



# Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023 - 2030

## PLANO ESTRATÉGICO

## FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.

Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030 — Plano Estratégico

Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2023

## EDITOR

Direção-Geral da Saúde

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

Tel.: (+351) 218 430 500

Fax: 218 430 530

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

www.dgs.pt

## AUTOR

Miguel Telo de Arriaga

Benvinda dos Santos

Gisela Leiras

Ana Carvalho

Ana Luísa Pinto

Beatriz Raposo

Francisco Mata

Mafalda Monterrozo

Rosa Leão

Ana Justo

Graça Freitas

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

Divisão de Literacia, Saúde e Bem-Estar

ISBN: 978-972-675-343-8

Lisboa, junho 2023

## ÍNDICE

- 01 Enquadramento
- 05 Visão
- 05 Missão
- 06 Objetivo Geral
- 06 Metodologia
- 09 Diagnóstico de Situação
- 17 Eixos Estratégicos
- 22 Roadmap



# 1. ENQUADRAMENTO

O Plano Nacional de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento 2023-2030, doravante designado por PNLSCC, surge no seguimento da elaboração de um novo [Plano Nacional de Saúde](#) (PNS) e do término do [Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021](#) (PALS 2019-2021).

Após um período disruptivo, no qual o sistema de saúde mobilizou, de forma reativa a uma pandemia, parte da sua atenção e recursos para a gestão de uma doença infecciosa, surge a necessidade de reorganizar e recentrar o foco das nossas ações na promoção de comportamentos e ambientes salutogénicos, que permitam a adoção de estilos de vida saudáveis.

A intervenção nos determinantes de saúde, de forma planeada e ao longo de todo o ciclo de vida, potencia ganhos em saúde, uma vez que contribui para a redução da carga de doença - tanto no que diz respeito a doenças transmissíveis, como não transmissíveis.

A este respeito, em 2013, Kickbusch descreveu o paradoxo da tomada de decisão em saúde, potenciado pelas sociedades modernas: as pessoas são cada vez mais desafiadas a fazer escolhas para um estilo de vida saudável e a gerir as suas jornadas pessoais e familiares através de complexos ecossistemas e serviços de saúde, enquanto se assiste à comercialização ativa de estilos de vida pouco saudáveis e ao aumento da dificuldade de navegação nos sistemas de saúde.

Paralelamente, inadequados níveis de Literacia em Saúde podem ter implicações significativas na saúde individual e coletiva, podendo concorrer para contextos de desigualdades em saúde, com implicações na gestão de recursos e ganhos em saúde.

Nos últimos anos, a aposta estratégica e integrada de Portugal na promoção de políticas de promoção da saúde, da Literacia em Saúde e das Ciências do Comportamento tem permitido uma evolução positiva nos resultados de Literacia em Saúde da população.

Apesar desta evolução, a Literacia em Saúde continua a ser uma das necessidades sentidas pela população e pelos profissionais de saúde, surgindo também como uma das prioridades de intervenção mencionadas no PNS, nomeadamente através de:

- Fixação de um objetivo estratégico (1 dos 15 constantes no PNS) que consiste na promoção da Literacia em Saúde;
- Reconhecimento da Literacia em Saúde enquanto determinante de saúde em problemas de saúde de elevada magnitude, como por exemplo as doenças do aparelho circulatório e as doenças oncológicas; e de problemas de saúde de elevado potencial de risco, como por exemplo a mortalidade materna e as doenças evitáveis pela vacinação;
- Seleção da promoção da literacia em saúde, enquanto estratégia de intervenção transdisciplinar e multisectorial. O PNS reforça a necessidade de investimento a literacia em saúde e nos componentes específicos de literacia, como por exemplo a literacia digital, em diferentes fases do ciclo de vida e de forma transversal a todos os contextos, para, a nível individual, capacitar o utente para a gestão da saúde e navegação nos cuidados de saúde, e, a nível coletivo, o promover e proteger a saúde.

Os desafios na promoção da Literacia em Saúde não se esgotam em intervenções ou ações pontuais, sendo relevante a criação de respostas contínuas às necessidades que vão surgindo. É, por isso, fundamental a existência de um novo Plano sustentado em eixos estratégicos e objetivos claros, que tenha em conta aprendizagens anteriores. Deve ainda ser participativo e focado na comunidade, mas com particular atenção aos grupos identificados como vulneráveis devido a níveis de Literacia em Saúde baixos.

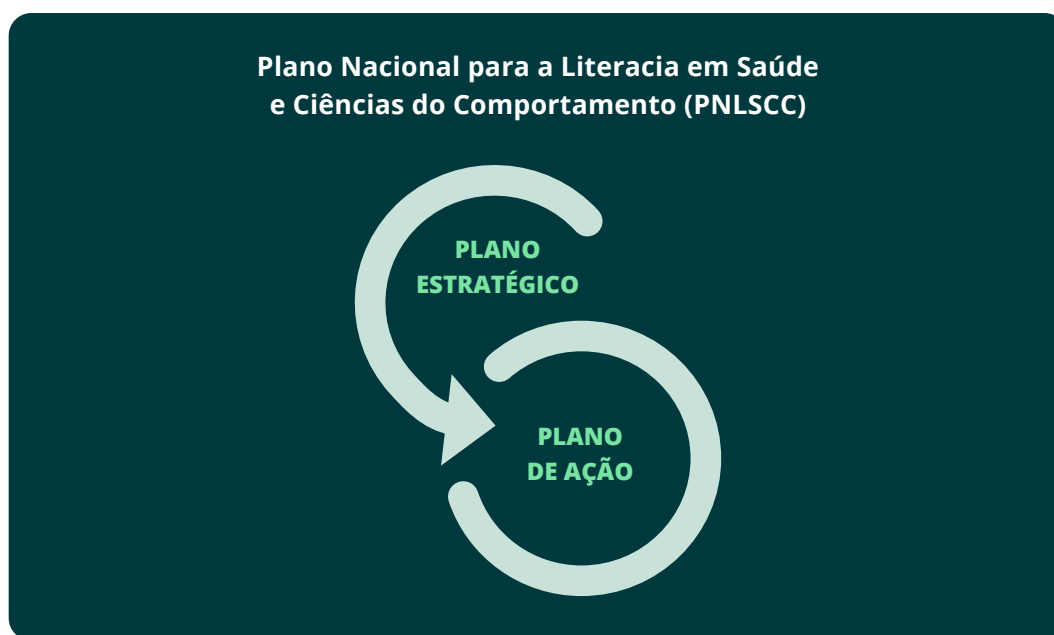
O PNLSCC pretende contribuir para o aumento da Literacia em Saúde da população portuguesa, bem como para o desenvolvimento de ecossistemas promotores de comportamentos saudáveis, em alinhamento com os objetivos de desenvolvimento sustentável da Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU) e sustentado na melhor evidência recolhida pelas Ciências do Comportamento.

