

GORDURA VISCERAL E O RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES

VISCERAL FAT AND THE RISK OF CARDIOVASCULAR DISEASE

GRASA VISCERAL Y RIESGO DE ENFERMEDAD CARDIOVASCULAR

Nicolly Maciel de Souza

Camila Rodrigues dos Reis Melo

Resumo: O presente trabalho apresenta a experiência de uma ação de educação em saúde realizada na Escola Estadual de Educação Profissional Juarez Távora, com foco na promoção de cuidados preventivos e na conscientização dos estudantes sobre práticas que favorecem o bem-estar ao longo da vida. A atividade foi desenvolvida por discentes do curso de Fisioterapia e teve como objetivo principal aproximar o conhecimento científico da realidade escolar, utilizando linguagem acessível e estratégias dinâmicas para facilitar a compreensão dos participantes. A interação com o público possibilitou observar a importância da extensão universitária como meio de formação integral, estimulando habilidades comunicativas, reflexivas e sociais nos estudantes envolvidos. A experiência evidenciou, ainda, a relevância da abordagem interativa para despertar interesse dos adolescentes sobre temas relacionados à saúde, fortalecendo o senso crítico e a autonomia quanto ao autocuidado. Ao longo do processo, foi possível aprimorar competências relacionadas ao planejamento, organização e trabalho em equipe, essenciais para a prática profissional em saúde. Dessa forma, o projeto demonstrou que ações educativas bem estruturadas contribuem não apenas para o desenvolvimento acadêmico dos extensionistas, mas também para o empoderamento dos participantes, reforçando a importância da inserção de práticas de promoção da saúde em ambientes escolares.

Palavras-chaves: educação em saúde, extensão universitária, fisioterapia, adolescentes, promoção da saúde.

Abstract: This paper presents the experience of a health education activity carried out at the Juarez Távora State School of Professional Education, focusing on promoting preventive care and raising students' awareness of practices that promote well-being throughout life. The activity was developed by students of the Physiotherapy course and its main objective was to bring scientific knowledge closer to the school reality, using accessible language and dynamic strategies to facilitate the participants' understanding. Interaction with the public made it possible to observe the importance of university extension as a means of comprehensive training, stimulating communicative, reflective, and social skills in the students involved. The experience also highlighted the relevance of the interactive approach to awaken adolescents' interest in health-related topics, strengthening critical thinking and autonomy regarding self-care. Throughout the process, it was possible to improve skills related to planning, organization, and teamwork, essential for professional practice in health. Thus, the project demonstrated that well-structured educational actions contribute not only to the academic development of the extension workers but also to the empowerment of the participants, reinforcing the importance of including health promotion practices in school environments.

Keywords: Health education, university extension, physiotherapy, adolescents, health promotion.



Resumen: Este artículo presenta la experiencia de una actividad de educación para la salud realizada en la Escuela Estatal de Educación Profesional Juárez Távora, enfocada en promover la atención preventiva y sensibilizar a los estudiantes sobre prácticas que promueven el bienestar a lo largo de la vida. La actividad fue desarrollada por estudiantes de Fisioterapia y su principal objetivo fue acercar el conocimiento científico a la realidad escolar, utilizando un lenguaje accesible y estrategias dinámicas para facilitar la comprensión de los participantes. La interacción con el público permitió observar la importancia de la extensión universitaria como medio de formación integral, estimulando las habilidades comunicativas, reflexivas y sociales en los estudiantes involucrados. La experiencia también destacó la relevancia del enfoque interactivo para despertar el interés de los adolescentes en temas relacionados con la salud, fortaleciendo el pensamiento crítico y la autonomía en el autocuidado. A lo largo del proceso, fue posible mejorar las habilidades relacionadas con la planificación, la organización y el trabajo en equipo, esenciales para el ejercicio profesional en el ámbito de la salud. Así, el proyecto demostró que las acciones educativas bien estructuradas contribuyen no solo al desarrollo académico de los extensionistas, sino también al empoderamiento de los participantes, reforzando la importancia de incluir prácticas de promoción de la salud en los entornos escolares.

Palabras clave: Educación para la salud, extensión universitaria, fisioterapia, adolescentes, promoción de la salud.

