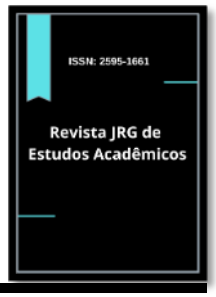
B1 ISSN: 2595-1661

ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em Portal de Periódicos CAPES

Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:
https://revistajrg.com/index.php/jrg



Práticas avançadas no cuidado e no estilo de vida de mulheres com doenças crônicas

Advanced practices in the care and lifestyle of women with chronic diseases

DOI: 10.55892/jrg.v8i18.2193
ARK: 57118/JRG.v8i18.2193

Recebido: 29/05/2025 | Aceito: 04/06/2025 | Publicado *on-line*: 04/06/2025

Núbia de Souza Rufino[1]
https://orcid.org/0000-0001-7846-5682
http://lattes.cnpq.br/1664708252426393
Centro universitário de João Pessoa- Unipê, PB, Brasil
E-mail: nubia_rufino@hotmail.com

Maria Milaneide Lima Viana[2]
https://orcid.org/0000-0001-8136-8496
http://lattes.cnpq.br/2816249980862940
UNICIR, PB, Brasil
E-mail: milaneide.ppgenf@gmail.com

Ana Paula Santos Resende[3]
https://orcid.org/0009-0003-1166-2587
http://lattes.cnpq.br/6319303054066570
Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia, PB, Brasil
E-mail: paulaana_santos@yahoo.com.br

Leila de Cássia Tavares da Fonseca[4]
https://orcid.org/0000-0001-9897-4804
http://lattes.cnpq.br/8485735604107239
Universidade Federal da Paraíba, PB, Brasil
E-mail: leilafonsecarr@gmail.com

Jéssika Rayanne Rocha Benevides[5]
https://orcid.org/0009-0002-6844-7725
http://lattes.cnpq.br/3713231796379133
Hospital Municipal de Cuité, PB, Brasil
E-mail: jessika.rayanne@hotmail.com

Carlos Rafael dos Santos[6]
https://orcid.org/0009-0005-2546-4615
https://lattes.cnpq.br/3846277614394916
HC-UFU/ EBSERH, MG, Brasil
E-mail: carlosdos.santos017@hotmail.com

Rayza Oliveira Cassimiro[7]
https://orcid.org/0009-0005-4089-2175
https://lattes.cnpq.br/4697206522219557
Faculdade Nova Esperança, PB, Brasil
E-mail: cassimiro.rayza29@gmail.com

Jéssica da Silva Braga[8]
https://orcid.org/0009-0006-7861-2498
http://lattes.cnpq.br/8156893205312252
Secretária de Saúde do Estado da Paraíba, PB, Brasil
E-mail: jessicasbbraga@hotmail.com

Caroline Schirmer[9]
https://orcid.org/0009-0001-6138-6010
http://lattes.cnpq.br/1461284017040875
Prefeitura de Porto Alegre, RS, Brasil
E-mail: carolineschirmer@yahoo.com.br

[1] Graduanda em Medicina pela UNIPÊ.
[2] Enfermeira, mestre em enfermagem pelo PPGENF, docente e coordenadora UNICIR
[3] Graduada e bacharelada em Enfermagem pela Universidade Federal de Uberlândia, pós graduada em Neonatologia e Pediatria pelo CEEN - PUC Goiás. Atua na área de Regulação de Exames de Alta Complexidade no Hospital de Clínicas da Universidade Federal de Uberlândia.
[4] Doutora em Enfermagem pela UFPB.
[5] Enfermeira. Graduada em Bacharelado pela Faculdade Maurício de Nassau, Campus Campina Grande- PB, Pós-graduada em Urgência e Emergência pela FAVED, Pós-graduada em Cardiologia e Hemodinâmica pelo grupo CEFAPP, Pós-graduanda em Saúde pública com ênfase em saúde da família- Sanitarista pela INESP.
[6] Bacharelado em Enfermagem - Pós - graduado em Cardiologia e Hemodinâmica. Pós- graduando em Ginecologia e Obstetrícia. Pós- graduando em Ultrassonografia
[7] Graduada em Fisioterapia; Pós graduada em Fisioterapia Intensiva.
[8] Bacharel em Estatística, com Especialização em Regulação em Saúde no SUS e Mestre em Modelo de Decisão e Saúde.
[9] Mestre em Odontologia pela UFRGS. Secretaria Municipal de Saúde de Porto Alegre

