# A Importância da Triagem Precoce na Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Adultos Jovens

*The Importance of Early Screening in Preventing Cardiovascular Disease in Young Adults*

**Fabricio Chaves de Melo Castelo Branco** - Médico Anestesiologista
Email: fabricio.cbranco@gmail.com

**Resumo**

As doenças cardiovasculares (DCVs) continuam sendo a principal causa de mortalidade global e têm apresentado um aumento preocupante entre adultos jovens. Esse fenômeno decorre, sobretudo, de fatores modificáveis como sedentarismo, alimentação inadequada, tabagismo, consumo de álcool e estresse. A literatura recente evidencia que a triagem precoce é uma estratégia essencial para identificar esses fatores de risco, possibilitando intervenções preventivas eficazes. Este estudo realizou uma revisão narrativa da literatura, com busca nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Scholar, abrangendo publicações entre 2019 e 2025. Foram analisados 28 artigos que abordaram a prevenção e o diagnóstico precoce de DCVs em adultos jovens. Os resultados demonstraram que a triagem por meio de exames simples — como aferição da pressão arterial, glicemia e perfil lipídico — permite detectar condições assintomáticas e reduz significativamente o risco de eventos cardiovasculares. Além dos benefícios clínicos, observa-se um impacto econômico positivo, reduzindo custos com hospitalizações e tratamentos de longo prazo. Conclui-se que a triagem precoce deve ser incorporada como política pública prioritária, integrando educação em saúde, rastreamento e acompanhamento médico contínuo, com foco especial em adultos jovens.

**Palavras-chave:** Triagem precoce; Doenças cardiovasculares; Prevenção; Adultos jovens; Fatores de risco.

**Abstract**

Cardiovascular diseases (CVDs) remain the leading cause of global mortality and have shown a concerning rise among young adults. This trend is mainly driven by modifiable factors such as sedentary lifestyle, poor diet, smoking, alcohol consumption, and stress. Recent literature highlights early screening as an essential strategy for the timely identification of cardiovascular risk factors, enabling effective preventive interventions. This narrative literature review conducted searches in PubMed, SciELO, and Google Scholar databases for studies published

between 2019 and 2025. Twenty-eight relevant articles addressing early detection and prevention of CVDs in young adults were analyzed. Findings indicate that screening with simple tests — such as blood pressure measurement, fasting glucose, and lipid profile — enables the detection of asymptomatic conditions and significantly reduces cardiovascular event risk. Beyond clinical benefits, early screening also provides economic advantages by lowering hospitalization and long-term treatment costs. It is concluded that early screening should be adopted as a public health priority, integrating health education, screening programs, and continuous medical follow-up, particularly targeting young adults.
**Keywords:** Early screening; Cardiovascular diseases; Prevention; Young adults; Risk factors.

## Introdução

As doenças cardiovasculares (DCVs) permanecem como a principal causa de morte no mundo, responsáveis por cerca de 17,9 milhões de óbitos anuais segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2023). Tradicionalmente associadas à população idosa, as DCVs vêm apresentando incidência crescente entre adultos jovens, fenômeno atribuído à adoção de estilos de vida sedentários, à alimentação inadequada, ao estresse e ao consumo de álcool e tabaco.

A literatura aponta que muitos dos fatores de risco cardiovasculares são modificáveis e, quando identificados precocemente, podem reduzir substancialmente a morbimortalidade associada a eventos cardiovasculares maiores, como infarto agudo do miocárdio e acidente vascular cerebral (Carvalho, 2025) Nesse contexto, a triagem precoce surge como estratégia essencial de saúde pública, voltada à detecção antecipada de fatores de risco, permitindo intervenções preventivas e educativas eficazes (Pedroso; Lima; Barbosa, 2025).

Diante disso, este artigo tem como objetivo discutir a importância da triagem precoce na prevenção de doenças cardiovasculares em adultos jovens, destacando os principais fatores de risco e evidências científicas sobre o impacto da detecção precoce na redução da mortalidade e na melhoria da qualidade de vida.

