



## ***Monitoramento e conscientização de hiperglicemia e hipertensão arterial na população de Cachoeiro de Itapemirim-ES***

Anita Sales Zampirolli<sup>1</sup>, Alice Sales Zampirolli<sup>2</sup>, Davi Zampirolli Sartorio<sup>3</sup>, João Pedro Fabris Ruiz<sup>4</sup>, Juliana Machado Sopeletto<sup>5</sup>, Kaio Teixeira Marques<sup>6</sup>, Laiza Chamon Fassarella<sup>7</sup>, Leticia Rodrigues Babinsck<sup>8</sup>, Maria Clara Cosseti Gava<sup>9</sup>, Maria Júlia Frossard Faccin<sup>10</sup>, Olavo Altoe Ramos Barbosa<sup>11</sup>, Pedro Camara Moulin<sup>12</sup>



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2025v7n8p86-96>

Artigo recebido em 24 de Junho e publicado em 04 de Agosto de 2025

### ARTIGO ORIGINAL

#### RESUMO

**Introdução:** As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM), vêm crescendo no Brasil, impulsionadas por fatores de risco modificáveis, como tabagismo, alimentação inadequada, sedentarismo e consumo de álcool. Esse avanço, somado ao envelhecimento populacional, tem gerado impactos significativos na qualidade de vida e na sustentabilidade do Sistema Único de Saúde (SUS), que, em 2018, gastou cerca de R\$ 3,45 bilhões com essas condições. **Objetivo:** Analisar os fatores associados à incidência de HAS e DM em pessoas com mais de 18 anos em Cachoeiro de Itapemirim (ES). **Metodologia:** Trata-se de um estudo descritivo e exploratório, com abordagem quantitativa. A coleta de dados será realizada por meio de entrevistas e questionários estruturados, visando identificar fatores de risco, hábitos de vida e nível de conhecimento sobre as doenças. Também serão promovidos mutirões com aferição de pressão arterial e glicemia capilar, além de ações educativas, como palestras e campanhas. Os dados obtidos serão analisados estatisticamente para avaliar a eficácia das intervenções e contribuir com políticas públicas. **Resultados:** O estudo identificou altos índices de HAS e DM em adultos e idosos da cidade, mesmo entre indivíduos com acompanhamento médico e uso regular de medicação. Observou-se a presença de múltiplas comorbidades, aumentando a complexidade do cuidado. Ações como mutirões e atividades educativas mostraram-se eficazes na triagem e conscientização da população sobre saúde cardiovascular e metabólica. **Conclusão:** A prevalência de hipertensão e diabetes é alta, frequentemente associada a outras condições. Apesar da adesão ao tratamento, o controle clínico ainda é um desafio. A triagem, educação em saúde e fortalecimento da atenção básica destacam-se como estratégias fundamentais na detecção precoce e no enfrentamento das DCNT, reforçando a importância de políticas públicas contínuas de prevenção.

**Palavras-chave:** Hipertensão, Diabetes, saúde cardiovascular



# Monitoring and awareness of hyperglycemia and arterial hypertension in the population of Cachoeiro de Itapemirim-ES

## ABSTRACT

**Introduction:** Chronic noncommunicable diseases (NCDs), such as systemic arterial hypertension (SAH) and diabetes mellitus (DM), have been increasing in Brazil, driven by modifiable risk factors such as smoking, poor diet, physical inactivity, and alcohol consumption. This increase, combined with population aging, has significantly impacted quality of life and the sustainability of the Unified Health System (SUS), which spent approximately R\$3.45 billion on these conditions in 2018. **Objective:** To analyze the factors associated with the incidence of SAH and DM in people over 18 years of age in Cachoeiro de Itapemirim, Espírito Santo. **Methodology:** This is a descriptive and exploratory study with a quantitative approach. Data collection will be conducted through interviews and structured questionnaires, aiming to identify risk factors, lifestyle habits, and level of knowledge about the diseases. Campaigns will also be held to measure blood pressure and capillary blood glucose, as well as educational activities such as lectures and campaigns. The data obtained will be statistically analyzed to evaluate the effectiveness of the interventions and contribute to public policy. **Results:** The study identified high rates of hypertension and diabetes in adults and older adults in the city, even among individuals with medical follow-up and regular medication use. The presence of multiple comorbidities was observed, increasing the complexity of care. Actions such as campaign campaigns and educational activities proved effective in screening and raising awareness of cardiovascular and metabolic health. **Conclusion:** The prevalence of hypertension and diabetes is high, often associated with other conditions. Despite treatment adherence, clinical management remains a challenge. Screening, health education, and strengthening primary care stand out as fundamental strategies for early detection and combating NCDs, reinforcing the importance of ongoing public prevention policies.

