



Batendo no ritmo da saúde: Relato de uma ação da liga de cardiologia no dia do coração

Beating to the rhythm of health: A report on an action by the cardiology league on Heart Day

Rafaella Rocha Santana Ferreira¹, Anna Victória Dourado Guida¹, Diêgo Araújo

Brito dos Santos¹, Ana Paula Scher Barreto Leal¹, Luciana Thais Rangel de

Souza^{1*}

1. Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, Itabuna, Bahia, Brasil.

*Autor correspondente: Luciana Thais Rangel Souza, Cirurgiã-Dentista, Mestre em Saúde da Família, Docente da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna – Email: luciana.thais@afya.com.br, Afya Faculdade de Ciências Médicas, Avenida Ibicaraí, n.º 3270, Bairro Nova Itabuna, Itabuna – Bahia, CEP 45611-000

RESUMO

Introdução. As Doenças Cardiovasculares (DCV) são a principal causa de morte no mundo e no Brasil, evidenciando a importância de ações preventivas e educativas. Nesse contexto, as ligas acadêmicas exercem papel fundamental ao integrar ensino, pesquisa e extensão, aproximando o conhecimento científico da comunidade. Diante da alta prevalência das DCV e da influência de hábitos de vida no seu desenvolvimento, ações de educação em saúde tornam-se essenciais para estimular o autocuidado e reduzir agravos, além de contribuir para a formação humanizada dos discentes. **Objetivos.** Relatar a experiência extensionista da Liga Acadêmica de Cardiologia Saúde e Bem-Estar da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, realizada em alusão ao Dia Mundial do Coração, com foco na promoção da saúde cardiovascular e conscientização sobre fatores de risco. **Metodologia.** Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e qualitativo, referente à ação realizada no Shopping Jequitibá, em Itabuna – BA. Foram desenvolvidas triagens clínicas, orientações sobre prevenção e dinâmicas interativas com o público, utilizando um dado educativo e uma peça anatômica de coração humano. **Resultados/Discussão.** A ação contou com cerca de 100 participantes e possibilitou identificar fatores de risco, além de promover diálogo e conscientização sobre cuidados cardiovasculares. As dinâmicas educativas facilitaram o aprendizado e despertaram o interesse do público. Para os estudantes, a experiência favoreceu



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

o desenvolvimento de empatia, comunicação e responsabilidade social. **Considerações finais.** A atividade demonstrou-se eficaz na promoção da saúde cardiovascular e na integração entre universidade e comunidade. A experiência reforçou a importância da educação em saúde como instrumento de prevenção e da extensão universitária na formação médica ética e humanizada.

Palavras-chave: Doenças cardiovasculares; Extensão universitária; Promoção da saúde; Educação em saúde.

ABSTRACT

Introduction. Cardiovascular Diseases (CVD) are the leading cause of death worldwide and in Brazil, highlighting the importance of preventive and educational actions. In this context, academic leagues play a fundamental role in integrating teaching, research, and outreach, bringing scientific knowledge closer to the community. Given the high prevalence of CVD and the influence of lifestyle habits on its development, health education actions become essential to encourage self-care and reduce complications, as well as contributing to the humanistic training of students. **Objectives.** To report the outreach experience of the Academic League of Cardiology, Health and Well-being of the Afya Faculty of Medical Sciences of Itabuna, carried out in commemoration of World Heart Day, focusing on the promotion of cardiovascular health and awareness of risk factors. **Methodology.** This is an experience report, of a descriptive and qualitative nature, referring to the action carried out at the Jequitibá Shopping Mall, in Itabuna – BA. Clinical screenings, prevention guidelines, and interactive activities were developed with the public, using an educational die and an anatomical model of a human heart. **Results/Discussion.** The activity involved approximately 100 participants and made it possible to identify risk factors, as well as promote dialogue and awareness about cardiovascular care. The educational activities facilitated learning and sparked the public's interest. For the students, the experience fostered the development of empathy, communication, and social responsibility. **Final considerations.** The activity proved effective in promoting cardiovascular health and in integrating the university and the community. The experience reinforced the importance of health education as a preventive tool and of university extension in ethical and humanized medical training.

Keywords: Cardiovascular diseases; University extension; Health promotion; Health education.

