

Edienny
Santos-Lobato

Robson José de Souza
Domingues

AMBULATÓRIO DE EXTENSÃO

PARA O ENSINO DA MEDICINA DO ESTILO DE VIDA

Relatório de tecnologia social



**AMBULATÓRIO
DE EXTENSÃO**
**PARA O ENSINO DA MEDICINA
DO ESTILO DE VIDA**

Relatório de tecnologia social

Edienny
Santos-Lobato

Robson José de Souza
Domingues

**AMBULATÓRIO
DE EXTENSÃO**
**PARA O ENSINO DA MEDICINA
DO ESTILO DE VIDA**

Relatório de tecnologia social



Editor-chefe
Tássio Ricardo Martins da Costa

Editora-executiva
Raynara Bandeira da Costa

Editora-técnica
Niceane dos Santos Figueiredo Teixeira

Assistente editorial
Jobson da Mota Fonseca

Bibliotecária
Janaina Ramos

2025 by Grupo Editorial Neurus
Copyright © Grupo Editorial Neurus
Copyright do texto © 2025 Os autores
Copyright da edição © 2025 Grupo
Editorial Neurus
Direitos para esta edição cedidos ao
Grupo Editorial Neurus pelos autores e
organizadores.

O Grupo Editorial Neurus preza pela ética e integridade em suas publicações, adotando medidas para prevenir plágio, falsificação de dados e conflitos de interesse. Qualquer suspeita de má conduta científica será rigorosamente investigada, com base em critérios acadêmicos e éticos.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) elaborada por Editora
Neurus – Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

S237a

Santos-Lobato, Edienny

Ambulatório de extensão para o ensino da medicina do estilo de vida: relatório de tecnologia social / Edienny Santos-Lobato, Robson José de Souza Domingues. – Belém: Neurus, 2025.

Relatório em PDF
38 p.

ISBN 978-65-5446-273-0

DOI10.29327/5523123

Link de acesso: <https://doi.org/10.29327/5523123>

1. Educação em medicina. 2. Relatório. I. Santos-Lobato, Edienny. II. Domingues, Robson José de Souza. III. Título.

CDD 610.71

O conteúdo, os dados, as correções e a confiabilidade são de inteira responsabilidade dos autores.

A Editora Neurus e os respectivos autores desta obra autorizam a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e de pesquisa, desde que citada a fonte. Os conteúdos publicados são de inteira responsabilidade de seus autores. As opiniões neles emitidas não exprimem, necessariamente, o ponto de vista da Editora Neurus.

Editora Neurus
Belém/PA
2025

INFORMAÇÕES SOBRE OS AUTORES



Edienny Viana Santos-Lobato

Médica, Universidade Federal do Pará (UFPA). Residência Médica em Nefrologia pela Universidade de São Paulo. Mestrado em Ensino em Saúde pela Universidade do Estado do Pará. Cursando doutorado em Ensino em Saúde na Universidade do Estado do Pará (UEPA). Certificação em *Lifestyle Medicine* pelo *International Board of Lifestyle Medicine* – USA. Docente do curso de medicina da UEPA, CESUPA e UNIFAMAZ.



Robson José de Souza Domingues

Graduado em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Pará. Mestrado em Ciências Biológicas Anatomia Botucatu pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Doutorado em Ciências Biológicas Anatomia Botucatu pela Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho. Atualmente é professor de Morfofuncional da Universidade do Estado do Pará, professor Titular do curso de Medicina da Universidade do Estado do Pará; professor-Orientador do Mestrado e Doutorado Ensino em saúde na Amazônia da Universidade do Estado do Pará. Líder do grupo de pesquisa morfofisiologia aplicada a saúde. Membro da Revista *Journal of Health Education* (JHE). Pará, Brasil. **Lattes:** <http://lattes.cnpq.br/9892890507517226>