**Keywords:** Hypertension, Diabetes, cardiovascular health

**Instituição afiliada –** FACULDADE MULTIVIX CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM <sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,12</sup>  
ESCOLA SUPERIOR DE CIÊNCIAS DA SANTA CASA DE MISERICÓRDIA DE VITÓRIA <sup>11</sup>

**Autor correspondente:** Anita Sales Zampirolli [asaleszampirolli@gmail.com](mailto:asaleszampirolli@gmail.com)

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





## **INTRODUÇÃO**

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) são condições multifatoriais, cujas principais causas incluem fatores de risco (FRs) modificáveis, como o tabagismo, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, a inatividade física e uma alimentação não saudável (Malta et al, 2022). Esses fatores têm um impacto direto no desenvolvimento e na evolução dessas doenças. No Brasil, o aumento da longevidade tem levado a um crescimento na incidência das DCNT, as quais, por sua vez, comprometem a qualidade de vida.

Além disso, essas doenças geram um aumento na demanda pelos serviços de saúde, o que representa um desafio para a gestão do sistema de saúde. Os valores gastos pelo SUS (Sistema Único de Saúde) com hipertensão, diabetes e obesidade em 2018 refletem o grande impacto dessas doenças crônicas na saúde pública. Com um total de 3,45 bilhões de reais (aproximadamente 890 milhões de dólares), a maior parte dos recursos foi destinada ao tratamento da hipertensão, que representou 59% do custo total. O diabetes e a obesidade também demandaram consideráveis investimentos, com 30% e 11% dos custos, respectivamente (Nilson et al, 2020),

Nesse cenário, o monitoramento das DCNT e a avaliação dos comportamentos saudáveis, que atuam como fatores de proteção contra essas doenças, são atividades de extrema importância. Dessa forma, o objetivo desse artigo é analisar os fatores que contribuem para o aumento da incidência da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM) na população acima de 18 anos em Cachoeiro de Itapemirim - ES.

**Problematização:** A hipertensão e o diabetes mellitus são doenças crônicas prevalentes na comunidade, muitas vezes diagnosticadas tardiamente devido à falta de informação e acesso limitado a exames preventivos. O desconhecimento dos fatores de risco e sintomas contribui para o agravamento dos quadros e sobrecarrega os serviços de saúde. É necessário implementar ações de conscientização, diagnóstico precoce e promoção de hábitos saudáveis para prevenir essas condições.

**Objetivo geral:** Analisar os fatores que contribuem para o aumento da incidência



da Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e Diabetes Mellitus (DM) na população acima de 18 anos em Cachoeiro de Itapemirim - ES.

Objetivo específico:

1. Realizar oficinas e campanhas para informar a população sobre os riscos, sintomas e prevenção da hipertensão e diabetes;
2. Promover ações de aferição de pressão arterial e glicemia capilar, incentivando a procura por atendimento médico em caso de suspeita;
3. Incentivar mudanças no estilo de vida por meio de orientações gerais sobre alimentação, atividades físicas e o consumo de álcool e tabaco.

### **Justificativa**

As doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão e diabetes, representam um desafio significativo para a saúde pública, sendo agravadas por fatores como alimentação inadequada, sedentarismo e tabagismo. Diante disso, a educação em saúde surge como uma estratégia essencial para conscientizar a população sobre os riscos, sintomas e formas de prevenção, promovendo mudanças no comportamento e reduzindo complicações a longo prazo. Além disso, a triagem precoce, por meio da aferição da pressão arterial e glicemia capilar, possibilita a identificação de casos suspeitos e o encaminhamento para atendimento médico, favorecendo um diagnóstico oportuno e o controle adequado dessas doenças.

A adoção de hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividades físicas, tem sido amplamente recomendada para a prevenção e controle das doenças crônicas. Estudos indicam que programas educativos e mudanças no estilo de vida podem reduzir significativamente a incidência dessas enfermidades e melhorar a qualidade de vida dos indivíduos (Mendes et al., 2022). Assim, a implementação de ações educativas, triagens e incentivo a hábitos saudáveis, com o suporte de profissionais de saúde, é fundamental para fortalecer a atenção primária e reduzir a carga dessas doenças na sociedade.



## **METODOLOGIA**

Este estudo será conduzido por meio de uma abordagem descritiva e exploratória, com o intuito de analisar os fatores que contribuem para a incidência da hipertensão arterial sistêmica (HAS) e do diabetes mellitus (DM) na população acima de 18 anos em Cachoeiro de Itapemirim. A abordagem descritiva permite caracterizar as condições de saúde da população, enquanto a exploratória é útil para a compreensão de aspectos ainda pouco estudados (GIL, 2017).