Resumo
As doenças crônicas não transmissíveis representam um desafio significativo para a saúde pública, afetando milhões de mulheres em todo o mundo. A adoção de práticas avançadas de cuidado e mudanças no estilo de vida é essencial para garantir uma melhor qualidade de vida e reduzir complicações associadas a essas condições. Este estudo reflexivo, fundamentado em uma revisão narrativa da literatura, analisou as principais estratégias voltadas para o cuidado integral de mulheres com doenças crônicas, considerando abordagens multidisciplinares, a influência dos determinantes sociais da saúde e o impacto da tecnologia na assistência a essas pacientes. Os resultados apontam que a educação em saúde, o fortalecimento da atenção primária, o suporte psicossocial e o uso de tecnologias como a telemedicina são fundamentais para o sucesso das intervenções. No entanto, desafios como a falta de padronização dos protocolos assistenciais, as desigualdades no acesso aos serviços especializados e a resistência à implementação de novas abordagens ainda limitam a efetividade dessas estratégias. Conclui-se que a adoção de um modelo assistencial mais inclusivo e centrado nas necessidades específicas das mulheres é essencial para promover um cuidado mais humanizado e eficaz, reduzindo o impacto das doenças crônicas e promovendo maior bem-estar.

Palavras-chave: Doenças crônicas. Práticas avançadas de cuidado. Promoção da saúde. Qualidade de vida. Mulheres.

Abstract
Non-communicable chronic diseases represent a significant challenge to public health, affecting millions of women worldwide. The adoption of advanced care practices and lifestyle changes is essential to ensure better quality of life and reduce complications associated with these conditions. This reflective study, based on a narrative literature review, analyzed the main strategies for comprehensive care of women with chronic diseases, considering multidisciplinary approaches, the influence of social determinants of health, and the impact of technology on patient care. The results indicate that health education, strengthening primary care, psychosocial support, and the use of technologies such as telemedicine are fundamental for the success of interventions. However, challenges such as the lack of standardization in care protocols, inequalities in access to specialized services, and resistance to implementing new approaches still limit the effectiveness of these strategies. It is concluded that adopting a more inclusive and patient-centered healthcare model is essential to promote more humanized and effective care, reducing the impact of chronic diseases and improving overall well-being.

Keywords: *Chronic diseases. Advanced care practices. Health promotion. Quality of life. Women.*

1. Introdução

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) representam um dos maiores desafios da saúde pública global, impactando milhões de pessoas e sendo responsáveis por uma significativa parcela da mortalidade e morbidade mundial. Dentre os grupos mais afetados, as mulheres apresentam uma vulnerabilidade particular, influenciada por fatores biológicos, sociais e econômicos que dificultam a prevenção e o manejo dessas condições ao longo da vida (SCHENKER; COSTA, 2019). As principais DCNTs, como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares

e osteoporose, estão associadas a estilos de vida inadequados, como sedentarismo, alimentação desbalanceada e estresse crônico, exigindo abordagens avançadas e integrativas para o cuidado e a promoção da saúde (MENDONÇA et al., 2024).

O cuidado avançado e a mudança no estilo de vida dessas mulheres são fundamentais para mitigar os impactos das doenças crônicas e melhorar sua qualidade de vida. Estratégias como a personalização dos tratamentos, a ampliação do acesso à informação e o incentivo a práticas saudáveis, incluindo atividade física regular, alimentação equilibrada e suporte psicossocial, têm demonstrado eficácia na prevenção e controle dessas condições (PINHEIRO, 2008). Além disso, programas de atenção primária estruturados para atender às especificidades do público feminino são essenciais para garantir um acompanhamento contínuo e eficaz (CECCHON et al., 2021).