1 Introdução

A proposta da ação de extensão surgiu da necessidade de aproximar o conteúdo teórico da disciplina de Fisioterapia Dermatofuncional das demandas reais de educação em saúde presentes na comunidade. Durante o semestre, observou-se que temas relacionados ao tecido adiposo, especialmente ao tecido adiposo visceral (TAV), permanecem pouco discutidos fora do ambiente acadêmico, apesar de sua relevância científica e impacto direto na saúde pública. O excesso de gordura corporal, sobretudo aquela localizada na região abdominal, constitui um dos maiores desafios atuais no Brasil, sendo a obesidade um importante fator de risco para diversas comorbidades (NOVO NORDISK, s.d.). Nesse contexto, compreender e disseminar informações sobre a gordura visceral tornou-se uma motivação central para a construção do projeto.

O TAV, por se tratar de um tecido metabolicamente ativo e acumulado em torno dos órgãos internos, está associado a riscos metabólicos e cardiovasculares significativamente superiores aos da gordura subcutânea (UNIMED FORTALEZA, 2017; LEITE, s.d.). Estudos brasileiros reforçam que a distribuição corporal influencia de maneira distinta a incidência de Doenças Cardiovasculares (DCV), sendo o acúmulo visceral mais perigoso e mais relacionado a desfechos graves (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2006). Evidências demonstram que medições precisas, como a tomografia computadorizada, revelam forte associação entre grande volume de gordura visceral e fatores de risco para Doença Arterial Coronária (DAC), relação mais consistente do que aquela observada com medidas amplamente utilizadas, como o Índice de Massa Corporal (IMC) (UNICAMP, 2010). Assim, o tema escolhido dialoga diretamente com a necessidade de conscientização da população sobre um problema silencioso, progressivo e frequentemente negligenciado.

A disciplina de Fisioterapia Dermatofuncional contempla, entre seus objetivos, o estudo das características do tecido adiposo, suas implicações sistêmicas e as formas de avaliação e intervenção fisioterapêutica. Essa abordagem



engloba desde conhecimentos sobre adiposidade e inflamação crônica até estratégias de promoção da saúde, prevenção e mudanças comportamentais. Dessa forma, a extensão ofereceu ao grupo a oportunidade de aplicar os conteúdos estudados em sala por meio de uma ação educativa estruturada, alinhada às diretrizes extensionistas, que preveem integração entre teoria, prática e transformação social.

Outro aspecto motivador foi o papel da Fisioterapia na prevenção primária e secundária de DCV. O sedentarismo, por exemplo, constitui-se como importante fator associado ao aumento da gordura visceral (UNIMED FORTALEZA, 2017; PITANGA et al., 2012). Pitanga et al. (2012) demonstram que atividades físicas regulares, como caminhadas e exercícios moderados, são eficazes na redução do risco cardiovascular, especialmente entre mulheres pós-menopáusicas, grupo com maior tendência ao acúmulo abdominal (CANAL SAÚDE, s.d.). Somado a isso, intervenções que combinam exercício e nutrição podem reduzir até 58% o desenvolvimento de DCV (HCOR, s.d.), reforçando a relevância de ações educativas que incentivem estilos de vida saudáveis.

A realização da ação na EEEP Juarez Távora, em Fortaleza-CE, ainda que inicialmente pensada para adultos, mostrou-se estratégica ao atingir adolescentes inseridos em cursos técnicos da área da estética. A sensibilização precoce e a possibilidade de disseminação das informações dentro das famílias ampliaram o impacto da proposta. Foram utilizados folders, dinâmica interativa e explicações dialogadas sobre circunferência da cintura — método acessível e validado para identificação do risco abdominal (mulheres: > 80 cm; homens: > 94 cm).

Assim, a motivação do grupo uniu relevância social, embasamento científico e coerência com os objetivos acadêmicos, consolidando uma intervenção que favorece o pensamento crítico, o autocuidado e o papel do fisioterapeuta na promoção da saúde. A escolha do tema justificou-se, portanto, pela necessidade de ampliar o conhecimento comunitário sobre um fator que permanece como um dos principais determinantes das DCV, ainda responsáveis por elevada mortalidade no Brasil (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2006).