Tal como evidenciado pela pandemia, a Literacia em Saúde, enquanto instrumento de promoção da saúde, é potenciada quando utilizada em

sinergia com as Ciências do Comportamento, pelo que este novo Plano utiliza ambos enquanto eixos basilares para a definição dos objetivos e estratégias a que se propõe.

O PNLSCC encontra-se dividido em duas dimensões (Figura 1):

- Plano Estratégico: retrato dos níveis de Literacia em Saúde da população portuguesa, enquadrados nas atividades desenvolvidas pelo PALS 2019-2021, e definição dos objetivos e estratégias a implementar até 2030, mantendo o horizonte temporal definido para o PNS;
- Plano de Ação: identificação dos problemas priorizados, objetivos operacionais e propostas de intervenção de acordo com o nível geográfico de implementação (nacional, regional e local), bem como dos indicadores para monitorização e avaliação.



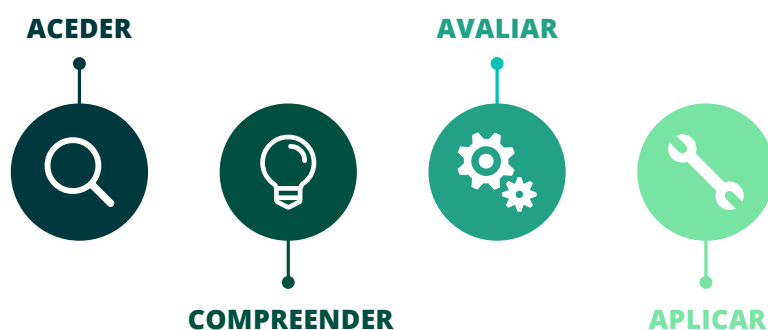
**Figura 1:** Dimensões do PNLSCC.

### **Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento**

Portugal tem sido um dos pioneiros no que diz respeito à definição de estratégias e ações no âmbito da Literacia em Saúde em articulação com as Ciências do Comportamento, procurando as melhores práticas na ativação de comportamentos de prevenção da doença e de proteção e promoção da saúde.

## O que é Literacia em Saúde?

A Literacia em Saúde é um instrumento de promoção de saúde, definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), como o conjunto de competências cognitivas e sociais e a capacidade da pessoa para aceder, compreender, avaliar e aplicar informação em saúde, por forma a promover e a manter uma boa saúde (Figura 2).



**Figura 2:** Competências de Literacia em Saúde.

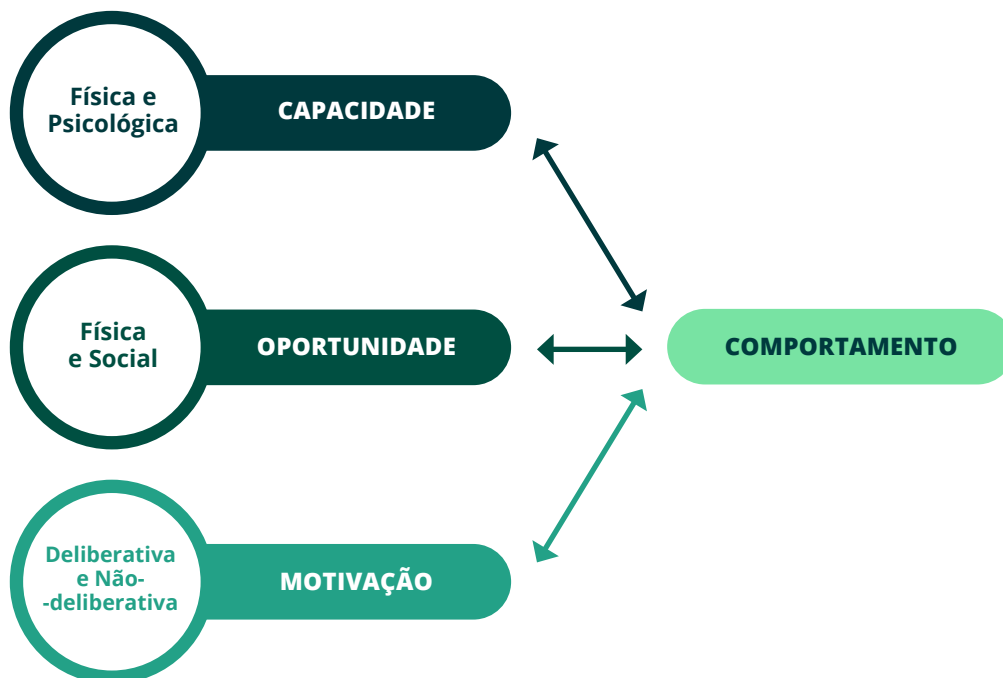
Estas quatro competências, aliadas à motivação, conhecimento e contextos facilitadores, são fundamentais para formar juízos e tomar decisões conscientes e informadas sobre cuidados de saúde. Visa-se, assim, a ativação de comportamentos de promoção da saúde e prevenção da doença e, conseqüentemente, a otimização da qualidade de vida e bem-estar físico, psicológico e social da população ao longo dos diferentes estádios do ciclo de vida e contextos.

## O que são as Ciências do Comportamento?

As Ciências do Comportamento, tendo como objeto de estudo o comportamento humano, auxiliam a compreensão dos fatores facilitadores e das barreiras que se colocam na adoção e manutenção dos comportamentos necessários para alcançar o máximo potencial de saúde.

