

WHITE PAPER

PROMOÇÃO DA SAÚDE: JOVENS COMO INFLUENCIADORES DO FUTURO

FICHA TÉCNICA

Portugal. Direção-Geral da Saúde.

White Paper. Promoção da Saúde: Jovens como Influenciadores do Futuro

Novembro, 2024

Editores

Direção-Geral da Saúde

Alameda D. Afonso Henriques, 45 1049-005 Lisboa

Tel.: 218 430 500

Fax: 218 430 530

E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

www.dgs.pt

Autores

Miguel Telo de Arriaga

Ana Justo

Leonor Quelhas Pinto

Maria Manuel Dantas

Rita Tomaz

Rita Sá Machado

Direção de Serviços de Prevenção da Doença e Promoção da Saúde
(DSPDPS)

Divisão de Literacia, Saúde e Bem-Estar (DLSeBE)

Agradecimentos

Um agradecimento especial a todos os jovens que participaram no evento “Promoção da Saúde: Jovens como Influenciadores do Futuro” e contribuíram ativamente para a construção deste documento. Um agradecimento às entidades parceiras desta iniciativa, o Conselho Nacional de Juventude e a Unidade Local de Saúde do Alto Alentejo.

ISBN: 978-972-675-365-0

SUMÁRIO

O DOCUMENTO NUMA IMAGEM E NUM PARÁGRAFO COM IA



A resposta aos desafios emergentes de Saúde Pública exige estratégias interdisciplinares focadas na proteção, promoção da saúde e prevenção da doença. A inclusão de jovens como agentes de mudança é essencial, potenciando a Literacia em Saúde, inovação e políticas equitativas. O evento “Promoção da Saúde: Jovens como Influenciadores do Futuro” reforça este compromisso através de recomendações co-criadas para melhorar a comunicação, criar ecossistemas promotores de saúde e simplificar a navegação no sistema de saúde, visando um futuro mais saudável e inclusivo.

NOTA

A Direção-Geral da Saúde dinamizou o evento “Promoção da Saúde: Jovens como Influenciadores do Futuro”, nos dias 19 e 20 de abril, em Portalegre, com o objetivo de auscultar e recolher as visões dos jovens sobre temas de Promoção da Saúde. Deste encontro resultou o presente White Paper que pretende desencadear uma reflexão aprofundada sobre os desafios e soluções em matérias de Promoção da Saúde, e, conseqüentemente, o desenho de ações e políticas que respondam às verdadeiras necessidades dos jovens. Neste sentido, importa realçar que as opiniões e interpretações aqui expressas refletem o trabalho desenvolvido pelos jovens participantes.

ENQUADRAMENTO

Os desafios emergentes de Saúde Pública conduzem à necessidade de uma abordagem transetorial e proativa, tendo como áreas estratégicas a discussão e implementação de medidas para a Prevenção da doença e para a Proteção e Promoção da Saúde, tendo como visão um estilo de vida saudável e resiliente e o aumento da longevidade livre de doença.

Portugal tem-se afirmado como um dos países pioneiros na definição de estratégias e ações no âmbito da Literacia em Saúde, em articulação com as Ciências do Comportamento, procurando implementar as melhores práticas na ativação de comportamentos de prevenção da doença, proteção e promoção da saúde.

As estratégias e abordagens a adotar devem ser interdisciplinares e multifatoriais, abrangendo as várias dimensões de intervenção em saúde: individual, comunitária, nos sistemas e nas políticas de saúde, com foco no acesso e na qualidade, visando a redução das iniquidades, num ponto de interseção entre saúde e bem-estar, para um futuro mais saudável para toda a população.

A melhoria dos níveis de Literacia em Saúde da população através da ativação de comportamentos e do desenvolvimento de ecossistemas que promovam a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida ao longo de todo o ciclo de vida, é fundamental para a adoção de estilos de vida saudáveis.

Nesta senda, é fundamental envolver os agentes comunitários e esforços concertados da sociedade, seguir as boas práticas de Literacia em Saúde e integrar sistemas e políticas de proximidade que possam simplificar as respostas às necessidades sentidas pela população, entre as quais a complexidade que o sistema de saúde pode representar, como uma barreira significativa para o acesso e utilização eficaz dos serviços de saúde.

ENQUADRAMENTO

Os jovens desempenham um papel de relevância, constituindo-se como um grupo de intervenção privilegiado, pelo potencial de adquirir hábitos e comportamentos que perduram ao longo de toda a vida adulta, resultando num melhor estado de saúde e bem-estar para as gerações futuras.

