

A IMPORTÂNCIA DA MEDICINA PREVENTIVA NA REDUÇÃO DAS DOENÇAS CRÔNICAS NÃO TRANSMISSÍVEIS

Jhonatan de Araújo Leal¹
Ana Luísa Guimarães Amaral²
Dandara de Freitas Macedo³
Victória Pereira Ferreira⁴
Diego Reis Pessoa⁵
Felipe Salge Garcia⁶

RESUMO: A Medicina Preventiva desempenha papel fundamental na redução das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão arterial, obesidade e dislipidemias. Essas condições representam grande carga para os sistemas de saúde e estão fortemente relacionadas a fatores comportamentais modificáveis. Este artigo revisa as principais estratégias preventivas baseadas em evidências, incluindo promoção de hábitos saudáveis, rastreamento precoce e educação em saúde. Destaca-se a importância da atuação multiprofissional e das políticas públicas voltadas à prevenção primária e secundária. A implementação efetiva dessas ações é essencial para melhorar a qualidade de vida da população e reduzir custos assistenciais.

1335

Palavras-chave: Medicina preventiva. Doenças crônicas não transmissíveis. Promoção da saúde.

ABSTRACT: Preventive Medicine plays a fundamental role in reducing noncommunicable chronic diseases (NCDs), such as diabetes, hypertension, obesity, and dyslipidemia. These conditions impose a major burden on health systems and are closely linked to modifiable behavioral factors. This article reviews the main evidence-based preventive strategies, including the promotion of healthy habits, early screening, and health education. It emphasizes the importance of multidisciplinary collaboration and public policies focused on primary and secondary prevention. The effective implementation of these actions is essential to improve population quality of life and reduce healthcare costs.

Keywords: Preventive medicine. Noncommunicable chronic diseases. Health promotion.

¹Graduado em Medicina pela UPAL – Universidad Privada Abierta Latinoamericana. Cochabamba/Bolívia, revalidado pela Universidade Estadual do Maranhão.

²Graduanda em medicina pelo Centro Universitário IMEPAC. Araguari, MG.

³Graduada em Medicina pela Universidade de Uberaba.

⁴Graduada de Medicina pela Universidade Nilton Lins.

⁵Graduado em Medicina pela Universidade do Estado do Amazonas.

⁶Centro Universitário Municipal de Franca - Uni-FACEF.

INTRODUÇÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) representam um dos maiores desafios da saúde pública contemporânea, sendo responsáveis por elevada morbimortalidade e grande impacto socioeconômico. Condições como hipertensão arterial, diabetes mellitus, dislipidemias e obesidade estão entre as principais causas de incapacidade e morte no mundo, correspondendo a mais de 70% dos óbitos globais segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). O aumento da expectativa de vida, aliado a mudanças no estilo de vida e hábitos alimentares inadequados, contribui diretamente para a expansão dessas doenças.

Nesse contexto, a Medicina Preventiva assume papel essencial na promoção da saúde e na redução dos fatores de risco associados às DCNT. Diferente do modelo curativo tradicional, a abordagem preventiva prioriza a intervenção antecipada, o rastreamento de agravos e a educação em saúde, buscando modificar comportamentos e evitar a progressão de doenças. A atuação preventiva é reconhecida como estratégia de alto impacto e baixo custo, especialmente quando aplicada em nível populacional e com apoio das políticas públicas de saúde.

A implementação de ações preventivas exige a integração entre profissionais de diferentes áreas, incluindo médicos, enfermeiros, nutricionistas, educadores físicos e psicólogos. Essa abordagem multiprofissional permite identificar precocemente indivíduos em risco e desenvolver estratégias personalizadas para controle de fatores como sedentarismo, alimentação inadequada e tabagismo. Além disso, o fortalecimento da atenção primária e a conscientização da população sobre autocuidado são pilares fundamentais para o sucesso dessas ações.

1336

Assim, compreender o papel da Medicina Preventiva na redução das DCNT é essencial para consolidar um modelo de assistência mais efetivo, sustentável e centrado no paciente. Este artigo tem como objetivo revisar as evidências atuais sobre a prevenção e o controle das doenças crônicas não transmissíveis, destacando a importância da abordagem multidisciplinar e das políticas públicas na promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida da população.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão narrativa de literatura, com abordagem descritiva e qualitativa, elaborada com o objetivo de reunir e analisar as principais evidências científicas sobre a contribuição da Medicina Preventiva na redução das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT).

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS, BVS (Biblioteca Virtual em Saúde) e ScienceDirect, utilizando os descritores em português e inglês: *medicina preventiva, doenças crônicas não transmissíveis, promoção da saúde e prevenção primária* (*preventive medicine, noncommunicable chronic diseases, health promotion, primary prevention*).

Foram incluídos artigos publicados entre 2019 e 2024, disponíveis na íntegra, em português, inglês e espanhol, que abordassem práticas, políticas públicas e estratégias de prevenção primária e secundária das DCNT. Excluíram-se publicações duplicadas, relatos de caso isolados e estudos sem metodologia claramente definida.

