

# Ciências da Saúde: Teoria e Intervenção 3

Marileila Marques Toledo  
(Organizadora)



**Atena**  
Editora  
Ano 2020

# Ciências da Saúde: Teoria e Intervenção 3

Marileila Marques Toledo  
(Organizadora)



**Atena**  
Editora  
Ano 2020

2020 by Atena Editora

Copyright © Atena Editora

Copyright do Texto © 2020 Os autores

Copyright da Edição © 2020 Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação:** Natália Sandrini de Azevedo

**Edição de Arte:** Lorena Prestes

**Revisão:** Os Autores



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob uma Licença de Atribuição *Creative Commons*. Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Profª Drª Adriana Demite Stephani – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas

Prof. Dr. Alexandre Jose Schumacher – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Angeli Rose do Nascimento – Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná

Prof. Dr. Antonio Gasparetto Júnior – Instituto Federal do Sudeste de Minas Gerais

Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília

Prof. Dr. Carlos Antonio de Souza Moraes – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa

Profª Drª Denise Rocha – Universidade Federal do Ceará

Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia

Prof. Dr. Edvaldo Antunes de Farias – Universidade Estácio de Sá

Prof. Dr. Eloi Martins Senhora – Universidade Federal de Roraima

Prof. Dr. Fabiano Tadeu Grazioli – Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões

Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná

Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice

Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense

Profª Drª Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Mato Grosso

Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins

Prof. Dr. Luis Ricardo Fernando da Costa – Universidade Estadual de Montes Claros

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Pereira da Silva – Universidade Federal do Maranhão

Profª Drª Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará

Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Rita de Cássia da Silva Oliveira – Universidade Estadual de Ponta Grossa

Profª Drª Sandra Regina Gardacho Pietrobon – Universidade Estadual do Centro-Oeste

Profª Drª Sheila Marta Carregosa Rocha – Universidade do Estado da Bahia

Prof. Dr. Rui Maia Diamantino – Universidade Salvador

Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

Prof. Dr. William Cleber Domingues Silva – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Profª Drª Diocléa Almeida Seabra Silva – Universidade Federal Rural da Amazônia  
Prof. Dr. Écio Souza Diniz – Universidade Federal de Viçosa  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Fágner Cavalcante Patrocínio dos Santos – Universidade Federal do Ceará  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Júlio César Ribeiro – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Profª Drª Lina Raquel Santos Araújo – Universidade Estadual do Ceará  
Prof. Dr. Pedro Manuel Villa – Universidade Federal de Viçosa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Profª Drª Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. André Ribeiro da Silva – Universidade de Brasília  
Profª Drª Anelise Levay Murari – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Edson da Silva – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Profª Drª Eleuza Rodrigues Machado – Faculdade Anhanguera de Brasília  
Profª Drª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Prof. Dr. Ferlando Lima Santos – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Fernando José Guedes da Silva Júnior – Universidade Federal do Piauí  
Profª Drª Gabriela Vieira do Amaral – Universidade de Vassouras  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Profª Drª Iara Lúcia Tescarollo – Universidade São Francisco  
Prof. Dr. Igor Luiz Vieira de Lima Santos – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Luís Paulo Souza e Souza – Universidade Federal do Amazonas  
Profª Drª Magnólia de Araújo Campos – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Mylena Andréa Oliveira Torres – Universidade Ceuma  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federaci do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Paulo Inada – Universidade Estadual de Maringá  
Profª Drª Renata Mendes de Freitas – Universidade Federal de Juiz de Fora  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Alexandre Leite dos Santos Silva – Universidade Federal do Piauí  
Prof. Dr. Carlos Eduardo Sanches de Andrade – Universidade Federal de Goiás  
Profª Drª Carmen Lúcia Voigt – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Prof. Dr. Juliano Carlo Rufino de Freitas – Universidade Federal de Campina Grande  
Profª Drª Luciana do Nascimento Mendes – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte

Prof. Dr. Marcelo Marques – Universidade Estadual de Maringá  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Neiva Maria de Almeida – Universidade Federal da Paraíba  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Me. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Me. Adalberto Zorzo – Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza  
Prof. Me. Adalto Moreira Braz – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Me. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Andrezza Miguel da Silva – Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia  
Prof. Dr. Antonio Hot Pereira de Faria – Polícia Militar de Minas Gerais  
Prof<sup>a</sup> Ma. Bianca Camargo Martins – UniCesumar  
Prof<sup>a</sup> Ma. Carolina Shimomura Nanya – Universidade Federal de São Carlos  
Prof. Me. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Ma. Cláudia de Araújo Marques – Faculdade de Música do Espírito Santo  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Cláudia Taís Siqueira Cagliari – Centro Universitário Dinâmica das Cataratas  
Prof. Me. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof<sup>a</sup> Ma. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco  
Prof. Me. Douglas Santos Mezacas – Universidade Estadual de Goiás  
Prof. Dr. Edwaldo Costa – Marinha do Brasil  
Prof. Me. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita  
Prof. Me. Euvaldo de Sousa Costa Junior – Prefeitura Municipal de São João do Piauí  
Prof<sup>a</sup> Ma. Fabiana Coelho Couto Rocha Corrêa – Centro Universitário Estácio Juiz de Fora  
Prof. Dr. Fabiano Lemos Pereira – Prefeitura Municipal de Macaé  
Prof. Me. Felipe da Costa Negrão – Universidade Federal do Amazonas  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Germana Ponce de Leon Ramírez – Centro Universitário Adventista de São Paulo  
Prof. Me. Gevair Campos – Instituto Mineiro de Agropecuária  
Prof. Dr. Guilherme Renato Gomes – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Me. Gustavo Krahl – Universidade do Oeste de Santa Catarina  
Prof. Me. Helton Rangel Coutinho Junior – Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro  
Prof. Me. Heriberto Silva Nunes Bezerra – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Me. Javier Antonio Albornoz – University of Miami and Miami Dade College  
Prof<sup>a</sup> Ma. Jéssica Verger Nardeli – Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho  
Prof. Me. Jhonatan da Silva Lima – Universidade Federal do Pará  
Prof. Me. José Luiz Leonardo de Araujo Pimenta – Instituto Nacional de Investigación Agropecuaria Uruguay  
Prof. Me. José Messias Ribeiro Júnior – Instituto Federal de Educação Tecnológica de Pernambuco  
Prof<sup>a</sup> Ma. Juliana Thaisa Rodrigues Pacheco – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Me. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof<sup>a</sup> Ma. Lilian Coelho de Freitas – Instituto Federal do Pará  
Prof<sup>a</sup> Ma. Liliani Aparecida Sereno Fontes de Medeiros – Consórcio CEDERJ  
Prof<sup>a</sup> Dr<sup>a</sup> Lívia do Carmo Silva – Universidade Federal de Goiás  
Prof. Me. Lucio Marques Vieira Souza – Secretaria de Estado da Educação, do Esporte e da Cultura de Sergipe  
Prof. Me. Luis Henrique Almeida Castro – Universidade Federal da Grande Dourados  
Prof. Dr. Luan Vinicius Bernardelli – Universidade Estadual do Paraná  
Prof. Dr. Marcelo Máximo Purificação – Fundação Integrada Municipal de Ensino Superior  
Prof. Me. Marcos Aurelio Alves e Silva – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo

Profª Ma. Marileila Marques Toledo – Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri  
Prof. Me. Rafael Henrique Silva – Hospital Universitário da Universidade Federal da Grande Dourados  
Profª Ma. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
Profª Ma. Solange Aparecida de Souza Monteiro – Instituto Federal de São Paulo  
Prof. Me. Tallys Newton Fernandes de Matos – Faculdade Regional Jaguaribana  
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
C569	<p>Ciências da saúde [recurso eletrônico] : teoria e intervenção 3 / Organizadora Marileila Marques Toledo. – Ponta Grossa, PR: Atena, 2020.</p> <p>Formato: PDF Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader Modo de acesso: World Wide Web Inclui bibliografia ISBN 978-65-5706-009-4 DOI 10.22533/at.ed.094202304</p> <p>1. Ciências da saúde – Pesquisa – Brasil. 2. Saúde – Brasil. I. Toledo, Marileila Marques.</p> <p style="text-align: right;">CDD 362.1</p>
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422</b>	

Atena Editora  
Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
contato@atenaeditora.com.br

## APRESENTAÇÃO

A coleção “Ciências Saúde: Teoria e Intervenção” é uma obra que tem como foco principal a discussão científica por intermédio de trabalhos diversos, alicerçados teoricamente, para a construção do conhecimento, de forma a contribuir para intervenções transformadoras neste campo.