No âmbito das Ciências do Comportamento, sabe-se que as perceções, emoções e comportamentos podem ser usados na conceção, implementação e avaliação de políticas de saúde para garantir a sua eficácia, aceitação e equidade. Desta forma, considera-se relevante o recurso ao modelo COM-B de mudança comportamental, o qual se baseia nos fatores de capacidade,

oportunidade e motivação como determinantes do comportamento (Figura 3).



**Figura 3:** Modelo COM-B de mudança comportamental (Michie et al., 2014).

## 2. VISÃO

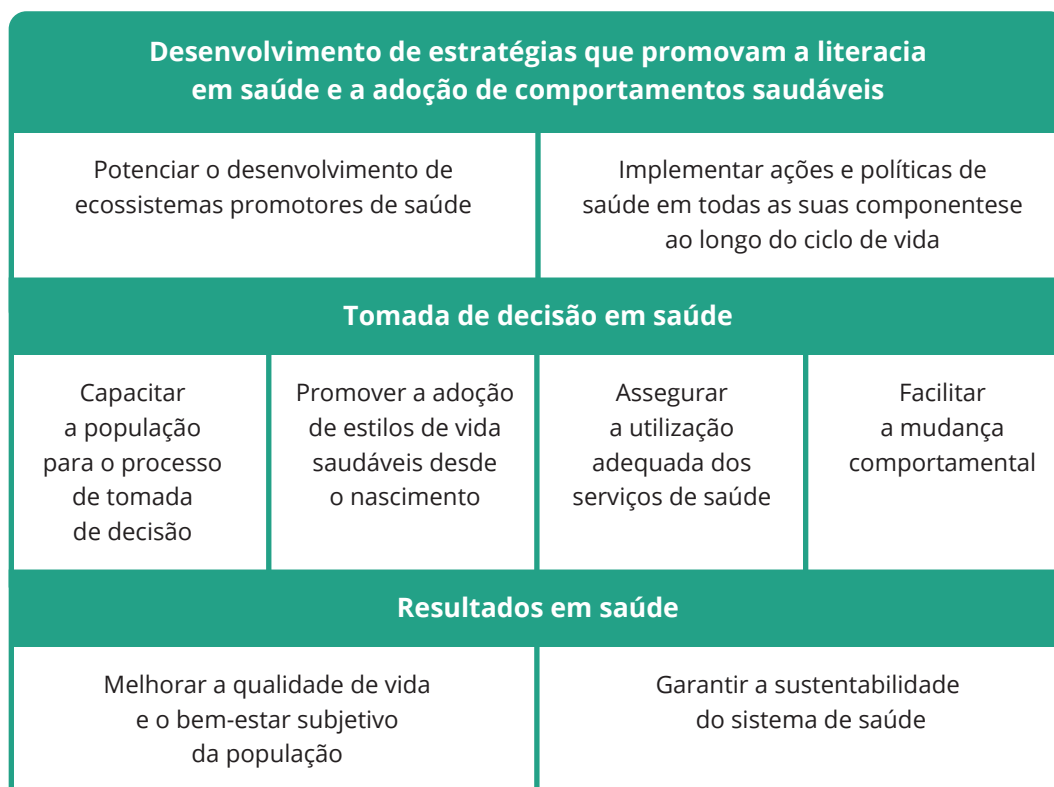
O PNLSCC tem como visão que a população tenha elevados níveis de Literacia em Saúde, onde todas as políticas e ambientes são construídos para a adoção de comportamentos saudáveis, contribuindo para a qualidade de vida e bem-estar.

## 3. MISSÃO

A missão do PNLSCC é contribuir para a criação, implementação e desenvolvimento de ecossistemas para que todas as pessoas residentes em território nacional reconheçam as vantagens da adoção de um estilo de vida saudável, da navegação adequada no Serviço Nacional de Saúde e da importância da gestão da doença.

## 4. OBJETIVO GERAL

O PNLSCC tem como objetivo melhorar os 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 do ciclo de vida, bem como que assegurem a sustentabilidade do sistema de saúde. Neste sentido, apresenta-se infra o quadro conceptual para a operacionalização do objetivo:



**Quadro 1:** Quadro conceptual do objetivo.

## 5. METODOLOGIA

Com vista ao alcance do objetivo definido, o PNLSCC incluiu as fases do delineamento do plano, da recolha e análise de dados, da priorização dos problemas e da metodologia de monitorização e avaliação.

### **Delineamento do Plano**

Para delinear o PNLSCC, utilizaram-se os princípios do planeamento em saúde de forma a maximizar as potencialidades dos recursos existentes, a organizar a ação e a atingir as metas propostas. O planeamento em saúde é um processo contínuo e dinâmico, pelo que se optou por dividir o PNLSCC em duas dimensões: a primeira denominada “Plano Estratégico” e a segunda intitulada “Plano de Ação” (Figura 4).



**Figura 4:** Delineamento do plano.

### **Recolha e Análise de Dados**

Para a contextualização do PNLSCC, será apresentada uma análise descritiva dos resultados obtidos no inquérito (HLS19-Q12) realizado no âmbito do consórcio europeu WHO Action Network on Measuring Population and Organizational Health Literacy (M-POHL), entre 2020 e 2021. Em Portugal, permitiu conhecer os níveis de Literacia em Saúde da população portuguesa, de forma representativa.

De forma a avaliar os projetos, os programas e as ações propostas, no Plano de Ação será proposto um modelo baseado em indicadores de processo, resultado e impacto. A criação destes indicadores será sustentada nos resultados do HLS19-Q12, nos resultados da Literacia em Saúde a nível internacional e na melhor evidência científica existente até ao momento.

O PNLSCC é uma proposta para o período temporal de 2023 a 2030. No entanto, terá avaliações trienais com recurso a indicadores para o seu seguimento e uma análise SWOT para a identificação das principais forças, oportunidades, fraquezas e ameaças detetadas na implementação do mesmo.

