



PROMOÇÃO DA SAÚDE E PREVENÇÃO DE DOENÇAS: ESTRATÉGIAS E IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA

ÁDRIA OLIVEIRA RIOS; LETÍCIA FERREIRA FREITAS; FELLYPE MOURELHE DE LIRA

Introdução: A promoção da saúde e a prevenção de doenças constituem pilares fundamentais para a melhoria da qualidade de vida e a redução das desigualdades em saúde. Essas práticas visam capacitar indivíduos e comunidades para adotar estilos de vida saudáveis, além de minimizar riscos e agravos evitáveis. O presente estudo explora as estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças, considerando sua relevância para a sustentabilidade dos sistemas de saúde. **Objetivo:** O objetivo desta revisão é identificar e discutir as principais estratégias de promoção da saúde e prevenção de doenças, bem como seus impactos na saúde pública e individual. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão da literatura baseada na análise de artigos publicados entre 2015 e 2023 em bases de dados científicas como PubMed, SciELO e LILACS. Foram selecionados estudos em português e inglês, utilizando os descritores "promoção da saúde", "prevenção de doenças" e "qualidade de vida". Após a triagem inicial, foram incluídos 25 artigos que atendiam aos critérios de elegibilidade, abordando intervenções preventivas em contextos diversos. **Resultados:** As estratégias de promoção da saúde incluem ações educativas, políticas públicas voltadas ao controle de fatores de risco e intervenções no ambiente social e físico. A prevenção de doenças foca na imunização, rastreamento precoce de doenças crônicas e controle de condições transmissíveis. Os estudos analisados destacaram impactos positivos dessas abordagens, como redução da mortalidade por doenças cardiovasculares, maior adesão a práticas de atividade física e alimentação saudável, além de diminuição da incidência de doenças infecciosas em populações vulneráveis. **Conclusão:** A promoção da saúde e a prevenção de doenças desempenham um papel crucial na construção de sociedades mais saudáveis e equitativas. Os resultados evidenciam que intervenções integradas e sustentáveis são capazes de reduzir o ônus das doenças e melhorar a qualidade de vida das populações. É indispensável o fortalecimento dessas práticas por meio de políticas públicas, educação em saúde e a integração dos diversos setores da sociedade.

Palavras-chave: **PROMOÇÃO À SAÚDE; QUALIDADE DE VIDA; EDUCAÇÃO EM SAÚDE; ESTRATÉGIAS PREVENTIVAS; POLÍTICAS PÚBLICAS DE SAÚDE**