A intenção do livro é apresentar a pluralidade de teorias e de intervenções de forma didática e útil aos vários profissionais, pesquisadores, docentes e acadêmicos da área da saúde. Trata-se de um compilado de cento e dois artigos de variadas metodologias e encontra-se estruturado em cinco volumes.

Neste terceiro volume, os 16 capítulos destacam estudos focados na educação e promoção da saúde e prevenção de agravos.

Deste modo, esta obra apresenta resultados teóricos bem fundamentados e intervenções realizadas pelos diversos autores. Espera-se que este e-book possa contribuir para uma atuação mais qualificada nas ciências da saúde.

Uma ótima leitura a todos!

Marileila Marques Toledo

## SUMÁRIO

### **CAPÍTULO 1 ..... 1**

A UTILIZAÇÃO DO JOGO LÚDICO COMO FERRAMENTA FACILITADORA NO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM DA EDUCAÇÃO AMBIENTAL

Adriano Alves Silva  
Diego Martins Sampaio dos Santos  
Elielson Dias Sacramento  
Henrique Xavier dos Santos  
Lorena Oliveira dos Santos  
Marcildo dos Santos Sacramento  
Moema Catarina Moreira Nascimento Bastos  
Palillo Kaic Pires Sena Andrade  
Paloma Pereira dos Santos  
Robson de Jesus Andrade  
Sonia Mendes Ferreira  
Valdiane Silva Cruz

**DOI 10.22533/at.ed.0942023041**

### **CAPÍTULO 2 ..... 7**

AÇÃO EDUCATIVA SOBRE CÂNCER DE MAMA COM MULHERES DE UMA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE

Amanda Karoliny Meneses Resende  
Juliana do Nascimento Sousa  
Vitor Kauê de Melo Alves  
Larissa da Silva Sampaio  
Gabriel Renan Soares Rodrigues  
Thaís Cristine Lopes Pinheiro  
Alan Jefferson Alves Reis  
Izadora Caroline Silva  
Sabrina do Espírito Santo Carvalho  
Vivia Barros da Silva  
Yasmim Mayre Mendes Silva Oliveira  
Fabrícia Araújo Prudêncio

**DOI 10.22533/at.ed.0942023042**

### **CAPÍTULO 3 ..... 17**

AÇÕES EDUCATIVAS REALIZADAS PELA LIGA ACADÊMICA DE SAÚDE PÚBLICA-LASP, VOLTADAS A PRIMEIRA E SEGUNDA INFÂNCIA COM ABORDAGENS DIDÁTICAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bruna Roberta Gonçalves  
Karem de Carvalho Baia  
Sivaldo Oliveira da Silva Júnior  
Thiago Carvalho Moraes  
Luciana Monteiro Soares  
Keury dos Reis Valente  
Jamille da Costa Salvador  
Mayara Tayná Leão de Souza  
Rodrigo Dias Silva  
Merivalda Vasconcelos Lobato