2 Metodologia

A metodologia empregada na ação de extensão foi estruturada de acordo com os princípios de pesquisas de caráter descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa, uma vez que buscou analisar percepções, níveis de conhecimento e engajamento dos estudantes sobre o tema gordura visceral e o risco de doenças cardiovasculares. O desenvolvimento metodológico contemplou desde o planejamento teórico até a execução prática da atividade, no dia 30 de outubro de 2025, realizada na Escola Estadual de Educação Profissional Juarez Távora, localizada na Rua Ministro Joaquim Bastos, 747, bairro Fátima, em Fortaleza, Ceará.

A preparação da intervenção ocorreu entre os meses de agosto e outubro de 2025, no contexto da disciplina de Fisioterapia Dermatofuncional. Nesse período, a equipe reuniu-se semanalmente sob orientação da docente. Essas reuniões tiveram como objetivo revisar a literatura científica, selecionar conceitos essenciais à compreensão do tema e definir a estrutura pedagógica da apresentação. Além disso,



foram elaborados os folders informativos contendo tópicos como definição de gordura visceral, riscos cardiovasculares associados, critérios de mensuração e estratégias preventivas. Todo o material passou por avaliação da docente responsável antes de ser utilizado.

A população contemplada pela ação correspondeu a duas turmas do ensino médio técnico em Estética, sendo Estética I e Estética II, com estudantes predominantemente do sexo feminino e faixa etária entre quatorze e dezoito anos. Embora a gordura visceral seja mais prevalente em adultos, optou-se por trabalhar o tema com adolescentes para incentivar a formação de multiplicadores de conhecimento em seus ambientes sociais e familiares.

A coleta de dados ocorreu por meio de três procedimentos complementares. O primeiro consistiu em uma exposição dialogada, na qual os acadêmicos apresentaram conceitos fundamentais sobre gordura visceral e sua relação com doenças cardiovasculares. Essa etapa permitiu observar o nível inicial de familiaridade do público com o tema. O segundo procedimento contemplou a aplicação da dinâmica educativa denominada Verdadeiro ou Falso, cuja finalidade foi avaliar a assimilação dos conteúdos apresentados de maneira lúdica e interativa. As respostas oferecidas pelos estudantes possibilitaram identificar dúvidas frequentes e corrigir concepções equivocadas.

O terceiro procedimento correspondeu ao rastreamento simples de risco cardiovascular, realizado de forma voluntária, mediante mensuração da circunferência da cintura com fita métrica inelástica. Esse instrumento foi utilizado por ser um indicador acessível e validado para estimar a presença de gordura visceral. A mensuração foi conduzida seguindo padronização técnica, posicionando a fita entre a borda inferior das costelas e a crista ilíaca. Os valores obtidos foram registrados verbalmente e discutidos individualmente com cada participante, acompanhados de orientações sobre autocuidado, atividade física e prevenção.

Os dados obtidos durante a ação foram analisados de maneira descritiva, considerando-se o engajamento dos estudantes nas atividades, a frequência de acertos na dinâmica e as principais dúvidas levantadas. Essa análise permitiu compreender de que forma os adolescentes assimilam informações relacionadas ao risco cardiovascular e evidenciou a importância de estratégias educativas participativas para a ampliação do conhecimento em saúde.

A metodologia empregada mostrou-se adequada ao contexto escolar, possibilitando integração entre teoria e prática, estímulo à aprendizagem ativa e fortalecimento do papel social da Fisioterapia na promoção da saúde e prevenção de doenças crônicas.

3 Resultados e Discussão

O excesso de gordura corporal, especialmente aquela localizada na região abdominal, configura-se como um dos mais relevantes desafios de saúde pública no Brasil, sendo a obesidade um fator de risco expressivo para diversas comorbidades (NOVO NORDISK, s.d.). Nesse contexto, o tecido adiposo visceral, conhecido como gordura visceral, apresenta impacto clínico superior ao da gordura subcutânea em razão de sua intensa atividade metabólica e de sua localização em torno dos órgãos internos da cavidade abdominal (UNIMED FORTALEZA, 2017; LEITE,



s.d.). Por esse motivo, estudos recentes têm direcionado maior atenção a esse compartimento adiposo, reconhecendo-o como elemento central no desenvolvimento de múltiplas complicações cardiovasculares.