A pesquisa utilizará métodos qualitativos, permitindo uma análise mais abrangente do fenômeno. A abordagem qualitativa favorece a compreensão das percepções e práticas dos participantes em relação às doenças crônicas (MINAYO, 2001). Para a coleta de dados, serão realizadas entrevistas e questionários estruturados com a população-alvo, com o objetivo de identificar fatores de risco, hábitos de vida e o nível de conhecimento sobre HAS e DM. Esses instrumentos são eficazes para obter informações detalhadas diretamente dos indivíduos estudados (TRIVIÑOS, 1987).

A triagem e o monitoramento serão feitos por meio da aferição de pressão arterial e glicemia capilar, realizada em mutirões comunitários nas praças de Cachoeiro de Itapemirim-ES. Essas ações comunitárias permitem a identificação precoce de casos suspeitos e facilitam o acesso da população ao cuidado em saúde (BRASIL, 2013).

Como intervenção educativa, serão promovidas palestras e campanhas educativas sobre prevenção, sintomas e controle da hipertensão e diabetes. A educação em saúde é uma ferramenta essencial na promoção da saúde e na prevenção de doenças crônicas, contribuindo para a autonomia dos indivíduos em relação ao autocuidado (PAIM et al., 2011).

Os dados coletados serão analisados estatisticamente para avaliar a eficiência das intervenções e propor estratégias de melhoria no monitoramento das doenças



crônicas, conforme preconizado em estudos que defendem o uso de dados epidemiológicos como base para a formulação de políticas públicas de saúde (NAHAS, 2010).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O presente estudo permitiu uma análise significativa do perfil de saúde e da prevalência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) entre adultos e idosos da comunidade de Cachoeiro de Itapemirim, ES. Os dados revelam a continuidade de um padrão epidemiológico observado nacionalmente: o predomínio de doenças crônicas como hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM) entre indivíduos acima de 50 anos, principalmente entre os 60 e 70 anos (28,3%), faixa etária mais frequente na amostra.

A maioria dos participantes era do sexo masculino (54,3%), o que difere de alguns estudos populacionais, como o Vigitel (2022), nos quais há maior prevalência de mulheres nas ações de saúde pública. Isso pode refletir uma diferença local de adesão ou acesso aos mutirões realizados.

Quanto às condições de saúde autorreferidas, 54,3% relataram doenças prévias, sendo a HAS isolada a mais prevalente (30,4%), seguida pela associação entre DM e HAS (10,9%). Esses dados corroboram a literatura, que reconhece essas comorbidades como prevalentes e frequentemente coexistentes, aumentando o risco cardiovascular e as internações hospitalares (Nilson et al., 2020).

Apesar de 74,1% dos participantes afirmarem realizar acompanhamento regular de suas condições crônicas, e 75,9% relatarem adesão ao tratamento medicamentoso, os dados de aferição indicam a persistência de descontrole pressórico e glicêmico. Especificamente, 19,5% apresentaram pressão arterial sistólica acima de 140 mmHg, com 15,2% entre 150 e 180 mmHg, e 19,5% com pressão diastólica entre 90 e 130 mmHg. Esses achados alertam para a possibilidade de descompensação mesmo entre

indivíduos em acompanhamento, o que pode estar relacionado a falhas no tratamento, baixa adesão ao estilo de vida saudável, ou uso de substâncias estimulantes como o café — citado por 34,8% dos participantes.

A aferição glicêmica revelou que 80,4% dos indivíduos foram avaliados em momento pós-prandial, o que pode limitar a avaliação precisa de jejum, mas mesmo assim 26% apresentaram glicemia elevada, indicando provável descompensação metabólica ou risco de pré-diabetes.

Além da hipertensão e do diabetes, 8,7% dos participantes relataram outras patologias crônicas, como artrose, artrite, arritmias cardíacas, valvulopatias, AVC e doença do refluxo gastroesofágico (DRGE). Essas condições, embora não tenham sido o foco principal da investigação, reforçam o perfil de multimorbidade frequente entre adultos e idosos, especialmente acima dos 50 anos.

A presença dessas doenças associadas contribui para o aumento da complexidade clínica e do risco cardiovascular global, especialmente quando combinadas com HAS e DM. Por exemplo, a presença de arritmias ou valvulopatias em pacientes hipertensos eleva o risco de eventos isquêmicos, e o histórico de AVC pode estar relacionado ao mau controle pressórico ou glicêmico. Já doenças como artrose e artrite podem prejudicar a adesão à prática de atividade física, interferindo no controle metabólico.

Esses resultados reforçam a importância de ações contínuas de triagem, educação e orientação em saúde, especialmente para populações com baixo acesso à atenção básica ou com baixa percepção do risco. A realização de mutirões com aferição de sinais vitais e campanhas informativas mostrou-se eficaz para identificar casos possivelmente não diagnosticados e promover reflexão sobre hábitos de vida.