O seu envolvimento no processo de tomada de decisão e na construção de políticas de promoção da saúde é essencial para garantir que as medidas adotadas sejam eficazes, inclusivas e adaptadas às necessidades de todas as gerações. A sua participação ativa permite que as políticas públicas beneficiem de perspetivas inovadoras e assegurem a sua relevância numa sociedade em constante mudança. Ao integrar as suas vozes, as decisões tornam-se mais representativas e democráticas, fortalecendo o compromisso transgeracional na área da saúde.

A inclusão dos jovens nestes processos promove igualmente uma cidadania ativa e participativa, reforçando o seu papel como agentes de mudança social, multiplicando boas práticas de promoção da saúde nas suas redes sociais e comunitárias. Ao envolverem-se na definição de estratégias de promoção da saúde, os jovens contribuem para a robustez das políticas públicas e para a criação de soluções sustentáveis e equitativas a longo prazo. Esta participação não só assegura uma maior eficácia das políticas, como também garante que estas sejam continuamente adaptadas às transformações sociais e demográficas.

A Direção-Geral da Saúde, reconhecendo de máxima importância dar resposta aos desafios emergentes de Saúde Pública, envolvendo os jovens no processo de tomada de decisão, propôs-se a estruturar e a dinamizar o evento “Promoção da Saúde: Jovens como Influenciadores do Futuro”, em articulação com o Conselho Nacional de Juventude.

METODOLOGIA DE TRABALHO

Na definição da metodologia a adotar, considerou-se imprescindível a reflexão e a discussão de necessidades e respetivas medidas, ações e políticas a implementar no que concerne a quatro áreas prioritárias alinhadas com os objetivos do Plano Nacional de Saúde e os eixos estratégicos do Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento (2023-2030):



Neste evento, foi adotado um processo de co-criação com os participantes, assente na auscultação e construção de soluções o que permitiu identificar áreas prioritárias de atuação e desenvolver recomendações para um futuro mais saudável.

METODOLOGIA DE TRABALHO

OBJETIVO



O objetivo consistiu em criar uma visão de Saúde Pública focada no pensamento estratégico a longo prazo e, reconhecendo que o envolvimento e a valorização da voz das partes interessadas, promove um maior compromisso com os resultados alcançados.

PARTICIPAÇÃO

Neste processo participaram cerca de 40 jovens das mais variadas áreas entre as quais: Enfermagem, Ciências da Nutrição e Dietética e Nutrição, Saúde Pública, Engenharia Biomédica, Ciências Farmacêuticas, Fisioterapia, Medicina, Psicologia, e Higiene Oral.

AÇÕES, MEDIDAS E POLÍTICAS

Não obstante da importância de investimento e alocação de recursos para a área da Promoção da Saúde e considerando a atual conjuntura, organização dos serviços e os recursos existentes, apresentam-se um conjunto de recomendações como resultado deste processo participado e partilhado, para duas das áreas em discussão, nas quais se identificaram pontos estratégicos comuns:

COMUNICAÇÃO EM SAÚDE



Garantir uma Comunicação em Saúde eficaz e adaptada aos diferentes públicos, selecionando os meios mais apropriados para cada grupo e assegurando que as mensagens sejam sensíveis às diferenças culturais e demográficas, promovendo a equidade no acesso à informação.

Identificar e capacitar profissionais de diferentes setores e interlocutores-chave da comunidade em competências de Comunicação e de Literacia em Saúde, promovendo uma abordagem culturalmente sensível e eficaz na transmissão de informação baseada em evidência científica.



AÇÕES, MEDIDAS E POLÍTICAS



Monitorizar e avaliar o impacto das campanhas de comunicação, ajustando as estratégias e mensagens com base nos resultados obtidos, de modo a otimizar a alocação de recursos, maximizar os efeitos positivos na promoção da saúde e incorporar boas práticas, assegurando que as prioridades de saúde sejam devidamente integradas.

ECOSSISTEMAS PROMOTORES DE SAÚDE

Incluir no currículo escolar, desde a educação pré-escolar até ao final do ensino secundário, implementando de forma faseada e ajustada às diferentes etapas de desenvolvimento, com uma abordagem multidisciplinar, um conjunto de aprendizagens essenciais em saúde, que envolva toda a comunidade escolar.