**DOI 10.22533/at.ed.0942023043**

<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>25</b>
APLICABILIDADE DA REALIDADE VIRTUAL NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE DOENÇAS: ESTUDO DE REVISÃO	
<a href="#">Mayara Alves Souza</a> <a href="#">Marcos Araujo da Silva Junior</a> <a href="#">Mariany dos Santos Vergílio</a> <a href="#">Taynara Oliveira Farias Batista</a> <a href="#">Drielly Lima Valle Folha Salvador</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0942023044</b>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>31</b>
ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO ADOLESCENTE PORTADOR DE HIPERCOLESTEROLEMIA FAMILIAR HOMOZIGÓTICA	
<a href="#">Bruna Roberta Gonçalves</a> <a href="#">Patricia Carvalho Coelho</a> <a href="#">Saina Moraes dos Santos</a> <a href="#">Jamille da Costa Salvador</a> <a href="#">Patricia Viana Prestes</a> <a href="#">Izabela Costa da Silva</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0942023045</b>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>41</b>
CAPACITAÇÃO PROFISSIONAL E DE BOAS PRÁTICAS DE MANIPULADORES DE RESTAURANTES E LANCHONETES LOCALIZADOS EM UMA IES DE SALVADOR-BA	
<a href="#">Ana Paula de Jesus Machado</a> <a href="#">Tatiane da Silva Pascoal</a> <a href="#">Rose Mary Feliciano Dias</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0942023046</b>	
<b>CAPÍTULO 7</b> .....	<b>50</b>
CHATBOTS: A EFETIVIDADE DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NO APOIO À SAÚDE MENTAL	
<a href="#">Fábio Meurer</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0942023047</b>	
<b>CAPÍTULO 8</b> .....	<b>58</b>
CONSTRUINDO PRÁTICAS EDUCATIVAS EM SAÚDE “JUNTO COM” E NÃO APENAS “PARA” (...): O DESENVOLVIMENTO DE GRUPOS COM IDOSOS NO ALTO SERTÃO PARAIBANO	
<a href="#">Alessandra Aniceto Ferreira de Figueirêdo</a> <a href="#">Thalmo da Costa Barros</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.0942023048</b>	
<b>CAPÍTULO 9</b> .....	<b>65</b>
ENFERMAGEM EM AÇÃO NA PREVENÇÃO DO BULLYING NA ESCOLA: RELATO DE EXPERIÊNCIA	
<a href="#">Everton Carvalho Costa</a> <a href="#">Luciana de Moraes Costa Barros</a> <a href="#">Marcélia de Ananias Marques Lima</a> <a href="#">Jordeison Luis Araújo Silva</a> <a href="#">Kássia Monicléia Da Silva Cordeiro Oliveira</a> <a href="#">Tarcia Laine de Moraes Oliveira</a> <a href="#">Reberson do Nascimento Ribeiro</a> <a href="#">Thaianny Maria da Silva Mendes</a> <a href="#">Natanael Nunes da Silva</a> <a href="#">Nisleide Vanessa Pereira das Neves</a>	

Neylany Raquel Ferreira da Silva  
Maria Nauside Pessoa da Silva  
DOI 10.22533/at.ed.0942023049

**CAPÍTULO 10 ..... 70**

ETERNIZAR-TE: A ARTE NA PREVENÇÃO

Fabiana Aidar Fermino  
Caroline Sousa da Silva  
Eduardo Von Randow Pinheiro

DOI 10.22533/at.ed.09420230410

**CAPÍTULO 11 ..... 76**

HUMANIZAÇÃO DA ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA PARA A PROMOÇÃO DO USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

Jéssica Luciano da Costa  
Thaís Barbosa de Oliveira  
Maria Inez Montagner  
Miguel Ângelo Montagner

DOI 10.22533/at.ed.09420230411

**CAPÍTULO 12 ..... 86**

IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO PARA O SISTEMA IMUNOLÓGICO DO LACTENTE: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Jânefy Arruda Torres  
Israel Morais Martins  
Maria Adriana Oliveira de Sousa  
Rosângela Nascimento de Lima  
Samira Gomes de Oliveira  
Ana Rayane Tavares Dos Santos  
Gabriele Teixeira Marques  
Carlos Colares Maia

DOI 10.22533/at.ed.09420230412

**CAPÍTULO 13 ..... 94**

MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA: PREVENÇÃO ÀS DISLIPIDEMIAS

Guilherme Dorneles Zinelli  
Isabel Libardoni Michanosky  
Maite de Liz Vassen Schurmann