Introdução

As Doenças Cardiovasculares (DCV) constituem a principal causa de morte no mundo, sendo responsáveis por aproximadamente 17,9 milhões de óbitos anuais, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). No contexto brasileiro, essa realidade se mantém semelhante à global, uma vez que as doenças cardiovasculares respondem por cerca de 30% de todas as mortes no país, correspondendo a aproximadamente 400 mil óbitos por ano. Essa elevada incidência está intimamente relacionada aos determinantes sociais da saúde, como



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

renda, nível de escolaridade e condições de acesso aos serviços de saúde, que influenciam tanto a possibilidade de prevenção quanto a efetividade do tratamento dessas enfermidades^{1,2,3}.

Diante desse cenário, as DCV configuram-se como um desafio substancial à saúde pública brasileira, tanto pelo impacto clínico quanto pelo custo econômico e assistencial. Estimativas apontam que a mortalidade por DCV correspondeu a cerca de 28% de todos os óbitos no Brasil no período recente, atingindo aproximadamente 38% nas faixas etárias produtivas (18-65 anos). Em termos econômicos, o custo estimado do DCV no Brasil em 2015 foi de R\$37,1 bilhões, o que representou aproximadamente 0,7% do PIB nacional. Esses dados ilustram que a prevenção primária, bem como a ampliação das ações de promoção de saúde e do cuidado sistemático, são medidas essenciais para aliviar a sobrecarga do sistema de saúde e promover maior sustentabilidade assistencial⁴.

Nesse contexto, ações de conscientização da população, torna-se uma oportunidade de levar informações sobre a saúde cardíaca, fatores de risco e meios de prevenção. Nesse sentido, a *World Heart Federation* (WHF) em parceria com a OMS, desenvolveu o “Dia do Coração”, celebrado no dia 29 de setembro. proposta partiu da necessidade de mobilizar governos, instituições de saúde e a sociedade civil para promover ações de prevenção, diagnóstico precoce e educação em saúde, visando estimular hábitos de vida saudáveis e fomentar políticas públicas voltadas à saúde do coração, além de reforçar o compromisso da comunidade científica e acadêmica com o enfrentamento das doenças cardiovasculares por meio de atividades educativas e extensionistas^{5,6}.

A promoção da saúde cardiovascular exige mais que simplesmente a identificação de fatores de risco: exige a construção de estratégias educativas, contínuas e contextualizadas, que envolvam a comunidade de forma participativa. Nesse viés, verifica-se que intervenções extensionistas e educativas na comunidade têm potencial para intensificar a conscientização sobre alimentação, atividade física, hipertensão e dislipidemias, favorecendo mudanças de comportamento no longo prazo. Por exemplo, uma implementação de metas voluntárias de redução de sódio nos alimentos embalados poderia evitar cerca de 110.000 casos de DCV e gerar economias substanciais ao sistema. Assim, em alusão ao Dia Mundial do Coração, as ações de sensibilização assumem papel estratégico para mobilizar tanto o leigo público quanto a comunidade acadêmico-assistencial, promovendo o protagonismo coletivo na prevenção das doenças do coração⁷.



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

Nessa perspectiva, é importante destacar que as ligas acadêmicas se configuram como organizações sem fins lucrativos, formadas por estudantes, docentes e profissionais da área da saúde que compartilham interesses comuns e o compromisso com o aprimoramento científico. Com o propósito de aprofundar o conhecimento teórico e prático em diferentes especialidades, as ligas representam uma atividade extracurricular que materializa o tripé da formação universitária: ensino, pesquisa e extensão. No âmbito da extensão, esta se consolida como um dos pilares fundamentais da formação acadêmica, ao promover a integração entre universidade e comunidade, permitindo que os discentes vivenciem a prática do cuidado e desenvolvam competências comunicacionais, éticas e sociais. Assim, as ações extensionistas na área da cardiologia assumem um papel essencial na disseminação de informações científicas, na promoção da saúde cardiovascular e na construção de uma consciência coletiva voltada à prevenção das doenças do coração^{8,9}.

Diante disso, o presente trabalho objetiva Relatar a experiência extensionista promovida pela Liga de Cardiologia Saúde e Bem-Estar da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, realizada em alusão ao Dia Mundial do Coração, no Shopping Jequitibá, com foco na promoção da saúde cardiovascular, identificação de fatores de risco e ações educativas voltadas à conscientização e prevenção das doenças cardiovasculares.