A literatura indica que práticas avançadas de cuidado, como modelos multidisciplinares de atenção à saúde, telemedicina e uso de tecnologias digitais para monitoramento de pacientes, têm sido cada vez mais incorporadas aos protocolos clínicos e políticas públicas. No entanto, há desafios na implementação dessas estratégias, como a falta de adesão das pacientes, barreiras econômicas e dificuldades de acesso aos serviços de saúde, especialmente em regiões periféricas e de baixa renda (TRIVELLATO; KOLCHRAIBER, 2018).

A relação entre as doenças crônicas e a qualidade de vida das mulheres é complexa e multifatorial, exigindo estratégias de cuidado que vão além do tratamento farmacológico tradicional. A maior prevalência de doenças como hipertensão arterial, diabetes tipo 2, osteoporose e doenças autoimunes entre as mulheres está associada não apenas a fatores biológicos, mas também a desigualdades estruturais no acesso à saúde e a uma sobrecarga de responsabilidades sociais, como trabalho, maternidade e cuidados com a família (SCHENKER; COSTA, 2019). Esse cenário demonstra a necessidade de práticas avançadas que contemplem uma abordagem ampliada da saúde, incorporando aspectos físicos, emocionais e sociais ao cuidado dessas pacientes.

Um dos principais desafios na promoção do cuidado de mulheres com doenças crônicas é a adesão às mudanças no estilo de vida. Embora existam evidências robustas sobre os benefícios da alimentação equilibrada, do controle do estresse e da prática regular de exercícios físicos na prevenção e no controle dessas condições, muitas pacientes encontram dificuldades na implementação dessas medidas (MENDONÇA et al., 2024). Barreiras como baixa escolaridade, dificuldades financeiras, falta de suporte familiar e cultural e resistência à mudança de hábitos podem comprometer a eficácia dessas estratégias, tornando necessário um suporte multidisciplinar contínuo para garantir sua adesão a longo prazo.

Além disso, o impacto das doenças crônicas na saúde mental das mulheres é um fator que precisa ser melhor explorado nas estratégias de cuidado. Estudos apontam que pacientes com DCNTs frequentemente desenvolvem quadros de ansiedade e depressão devido ao impacto da doença em sua autonomia e qualidade de vida (PINHEIRO, 2008). A falta de políticas públicas voltadas à saúde mental dentro do contexto das doenças crônicas contribui para a subnotificação desses transtornos e para um tratamento fragmentado, que muitas vezes não considera a necessidade de suporte emocional e psicossocial adequado.

Outro ponto crucial na problemática do cuidado de mulheres com DCNTs é a desigualdade no acesso aos serviços de saúde. Embora as doenças crônicas exijam acompanhamento contínuo, a sobrecarga do sistema público de saúde e as limitações financeiras das pacientes dificultam um monitoramento eficiente, resultando em

tratamentos tardios e, muitas vezes, ineficazes. Modelos avançados de cuidado, como a telemedicina e o monitoramento remoto de pacientes, têm surgido como alternativas viáveis para suprir essa lacuna, mas ainda enfrentam desafios na implementação, especialmente em regiões com infraestrutura precária (CECCHON; FIGUEIREDO, 2021).

A incorporação de práticas avançadas no cuidado de mulheres com doenças crônicas, portanto, precisa ser acompanhada de políticas públicas eficientes que garantam a equidade no acesso à saúde. A criação de programas específicos voltados para esse público, o fortalecimento das estratégias de atenção primária e o incentivo à interdisciplinaridade no tratamento são medidas fundamentais para enfrentar esse desafio. A promoção da saúde feminina não deve se restringir ao tratamento das doenças já instaladas, mas sim abranger ações preventivas que considerem o contexto social, psicológico e econômico dessas mulheres, garantindo uma abordagem mais justa e eficaz na atenção à saúde.

Diante desse contexto, torna-se essencial compreender quais estratégias de cuidado avançado e mudanças no estilo de vida são mais eficazes para mulheres com doenças crônicas, analisando seus impactos na qualidade de vida e na redução da progressão dessas condições. Assim, Quais são as práticas avançadas de cuidado e estilo de vida que podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida de mulheres com doenças crônicas? O presente estudo tem como objetivo analisar as práticas avançadas de cuidado e mudanças no estilo de vida que promovem a saúde de mulheres com doenças crônicas, identificando desafios e estratégias para sua implementação eficaz nos serviços de saúde.