### **Priorização dos Problemas**

A priorização dos problemas constitui uma parte basilar do planeamento em saúde, que permite utilizar sustentadamente os recursos disponíveis e maximizar a atuação, dirigindo-a aos principais problemas e necessidades.

As prioridades foram estabelecidas utilizando uma metodologia mista, tal como no PNS, com base em critérios quantitativos e qualitativos, de forma a integrar as necessidades identificadas pelas diferentes partes interessadas.

Numa primeira fase, foram criados três grupos nominais, que contribuíram para a definição de objetivos e seleção de estratégias. Neste sentido, auscultaram-se os seguintes peritos:

- Mirjam Fransen (BCI Unit da OMS);
- Maria Falcón (BCI Unit da OMS);
- Maria João Forjaz (BCI Unit da OMS);
- Anastasia Koylyu (BCI Unit da OMS);
- Robert Murphy (BCI Unit da OMS);
- Diane Levin-Zamir (M-POHL);
- Peter Nowak (M-POHL);
- Kristine Sørensen (M-POHL);
- Christopher Le (M-POHL);
- Cristina Vaz de Almeida (Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde).
- Cristina Godinho (Escola Nacional de Saúde Pública, Universidade Nova de Lisboa);
- Rita Francisco (Universidade Católica Portuguesa);
- Rui Gaspar (Universidade Católica Portuguesa).

De seguida, será feito o levantamento das principais instituições que trabalham em Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento a nível regional e local. Para estas instituições será enviado o Plano Estratégico, juntamente com um questionário online, para priorização dos problemas e para identificação dos recursos disponíveis. No questionário, apresentam-se os cinco principais problemas de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento, identificados pelo painel de peritos, sendo solicitado aos inquiridos que adicionem até cinco problemas que considerem prioritários.

Após análise pela equipa executora de todos os problemas e recursos identificados, serão selecionados os cinco principais problemas de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento, com base em critérios de magnitude, transcendência e vulnerabilidade, usando o método de Hanlon. Os resultados destas análises serão tidos em consideração para a elaboração da segunda dimensão do PNLSCC.

### **Metodologia de Monitorização e Avaliação**

A monitorização e avaliação são componentes essenciais do processo cíclico de planeamento em saúde, uma vez que permitem quantificar os resultados obtidos e reajustar os objetivos, estratégias e intervenções inicialmente definidos.

A monitorização será efetuada ao longo de todo o período de vigência do PNLSCC, através do Observatório de Literacia em Saúde, que irá recolher os dados e analisar os indicadores definidos. Adicionalmente, a avaliação resultará em relatórios de atividades anuais através da rede de interlocutores de literacia em saúde a nível regional e local.

A avaliação será efetuada em três momentos, alinhados com o PNS: duas avaliações intercalares (2025 e 2028) e uma avaliação final (2031). Os indicadores utilizados para monitorização e avaliação serão discriminados em capítulo próprio na segunda dimensão do PNLSCC. Paralelamente à monitorização e avaliação, será delineado um plano de comunicação, a fim de divulgar os resultados obtidos ao longo da implementação do PNLSCC 2023-2030.

## 6. DIAGNÓSTICO DE SITUAÇÃO

Neste capítulo será realizada a caracterização atual do estado da Literacia em Saúde em Portugal, bem como da crescente relevância das Ciências do Comportamento. Os produtos desenvolvidos até ao momento serão apresentados, seguidos pelos contributos do PALS 2019-2021, pela caracterização da evolução dos níveis de Literacia em Saúde, pelos seus determinantes e pelas necessidades identificadas.

### Produtos de Literacia em Saúde 2013-2020

Em Portugal, as ações no âmbito da Literacia em Saúde ganharam destaque com o Plano Nacional de Saúde 2012-2016, às quais tem sido dada continuidade com o desenvolvimento de produtos, tais como: ELISA, SNS+ Proximidade, Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021, Literacia em Saúde e a COVID-19: Plano, Prática e Desafios e Relatório do Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021 (Figura 5).



**Figura 5:** Exemplos de Produtos de Literacia em Saúde 2013-2020.

### Contributos do PALS 2019-2021

O PALS 2019-2021 tinha como objetivos:

- Objetivo Geral 1 - Adotar estilos de vida saudável (contexto diário);
- Objetivo Geral 2 - Capacitar para a utilização adequada (Sistema de Saúde);
- Objetivo Geral 3 - Promover o bem-estar (na doença crónica);
- Objetivo Geral 4 - Promover o conhecimento e a investigação.

A concretização destes objetivos resultou num vasto conjunto de atividades,

iniciativas e produtos centrais na promoção do aumento dos níveis de Literacia em Saúde da população portuguesa (Figura 6).