Material e Métodos

Trata-se de um relato de experiência, com abordagem descritiva e qualitativa, referente a uma ação extensionista promovida pela Liga Acadêmica de Cardiologia Saúde e Bem-Estar da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Itabuna, realizada em alusão ao Dia do Coração, no dia 28 de setembro, no Shopping Jequitibá, em Itabuna – Bahia. A atividade teve como propósito principal promover a conscientização da população acerca da prevenção e controle das doenças cardiovasculares, por meio de orientações em saúde, dinâmicas educativas e triagens clínicas.

A ação foi estruturada em diferentes momentos, que integraram práticas de educação em saúde, promoção do autocuidado e interação lúdica com o público. Inicialmente, foi montado um estande para atendimento e acolhimento dos participantes, onde foram realizados serviços de triagem, incluindo aferição de pressão arterial, glicemia capilar e avaliação do



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

Índice de Massa Corporal (IMC). Durante esse momento, os estudantes da Liga, sob supervisão docente, orientavam os participantes sobre a importância da detecção precoce de fatores de risco cardiovasculares e explicavam as metas terapêuticas recomendadas pela nova Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial (2025). Também foram abordados temas como a relevância da mudança de hábitos de vida, o controle do estresse, a adesão ao tratamento, e o impacto dos fatores de risco modificáveis, como tabagismo, sedentarismo e alimentação inadequada.

Com o intuito de tornar a abordagem mais atrativa e participativa, foi desenvolvida uma dinâmica interativa utilizando um dado educativo, que continha duas opções numéricas. Quando o participante lançava o dado e o número indicava a primeira opção, ele deveria responder uma pergunta de “Mito ou Verdade” relacionada à saúde cardiovascular. As perguntas incluíam temas como: “É mito ou verdade que a espiritualidade e o estresse influenciam na saúde cardiovascular?”; “É mito ou verdade que o uso de anabolizantes esteroides aumenta o risco de morte súbita?”; e “É mito ou verdade que as doenças cardiovasculares são as principais causas de morte no Brasil e no mundo?”. Já na segunda opção, o participante era convidado a citar dois fatores de risco cardiovascular, momento em que ocorria uma breve reflexão guiada pelos estudantes sobre como esses fatores estavam presentes em seu cotidiano e o que poderia ser feito para modificá-los. Essa dinâmica estimulou a participação ativa do público, tornando o processo educativo mais leve, envolvente e significativo. Ao final de ambas dinâmicas os participantes ganhavam uma barrinha de cereal.

Além disso, foi levada à ação uma peça anatômica em tamanho ampliado de um coração humano, que serviu como recurso didático para demonstração das principais alterações estruturais associadas às doenças cardiovasculares, como a hipertrofia do ventrículo esquerdo. Essa estratégia visual facilitou a compreensão dos mecanismos fisiopatológicos, aproximando o conhecimento técnico da realidade do público leigo.

A atividade proporcionou um espaço de integração entre estudantes e comunidade, fortalecendo o vínculo da instituição com a sociedade e reafirmando o papel da extensão universitária na promoção da saúde e prevenção de doenças. Observou-se grande interesse dos participantes em compreender melhor seu estado de saúde e adotar medidas preventivas, além de uma resposta positiva à abordagem lúdica e informativa. Para os acadêmicos envolvidos, a experiência contribuiu para o desenvolvimento de habilidades comunicacionais, empatia,



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

liderança e senso de responsabilidade social, reforçando a importância da humanização no cuidado em saúde.

Por se tratar de uma ação extensionista de caráter educativo e preventivo, voltada à promoção da saúde, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP), conforme a Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016, do Conselho Nacional de Saúde¹⁰.

Resultados e Discussão

A ação extensionista em alusão ao Dia do Coração, promovida pela Liga Acadêmica de Cardiologia Saúde e Bem-Estar da Afya Itabuna, ocorreu no Shopping Jequitibá, em Itabuna – Bahia, e contou com a participação de aproximadamente 100 indivíduos de diferentes faixas etárias, abrangendo desde adolescentes até idosos. O público apresentou-se receptivo e curioso, demonstrando interesse em compreender melhor o funcionamento do sistema cardiovascular e os fatores que influenciam a sua saúde. Durante o evento, foram realizadas triagens clínicas, aferição de pressão arterial, glicemia capilar e IMC, que permitiram identificar valores alterados em parte dos participantes, especialmente em adultos acima dos 40 anos, reforçando a importância de ações preventivas fora do ambiente hospitalar.