2. Metodologia

Este estudo é caracterizado como uma investigação reflexiva, cujo propósito é analisar criticamente as práticas avançadas de cuidado e as mudanças no estilo de vida de mulheres com doenças crônicas. Trata-se de uma abordagem qualitativa que não se baseia na coleta de dados empíricos, mas sim na interpretação aprofundada da literatura existente sobre o tema. O método reflexivo permite não apenas descrever o fenômeno, mas também questioná-lo e propor novas perspectivas, levando em consideração o contexto social, científico e político em que essas práticas estão inseridas.

A elaboração deste estudo foi fundamentada em uma análise discursiva de textos acadêmicos, documentos institucionais e diretrizes que tratam da atenção à saúde feminina no contexto das doenças crônicas. Foram selecionadas publicações que abordam a incorporação de estratégias avançadas de cuidado na assistência à mulher, enfatizando tanto os desafios quanto as potencialidades dessas intervenções. Os dados foram extraídos de fontes científicas indexadas em bases como SciELO, PubMed, LILACS e MEDLINE, além de legislações e relatórios técnicos de órgãos nacionais e internacionais.

O critério de seleção das fontes considerou publicações entre 2014 e 2024, priorizando estudos que analisam intervenções direcionadas à melhoria da qualidade de vida de mulheres com doenças crônicas. Trabalhos anteriores a esse período foram considerados apenas quando apresentaram relevância teórica significativa. Foram incluídas pesquisas que discutem tanto a eficácia clínica das intervenções quanto seus impactos psicossociais e estruturais.

A análise dos dados seguiu uma abordagem interpretativa, na qual foram identificadas narrativas centrais sobre a assistência à saúde feminina, a

implementação de práticas avançadas no cuidado e os desafios da adesão às mudanças no estilo de vida. A partir da leitura e categorização das informações, foram estabelecidos eixos temáticos que orientaram a construção da discussão, permitindo uma abordagem crítica sobre a realidade da assistência às mulheres com doenças crônicas.

Por ser um estudo teórico, não houve a necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), uma vez que não envolve sujeitos humanos ou coleta de dados primários. Entretanto, todas as fontes utilizadas foram devidamente referenciadas, garantindo o rigor acadêmico e a conformidade com as normas de ética em pesquisa.

A principal limitação deste estudo reside na ausência de dados empíricos que permitam uma validação prática das reflexões apresentadas. No entanto, essa característica não compromete a relevância da investigação, pois o objetivo do estudo não é mensurar quantitativamente os impactos das práticas analisadas, mas sim ampliar o debate acadêmico e contribuir para o aprimoramento das políticas e estratégias de cuidado voltadas às mulheres com doenças crônicas.

3. Resultados e Discussão

A análise da literatura sobre práticas avançadas de cuidado e mudanças no estilo de vida de mulheres com doenças crônicas revelou a importância de abordagens personalizadas e integradas na promoção da saúde desse grupo populacional. Os achados reforçam que o controle dessas doenças não depende exclusivamente do tratamento medicamentoso, mas também de estratégias que incluem educação em saúde, suporte psicossocial, alimentação equilibrada e incentivo à atividade física (CARVALHO; CUNHA; PAULA, 2020).

Os estudos demonstram que a atenção primária desempenha um papel central na assistência às mulheres com doenças crônicas, promovendo intervenções preventivas e acompanhamento contínuo. Estratégias como a Educação em Saúde, voltada para a conscientização sobre os riscos e benefícios das práticas saudáveis, têm se mostrado eficazes na adesão ao tratamento e na redução de complicações. Pesquisas indicam que enfermeiros e profissionais da atenção básica desempenham papel essencial nesse processo, atuando na orientação e no empoderamento das pacientes para que adotem hábitos de vida mais saudáveis (BRITO; SILVA, 2019).