DOI 10.22533/at.ed.09420230413

**CAPÍTULO 14 ..... 97**

PEQUENAS AÇÕES SALVAM VIDAS

Luana de Castilho Kropf Penante  
Geíza Lemos Hein  
Tiago da Silva Araujo  
Lucas Milanez Benício  
Luís Fernando Boff Zarpelon

DOI 10.22533/at.ed.09420230414

**CAPÍTULO 15 ..... 103**

RODA DE CONVERSA: DIÁLOGOS SOBRE O EMPODERAMENTO DA MULHER NA ESCOLHA DO MÉTODO CONTRACEPTIVO

Dandara Ruana Soares Barbosa  
Ana Suelen Pedroza Cavalcante

Wallingson Michael Gonçalves Pereira  
Aline Ávila Vasconcelos  
Gerardo Teixeira Azevedo Neto  
Ana Karoline Barros Bezerra  
Gabriel Pereira Maciel

**DOI 10.22533/at.ed.09420230415**

**CAPÍTULO 16 ..... 115**

RODAS DE CONVERSAS PARA O RASTREIO DO CÂNCER DE MAMA: ESTRATÉGIAS DO CUIDADO DE ENFERMAGEM

Amanda Karoliny Meneses Resende  
Luana Silva de Sousa  
Jessyca Fernanda Pereira Brito  
Larissa da Silva Sampaio  
Luís Felipe Oliveira Ferreira  
Aziz Moisés Alves da Costa  
Lizandra Fernandes do Nascimento  
Kayron Rodrigo Ferreira Cunha  
Ana Caroline Escórcio de Lima  
Rosimeire Muniz de Araújo

**DOI 10.22533/at.ed.09420230416**

**SOBRE A ORGANIZADORA..... 124**

**ÍNDICE REMISSIVO ..... 125**

## MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA: PREVENÇÃO ÀS DISLIPIDEMIAS

Data de aceite: 13/04/2020

**Guilherme Dorneles Zinelli**

<http://lattes.cnpq.br/1754148316322391>

**Isabel Libardoni Michanosky**

<http://lattes.cnpq.br/4979953357621642>

**Maite de Liz Vassen Schurmann**

<http://lattes.cnpq.br/8511749822748956>

A dislipidemia consiste em alterações no metabolismo dos lipídeos que podem ocasionar repercussões nos níveis séricos das lipoproteínas. Os lipídios exercem funções fundamentais na absorção de nutrientes lipofílicos como as vitaminas, assim como atuam no armazenamento e produção de energia. No entanto, suas taxas excessivas são prejudiciais, visto que a elevação dos níveis séricos associam-se à aterosclerose. Espera-se um aumento da prevalência da dislipidemia e doenças coronarianas para as próximas décadas, especialmente, nos países em desenvolvimento, como no Brasil, sendo que 38% dos homens e 42% das mulheres têm um colesterol total maior do que 200 mg/dL. Está claro a correlação entre os níveis plasmáticos de colesterol total e LDL com a doença coronariana e mortalidade cardiovascular.

A medicina é uma área de conhecimento em evolução e a terapia medicamentosa em constante desenvolvimento, no entanto, as mudanças no estilo de vida (MEV) permanecem sendo essenciais na prevenção de doenças cardiovasculares.

O referente trabalho visa a abordagem de mudanças no estilo de vida (MEV) no tratamento não farmacológico das dislipidemias afim de auxiliar de forma atualizada com conteúdo de alta qualidade e competência científica no manejo de pacientes portadores desta patologia.

Trata-se de uma revisão sistemática de literatura realizada a partir de registros, análise e organização de dados bibliográficos coletados no Livro-texto da Sociedade Brasileira de Cardiologia, na sua segunda edição, no Tratado de Medicina de Família e Comunidade, no livro Atualização Avançada em Clínica Médica do American College of Physicians assim como na base de dados Up ToDate. Foram utilizadas cinco referências publicadas em inglês e português no período de 2015 a 2019.