IDENTIFICAÇÃO DA TECNOLOGIA SOCIAL

Nome da Tecnologia Social	Ambulatório de Extensão em Medicina do Estilo de Vida para a graduação médica.
Instituição Proponente	Centro Universitário Superior do Pará (CESUPA) / Universidade do Estado do Pará (UEPA).
Data e Local de Implementação	01/08/2021 – CEMEC / CESUPA - Av. Gov. José Malcher, n. 1242, bairro Nazaré, Belém - PA, CNPJ 14.769.049/0002-84.
Linha de pesquisa	Metodologias de Ensino em Saúde.
Autora do produto educacional	Edienny Augusta Viana Santos-Lobato.
Orientador	Dr Robson José de Souza Domingues.
Área do conhecimento	Ensino.
Público-alvo	Docentes, preceptores e profissionais da saúde.
Objetivo Geral	Promover o aprendizado de competências em Medicina do Estilo de Vida para estudantes de medicina, por meio da prática clínica.
Registro	Padrão Internacional de Numeração de Livro - ISBN.
Disponibilidade	Irrestrita, preservando-se os direitos autorais, bem como a proibição do uso comercial do produto.
Divulgação	Em formato digital, em plataformas digitais e impresso.

**Instituição
envolvida** Universidade do Estado do Pará.

Idioma Português.

Local Belém, Pará, Brasil.

Diagramação 2025.

APRESENTAÇÃO DA OBRA

As doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs), como hipertensão arterial e diabetes mellitus tipo 2, representam um dos maiores desafios de saúde pública no Brasil e no mundo. O aumento da incidência dessas doenças está intimamente relacionado a fatores de estilo de vida, como alimentação inadequada, sedentarismo e tabagismo.

Nesse contexto, a formação médica precisa evoluir para preparar profissionais capazes de atuar na prevenção e no manejo dessas condições a partir de abordagens baseadas em Medicina do Estilo de Vida (MEV).

O ensino médico tradicional, frequentemente centrado em modelos biomédicos, deve incorporar metodologias ativas e abordagens interdisciplinares que possibilitem aos futuros médicos desenvolverem competências relacionadas à promoção da saúde e à mudança de comportamento dos pacientes.

O Ambulatório de Extensão em Medicina do Estilo de Vida (MEV) surge como uma iniciativa inovadora para capacitar estudantes de medicina na aplicação prática dos pilares da MEV.

Por meio dessa experiência extensionista, os estudantes são protagonistas no atendimento de pacientes com diagnóstico recente de doenças crônicas, sendo responsáveis pelo acompanhamento e pela orientação sobre mudanças no estilo de vida.

O ambulatório também promove a integração entre diferentes áreas da saúde, incluindo medicina, nutrição e educação física, proporcionando uma formação mais ampla e alinhada às demandas contemporâneas da saúde pública.

Este relatório apresenta a estrutura, os impactos e as perspectivas dessa tecnologia social no ensino em saúde, destacando sua relevância para a educação médica e para a melhoria do cuidado de pacientes com DCNTs.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	13
DESCRIÇÃO DA TECNOLOGIA SOCIAL	
CAPÍTULO 2	17
FUNCIONAMENTO	
CAPÍTULO 3	23
INSTALAÇÕES	
CAPÍTULO 4	25
PARCERIAS E COLABORAÇÕES	
CAPÍTULO 5	27
INOVAÇÃO E RELEVÂNCIA	
CAPÍTULO 6	31
RESULTADOS AVALIADOS	
CAPÍTULO 7	35
CONSIDERAÇÕES FINAIS	
REFERÊNCIAS	37



1

DESCRIÇÃO DA TECNOLOGIA SOCIAL

O ambulatório de extensão em Medicina do Estilo de Vida (MEV) foi implantado para preencher uma lacuna indispensável na formação médica: a necessidade de capacitar futuros médicos a integrar práticas de estilo de vida na promoção da saúde e na prevenção e manejo de pacientes com doenças crônicas.

No cenário atual da saúde, as condições crônicas, como diabetes, hipertensão e doenças cardiovasculares, representam uma crescente demanda no sistema de saúde e necessitam de abordagens de cuidado que vão além do tratamento farmacológico.