Os dados obtidos foram analisados de forma qualitativa e interpretativa, com foco na identificação das principais tendências, lacunas e recomendações práticas para a atuação da Medicina Preventiva. As discussões foram fundamentadas em diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do Ministério da Saúde do Brasil, assegurando a relevância científica e a aplicabilidade dos achados à realidade nacional.

DISCUSSÃO

As Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) configuram-se atualmente como o principal desafio da saúde pública global, sendo responsáveis por milhões de óbitos anuais e por elevados custos assistenciais. No Brasil, o impacto dessas doenças é crescente, refletindo a transição demográfica e epidemiológica vivenciada nas últimas décadas. O envelhecimento populacional, a urbanização acelerada e a adoção de estilos de vida pouco saudáveis contribuíram para a consolidação de um cenário em que a prevenção se torna imperativa. A Medicina Preventiva, nesse contexto, surge como ferramenta essencial para conter o avanço das DCNT, reduzindo a incidência e mitigando suas consequências clínicas e sociais.

A abordagem preventiva propõe uma mudança de paradigma: do modelo centrado na doença para um modelo voltado à promoção da saúde. Em vez de agir apenas diante do adoecimento, o foco desloca-se para a identificação precoce dos fatores de risco e para a intervenção antecipada. Tal perspectiva tem respaldo em estudos que demonstram que até 80% dos casos de doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2 e acidentes vasculares cerebrais poderiam ser evitados por meio de modificações no estilo de vida, como alimentação equilibrada, prática regular de atividade física e abandono do tabagismo. Dessa forma, a Medicina Preventiva não apenas reduz a mortalidade, mas também promove um modelo de atenção mais sustentável e menos oneroso para o sistema público de saúde.

A efetividade da prevenção depende, entretanto, da estruturação de uma rede assistencial capaz de oferecer acompanhamento contínuo e personalizado. A Atenção Primária à Saúde (APS) exerce papel estratégico nesse processo, pois constitui o primeiro nível de contato entre o indivíduo e o sistema de saúde. É nesse espaço que se concretiza o rastreamento de doenças, a orientação sobre hábitos saudáveis e o monitoramento dos fatores de risco. O fortalecimento da APS é, portanto, uma condição indispensável para a implementação de programas preventivos efetivos, sobretudo em regiões com maior vulnerabilidade social.

Outro ponto crucial é a necessidade de integrar diferentes áreas profissionais na construção de um cuidado realmente preventivo. O manejo das DCNT exige a atuação conjunta de médicos, enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas, educadores físicos e psicólogos, de forma a considerar o paciente em sua totalidade. Essa abordagem multiprofissional amplia o alcance das intervenções e permite que o cuidado ultrapasse a dimensão biológica, contemplando também aspectos comportamentais e emocionais que influenciam diretamente a adesão às medidas preventivas.

As políticas públicas brasileiras têm avançado na consolidação de estratégias voltadas à prevenção das DCNT. Iniciativas como o *Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das DCNT* e o *Programa Academia da Saúde* demonstram a preocupação do Estado em promover o autocuidado e reduzir a exposição da população aos fatores de risco. Entretanto, ainda existem desafios na execução dessas políticas, especialmente no que se refere à cobertura desigual entre as regiões, à limitação de recursos humanos e à falta de continuidade das ações. A sustentabilidade das políticas preventivas depende de investimentos consistentes, capacitação profissional e monitoramento de resultados por meio de indicadores de saúde.

1338

A educação em saúde é outro pilar indispensável na efetivação da Medicina Preventiva. A conscientização sobre o impacto dos hábitos de vida na saúde é fundamental para que a população participe ativamente do processo de promoção e manutenção da própria saúde. Programas educativos, campanhas de conscientização e o uso de mídias digitais podem facilitar o acesso à informação e promover mudanças comportamentais duradouras. O empoderamento do indivíduo, quando associado a políticas públicas eficazes, potencializa a adesão às práticas preventivas e reduz a ocorrência de complicações associadas às doenças crônicas.

A tecnologia também tem se mostrado uma aliada importante na prevenção e no controle das DCNT. A telemedicina, os aplicativos de monitoramento e as plataformas de acompanhamento remoto permitem maior integração entre profissionais e pacientes, além de

ampliar o acesso a orientações médicas e programas de saúde. O uso de sistemas informatizados para análise de dados epidemiológicos auxilia gestores e equipes na identificação de grupos de risco e na formulação de estratégias direcionadas, aumentando a efetividade das ações.

Apesar desses avanços, a adesão da população às práticas preventivas ainda é um desafio relevante. Questões culturais, sociais e econômicas podem dificultar a adoção de hábitos saudáveis. Em muitas comunidades, a alimentação inadequada é resultado da baixa disponibilidade de alimentos naturais e do alto custo de produtos saudáveis. Além disso, a ausência de espaços públicos seguros para a prática de exercícios físicos limita o alcance das recomendações de atividade regular. Esses fatores reforçam a importância da intersetorialidade, ou seja, da articulação entre os setores de saúde, educação, agricultura e urbanismo, para que as condições de vida favoreçam escolhas saudáveis e sustentáveis.