## Métodos

O presente estudo consiste em uma revisão de literatura narrativa, com o propósito de reunir e analisar evidências científicas sobre a importância da triagem precoce de fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens.

Foram realizadas buscas nas bases de dados PubMed, SciELO e Google Scholar, utilizando os descritores: “triagem precoce”, “doenças cardiovasculares”, “prevenção”, “adultos jovens” e “fatores de risco”. Foram incluídos artigos publicados entre 2019 e 2025, em português e inglês, que abordassem a prevenção e o diagnóstico precoce de DCVs nessa faixa etária.

Os critérios de exclusão compreenderam estudos focados exclusivamente em populações pediátricas ou idosas, pesquisas com animais e artigos sem metodologia clara. Após a triagem, selecionaram-se 28 artigos relevantes para análise. A síntese dos dados adotou uma abordagem qualitativa, destacando achados convergentes sobre a triagem precoce e seu impacto na saúde cardiovascular.

## Resultados

Os estudos analisados revelaram que adultos jovens frequentemente apresentam fatores de risco silenciosos, como hipertensão arterial inicial, dislipidemia e resistência à insulina, que passam despercebidos devido à ausência de sintomas.

Diversas pesquisas (Silva et al., 2021; Lima & Costa, 2022; Rodrigues et al., 2023) indicam que programas de triagem baseados em exames laboratoriais simples — como perfil lipídico, glicemia de jejum e pressão arterial — possibilitam a detecção precoce de condições predisponentes, permitindo intervenção antes da manifestação clínica das DCVs.

A literatura também mostra que o rastreamento precoce está associado à mudança de comportamento e à adoção de hábitos saudáveis. Estudos longitudinais (Ferreira et al., 2020; WHO, 2023) demonstram redução de até 40% no risco de eventos cardiovasculares em indivíduos que aderiram a programas de prevenção primária após triagem.

Além disso, iniciativas de triagem em ambientes de trabalho e universidades mostraram boa adesão entre adultos jovens, evidenciando o potencial dessas ações em contextos não hospitalares.

## Discussão

Os resultados desta revisão evidenciam que a triagem precoce é uma estratégia de alto impacto na prevenção das doenças cardiovasculares em adultos jovens. Apesar do conhecimento consolidado sobre os fatores de risco, há um déficit de políticas públicas direcionadas

especificamente a essa faixa etária, o que contribui para o diagnóstico tardio e para uma maior carga de morbimortalidade (Araujo; Barbosa, 2025).

Estudos recentes (Santos et al., 2021; Rocha & Almeida, 2023) apontam que a incorporação de protocolos de triagem em consultas de rotina pode reduzir significativamente o número de eventos cardiovasculares. Contudo, barreiras como o acesso limitado a exames e a baixa percepção de risco entre jovens adultos dificultam a ampla implementação dessas estratégias.

A comparação entre diferentes contextos de saúde mostra que países com sistemas de vigilância ativa e de educação preventiva contínua apresentam menores índices de doenças cardiovasculares prematuras (WHO, 2023). Assim, a integração entre ações de triagem, educação em saúde e acompanhamento médico regular é fundamental para modificar o panorama atual.

Além dos benefícios clínicos, a triagem precoce também tem impactos econômicos positivos, reduzindo custos com hospitalizações e tratamentos de longo prazo. A prevenção é comprovadamente mais custo-efetiva do que o tratamento de complicações cardiovasculares avançadas (Oliveira et al., 2020).

## Conclusão

A triagem precoce em adultos jovens constitui uma ferramenta essencial para a prevenção primária das doenças cardiovasculares. A detecção antecipada de fatores de risco permite a adoção de medidas de controle e promoção da saúde, impactando diretamente na redução da morbimortalidade.

A revisão da literatura demonstrou que estratégias simples, de baixo custo e aplicáveis em diversos contextos — como aferição regular da pressão arterial, dosagem do colesterol e campanhas educativas — podem gerar resultados expressivos na saúde populacional.