Outro fator relevante identificado na literatura é a influência dos determinantes sociais da saúde na qualidade de vida dessas mulheres. Estudos apontam que fatores como renda, escolaridade e acesso a serviços de saúde interferem diretamente na adesão ao tratamento e na adoção de hábitos saudáveis. Mulheres em situação de vulnerabilidade socioeconômica frequentemente enfrentam barreiras no acesso a alimentos nutritivos, oportunidades para a prática de atividades físicas e acompanhamento médico adequado, o que impacta negativamente sua condição de saúde (DOMINGOS, 2018).

A literatura também evidencia que mulheres com doenças crônicas estão mais propensas a desenvolver transtornos psicológicos, como ansiedade e depressão, devido ao impacto da enfermidade em sua rotina e no convívio social. A sobrecarga emocional e a dificuldade de conciliar o autocuidado com outras responsabilidades, como trabalho e família, são desafios que reforçam a necessidade de suporte psicossocial como parte fundamental do tratamento (CECCHON; FIGUEIREDO, 2021).

No contexto das práticas avançadas de cuidado, destaca-se o uso da tecnologia como ferramenta de apoio à promoção da saúde. A telemedicina, por

exemplo, tem sido amplamente utilizada para o monitoramento remoto de pacientes com doenças crônicas, permitindo um acompanhamento mais eficaz e acessível. Além disso, aplicativos móveis voltados para a promoção do autocuidado têm auxiliado mulheres na adesão ao tratamento e no controle de fatores de risco, como hipertensão e diabetes (PETERMANN et al., 2015).

A implementação de estratégias de cuidado integrativo, que combinam tratamentos convencionais com terapias complementares, também tem se mostrado promissora. Abordagens como a acupuntura, meditação e ioga vêm sendo incorporadas ao cuidado de mulheres com doenças crônicas, promovendo alívio de sintomas e melhora na qualidade de vida. Estudos apontam que essas práticas auxiliam na redução da dor, na melhora do sono e na diminuição do estresse, favorecendo um tratamento mais abrangente e humanizado (GOMES, 2019).

Apesar dos avanços, a literatura aponta desafios na implementação dessas práticas, como a falta de capacitação profissional, a desigualdade no acesso a serviços especializados e a necessidade de ampliação das políticas públicas voltadas para a saúde da mulher. A ausência de diretrizes padronizadas para o cuidado de mulheres com doenças crônicas também é um fator limitante, dificultando a implementação de estratégias eficazes em diferentes contextos (CHRISTOFOLETTI; DUCA, 2020).

Diante desse cenário, torna-se essencial investir em políticas públicas que garantam a equidade no acesso à saúde, ampliem a oferta de serviços especializados e promovam a formação continuada de profissionais de saúde. A incorporação de abordagens multidisciplinares e o fortalecimento do cuidado centrado no paciente são medidas essenciais para garantir um atendimento eficaz e de qualidade às mulheres com doenças crônicas.

4. Conclusão

O presente estudo refletiu sobre as práticas avançadas no cuidado e no estilo de vida de mulheres com doenças crônicas, evidenciando a importância de abordagens que vão além do tratamento convencional e incorporam estratégias integradas e personalizadas. A literatura analisada destaca que o controle dessas condições exige uma atenção ampliada, que envolva tanto o suporte clínico quanto medidas voltadas para a promoção da saúde, a educação em autocuidado e o suporte psicossocial.

Entre os principais achados, destaca-se o papel central da atenção primária na assistência às mulheres com doenças crônicas, com ênfase na importância da educação em saúde e do acompanhamento contínuo para garantir adesão ao tratamento e prevenção de complicações. Estratégias como o fortalecimento do vínculo entre profissionais de saúde e pacientes, a orientação sobre mudanças no estilo de vida e a integração de diferentes áreas do conhecimento demonstraram impactos positivos na qualidade de vida dessas mulheres.

Outro aspecto relevante é a influência dos determinantes sociais da saúde, que podem limitar ou facilitar o acesso a práticas de autocuidado e aos serviços especializados. A desigualdade no acesso a recursos essenciais, como alimentação adequada, espaços para atividade física e suporte psicológico, ainda é um desafio que precisa ser superado por meio de políticas públicas mais efetivas e inclusivas.

