



OS IMPACTOS DAS MUDANÇAS NO ESTILO DE VIDA NO TRATAMENTO DE DOENÇAS CRÔNICAS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Gislayne Fontenele Albuquerque Lourenço¹, Débora Vasconcelos Ximenes¹, Lívia Pedroza Barroso Ibiapina¹, Renan Dantas de Oliveira Moisés¹, Warley Francly Carvalho Mota¹, Peter Richard Hall²

¹ Faculdade de Medicina Centro Universitário INTA, Sobral, Ceará – Brasil

² Faculdade de Medicina Centro Universitário INTA, Sobral, Ceará – Brasil

Autor Principal: Gislayne Fontenele Albuquerque Lourenço
E-mail: gislayne_albuquerque@hotmail.com

OBJETIVO: Avaliar o impacto das mudanças no estilo de vida no tratamento de doenças crônicas não transmissíveis.

METODOLOGIA: Foi realizada uma revisão sistemática com artigos alocados na base de dados da plataforma PUBMED, publicados no período entre 2018 e 2023. Os algoritmos de busca incluíram: mudanças no estilo de vida, diabetes tipo 2, obesidade e hipertensão. A revisão segue as diretrizes PRISMA e os dados foram coletados em ensaios clínicos randomizados.

RESULTADOS: Durante a busca foram encontradas 86 publicações, das quais 23 foram selecionadas de acordo com os critérios de inclusão e exclusão. Estudos demonstraram benefícios em doenças crônicas não transmissíveis com mudanças no estilo de vida, adesão dos pacientes a uma dieta mediterrânea, alimentação saudável e a prática de exercícios regulares. A redução de peso como consequência de intervenções no estilo de vida, por sua vez, melhora a resistência à insulina e as melhorias glicêmicas observadas com a perda de peso tornaram-se relevantes em países com taxas crescentes de obesidade.

CONCLUSÃO: Estudos sobre prognóstico de pacientes com doenças crônicas não transmissíveis demonstraram boa associação entre bom prognóstico e mudanças no estilo de vida. Além disso, os pacientes que perderam peso também apresentaram melhora nos índices glicêmicos. Portanto, é correto afirmar que os pacientes que mudaram o estilo de vida tiveram uma melhora significativa na evolução da sua doença em comparação com aqueles que não aderiram ao tratamento não medicamentoso.