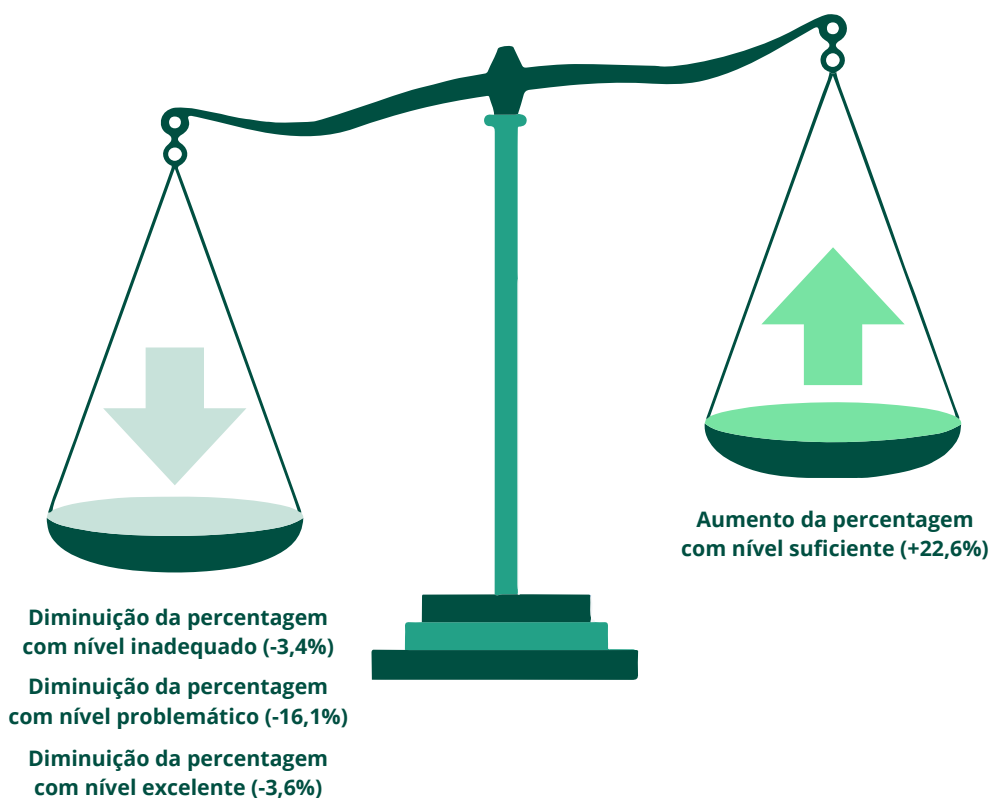
ATIVIDADES / PRODUTOS	01. Adoção de estilos de vida saudável	02. Utilização adequada do Sistema de Saúde	03. Promoção do bem-estar	04. Promoção do conhecimento e investigação
Manual de Boas Práticas de Literacia em Saúde para Profissionais de Saúde				●
Literacia em Saúde e a COVID-19 Plano, práticas e desafios	●	●	●	
SOBE +				●
Literacia em Saúde e Vacinação contra a COVID-19		●		
Projeto FAP estilos de vida saudável	●			
Mobilização Social — microinfluenciadores sociais				●
Saúde Sazonal	●			
Módulos envelhecimento ativo e saudável	●			
Adesão terapêutica NMS			●	
e-books				●
Formação a migrantes				●
Comissão Nacional contra Desperdício Alimentar		●		
Conferências CENIE				●
Relatório Perceção de risco				●
Prevenção de acidentes (PC&J)			●	
PENSE	●	●	●	●
HLS-19				●
React COVID-19				●
Relatórios Barreiras e preditores Vacinação contra COVID-19 (3)				●
Curso “COVID-19 e medidas de isolamento no domicílio” (NAU)			●	
Policy Dialogue				●
Network Literacia		●		
CHRODIS+	●		●	●
Kit Saúde Oral	●			
Jogo Tabuleiro jogo gigante				●
Site Corona Kids	●			
Stop Contágio	●			
Produtos de promoção de estilo de vida saudável durante a pandemia	●			
Workshop Eurohealth net — literacia digital				●
BCI		●		●
Navegação no Sistema (COVID-19) site, promoção do SNS 24		●		
Acesso ao SICO por parte das forças de segurança				●
Participação com a comissão Nacional de trauma e ANEPC			●	
U-BIKE	●			
ENMAP	●		●	

Figura 6: Atividades e Produtos do PALS.

O período de vigência do PALS 2019-2021 e a sua execução foram marcados pela pandemia COVID-19, tendo sido considerada uma abordagem focada na resposta à pandemia, desde janeiro de 2020, cujos eixos estratégicos se apresentam no documento [Literacia em Saúde e COVID-19: Plano, Prática e Desafios](#).

### **Evolução dos Níveis de Literacia em Saúde em Portugal**

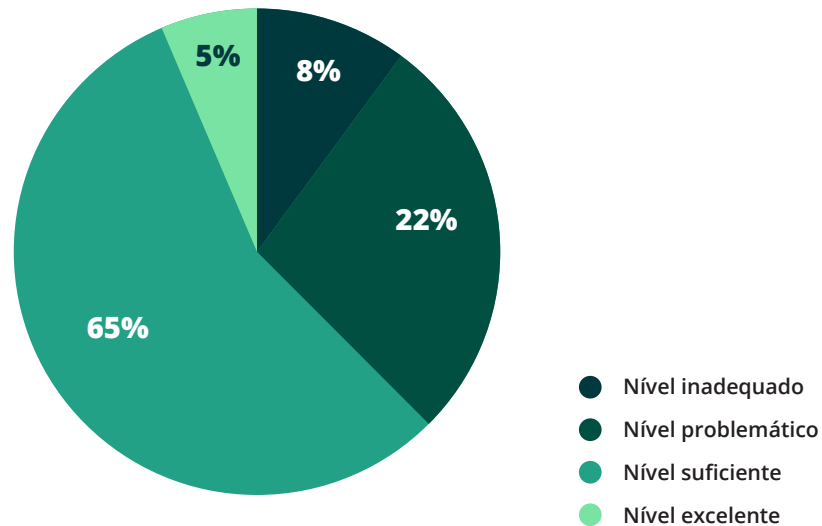
Em Portugal, tem-se verificado uma evolução positiva dos níveis de Literacia em Saúde da população, conforme representado na Figura 7 relativa à comparação dos dados entre 2016 e 2019.



**Figura 7:** Evolução Níveis de Literacia em Saúde entre 2016 e 2019.

A última avaliação dos níveis de Literacia em Saúde em Portugal pode ser consultada em maior detalhe no [Relatório do Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021](#). De acordo com os resultados, a maioria dos participantes (65%) demonstrou um nível suficiente de Literacia em Saúde e 5% um nível excelente. Por outro lado, apenas 7,5% dos participantes foram classificados