Com esse objetivo, o ambulatório se propõe a promover o ensino e facilitar a aquisição de competências em Medicina do Estilo de Vida, oferecendo um ambiente onde os estudantes de medicina podem aplicar, na prática, o conhecimento teórico sobre alimentação saudável, atividade física, manejo do estresse, sono, cessação de vícios e relacionamentos saudáveis.

A vivência prática nesse contexto permite que os discentes desenvolvam habilidades de comunicação, escuta qualificada, atitude de não julgamento, empatia e engajamento, fundamentais para construir um vínculo de confiança com os pacientes e promover mudanças de estilo de vida. Além disso, a exposição dos estudantes a esse tipo de prática fortalece o compromisso com a prevenção, uma competência necessária para enfrentar os desafios das doenças crônicas na saúde pública.

PÚBLICO-ALVO:

– Estudantes de Medicina

No ambulatório, os estudantes de medicina atuam como protagonistas do processo de atendimento, conduzindo consultas sob a supervisão de docentes. Eles são orientados a aplicar as práticas de MEV, como a avaliação de pilares de estilo de vida e elaboração de planos de metas personalizados que considerem as necessidades e os contextos de vida dos pacientes. Esse protagonismo no atendimento permite aos alunos praticar o raciocínio clínico e o planejamento terapêutico centrado no paciente.

– Pacientes

O público atendido é composto principalmente por pacientes recém diagnosticados com doenças crônicas como hipertensão arterial e diabetes, que se beneficiam de uma abordagem de cuidado centrada em mudanças de estilo de vida. Para esses pacientes, o ambulatório representa uma oportunidade de receber acompanhamento contínuo e personalizado, com orientações práticas e baseadas em evidências sobre alimentação, exercícios físicos, controle do estresse, sono e outros aspectos do estilo de vida. Essa abordagem permite que os pacientes participem ativamente do próprio tratamento, promovendo maior adesão e engajamento, e trazendo melhorias significativas para sua qualidade de vida.

OBJETIVOS

O ambulatório tem como objetivo geral promover o aprendizado de competências em Medicina do Estilo de Vida para estudantes de medicina, por meio da prática clínica. Para isso, foram estabelecidas as seguintes metas específicas:

- Capacitar os estudantes participantes em técnicas de entrevista motivacional e aconselhamento em mudança de estilo de vida;
- Acompanhar, por pelo menos seis meses, pacientes com doenças crônicas diagnosticadas recentemente;
- Implementar um sistema de monitoramento longitudinal dos pacientes para avaliar a adesão às intervenções propostas;
- Expandir a atuação do ambulatório para outros cenários, como unidades básicas de saúde e comunidades ribeirinhas;
- Publicar relatórios anuais com análises dos resultados obtidos e sugestões de melhorias.

MÉTODO

A metodologia adotada no ambulatório envolve uma abordagem centrada no paciente e baseada em metodologias ativas de ensino. O fluxo de atendimento segue as seguintes etapas:

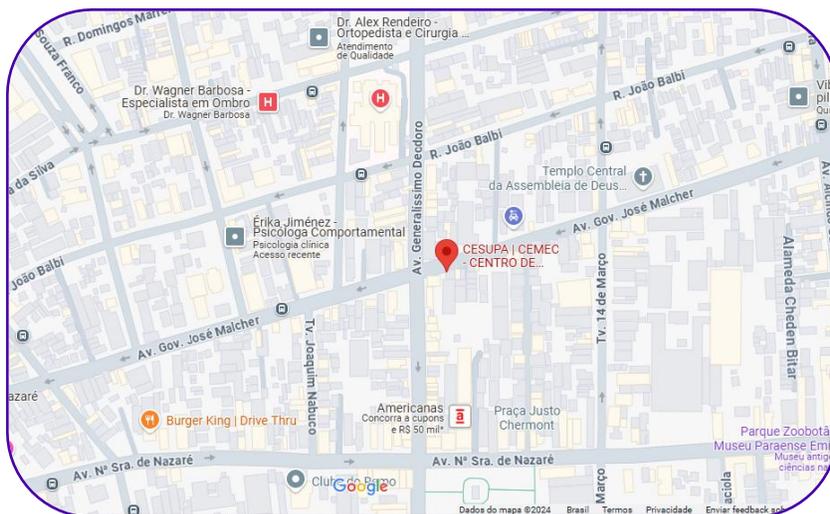
1. **Atendimento Inicial:** Avaliação clínica abrangente, incluindo histórico médico, hábitos de vida e avaliação antropométrica;
2. **Elaboração do Plano Terapêutico:** Definição conjunta de metas de curto e longo prazo para mudanças de estilo de vida;
3. **Acompanhamento Contínuo:** Consultas periódicas para monitoramento dos resultados e ajustes nas intervenções;
4. **Atividades Práticas:** *Workshops* de culinária, sessões de *mindfulness* e caminhadas em grupo;
5. **Avaliação Final:** Reavaliação clínica e coleta de *feedback* dos pacientes e estudantes.