O tratamento não medicamentoso consiste em quatro grandes pilares: recomendações dietéticas, exercício físico, obtenção de peso

corpóreo próximo ao ideal e cessação do tabagismo. A American Heart Association (AHA) assim como o American College of Cardiology (AHA/ACC) recomendam que todo o paciente adulto seja orientado quanto às mudanças saudáveis de estilo de vida a serem feitas antes e além da terapia farmacológica. Sólidas evidências indicam que a dieta saudável para o coração que enfatize ingestão de verduras, legumes, frutas, grãos e laticínios com baixo teor de gordura associada a uma limitada ingestão de carnes vermelhas e carboidratos simples reduz os níveis de colesterol LDL. A Diretriz do ACC/AHA sobre o gerenciamento do estilo de vida para redução dos riscos cardiovasculares recomenda que os adultos tenham a prática de atividades físicas aeróbicas, 3 a 4 sessões por semana, durante uma média de quarenta minutos cada, e participem de atividades físicas de intensidade moderada a intensa para reduzir os níveis de colesterol LDL, os níveis de colesterol não HDL e a pressão arterial. A obesidade é, atualmente, definida como um Índice de Massa Corporal (IMC) igual ou superior a 30, sendo uma das principais causas de morte evitável e está associada a um maior risco de dislipidemia entre outros distúrbios do metabolismo. Além disso, está associada a uma qualidade de vida reduzida, ao comprometimento do funcionamento físico e ao aumento dos custos com assistência médica. A cessação do tabagismo consiste em medida fundamental no combate a aterosclerose entre outras cardiopatias. Há mais de 4.500 substâncias presentes no cigarro, sendo que, quarenta delas, são, sabidamente, cancerígenas e determinam processos oxidativo e inflamatórios.

### LIFESTYLE CHANGES: PREVENTION TO DISLIPIDEMIA

Dyslipidemia consists of changes in lipid metabolism that may have repercussions on serum lipoprotein levels. Lipids play key roles in the absorption of lipophilic nutrients such as vitamins, as well as in storing and producing energy. However, their excessive rates are detrimental, since elevated serum levels are associated with atherosclerosis. The prevalence of dyslipidemia and coronary heart disease is expected to increase over the coming decades, especially in developing countries such as Brazil, with 38% of men and 42% of women having a total cholesterol greater than 200 mg / dL. The correlation between plasma total and LDL cholesterol levels with coronary disease and cardiovascular mortality is clear. Medicine is an evolving area of knowledge and ever-evolving drug therapy, however, lifestyle changes (SEM) remain essential in preventing cardiovascular disease.

This work aims to approach lifestyle changes (SEM) in non-pharmacological treatment of dyslipidemias in order to assist in an updated manner with high quality content and scientific competence in the management of patients with this pathology.

This is a systematic literature review based on records, analysis and organization of bibliographic data collected in the textbook of the Brazilian Society of Cardiology, in its second edition, in the Treaty of Family and Community Medicine,

in the book *Advanced Update*. in American College of Physicians Medical Clinic as well as in the Up ToDate database. Five references published in English and Portuguese from 2015 to 2019 were used. Non-drug treatment consists of four major pillars: dietary recommendations, physical exercise, near-ideal body weight, and smoking cessation. The American Heart Association (AHA) as well as the American College of Cardiology (AHA / ACC) recommend that every adult patient be advised of healthy lifestyle changes to be made before and beyond drug therapy. Solid evidence indicates that a heart-healthy diet that emphasizes low-fat intake of vegetables, fruits, grains and dairy products coupled with limited red meat and simple carbohydrate intake reduces LDL cholesterol levels. The ACC / AHA Lifestyle Management Guidelines for Cardiovascular Risk Reduction recommends that adults practice aerobic exercise 3 to 4 sessions per week for an average of 40 minutes each and engage in physical activity. moderate to intense to reduce LDL cholesterol levels, non-HDL cholesterol levels, and blood pressure. Obesity is currently defined as a Body Mass Index (BMI) of 30 or higher, being a major cause of preventable death and is associated with a higher risk of dyslipidemia among other metabolism disorders. In addition, it is associated with reduced quality of life, impaired physical functioning and increased healthcare costs. Smoking cessation is a fundamental measure in the fight against atherosclerosis among other heart diseases. There are more than 4,500 substances present in cigarettes, of which 40 are known to be carcinogenic and determine oxidative and inflammatory processes.