A Sociedade Brasileira de Cardiologia (2006) destaca que a distribuição da gordura corporal exerce efeito decisivo sobre o risco de doenças cardiovasculares. O padrão andróide, caracterizado pela deposição de gordura na região abdominal, mostra associação mais intensa com desfechos adversos quando comparado ao padrão ginecóide. Métodos de avaliação por imagem, como tomografia computadorizada, indicam que a medida direta da área de gordura visceral possui correlação superior com fatores de risco para doença arterial coronária quando comparada a medidas antropométricas tradicionais, como o índice de massa corporal (UNICAMP, 2010). Dessa forma, o tecido adiposo visceral é reconhecido como um dos mais fortes preditores de risco cardiometabólico.

O acúmulo de gordura visceral desencadeia alterações metabólicas, hormonais e hemodinâmicas relevantes. Bettencourt (2024) evidencia que esse tecido atua como órgão endócrino ativo, produzindo citocinas inflamatórias, adipocinas e hormônios que modulam negativamente o metabolismo sistêmico. Como resultado, observam-se aumento da resistência à insulina, maior produção de triglicerídeos, elevação da pressão arterial e intensificação da resposta inflamatória subclínica. Essas alterações, quando persistentes, elevam substancialmente o risco global de doenças cardiovasculares. Entre os principais efeitos adversos associados ao excesso de gordura visceral encontram-se maior risco de infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral, dislipidemias, hipertensão arterial e Diabetes Mellitus tipo 2 (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2006; LEITE, s.d.).

A literatura indica que a gordura visceral exerce influência significativa em indivíduos em idade produtiva, gerando impactos sociais e econômicos relevantes. A presença elevada de tecido adiposo visceral em adultos jovens associa-se a maior probabilidade de absenteísmo e aumento dos custos relacionados ao tratamento de doenças cardiovasculares (SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA, 2006). Assim, o estudo e o monitoramento desse tipo de gordura são fundamentais para a redução de agravos e para o planejamento de ações de promoção da saúde.

A avaliação clínica do acúmulo de gordura visceral pode ser realizada por métodos diretos e indiretos. Embora a tomografia computadorizada seja considerada padrão-ouro, o uso de medidas antropométricas apresenta maior viabilidade em contextos comunitários e ambulatoriais. A circunferência da cintura constitui indicador fundamental para estimar o risco metabólico associado ao acúmulo de gordura visceral, devendo ser avaliada com o indivíduo em posição ereta e com a fita métrica posicionada entre a borda inferior das costelas e a borda superior da crista ilíaca (CANAL SAÚDE, s.d.). Valores elevados sugerem maior predisposição ao desenvolvimento de complicações cardiometabólicas e justificam intervenções preventivas específicas.

A prevenção do acúmulo de gordura visceral depende de mudanças no estilo de vida, destacando-se a adoção de práticas regulares de atividade física e alimentação equilibrada. O sedentarismo figura como fator diretamente relacionado ao aumento da gordura visceral, estando vinculado à maior prevalência de



sobrepeso e obesidade em diferentes faixas etárias (UNIMED FORTALEZA, 2017; PITANGA et al., 2012). Segundo Pitanga et al. (2012), a prática regular de exercícios moderados, como caminhadas de 30 minutos diários, apresenta efeito protetor significativo, reduzindo a resistência à insulina e favorecendo o equilíbrio metabólico.

O Hospital do Coração (HCOR, s.d.) reforça que intervenções baseadas em mudanças do estilo de vida podem reduzir em até 58 por cento o risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Essas evidências demonstram que ações educativas voltadas à conscientização da população desempenham papel essencial na prevenção de agravos, especialmente em comunidades vulneráveis e grupos populacionais com menor acesso à informação em saúde.

Nesse cenário, a Fisioterapia assume função relevante por meio de ações extensionistas e programas educativos, contribuindo para o fortalecimento do autocuidado, para a prevenção primária e secundária das doenças cardiovasculares e para o incentivo à adoção de práticas de vida saudáveis. A atuação fisioterapêutica no contexto comunitário possibilita a identificação precoce de fatores de risco, bem como o engajamento em estratégias de prevenção, o que reforça a pertinência de iniciativas estruturadas sobre o tema.

Assim, o estudo aprofundado sobre o tecido adiposo visceral e sua relação com as doenças cardiovasculares revela-se essencial para a compreensão dos determinantes metabólicos, sociais e comportamentais envolvidos no processo saúde-doença. A ampliação dessas discussões por meio da extensão universitária fortalece o papel social da universidade e contribui para formação crítica e comprometida com a promoção da saúde e a prevenção de agravos.