2

FUNCIONAMIENTO

O ambulatório de extensão em Medicina do Estilo de Vida (MEV) fica localizado no Centro de Especialidades Médicas do CESUPA (CEMEC), na Avenida Governador José Malcher, nº 1242, bairro Nazaré, em Belém/PA.



O funcionamento do ambulatório de MEV é estruturado em etapas que permitem aos estudantes de medicina aplicar práticas de cuidado baseadas em estilo de vida, com supervisão e orientação docente. Essas etapas incluem o atendimento inicial dos pacientes, o acompanhamento contínuo e as atividades externas que promovem o protagonismo discente. A seguir, são descritas as principais etapas de funcionamento:

- **Atendimento Inicial:** Na consulta inicial, os estudantes recebem o paciente e realizam uma avaliação completa de seu histórico clínico, avaliando os pilares de estilo de vida e fatores psicossociais. Após essa etapa, discutem o caso com o professor responsável, analisando as principais necessidades de saúde do paciente e os possíveis impactos de intervenções de estilo de vida. A equipe, então, formula um plano de intervenção individualizado, que pode incluir orientações sobre

alimentação, prática de atividades físicas, manejo do estresse, qualidade do sono e apoio social. Esse processo fortalece a capacidade dos alunos de avaliar o paciente de maneira integrada e de propor intervenções baseadas em evidências.

- **Acompanhamento dos Pacientes:** O ambulatório é estruturado para oferecer acompanhamento contínuo aos pacientes, permitindo consultas de retorno em intervalos regulares. Nessas consultas de acompanhamento, os estudantes avaliam a evolução do paciente, revisam e ajustam as metas e intervenções, conforme necessário. Esse processo de revisão contínua permite que os discentes observem os impactos das mudanças de estilo de vida ao longo do tempo, compreendam as barreiras que os pacientes enfrentam e ajustem os planos de metas de forma colaborativa e respeitosa. Além disso, o acompanhamento em longo prazo permite que os estudantes desenvolvam um relacionamento terapêutico com os pacientes, essencial para a promoção de adesão e para o sucesso das intervenções.
- **Atividades externas:** Além das atividades ambulatoriais, os estudantes participam de aulas práticas de culinária mediterrânea, onde exploram o preparo de alimentos sazonais, com foco em ingredientes que nutrem de maneira equilibrada. Nestas sessões, aprendem a transformar ingredientes simples em refeições saborosas, ricas em nutrientes e com baixo teor de gorduras saturadas e sódio, o que os capacita a orientar os pacientes sobre escolhas alimentares saudáveis e práticas utilizando a linguagem da cozinha e evitando jargões biomédicos. Além disso, os estudantes participam de sessões de *mindfulness*, aprendendo a importância de incorporar o autocuidado ao cotidiano – algo que, como futuros médicos, poderão compartilhar com seus pacientes.



