



BENEFÍCIOS DA EDUCAÇÃO PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE

MARCOS ANTONIO ROLIM TEIXEIRA; EDNA PIRES DE OLIVEIRA BARBOSA

Introdução: A Educação em saúde (ES) é uma estratégia fundamental para promover a conscientização e a mudança de comportamento em relação à saúde. Ela envolve a disseminação de informações precisas e acessíveis sobre hábitos saudáveis e medidas preventivas, visando melhorar a qualidade de vida e reduzir a incidência de doenças. Neste contexto, este trabalho se propõe a discutir a importância da ES e seus impactos positivos na comunidade. **Objetivos:** analisar os benefícios da ES na promoção da saúde e prevenção de doenças. **Metodologia:** estudo exploratório de natureza qualitativa, onde foram revisados artigos científicos, utilizando as palavras-chave "educação em saúde", "promoção da saúde" e "prevenção de doenças". Foram selecionados 5 artigos na língua portuguesa, entre os anos de 2018 à 2024, que abordam a eficácia da ES em diferentes contextos e populações-alvo, para análise e síntese dos resultados. **Resultados:** A ES tem se mostrado eficaz na promoção de hábitos saudáveis e na prevenção de doenças. Estudos demonstram que intervenções educativas podem levar a uma redução significativa nos índices de tabagismo, obesidade e doenças crônicas não transmissíveis. Além disso, a ES tem impacto positivo na melhoria da qualidade de vida e no aumento da expectativa de vida. **Conclusão:** A ES é uma ferramenta poderosa na promoção da saúde e prevenção de doenças. É essencial que as políticas públicas e as instituições de saúde invistam em programas educativos, visando capacitar indivíduos e comunidades a adotarem estilos de vida saudáveis. A conscientização e o engajamento da população são fundamentais para o sucesso dessas iniciativas, que podem contribuir significativamente para a melhoria da saúde da população e a redução dos custos com tratamentos médicos.

Palavras-chave: Educação em saúde, Promoção da saúde, Prevenção de doenças, Doenças e sedentarismo, Saúde pública.