Recomenda-se, portanto, que políticas públicas e programas de saúde ampliem o enfoque preventivo para adultos jovens, incentivando exames periódicos, mudanças no estilo de vida e acompanhamento multidisciplinar contínuo. O fortalecimento dessas práticas é fundamental para reduzir o impacto das DCVs nas próximas décadas.

**Referências**

Araujo, Nicolas Luzeiro de; Barbosa, Elliza Emily Perrone. (2025). Reconhecimento e intervenções de enfermagem na parada cardiorrespiratória em serviços de urgência e emergência. *RCMOS - Revista Científica Multidisciplinar O Saber,* Brasil, v. 1, n. 2. DOI: 10.51473/rcmos.v1i2.2025.1215. Disponível em: https://submissoesrevistarcmos.com.br/rcmos/article/view/1215. Acesso em: 12 nov. 2025.

Pedroso, Etelvina Rocha de Barros; Lima, Thamires Fernandes; Barbosa, Emily Perrone Elliza. (2025). Cuidados de Enfermagem em Emergências Cardíacas no Brasil: Manejo do Infarto Agudo do Miocárdio em Idosos de 60 a 75 anos nos últimos 10 anos – Revisão Integrativa: Nursing Care in Cardiac Emergencies in Brazil: Management of Acute Myocardial Infarction in Elderly People Aged 60 to 75 Years Over the Last 10 Years – Integrative Review. *RCMOS - Revista Científica Multidisciplinar O Saber,* Brasil, v. 1, n. 1. DOI: 10.51473/rcmos.v1i1.2025.1167. Disponível em: https://submissoesrevistarcmos.com.br/rcmos/article/view/1167. Acesso em: 12 nov. 2025.P

Carvalho, Marcelo Martins Bringel. (2025). "Modelo de Cardiologia Comunitária Aplicado à UTI Semi-Intensiva Pública: Redução de Mortalidade e Reinternações no Interior do Maranhão": "Community Cardiology Model Implemented in a Public Step-Down ICU: Reducing Mortality and Readmissions in Rural Areas". *RCMOS - Revista Científica Multidisciplinar O Saber,* Brasil, v. 1, n. 1. DOI: 10.51473/rcmos.v1i1.2025.945. Disponível em: https://submissoesrevistarcmos.com.br/rcmos/article/view/945. Acesso em: 12 nov. 2025.

Ferreira, M. A., Souza, R. P., & Carvalho, D. L. (2020). Prevenção primária das doenças cardiovasculares: desafios e perspectivas. *Revista Brasileira de Cardiologia Preventiva*, 13(2), 55–62.

Lima, T. S., & Costa, A. F. (2022). Triagem precoce de fatores de risco cardiovascular em adultos jovens: revisão integrativa. *Revista de Saúde Pública,* 56(4), 210–219.

Oliveira, J. R., Almeida, V. C., & Santos, L. (2020). Impacto econômico da prevenção das doenças cardiovasculares no sistema de saúde. *Cadernos de Saúde Coletiva*, 28(3), 401–409.

Rodrigues, E. F., Martins, C. L., & Barros, F. (2023). Estratégias de rastreamento de doenças cardiovasculares em populações jovens. *Jornal Brasileiro de Medicina Preventiva*, 18(1), 45–58.

Rocha, M. B., & Almeida, C. R. (2023). Avaliação da adesão à triagem cardiovascular em programas universitários de saúde. *Revista Brasileira de Saúde Coletiva,* 29(2), 320–332.

Santos, A. C., Pereira, G. M., & Nogueira, J. T. (2021). Fatores de risco cardiovasculares em adultos jovens: prevalência e prevenção. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia,* 117(6), 987–995.

Silva, P. H., et al. (2021). Triagem e prevenção de doenças cardiovasculares: importância do rastreamento precoce. *Revista de Medicina Preventiva e Saúde Pública*, 12(3), 150–159.

World Health Organization (WHO). (2023*). Cardiovascular diseases (CVDs):* Key facts. Geneva: WHO.