- **Atendimento a populações vulneráveis:** Como parte de seu desenvolvimento em MEV e saúde coletiva, os estudantes realizam atendimentos de idosos em comunidades ribeirinhas. Essa experiência amplia a compreensão sobre os desafios enfrentados em contextos de vulnerabilidade social e permite que os discentes apliquem suas competências em um cenário prático e desafiador, promovendo uma formação integral que valoriza o compromisso social e a atenção à diversidade das populações atendidas.







3

INSTALAÇÕES

O ambulatório de MEV atualmente funciona no 5º andar do CEMEC-CESUPA, utilizando quatro salas de consultório equipadas com computador conectado ao sistema de prontuário eletrônico, maca para exame físico e pia para lavagem de mãos. No armário há disponibilidade de luvas, álcool e algodão, os quais devem ser utilizados para a verificação de glicemia capilar. Há disponibilização de balança e fitas para avaliação antropométrica.

SALA DE DISCUSSÃO CLÍNICA

Na sala de discussão são disponibilizados os prontuários dos pacientes, conforme a ordem de chegada. São agendados em torno de 6 a 8 pacientes por dia para atendimento, sendo 2 de primeira vez e os demais de seguimento. Há um quadro branco onde devem ser anotadas as salas conforme a finalização dos atendimentos e um computador com acesso a agenda do ambulatório, onde será possível verificar as datas disponíveis para agendamento de retorno.

ENCAMINHAMENTOS

Os encaminhamentos de pacientes para o ambulatório de Medicina do Estilo de Vida são realizados por qualquer profissional de saúde do CEMEC-CESUPA. Para isso, é preenchido o formulário de encaminhamento interno da instituição, direcionado o paciente ao ambulatório de **Medicina do Estilo de Vida**, ou simplesmente, **MEV**.



4

PARCERIAS E COLABORAÇÕES

O ambulatório de MEV opera de forma integrada com outros serviços de saúde, recebendo pacientes encaminhados de programas e triagens especializadas. Em parceria com o programa Hiperdia e com os ambulatórios de triagem de endocrinologia e cardiologia do CEMEC, o ambulatório de MEV acolhe pacientes que necessitam de intervenções de estilo de vida para o manejo de doenças crônicas, especialmente aqueles com diagnóstico recente de hipertensão arterial sistêmica (HAS) ou diabetes mellitus tipo 2 (DM2).

Esses ambulatórios realizam a triagem inicial dos pacientes e, ao identificarem casos que se beneficiariam de orientações baseadas em MEV, fazem o encaminhamento para o nosso serviço. Essa rede integrada de encaminhamentos permite que os estudantes acompanhem pacientes desde os estágios iniciais de suas condições crônicas, reforçando a importância da abordagem centrada no estilo de vida e garantindo um atendimento completo e abrangente.

O ambulatório conta com parcerias estratégicas para garantir sua sustentabilidade e expansão. As instituições envolvidas incluem:

- **Centro Universitário Superior do Pará (CESUPA):** Infraestrutura e colaboração para encaminhamento de pacientes;
- **Universidade do Estado do Pará (UEPA):** Apoio acadêmico e logístico para a formação dos estudantes;
- **Secretaria de Saúde do Estado:** Apoio na captação de pacientes e divulgação das atividades;
- **Parcerias com academias e nutricionistas:** Apoio complementar às intervenções em estilo de vida.

Para garantir a sustentabilidade do ambulatório, busca-se a captação de recursos através de editais de fomento, parcerias com o setor privado e a criação de cursos de extensão pagos para profissionais da saúde.



5

INOVAÇÃO E RELEVÂNCIA

Ambulatório de Extensão em Medicina do Estilo de Vida (MEV) se destaca como uma iniciativa inovadora ao integrar a prática clínica com a formação acadêmica, proporcionando aos estudantes de medicina uma experiência imersiva e baseada em metodologias ativas. Diferente dos modelos tradicionais de ensino, o ambulatório coloca os estudantes como protagonistas do atendimento, permitindo que a aprendizagem ocorra por meio da vivência prática e da interação direta com os pacientes.

Essa abordagem inovadora favorece o desenvolvimento de competências essenciais, como comunicação eficaz, raciocínio clínico centrado no paciente e tomada de decisão compartilhada.