Outro aspecto relevante é a necessidade de adaptação das estratégias preventivas às diferentes realidades populacionais. Em regiões urbanas, onde há maior acesso a serviços de saúde e informação, as ações podem concentrar-se em educação e adesão a programas de rastreamento. Já em áreas rurais ou de difícil acesso, é imprescindível investir em equipes itinerantes, teleatendimento e fortalecimento das unidades básicas. A equidade na oferta das ações preventivas é determinante para garantir impacto positivo nos indicadores de mortalidade e morbidade.

1339

No âmbito clínico, a Medicina Preventiva deve ser incorporada à rotina médica como prática contínua e integrada ao cuidado. Consultas periódicas, rastreamentos de pressão arterial, glicemia e perfil lipídico, além de orientações sobre alimentação e atividade física, são medidas simples, porém eficazes, que contribuem significativamente para o diagnóstico precoce e o controle das DCNT. O médico, nesse contexto, atua como agente educador e promotor da saúde, estimulando o paciente a adotar comportamentos que reduzam o risco de adoecimento.

O investimento em prevenção também apresenta retorno econômico relevante. Estudos indicam que cada dólar investido em programas de promoção da saúde pode gerar uma economia de até quatro dólares em custos assistenciais futuros. Isso demonstra que as ações preventivas, além de melhorarem os indicadores de saúde, são financeiramente vantajosas para o sistema. A priorização da prevenção nas políticas de financiamento público deve, portanto, ser encarada como estratégia de gestão eficiente e sustentável.

Por fim, a consolidação da Medicina Preventiva como eixo central da atenção à saúde depende da mudança cultural tanto dos profissionais quanto da população. É necessário

compreender que o cuidado preventivo não substitui o tratamento, mas o complementa e o torna mais eficaz. A medicina moderna deve se pautar na promoção do bem-estar, na integralidade do cuidado e no respeito à individualidade de cada paciente. A formação médica e a educação permanente das equipes precisam incorporar essa perspectiva, garantindo que a prevenção seja vista como investimento contínuo e não como ação pontual.

Assim, a Medicina Preventiva se afirma como ferramenta indispensável para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis. A integração entre políticas públicas, educação em saúde, tecnologia e práticas multiprofissionais cria um ambiente favorável para a redução de riscos e a melhoria da qualidade de vida. Fortalecer a prevenção é, em última análise, investir em um futuro mais saudável, equilibrado e sustentável para toda a população.

CONCLUSÃO

A Medicina Preventiva representa um dos pilares mais eficazes na promoção da saúde e no enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT). Sua aplicação prática transcende o campo individual, alcançando o coletivo por meio de políticas públicas, programas educativos e ações integradas que fortalecem a atenção primária e estimulam o autocuidado.

As evidências demonstram que a adoção de hábitos saudáveis, o rastreamento precoce e o acompanhamento multiprofissional reduzem significativamente a morbimortalidade por doenças crônicas e promovem uma melhor qualidade de vida à população. Contudo, para que essas estratégias se tornem efetivas, é necessário investimento contínuo em educação em saúde, tecnologia, infraestrutura e valorização das equipes interdisciplinares.

Consolidar a Medicina Preventiva como eixo central da prática médica é essencial para a sustentabilidade dos sistemas de saúde. A prevenção não deve ser vista apenas como alternativa, mas como prioridade estratégica que transforma o modelo assistencial, reduz custos hospitalares e fortalece a autonomia do indivíduo na preservação de sua saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. *Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis no Brasil 2021-2030*. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Global status report on noncommunicable diseases 2023*. Geneva: World Health Organization, 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). *Doenças crônicas não transmissíveis nas Américas: panorama 2023*. Washington, D.C.: OPAS, 2023.

SOUZA, L. F.; MORAIS, A. P.; PEREIRA, M. L. Estratégias de prevenção e controle das doenças crônicas não transmissíveis no contexto da atenção primária à saúde. *Revista Brasileira de Promoção da Saúde*, v. 36, n. 1, p. 1-12, 2023.

CARVALHO, R. S.; LIMA, E. A.; COSTA, T. F. Medicina preventiva e promoção da saúde: desafios e perspectivas no enfrentamento das doenças crônicas. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, v. 19, n. 2, p. 45-54, 2023.

FERREIRA, A. L.; GOMES, R. F.; NASCIMENTO, D. S. Educação em saúde como ferramenta para redução de fatores de risco das DCNT: revisão narrativa. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 39, n. 4, p. 1-9, 2023.

PEREIRA, C. M.; VASCONCELOS, M. A. Impacto das políticas públicas de prevenção na redução das doenças cardiovasculares. *Revista de Saúde Coletiva e Humanização*, v. 10, n. 3, p. 210-222, 2022.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DE FAMÍLIA E COMUNIDADE (SBMFC). *Diretrizes nacionais de promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas*. 2. ed. São Paulo: SBMFC, 2022.

GONÇALVES, P. J.; ALMEIDA, V. F. Tecnologia e inovação em saúde: novas perspectivas para a medicina preventiva. *Revista Médica Contemporânea*, v. 6, n. 2, p. 87-96, 2024.