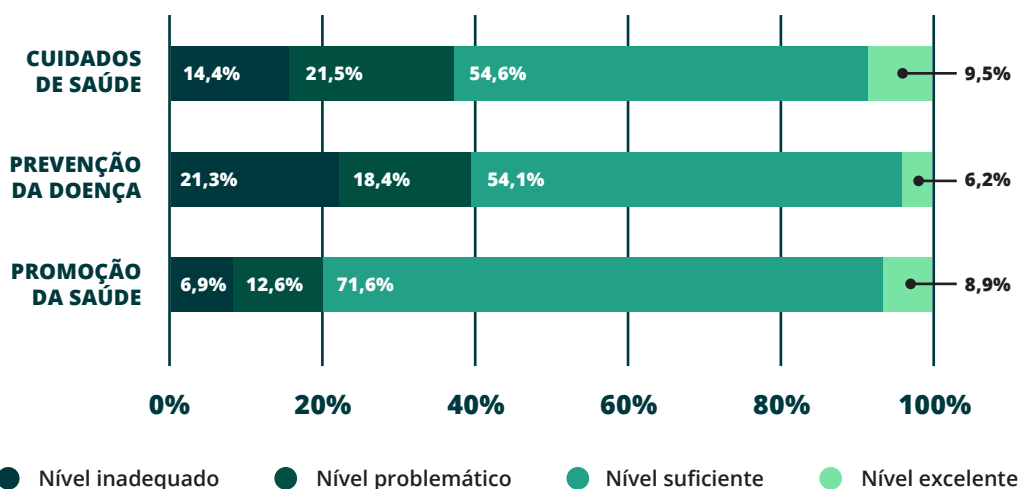
com um nível inadequado e 22% com um nível problemático de Literacia em Saúde (Figura 8).



**Figura 8:** Níveis de Literacia em Saúde (HLS19-Q12).

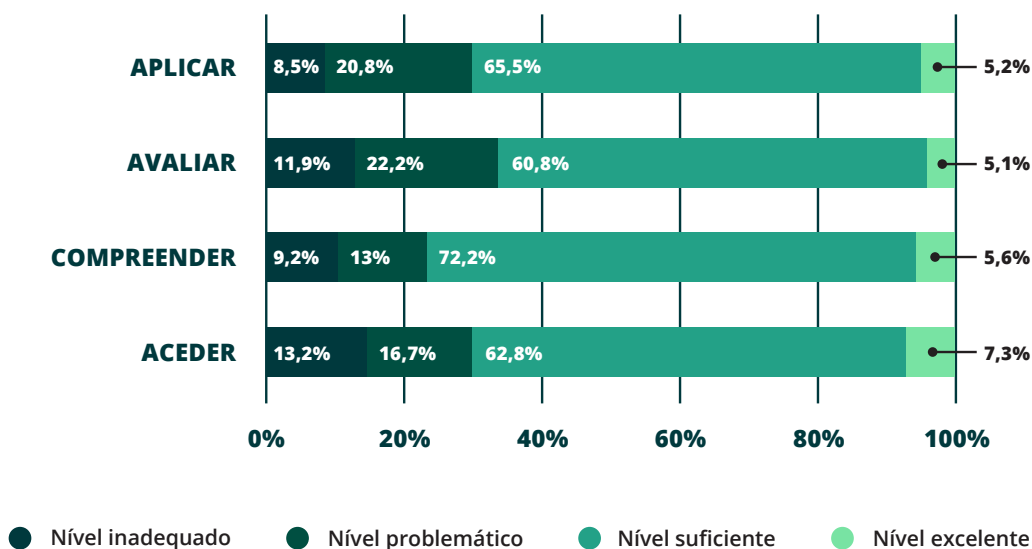
Considerando os dados sociodemográficos, verificou-se que a proporção de níveis inadequados de Literacia em Saúde foi superior nas faixas etárias mais elevadas e nos níveis de escolaridade mais baixos.

Os resultados também revelaram que os inquiridos exibem maior facilidade em compreender informação sobre a promoção da saúde, em comparação com as restantes dimensões da Literacia em Saúde (Figura 9).



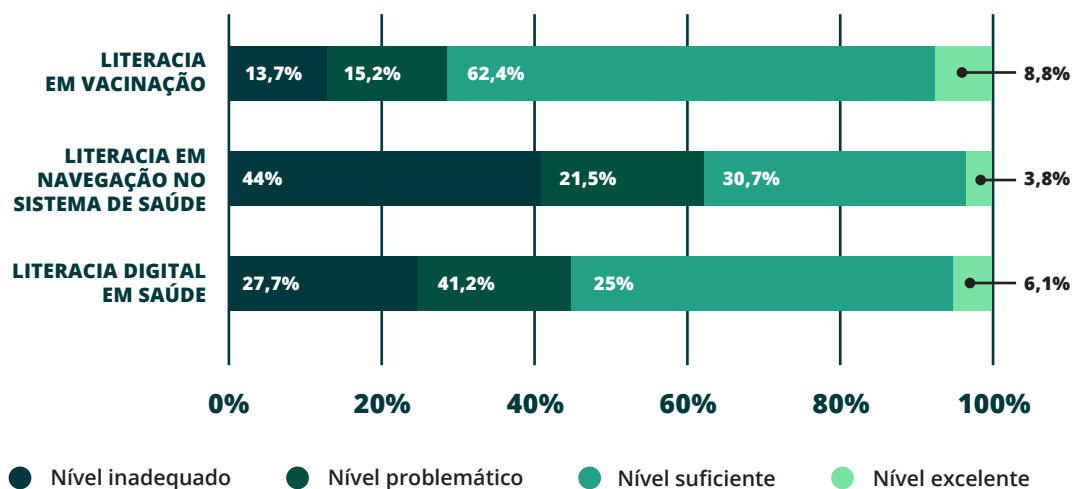
**Figura 9:** Níveis de Literacia em Saúde de acordo com as suas dimensões (HLS19-Q12).

Adicionalmente, os resultados mostraram que a compreensão da informação é a competência com maiores níveis de Literacia em Saúde, comparativamente com as restantes (Figura 10).



**Figura 10:** Níveis de Literacia em Saúde de acordo com as suas competências específicas (HLS19-Q12).

No que diz respeito aos módulos adicionais do inquérito, os participantes têm maior facilidade em compreender a informação relativa à vacinação e maior dificuldade em compreender a informação sobre como navegar no sistema de saúde (Figura 11).