A ação alcançou resultados significativos tanto para a comunidade escolar quanto para os estudantes envolvidos no projeto. A atividade permitiu a disseminação de informações essenciais sobre a gordura visceral e os riscos cardiovasculares associados ao seu acúmulo, contribuindo para o fortalecimento da educação em saúde entre adolescentes do ensino médio técnico.

Ao todo, em torno de 55 estudantes foram atendidos nas duas turmas contempladas, Estética I e Estética II. A equipe foi composta por quatro acadêmicos do curso de Fisioterapia, além da orientação direta da docente responsável pela disciplina. A participação ativa do público constituiu um dos principais ganhos da intervenção. Mesmo sendo tão jovens, os estudantes demonstraram atenção, interesse e envolvimento durante toda a apresentação. Esse momento favoreceu a aprendizagem lúdica e facilitou a fixação dos conteúdos apresentados.

Os folders informativos e brindes levados pela equipe foram totalmente distribuídos, o que evidencia a receptividade e o alcance da ação. Muitos estudantes demonstraram entusiasmo ao responder as perguntas e receber material educativo, o que indicou engajamento e curiosidade em compreender melhor o tema. Além disso, a explicação sobre a medição da circunferência da cintura e sobre os sinais corporais associados à gordura visceral gerou reflexão entre os participantes, especialmente quanto à possibilidade de observação dos próprios familiares, ampliando o impacto social da ação para além do ambiente escolar.

Para os acadêmicos envolvidos, a atividade representou oportunidade de desenvolver habilidades de comunicação, liderança, trabalho em equipe e didática, além de aplicar de forma prática conhecimentos adquiridos em sala de aula. Esse



contato direto com a comunidade permitiu maior compreensão sobre a importância da educação em saúde como instrumento de prevenção e promoção do bem-estar populacional.

De modo geral, os resultados alcançados demonstram que a ação contribuiu para elevar o nível de conhecimento dos estudantes sobre um tema pouco discutido entre adolescentes, mas extremamente pertinente ao contexto familiar e à prevenção de doenças crônicas. A receptividade, o envolvimento e o alcance da informação confirmam a relevância da atividade como prática extensionista formativa e socialmente transformadora.

Considerações finais

O presente trabalho teve como objetivo promover uma ação educativa sobre gordura visceral e seu impacto no risco de doenças cardiovasculares, direcionada a estudantes do ensino médio técnico da EEEP Juarez Távora. A intervenção buscou esclarecer conceitos fundamentais, incentivar a percepção crítica sobre os cuidados preventivos e estimular o desenvolvimento de hábitos saudáveis desde a adolescência.

A atividade permitiu constatar a relevância da educação em saúde como instrumento formativo tanto para o público participante quanto para os estudantes envolvidos na execução. A experiência evidenciou que a comunicação acessível e dinâmica favorece a compreensão de temas complexos e fortalece o papel social da fisioterapia na promoção da saúde. Além disso, reforçou a importância da extensão universitária como espaço de troca, no qual se aprende a adaptar conteúdos, reconhecer contextos socioculturais e desenvolver competências essenciais à prática profissional, como organização, trabalho em equipe e habilidade de diálogo.

A ação demonstrou, ainda, o potencial das práticas educativas para ampliar o alcance do conhecimento científico e favorecer a conscientização sobre riscos cardiom metabólicos ao longo da vida. Desse modo, consolidou-se a percepção de que a aproximação entre universidade e comunidade é indispensável para a formação integral em saúde.

Como sugestão para futuras ações e pesquisas, recomenda-se ampliar o número de participantes, explorar abordagens comparativas entre diferentes faixas etárias e incluir instrumentos adicionais de avaliação, como questionários estruturados sobre hábitos de vida e conhecimento prévio. Tais estratégias podem aprofundar a compreensão sobre a efetividade das intervenções educativas e contribuir para o aprimoramento contínuo das práticas de promoção da saúde.