A relevância dessa iniciativa é evidenciada pelo seu alinhamento com as Diretrizes Curriculares Nacionais do curso de medicina, que enfatizam a necessidade de uma formação voltada para a promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas. Além disso, o ambulatório responde a uma demanda crescente por estratégias eficazes de manejo de doenças crônicas não transmissíveis, como hipertensão e diabetes, que representam um grande desafio para o sistema de saúde.

Do ponto de vista social, o ambulatório contribui para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes atendidos, oferecendo acesso a orientações de saúde personalizadas e baseadas em evidências, enquanto prepara os futuros médicos para atuarem de forma mais proativa na promoção da saúde. Dentre os principais aspectos de inovação, destacam-se:

Protagonismo discente: No ambulatório, os estudantes assumem o papel central no atendimento ao paciente. Orientados pelos preceptores, são incentivados a desenvolver planos de tratamento baseados em intervenções de estilo de vida, como mudanças alimentares e práticas de atividade física. Esse protagonismo proporciona aos alunos uma experiência real de tomada de decisão e autonomia profissional, reforçando sua capacidade de aplicar o conhecimento teórico em contextos práticos. A experiência fomenta ainda a autoconfiança e os prepara para lidar com a complexidade dos casos crônicos de forma independente e responsável.

Acompanhamento longitudinal: O ambulatório oferece uma estrutura que permite o acompanhamento contínuo dos pacientes ao longo do tempo, o que beneficia tanto os pacientes quanto os estudantes. O atendimento regular permite que os alunos observem a evolução do estado de saúde dos pacientes, revisem os planos de tratamento e ajustem as orientações de acordo com as necessidades individuais. Esse acompanhamento longitudinal não só contribui para a continuidade do cuidado, mas também proporciona aos estudantes uma compreensão profunda do impacto de suas intervenções, reforçando o compromisso com o tratamento de longo prazo e com a construção de uma relação sólida e confiável com o paciente.

Prescrição de estilo de vida: A prescrição de estilo de vida, como uma abordagem terapêutica central, diferencia este ambulatório dos modelos convencionais. Os discentes são capacitados a realizar recomendações específicas, como planos alimentares, programas de atividade física e práticas de redução de estresse, baseadas nas necessidades de cada paciente. Esta prática os ensina a enxergar o paciente como um todo, abordando as causas subjacentes das condições crônicas. Essa abordagem integrada reforça o compromisso com a prevenção e representa uma mudança cultural na formação médica, tornando as competências em Medicina do Estilo de Vida essenciais.

Treinamento em técnicas de comunicação: O ambulatório também se preocupa com o desenvolvimento das habilidades de comunicação dos estudantes, oferecendo treinamento em técnicas como a entrevista motivacional. Esse treinamento é fundamental para que os discentes consigam estabelecer uma relação empática com os pacientes e incentivá-los a aderir a mudanças no estilo de vida. Eles aprendem a fazer perguntas que façam o paciente se sentir à vontade para falar, evitando que a consulta pareça um interrogatório policial.

Ao aprender a ouvir e a dialogar de forma eficaz, os estudantes conseguem abordar com sensibilidade as barreiras e motivações dos pacientes, melhorando a adesão ao tratamento e aumentando a satisfação com o cuidado prestado. Além disso, quando bem utilizada, a entrevista motivacional reduz a carga de trabalho do médico e auxilia

na prevenção ao burnout, além de aumentar a satisfação profissional ao promover interações mais gratificantes com os pacientes. Ao observar os benefícios práticos dessa abordagem, mais profissionais tendem a se interessar pelo cuidado de pacientes com doenças crônicas.

Replicabilidade: O modelo de atendimento e ensino aplicado no ambulatório de extensão em MEV é altamente replicável em outras instituições e regiões, com adaptações mínimas para se adequar a diferentes realidades. Para replicá-lo, é necessário que as instituições parceiras ofereçam suporte para o encaminhamento de pacientes, além de treinamento docente voltado ao uso de metodologias ativas e uma estrutura que permita o protagonismo dos estudantes.