Além disso, práticas avançadas, como o uso da tecnologia na assistência às pacientes, vêm se consolidando como alternativas viáveis para ampliar o acesso ao cuidado, especialmente para populações vulneráveis. A telemedicina, os aplicativos de monitoramento e a incorporação de terapias complementares ao tratamento

convencional são exemplos de estratégias que vêm sendo estudadas e aplicadas com resultados promissores.

No entanto, a literatura também aponta desafios que precisam ser enfrentados para garantir a efetividade dessas práticas. A falta de padronização de protocolos de atendimento, a necessidade de formação continuada dos profissionais de saúde e a resistência à incorporação de novas abordagens ao sistema de saúde são barreiras que limitam a implementação dessas estratégias em larga escala.

Dessa forma, é essencial que gestores, pesquisadores e profissionais de saúde unam esforços para fortalecer as políticas voltadas ao cuidado das mulheres com doenças crônicas. Investir na formação profissional, garantir a equidade no acesso à saúde e incentivar a pesquisa sobre novas abordagens de cuidado são medidas fundamentais para construir um modelo assistencial mais inclusivo e eficaz.

Por fim, destaca-se a necessidade de mais estudos que aprofundem a avaliação da eficácia das práticas avançadas de cuidado em diferentes contextos sociais e culturais. Compreender as particularidades do cuidado das mulheres com doenças crônicas é fundamental para o desenvolvimento de estratégias que respeitem suas necessidades e promovam sua qualidade de vida de forma sustentável e integrada ao contexto de saúde pública.

Referências

CARVALHO, T. G. M. L.; CUNHA, A.; PAULA, A. C. Estratégias de educação e saúde para o cuidado da pessoa com doença crônica na Estratégia Saúde da Família Marcial Terra. **REVISTA ELETRÔNICA UNICRUZ**, v. 12, n. 2, p. 45-59, 2020.

BRITO, K. V.; SILVA, R. C. F. Educação em saúde: estratégias de enfermagem para o cuidado das doenças crônicas não transmissíveis na atenção básica. **RESEARCHGATE**, v. 5, n. 1, p. 134-150, 2019.

DOMINGOS, T. S. Hipertensão arterial e cuidados com a saúde: concepções de homens e mulheres. **RESEARCHGATE**, v. 6, n. 3, p. 201-218, 2018.

CECCHON, R. F.; FIGUEIREDO, A. E. B. Doenças crônicas não transmissíveis e suas implicações na vida de idosos dependentes. **CIÊNCIA & SAÚDE COLETIVA**, v. 26, n. 5, p. 1801-1812, 2021.

PETERMANN, X. B.; MACHADO, I. S.; PIMENTEL, B. N. Epidemiologia e cuidado à diabetes mellitus praticado na atenção primária à saúde: uma revisão narrativa. **CORE AC.UK**, v. 9, n. 2, p. 78-92, 2015.

GOMES, I. D. Promover o cuidado-de-si: estratégias avançadas para mulheres com doenças crônicas. **PENSAR ENFERMAGEM**, v. 23, n. 1, p. 7-15, 2019.

CHRISTOFOLETTI, M.; DUCA, G. F. D. Simultaneidade de doenças crônicas não transmissíveis em 2013 nas capitais brasileiras: prevalência e perfil sociodemográfico. **REVISTA BRASILEIRA DE EPIDEMIOLOGIA**, v. 23, n. 4, p. 569-584, 2020.

SCHENKER, M.; COSTA, D. H. Avanços e desafios da atenção à saúde da população idosa com doenças crônicas na Atenção Primária à Saúde. **CIÊNCIA & SAÚDE COLETIVA**, v. 24, n. 2, p. 589-602, 2019.

MENDONÇA, J. F.; PINTO, V. S. S. C.; SÁ, F. P. F. A influência das doenças crônicas não transmissíveis na qualidade de vida de mulheres adultas. **REVISTA DE SAÚDE PÚBLICA**, v. 58, n. 1, p. 1-12, 2024.

PINHEIRO, C. T. M. A gestão das doenças crônicas: implicações na prática nos cuidados de saúde primários. **REVISTA DE SAÚDE PÚBLICA**, v. 42, n. 3, p. 423-435, 2008.