**Figura 11:** Níveis de Literacia em Saúde (módulos adicionais do HLS19-Q12).

### **Determinantes de Literacia em Saúde**

A Literacia em Saúde é um determinante da saúde que é, por sua vez, determinada por um conjunto de fatores relacionados com características individuais, tais como o sexo, a idade, o estatuto socioeconómico, o nível de escolaridade e a situação profissional. Neste sentido, os resultados do HLS19-Q12 revelaram que pessoas do sexo masculino, mais jovens, com maior capacidade económica, com níveis superiores de escolaridade e que se encontram empregadas apresentam níveis superiores de Literacia em Saúde.

Além das características individuais, a Literacia em Saúde também é determinada por fatores externos à própria pessoa, nomeadamente, fatores sociais, culturais e do sistema de saúde em que se encontra inserida.

Neste âmbito, as Ciências do Comportamento evidenciam que a confiança (interpessoal e institucional) é um fator crítico na adoção de comportamentos de prevenção, proteção e promoção da saúde. Adicionalmente, a comunicação que tem por base os determinantes referidos e que recorre à ativação de emoções positivas e à utilização de imagens adaptadas às características específicas do público-alvo contribui de forma relevante para a promoção da Literacia em Saúde.

### **Necessidades identificadas**

O impacto do PALS 2019-2021 foi considerável, destacando-se o papel que a Literacia em Saúde ganhou durante a pandemia COVID-19. Salientou-se também a importância da customização das atividades de promoção de Literacia em Saúde tendo em vista o público-alvo e a premissa de aproveitar todos os contextos para a sua execução.

Assim, identifica-se a necessidade de criar contextos de oportunidade e de ativar as pessoas e as comunidades para a adoção de comportamentos de prevenção da doença e de proteção e promoção da saúde, garantindo uma intervenção focada em fatores-chave (Figura 12).



#### **Qualidade e Acessibilidade à Informação de Saúde**

Identificar e tornar facilmente acessíveis boas práticas de informação em saúde

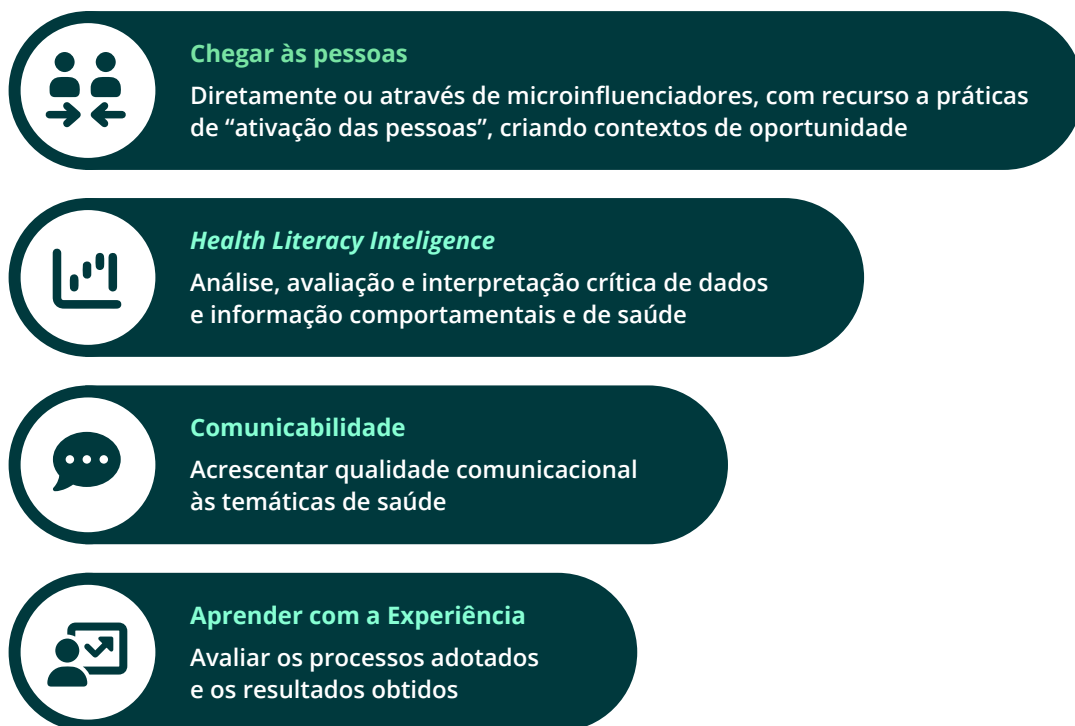
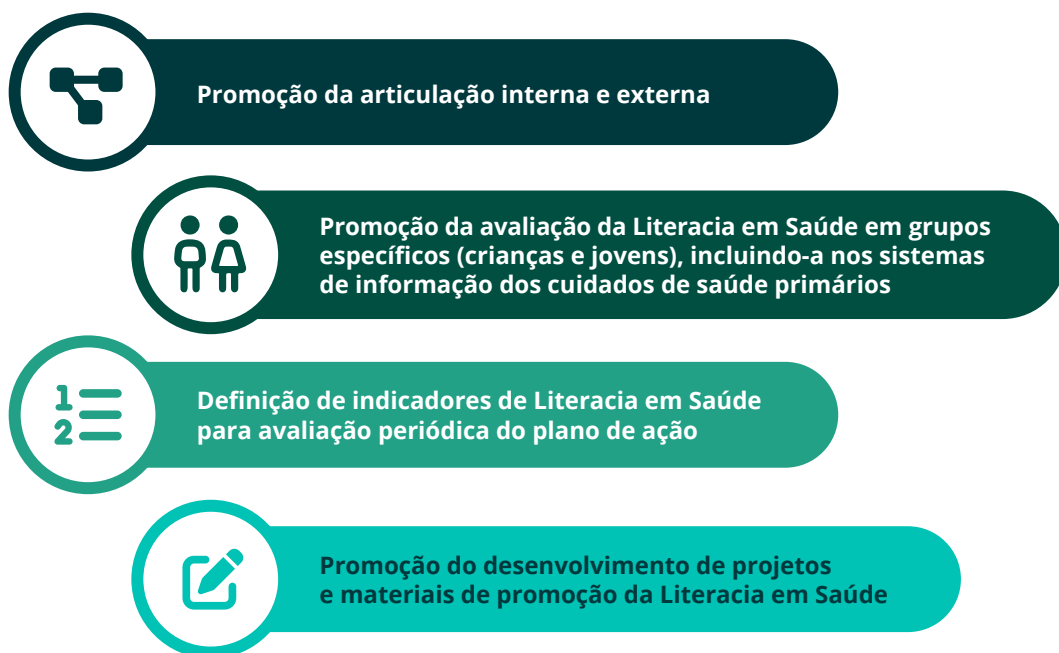
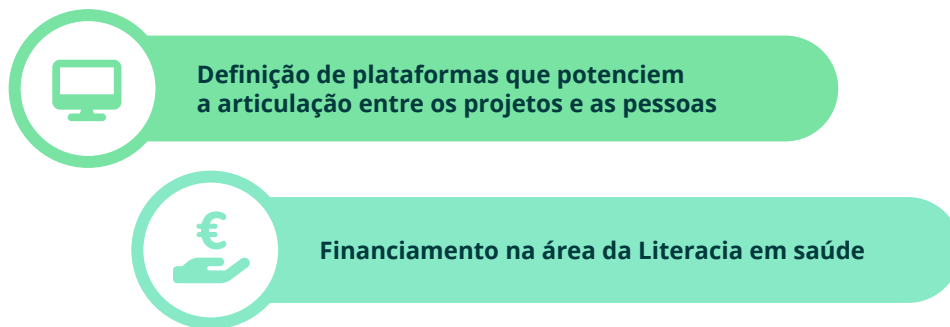