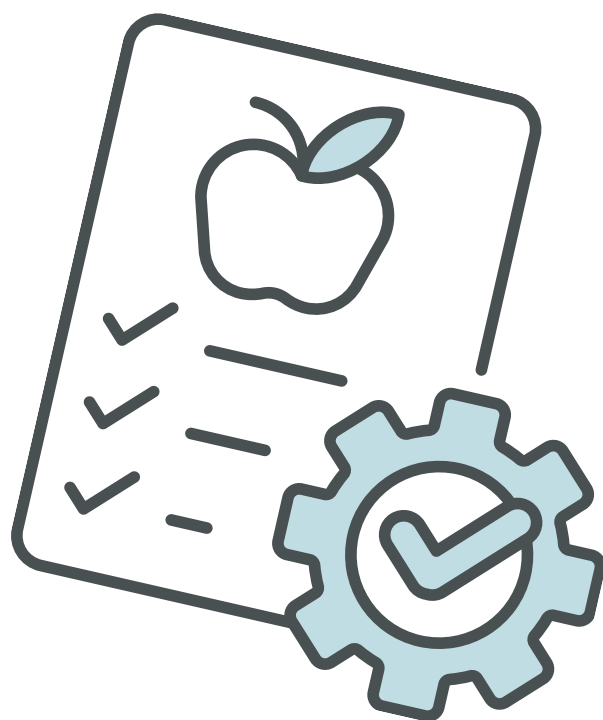


AÇÕES, MEDIDAS E POLÍTICAS



Incrementar o desenvolvimento de infraestruturas e iniciativas que promovam a mobilidade sustentável e segura, através do acesso a meios de transporte adequados, incentivando assim, comportamentos promotores de saúde.

Reforçar a monitorização da oferta alimentar nas escolas, assegurando a efetiva implementação de medidas e estratégias promotoras de uma alimentação nutricionalmente adequada e sustentável, incentivando melhores comportamentos e resultados em saúde a longo prazo.





CALL TO ACTION

Como resultado deste processo reflexivo, com os jovens no centro da discussão, são apontadas possíveis soluções para alguns dos desafios emergentes de Saúde Pública.

Para o futuro, é imperativo apostar estrategicamente no desenvolvimento de ecossistemas que promovam estilos de vida saudável e o bem-estar de todos os membros da comunidade.

É crucial fortalecer os diversos setores através de formação, apoio e alocação adequada de recursos, para responder às necessidades da população e garantir sistemas de saúde resilientes.

Deve ainda priorizar-se a aposta na inovação e na transformação digital para otimizar os ganhos em saúde.

No âmbito das duas áreas em discussão - Mobilização Social e Navegação nos Sistemas de Saúde - considerando a pluralidade de perspetivas expostas, as recomendações não alcançaram consenso. Nesta senda, torna-se necessário promover discussões futuras mais aprofundadas.

CALL TO ACTION

Apresentam-se, assim, as medidas resultantes para consideração em futuros debates:

MOBILIZAÇÃO SOCIAL



Reforçar o investimento nas equipas de cuidados comunitários e nos modelos inovadores de prestação de cuidados, como a telemedicina, para garantir um atendimento mais próximo, personalizado e eficiente, promovendo intervenções precoces e uma utilização adequada dos recursos de saúde.

Priorizar o aumento dos níveis de literacia digital da população através de programas de formação que capacitem os cidadãos a utilizar tecnologias de informação e comunicação, assegurando um envolvimento ativo e informado nos cuidados de saúde.



CALL TO ACTION



Capacitar os professores em diversas temáticas de saúde, abordando as especificidades de cada fase do ciclo de vida, para que possam disseminar informação com base na melhor e mais recente evidência, entre os estudantes, reforçando a adoção e a manutenção de comportamentos saudáveis.

NAVEGAÇÃO NO SISTEMA DE SAÚDE

Investir na digitalização da saúde para combater os desafios de acesso e de navegação no sistema de saúde.

- Valorizar o SNS 24 como o primeiro contacto do utente;
- Implementar ferramentas de Inteligência Artificial e machine learning para facilitar a interação do utente com os Cuidados de Saúde;
- Incluir o utente no processo de digitalização dos serviços através de processos de auscultação para a garantia da usabilidade dos mesmos.



CALL TO ACTION



Uniformizar o acesso e tratamento dos dados de saúde, garantindo a interoperabilidade entre os setores da saúde.

Impulsionar o acesso e a utilização de ferramentas facilitadoras da navegação no sistema de saúde:

- Criação do repositório nacional de projetos e boas práticas em saúde neste âmbito;
- Simplificar a navegação nos serviços e instituições - quer a circulação como a transição de serviços - através da otimização dos protocolos de referenciação;
- Facilitar o acesso das populações de risco de exclusão do sistema, nomeadamente migrantes e população não falante de língua portuguesa, através da disponibilização de materiais e recursos adaptados e personalizados.



CALL TO ACTION

Somente com esforços concertados dos diversos setores da sociedade, numa perspetiva multidimensional e transdisciplinar, será possível reforçar a promoção da saúde e alcançar os melhores resultados com foco no bem-estar e na qualidade de vida.



Direção-Geral da Saúde

Alameda D. Afonso Henriques, 45 | 1049-005 Lisboa | Portugal

Tel.: +351 218 430 500 | Fax: +351 218 430 530

E-mail: geral@dgs.min-saude.pt

www.dgs.pt



REPÚBLICA
PORTUGUESA
SAÚDE



DGS
Direção-Geral
da Saúde