Um aspecto positivo foi o alto índice de adesão declarada ao tratamento (75,9%), o que demonstra uma abertura da população para o cuidado em saúde, ainda que nem



sempre refletido em valores clínicos normais. Isso sugere a necessidade de intervenções complementares, como grupos educativos e acompanhamento multidisciplinar, especialmente com profissionais da saúde da família e da comunidade.

Entre as limitações do estudo, destaca-se a natureza pontual da coleta (em mutirões), a amostra relativamente pequena (46 participantes) e o uso de dados autorreferidos, que podem conter viés de informação. Ainda assim, os achados são relevantes para a realidade local e apontam caminhos para ações preventivas mais efetivas e frequentes no território.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo sobre as doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) em Cachoeiro de Itapemirim, com foco em hipertensão arterial sistêmica (HAS) e diabetes mellitus (DM), evidencia um cenário preocupante em relação à prevalência dessas condições entre a população adulta, principalmente em faixas etárias mais avançadas, como os 60 a 70 anos. Os dados mostram uma prevalência significativa dessas doenças, frequentemente associadas entre si e com outras comorbidades, o que amplia o risco cardiovascular e aumenta a complexidade do manejo clínico dos pacientes.

Embora a adesão ao tratamento medicamentoso e o acompanhamento regular sejam relativamente elevados, os resultados da aferição de pressão arterial e glicemia indicam que muitos indivíduos ainda apresentam dificuldades no controle efetivo de suas condições, o que pode ser atribuído a fatores como falhas no tratamento, adesão incompleta a hábitos de vida saudáveis e possíveis barreiras no acesso a cuidados médicos contínuos. Esse descontrole, mesmo entre aqueles em acompanhamento, reforça a necessidade de estratégias complementares, como programas educativos, mutirões e maior apoio das equipes de saúde da família.

Além disso, o estudo ressalta o impacto das doenças crônicas não apenas na saúde individual, mas também no sistema de saúde pública, especialmente em um contexto de envelhecimento populacional. As ações de triagem, como aferição de sinais vitais e campanhas educativas, mostraram-se eficazes na identificação precoce de casos,



principalmente entre aqueles com menos acesso a cuidados médicos. No entanto, para que as políticas públicas e programas de saúde sejam realmente eficazes, é fundamental que haja um esforço contínuo para aumentar a conscientização da população sobre os riscos dessas condições e a importância da adoção de hábitos saudáveis.

Os resultados do estudo sugerem que, para mitigar a crescente carga das DCNT, é preciso investir não apenas no tratamento, mas também na prevenção e na promoção da saúde, com foco em intervenções que incentivem mudanças no estilo de vida e a conscientização sobre os fatores de risco. Em última análise, a integração de estratégias educativas, a triagem precoce e o incentivo à adesão a tratamentos contínuos são passos cruciais para reduzir o impacto das doenças crônicas na saúde da população e na sustentabilidade do Sistema Único de Saúde (SUS).

## REFERÊNCIAS

**BRASIL.** Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Cadernos de Atenção Básica: Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica – Volume 1: hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus*. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

**BRICARELLO,** Liliana Paula et al. Abordagem dietética para controle da hipertensão: reflexões sobre adesão e possíveis impactos para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 25, n. 11, p. 4561-4572, 2020.

**DE SOUZA,** Clarita Silva et al. Blood pressure control in hypertensive patients in the "Hiperdia Program": a territory-based study. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, São Paulo, v. 102, n. 6, p. 571-578, 2014.

**GIL,** Antonio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

**LEAL,** Adriana Amorim De Farias et al. Acesso a medicamentos para o tratamento de hipertensão arterial sistêmica e diabetes mellitus tipo 2 na população brasileira: dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2019. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 40, n. 1, p.



1-15, 2024.

**MALTA, Deborah Carvalho et al. Monitoramento das metas dos planos de enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde, 2013 e 2019. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, Brasília, v. 31, n. 1, e2021115, 2022.**

**MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 9. ed. São Paulo: Hucitec, 2001.**

**NAHAS, Markus Vinícius. *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. 6. ed. Londrina: Midiograf, 2010.**

**NILSON, Eduardo Augusto Fernandes et al. Custos atribuíveis a obesidade, hipertensão e diabetes no Sistema Único de Saúde, Brasil, 2018. *Revista Panamericana de Salud Pública*, Washington, DC, v. 44, e32, p. 1-9, 2020.**

**PAIM, Jairnilson Silva et al. *O que é o SUS*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2011.**

**TRIVIÑOS, Augusto Nivaldo Silva. *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação*. 3. ed. São Paulo: Atlas, 1987.**