Em áreas onde as doenças crônicas são prevalentes, esse modelo pode ser implementado em parceria com programas de atenção primária e secundária, como o Hiperdia, e integrado com serviços de especialidades, ajustando-se às necessidades e recursos locais. Dessa forma, o ambulatório de MEV representa uma tecnologia social inovadora e adaptável, com potencial para transformar a formação médica e a qualidade de vida dos pacientes em diversos contextos.



6

RESULTADOS AVALIADOS

IMPACTO NOS ESTUDANTES

A experiência no Ambulatório de Extensão em Medicina do Estilo de Vida teve um impacto significativo na formação dos estudantes de medicina, proporcionando uma aprendizagem prática e centrada no paciente. A metodologia ativa adotada permitiu que os estudantes assumissem o protagonismo dos atendimentos, desenvolvendo competências essenciais, como habilidades de comunicação eficaz, escuta qualificada e raciocínio clínico integrado.

O acompanhamento longitudinal dos pacientes possibilitou uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados na adesão às mudanças de estilo de vida, permitindo aos alunos ajustarem as estratégias de intervenção de forma personalizada e colaborativa. Além disso, a vivência prática em cenários reais fortaleceu a confiança dos estudantes na prescrição de intervenções em estilo de vida baseadas em evidências, promovendo uma abordagem mais humanizada e preventiva no cuidado ao paciente.

O treinamento em técnicas de entrevista motivacional e educação em saúde também contribuiu para a ampliação da visão dos estudantes sobre o papel do médico na promoção da saúde, capacitando-os a atuar como agentes de mudança na prevenção de doenças crônicas. Relatos qualitativos indicam que a experiência no ambulatório aumentou a motivação dos alunos para incorporar a Medicina do Estilo de Vida em sua futura prática clínica, além de aprimorar sua capacidade de trabalho em equipe e tomada de decisão compartilhada.

IMPACTO NOS PACIENTES

Os resultados da pesquisa de satisfação realizada com os pacientes atendidos pelo Ambulatório de Medicina do Estilo de Vida demonstraram altos índices de aprovação e percepção positiva do serviço. A grande maioria dos pacientes (96,3%) afirmou que o estudante que os atendeu conseguiu entender suas queixas e necessidades de saúde, e o mesmo percentual indicou estar satisfeito com o atendimento recebido.

Além disso, 92,6% dos pacientes destacaram que se sentiram ouvidos pelos profissionais, o que reforça a importância da abordagem centrada no paciente. O impacto positivo do ambulatório também se refletiu na confiança e segurança dos pacientes em relação ao atendimento médico, como evidenciado por relatos qualitativos, nos quais afirmaram sentir-se mais à vontade e abertos para discutir questões pessoais e familiares que podem afetar sua saúde.

Outro dado relevante é a disposição dos pacientes em recomendar o serviço a amigos ou familiares, com 96,3% afirmando que fariam essa recomendação, o que evidencia a percepção de qualidade e a valorização do atendimento recebido. Sugestões para melhorias incluíram a ampliação dos canais de agendamento, como a adoção de aplicativos de mensagens, e parcerias com academias e profissionais de educação física para apoiar a implementação das mudanças de estilo de vida sugeridas durante as consultas.

Em suma, os dados coletados demonstram que o ambulatório tem desempenhado um papel essencial na promoção da saúde e no engajamento dos pacientes em suas próprias jornadas de autocuidado, proporcionando um atendimento humanizado e eficaz, que resulta em maior adesão às intervenções propostas.

AVALIAÇÕES E INDICADORES

Satisfação dos Pacientes: A pesquisa revelou que 96,3% dos pacientes relataram estar satisfeitos com o atendimento recebido, destacando a qualidade da escuta e a abordagem centrada no paciente.

Percepção dos Pacientes sobre o Atendimento: 92,6% dos pacientes sentiram que suas preocupações foram ouvidas e compreendidas pelos estudantes, refletindo uma relação terapêutica de confiança.