A equipe de acadêmicos observou que muitos participantes relataram falta de acompanhamento médico regular e pouco conhecimento sobre metas terapêuticas de hipertensão arterial, o que se alinha aos achados de Palmeirim que destacam a persistência da desinformação como barreira ao controle adequado da pressão arterial. Diante disso, os estudantes utilizaram o momento da triagem não apenas para coleta de dados, mas também como oportunidade educativa, explicando os valores ideais de pressão e glicemia, as novas recomendações da Diretriz Brasileira de Hipertensão Arterial (2025) e a relevância das mudanças no estilo de vida, como alimentação equilibrada, atividade física regular, cessação do tabagismo e manejo do estresse¹¹.

O uso da dinâmica do dado educativo mostrou-se uma ferramenta eficaz para tornar o processo de conscientização mais interativo e atrativo. As perguntas de “Mito ou Verdade” despertaram o interesse do público e estimularam reflexões importantes, especialmente sobre temas pouco discutidos, como o impacto do estresse e da espiritualidade na saúde cardiovascular, e os riscos do uso de anabolizantes esteroides, frequentemente subestimados por jovens. Já a segunda categoria da dinâmica, que solicitava aos participantes citar fatores de



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

risco cardiovascular, promoveu autoavaliação e engajamento, ao levá-los a reconhecer comportamentos e hábitos pessoais que poderiam ser modificados. Essa abordagem dialógica e participativa está de acordo com os princípios da educação em saúde emancipadora, proposta por Paulo Freire, na qual o aprendizado ocorre de forma horizontal e significativa¹².

Durante o decorrer da ação, observou-se participação ativa e crescente envolvimento do público, especialmente quando os acadêmicos utilizaram a peça anatômica ampliada de um coração humano como recurso visual. Essa demonstração favoreceu a compreensão de conceitos como hipertrofia do ventrículo esquerdo, aterosclerose e infarto agudo do miocárdio, aproximando o conhecimento técnico da realidade cotidiana dos participantes. Estudos recentes apontam que recursos visuais e interativos potencializam o aprendizado em ações de promoção da saúde, fortalecendo a percepção de risco e incentivando a mudança comportamental¹³.

Além do impacto educativo, a ação também proporcionou um espaço de diálogo e escuta, permitindo que os participantes compartilhassem suas experiências com doenças cardiovasculares, familiares acometidos e dúvidas sobre tratamento. Esse momento de troca demonstrou a importância da humanização nas práticas extensionistas, reforçando o papel do acadêmico de medicina como agente transformador e mediador do cuidado, conforme destacado por Araújo e Toledo Júnior¹⁴.

Do ponto de vista da formação médica, a experiência foi extremamente enriquecedora. Os estudantes relataram que a atividade favoreceu o desenvolvimento de habilidades de comunicação, empatia, trabalho em equipe e postura profissional em ambientes públicos, além de ampliar a compreensão sobre a importância da prevenção primária das doenças cardiovasculares. Esse aprendizado prático e vivencial complementa a formação teórica, em consonância com as diretrizes da Política Nacional de Extensão Universitária e com a Política Nacional de Humanização, que incentivam a integração ensino-serviço-comunidade¹⁵.

Assim, a ação extensionista em alusão ao Dia do Coração demonstrou-se uma prática efetiva de educação e promoção da saúde, capaz de sensibilizar a comunidade e estimular mudanças positivas no estilo de vida. Ao mesmo tempo, reforçou o compromisso ético, social e humanístico da formação médica, evidenciando que o aprendizado significativo acontece quando ciência, empatia e diálogo se unem em prol do cuidado integral.

Conclusão



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

As doenças cardiovasculares, pela sua alta prevalência e impacto na morbimortalidade, exigem abordagens que ultrapassem o modelo tradicional e alcancem a promoção da saúde em seu sentido mais amplo. Nesse contexto, o relato da ação extensionista realizada pela Liga Acadêmica de Cardiologia Saúde e Bem-Estar da Afya Itabuna evidencia como as práticas educativas e comunitárias podem contribuir significativamente para o enfrentamento desse desafio. A atividade permitiu não apenas disseminar informações sobre prevenção e controle das DCV, mas também fortalecer o vínculo entre universidade e sociedade, estimulando o protagonismo do indivíduo no cuidado com sua própria saúde.

A experiência mostrou que intervenções baseadas no diálogo e na escuta ativa são fundamentais para tornar o processo educativo mais acessível, participativo e transformador. A utilização de recursos interativos e de linguagem simples aproximou o conhecimento científico da realidade da comunidade, facilitando a compreensão de temas complexos e promovendo reflexão sobre hábitos e comportamentos de risco.

