

# DOENÇAS CARDIOVASCULARES: AUMENTO DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES APÓS A COVID-19: CAUSAS E POSSÍVEIS SOLUÇÕES

Paola Lais Martins<sup>1</sup>

Leandro Kislikoski Matioli Nunes<sup>2</sup>

Isabelly Sandri<sup>3</sup>

Julian Flores da Silva<sup>4</sup>

Fellipe Otávio Tomaz<sup>5</sup>

No contexto da pandemia de COVID-19, observou-se um preocupante aumento das doenças cardiovasculares, tanto devido ao impacto direto do vírus quanto à ampliação das incidências cardíacas. Para enfrentar essa situação, é fundamental destacar a importância de incentivar práticas saudáveis, como exercícios físicos regulares e uma alimentação balanceada, mesmo no ambiente doméstico. Este trabalho, que teve como objetivo principal abordar tal assunto, contou com uma metodologia de pesquisa focada no impacto das doenças cardiovasculares durante a pandemia COVID-19. Inicialmente, foi definido o escopo da pesquisa, explorando fatores como incidência, diagnóstico e tratamento. Utilizou-se palavras-chave relevantes para buscar fontes em bases de dados como PubMed e Scopus. Após triagem, selecionou-se estudos alinhados com critérios de relevância e qualidade. Ao analisar essas fontes, identificou-se padrões, avaliou-se metodologias e se documentou todo o processo para garantir a transparência. A imposição de medidas de isolamento social e o fechamento temporário de instalações esportivas resultaram em um aumento do sedentarismo. Isso contribuiu para o surgimento de problemas como obesidade, hipertensão e níveis elevados de colesterol, fatores de risco significativos para doenças cardiovasculares. O estudo destaca a necessidade de lançar campanhas de conscientização que promovam a importância da atividade física e ofereçam recursos online para auxiliar as pessoas a manterem hábitos saudáveis durante a pandemia. Além disso, é crucial garantir cuidados contínuos aos pacientes cardíacos. Acesso ininterrupto a tratamentos e medicamentos é fundamental para evitar complicações e agravamentos dessas condições, especialmente após a pandemia. O atraso no diagnóstico e a negligência nos cuidados podem acentuar a urgência de expandir os serviços de saúde de maneira segura e eficaz. Nesse sentido, esse estudo enfatiza uma abordagem holística que vai além da prevenção e do tratamento convencionais. Ele conclama à colaboração multidisciplinar para identificar os determinantes sociais das doenças cardiovasculares. Reconhece que fatores socioculturais desempenham um papel crucial nas escolhas de estilo de vida e no acesso aos cuidados de saúde e, portanto, propõe estratégias adaptadas a diversas realidades. A conexão entre tecnologia e saúde também é destacada. O aumento das ferramentas tecnológicas pode ser aproveitado para promover a atividade física, fornecer orientações nutricionais e oferecer monitoramento remoto para pacientes cardíacos. Isso pode ajudar a manter a saúde cardiovascular em meio às restrições da pandemia. Enfim, esse trabalho salienta a necessidade urgente de abordar o aumento das doenças cardiovasculares durante a pandemia de COVID-19. Ele aponta para a importância de promover hábitos saudáveis, garantir o acesso contínuo aos cuidados cardíacos e adotar estratégias holísticas que considerem fatores socioculturais. Através da colaboração multidisciplinar e do uso inteligente da tecnologia, é possível mitigar os impactos negativos e construir uma base sólida para a saúde cardiovascular da população.

**Palavras-chave:** Pandemia. Doenças cardiovasculares. COVID-19. Sedentarismo. Ampliação tecnológica.

---

<sup>1</sup> Aluna do Curso Técnico em Eletromecânica Integrado ao Ensino Médio do IFC Campus Blumenau, diegoeclan@gmail.com

<sup>2</sup> Aluno do Curso Técnico em Eletromecânica Integrado ao Ensino Médio do IFC Campus Blumenau, kislikoskileandro2007@gmail.com

<sup>3</sup> Aluna do Curso Técnico em Eletromecânica Integrado ao Ensino Médio do IFC Campus Blumenau, isabellysarandi@gmail.com

<sup>4</sup> Aluno do Curso Técnico em Eletromecânica Integrado ao Ensino Médio do IFC Campus Blumenau, julianflores@gmail.com

<sup>5</sup> Aluno do Curso Técnico em Eletromecânica Integrado ao Ensino Médio do IFC Campus Blumenau, tomazana04@gmail.com