Recomendações do Serviço: A maioria dos pacientes (96,3%) afirmou que recomendaria o ambulatório para familiares e amigos, indicando alto nível de confiança e satisfação com o atendimento prestado.

Sugestões de Melhorias: Os pacientes sugeriram a implementação de novas formas de agendamento, como aplicativos de mensagens, e a criação de parcerias com profissionais de educação física para apoio nas mudanças de estilo de vida.

Experiência dos Estudantes: Os relatos qualitativos dos estudantes apontaram um aumento na confiança para realizar aconselhamento sobre mudanças de estilo de vida, bem como uma compreensão mais ampla da prática médica centrada no paciente.

INOVAÇÃO E APLICABILIDADE

O projeto inova ao **integrar práticas de estilo de vida** no currículo de formação médica de forma prática e direta, preparando os estudantes para lidar com o crescente desafio das doenças crônicas. A metodologia ativa, que coloca os alunos no protagonismo dos atendimentos, e a utilização de técnicas de entrevista motivacional são diferenciais que tornam o aprendizado mais efetivo e humanizado.

Esse modelo de ensino ajuda a formar médicos com uma visão preventiva e com competências específicas para promover a saúde e a adesão ao tratamento, características essenciais no contexto da saúde pública.

REPLICABILIDADE E IMPACTO ESPERADO

A proposta do ambulatório de MEV tem grande potencial de **replicabilidade** em outras instituições de ensino e centros de saúde. Com as devidas adaptações, o modelo pode ser implementado em diferentes regiões, contribuindo para a formação de profissionais da saúde comprometidos com a prevenção de doenças e a promoção de estilos de vida saudáveis.

Espera-se que a disseminação desse projeto tenha um **impacto significativo** na abordagem das doenças crônicas, ampliando a capacidade de atuação de médicos e equipes de saúde para promover mudanças duradouras no comportamento e na saúde dos pacientes, além de estimular o interesse dos profissionais por práticas preventivas e humanizadas.



7

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Ambulatório de Extensão em Medicina do Estilo de Vida (MEV) representa um avanço significativo no ensino médico ao integrar teoria e prática de maneira ativa e interdisciplinar. A imersão dos estudantes nesse ambiente contribui diretamente para o desenvolvimento de habilidades clínicas, empatia e capacidade de influenciar positivamente o comportamento dos pacientes.

Os resultados obtidos até o momento indicam um impacto positivo na adesão dos pacientes às estratégias de mudança de estilo de vida, refletindo melhorias na qualidade de vida e no controle das condições crônicas. A expansão desse modelo para outras instituições de ensino e sua integração com políticas públicas de saúde são estratégias fundamentais para ampliar os benefícios da iniciativa. Ademais, o monitoramento contínuo dos resultados e a busca por inovações metodológicas são essenciais para fortalecer ainda mais essa tecnologia social.

Além disso, a abordagem centrada na MEV potencializa a formação de profissionais aptos a enfrentar os desafios das DCNTs com um olhar ampliado para a prevenção e a promoção da saúde. Dessa forma, o ambulatório não apenas impacta positivamente a vida dos pacientes atendidos, mas também transforma a educação médica, tornando-a mais contextualizada e alinhada às necessidades reais da população.



REFERÊNCIAS

REFERÊNCIAS

AMERICAN COLLEGE OF LIFESTYLE MEDICINE. Lifestyle Medicine Core Competencies. Disponível em: <https://www.lifestylemedicine.org>. Acesso em: 20 jan. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes para o cuidado das doenças crônicas não transmissíveis. Brasília, 2021.

FRATES, Elizabeth et al. Lifestyle Medicine Handbook: An Introduction to the Power of Healthy Habits. CRC Press, 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Global Action Plan for the Prevention and Control of Noncommunicable Diseases 2013-2020. Genebra, 2013.

TRILK, Jennifer L. et al. Designing and Implementing a Lifestyle Medicine Curriculum in Undergraduate Medical Education. Journal of Medical Education, 2019.