Além disso, o projeto reafirmou o papel da extensão universitária como eixo formador essencial, ao proporcionar aos discentes o desenvolvimento de competências éticas, comunicacionais e sociais indispensáveis à prática médica humanizada. O contato direto com a população possibilitou vivências que transcendem o aprendizado teórico, despertando senso de responsabilidade social e empatia.

Dessa forma, conclui-se que ações extensionistas voltadas à saúde cardiovascular representam estratégias eficazes de promoção da saúde e prevenção de agravos, ao mesmo tempo em que fortalecem a formação de profissionais comprometidos com o cuidado integral. Para que seus efeitos sejam duradouros, é imprescindível que essas iniciativas sejam continuadas, interdisciplinares e articuladas com políticas públicas de saúde, garantindo o acesso equitativo à informação e o empoderamento da população no enfrentamento das doenças do coração.

Referências

1. PELLEENSE, M. C. S. *et al.* Avaliação Da Mortalidade Por Doenças Cardiovasculares No Brasil: Uma Série Temporal De 2015 A 2019. **Revista Ciência Plural**, v. 7, n. 3, p. 202–219, 2021.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. **Carteira de Serviços da Atenção Primária à Saúde (CaSAPS) – versão Profissionais de Saúde e Gestores**. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em:



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA

- https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/carteira_servicos_atencao_primaria_saude_profissionais_saude_gestores_completa.pdf. Acesso em: 29 out. 2025.
3. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Cardiovascular diseases (CVDs). Fact sheet, [s.l.], 2025. Disponível em: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds)). Acesso em: 29 out. 2025.
 4. SIQUEIRA, A. S. E.; SIQUEIRA-FILHO, A. G.; LAND, M. G. P. Analysis of the Economic Impact of Cardiovascular Diseases in the Last Five Years in Brazil. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 109, n. 1, 2017.
 5. OLIVEIRA, P. G. M. *et al.* Dia mundial do coração 1ª edição. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 12, p.118088-118094, 2021.
 6. ARAÚJO, J. C. M. *et al.*, Vista do Avanços e estratégias na promoção da saúde do coração: uma revisão de literatura. **Interference Journal**, v. 9, n. 2, p. 5-12, 2023.
 7. NILSON, E. A. F. *et al.* Estimating the health and economic effects of the voluntary sodium reduction targets in Brazil: microsimulation analysis. **BMC Medicine**, v. 19, n. 1, 29 set. 2021.
 8. SANTANA, R. R. *et al.* Extensão Universitária como Prática Educativa na Promoção da Saúde. **Educação & Realidade**, v. 46, n. 9, 2021.
 9. DANTAS, R. *et al.*, Liga de Cardiologia: integrando pesquisa e ensino pela ação extensionista. **Revista Caderno Pedagógica**, v. 21, n. 12, p. 1-14, 2024.
 10. BRASIL. **Resolução nº 510, de 7 de abril de 2016**. Dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais. Conselho Nacional de Saúde, v. 1, n. 1, 2016. Disponível em: <https://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/Reso510.pdf>. Acesso em: 27 out. 2025.
 11. PALMEIRIM, M. S. *et al.* Situational analysis of hypertension management at primary health care level in São Paulo, Brazil: population, healthcare professional and health system perspectives. **BMC health services research**, v. 24, n. 1, 2024.
 12. LARANJEIRA, R. P.; JUCÁ, A. L.; GONTIJO, D. T. A presença de Paulo Freire no campo da educação em saúde com adolescentes e jovens: uma revisão do escopo. **Revista de Educação Popular**, v. 21, n. 3, p. 71–96, 2022.
 13. GALMARINI, E.; MARCIANO, L.; SCHULZ, P. J. The effectiveness of visual-based interventions on health literacy in health care: A systematic review and meta-analysis. **BMC Health Services Research**, v. 24, n. 1, p. 1–10, 2024.
 14. ARAÚJO, N. S. C. TOLEDO, A. J. A Empatia em Acadêmicos de Medicina em Relação ao Paciente Pediátrico: Estudo Transversal Unicêntrico, 2019. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 44, n. 3, 2020.
 15. BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Humanização**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013. 1. ed. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_humanizacao_pnh_folhet_o.pdf. Acesso em: 27 out. 2025
http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_humanizacao_pnh_folhet_o.pdf. Acesso em: 27 out. 2025



REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO, SAÚDE E BEM ESTAR

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE ITABUNA-BA