**KEYWORDS:** dyslipidemia, healthy lifestyle, lipoproteins.

## REFERÊNCIAS

GUSSO, Gustavo Gusso, José Mauro Ceratti Lopes; LOPES, José Mauro Ceratti. **Tratado de medicina de família e comunidade: princípios, formação e prática**. Porto Alegre: Artmed: [s. n.], 2019. v. 2.

MOREIRA, Maria da Consolação Vieira; MONTENEGRO, Sérgio Tavares; PAULA, Angelo Amato de. Dislipidemias. **Livro-texto da Sociedade Brasileira de Cardiologia**. Barueri-SP: Editora Manole, v. 1, ed. 2, 2015.

NASCIMENTO, Fernando Gomes; OLIVEIRA, Soraya Imom; FILHO, Luiz Euclides Frazão. American College of Physicians. **Medicina interna: programa de autoavaliação médica**, Barueri-SP: Editora Manole, v. 1, ed. 17, 2018.

ROSENSON, R.S; DURRIGTON, P. Familial hypercholesterolemia in adults: Overview. *In: Tratament of drug resistant hypercholesterolemia*. Up to date, 2017. Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/familial-hypercholesterolemia-in-adults-overview>. Acesso em: 20 maio 2019.

ROSENSON, R.S; DURRIGTON, P. Tratment of drug resistant hypercholesterolemia. *In: Tratment of drug resistant hypercholesterolemia*. Up to date, 2017. Disponível em: <https://www.uptodate.com/contents/treatment-of-drug-resistant-hypercholesterolemia>. Acesso em: 20 maio 2019.

## ÍNDICE REMISSIVO

### A

Aleitamento Materno 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 109, 111

Anticorpos 87, 93

Arte 70, 71, 75

Assistência de Enfermagem 31, 32, 34, 35, 38, 40

Assistente digital 50

Atenção Primária à Saúde 8, 9, 15, 82, 83, 103, 106, 115, 118

### B

Bem-estar 4, 50, 54

*Bullying* 65, 66, 67, 68, 69

### C

Capacitação 41, 42, 43, 46, 47, 48, 59

*Clown* 70, 71, 73, 74, 75

Complicações 29, 32, 33, 35, 62, 73, 78, 83, 119

Comunicação 12, 50, 98

### D

Dengue 18, 19, 21, 23, 72, 74

Dislipidemia 94, 95

### E

Educação Ambiental 1, 2, 3, 5, 6

Educação em Saúde 8, 14, 15, 19, 20, 24, 26, 58, 59, 60, 61, 70, 72, 98, 105, 109, 111, 113, 115, 116, 117, 118, 121, 122, 123

Educação popular 58, 60, 61, 64

Escola 2, 3, 4, 5, 6, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 24, 64, 65, 66, 67, 68, 75, 76, 113

### G

Genética 12, 15, 31, 32, 33, 117

### H

Hipercolesterolemia 31, 32, 33, 34, 35, 38, 39, 40

## **I**

Idosos 58, 59, 60, 62, 63, 64, 74, 85

Inteligência emocional 50

## **L**

Lactente 86, 87, 89, 90, 92

Lipoproteína 31, 32

Lúdica 1, 2, 4, 5, 70, 73, 111

## **M**

Manipulador de alimentos 41, 47

## **N**

Neoplasias da Mama 8, 116, 123

## **P**

Planejamento familiar 103, 104, 105, 106, 108, 109, 110, 111, 112, 113

Prevenção de doenças 20, 25, 26, 74, 92, 94

Promoção da saúde 7, 9, 10, 20, 24, 25, 26, 60, 64, 75, 121

## **R**

Realidade Virtual 25, 26, 27, 29, 30

Reanimação 98

## **S**

Saúde da mulher 12, 91, 93, 103, 109, 121, 122

Saúde Pública 7, 8, 15, 17, 18, 20, 23, 51, 64, 76, 84, 85, 93, 102, 115

 **Atena**  
Editora

**2 0 2 0**