1, n. 1, p. 27-32, 2025.

SOUSA, Jéssica de Oliveira; ALMEIDA, Patty Fidelis de. Atuação do agente comunitário de saúde em municípios rurais remotos do Semiárido: um olhar a partir dos atributos da Atenção Primária à Saúde. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 33, p. e33044, 2023.

TAVARES, Paula Paulina Costa et al. Percepção de portadores de diabetes sobre educação em saúde e adoção de hábitos saudáveis. **Saúde e Pesquisa**, v. 14, n. 3, p. 643-654, 2021.