Referências Bibliográficas

BETTENCOURT, N. Compreendendo a ligação entre a gordura visceral e a saúde do coração. Arquivos Brasileiros de Cardiologia, v. 121, n. 5, e20240288, 2024. Disponível em:



<https://abccardiol.org/short-editorial/compreendendo-a-ligacao-entre-a-gordura-visceral-e-a-saudade-do-coracao/>.

CANAL SAÚDE. A “barriguinha” pode representar um problema de saúde? YouTube, 2024. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=vDhMu9RJdA4>.

HCOR. Conheça riscos cardíacos causados pelo excesso de gordura abdominal. [S. l.], s.d. Disponível em: <https://www.hcor.com.br/imprensa/noticias/conheca-riscos-cardiacos-causados-pelo-excesso-de-gordura-abdominal/>.

LEITE, B. M. Você sabe o que é gordura visceral e por que ela é perigosa para a saúde? [S. l.], s.d. Disponível em: <https://www.beatrizmleite.com.br/blog/voce-sabe-o-que-e-gordura-visceral-e-por-que-ela-e-perigosa-para-a-saude>.

NOVO NORDISK. Conheça 5 verdades impactantes sobre doenças cardiovasculares. [S. l.], s.d. Disponível em: <https://www.novonordisk.com.br/noticias-e-imprensa/artigos/conheca-5-verdades-impactantes-sobre-doencas-cardiovasculares.html>.

PITANGA, C. P. S. et al. Associação entre o nível de atividade física e a área de gordura visceral em mulheres pós-menopáusicas. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, v. 18, n. 2, p. 104-107, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/Kg7KLLYzQDPyK473bvmhtdM/>.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE CARDIOLOGIA. Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento. v. 13, n. 83, 2019. Disponível em:
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4837933.pdf>.

UNICAMP. Relação da gordura visceral abdominal e doença coronária avaliada pela tomografia computadorizada de múltiplos detectores. SciELO Brasil, 2010. Disponível em:
<https://www.scielo.br/j/rb/a/9FYvmWZgwsgq7q94RKghjpz/>.

UNIMED FORTALEZA. Percentual de gordura: 5 mitos e verdades que você não imaginava. Blog Unimed Fortaleza, 2017. Disponível em: <https://www.unimedfortaleza.com.br/blog/cuidar-de-voce/percentual-de-gordura-mitos-e-verdades>.



Editorial

Editor-chefe:

Vicente de Paulo Augusto de Oliveira Júnior
Centro Universitário Fanor Wyden
vicente.augusto@wyden.edu.br

Editora responsável:

Ozângela de Arruda Silva
Centro Universitário Fanor Wyden
ozangela.arruda@wyden.edu.br

Autor(es):

Nicolly Maciel de Souza Centro Universitário Fanor Wyden
souzamnicolly@gmail.com

Contribuição: *Investigação, escrita e desenvolvimento do texto.*

Camila Rodrigues dos Reis Melo
Centro Universitário Fanor Wyden
camilarreis@gmail.com

Contribuição: *Investigação, orientação, escrita e desenvolvimento do texto.*

Submetido em: 26.11.2025

Aprovado em: 27.12.2025

Publicado em: 27.12.2025

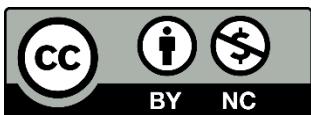
DOI: 10.5281/zenodo.18091124

Financiamento: N/A

Como citar este trabalho:

SOUZA, Nicolly Maciel de; MELO, Camila Rodrigues dos Reis. GORDURA VISCERAL E O RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES. *Duna: Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino*, [S. l.], p. 231–239, 2025. DOI: 10.5281/zenodo.18091124. Disponível em: <https://wyden.periodicoscientificos.com.br/index.php/jornadacientifica/article/view/1200>. Acesso em: 29 dez. 2025. (ABNT)

Souza, N. M. de, & Melo, C. R. dos R. (2025). GORDURA VISCERAL E O RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES. *Duna: Revista Multidisciplinar De Inovação E Práticas De Ensino*, 231–239. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18091124> (APA)



© 2025 Duna – Revista Multidisciplinar de Inovação e Práticas de Ensino.
Centro Universitário Fanor Wyden – UniFanor Wyden. Este trabalho está licenciado sob uma licença Creative Commons Atribuição - Não comercial - Compartilhar 4.0 Internacional CC-BY NC 4.0 Internacional).