Figura 12: Fatores-chave da intervenção.

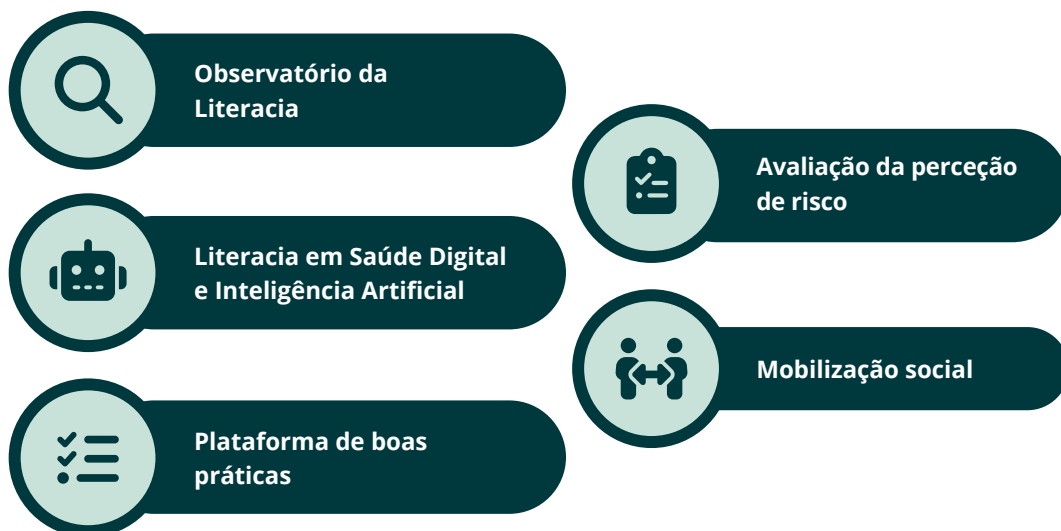
Os parceiros também propuseram as áreas de investimento apresentadas na Figura 13.





**Figura 13:** Áreas de investimento.

Considerando as conclusões do PALS 2019-2021 e a crescente relevância da Literacia em Saúde, foram definidas linhas de ação futuras (Figura 14).



**Figura 14:** Linhas de ação futuras.

Na sequência destas necessidades, é necessário definir eixos estratégicos robustos que contribuam para a concretização dos objetivos propostos.

## 7. EIXOS ESTRATÉGICOS

A Literacia em Saúde e as Ciências do Comportamento têm ganho relevância, ao longo do tempo, como potenciadoras de comportamentos de prevenção

da doença e de proteção e promoção da saúde. Segundo o PNS 2021-2030, as temáticas a abordar deverão ser direcionadas em função das necessidades de saúde e das estratégias de intervenção selecionadas.

Paralelamente, as estratégias e abordagens a adotar, devem ser interdisciplinares e multifatoriais incluindo as várias dimensões de intervenção em Literacia em Saúde: Individual, Comunidade, Sistemas e Políticas de Saúde, com foco no acesso, qualidade e saúde, políticas e cidadania, reduzindo iniquidades, onde saúde e bem-estar se cruzam para um futuro mais saudável para toda a população. Para tal, o PNLSCC centra-se nos seguintes eixos.



**Figura 15:** Eixos de intervenção.

Estes eixos funcionam de forma independente, mas quando associados potenciam a sua ação, a fim de contribuir para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar da população e de assegurar a sustentabilidade e qualidade do sistema de saúde.

### **Boas Práticas em Literacia em Saúde**

A produção de conteúdos tem por base as melhores práticas em Literacia em Saúde, bem como a melhor evidência científica atual. Simultaneamente, pretende-se que sejam definidas ferramentas que apoiem a implementação das orientações de forma adaptada, com todas as especificações inerentes a cada estágio do ciclo de vida e considerando os diferentes contextos, culturas, competências linguísticas e nível de literacia geral.

As aprendizagens essenciais ao longo do ciclo de vida são necessárias para potenciar e criar oportunidades de ativação promotoras de mudanças comportamentais adaptadas às características e necessidades típicas de cada etapa do ciclo de vida, que sejam efetivas e sustentáveis ao longo do tempo.

Neste desiderato, torna-se essencial a procura da customização das intervenções no sentido da capacitação para a consciencialização e tomada de decisão informada, com base na melhor evidência científica.

### **Health Literacy Intelligence**

O conceito de *Health Literacy Intelligence* engloba a análise, avaliação e interpretação crítica de dados e informações comportamentais e de saúde, que servem de instrumento de apoio à tomada de decisão das medidas de saúde a implementar.

Tendo por base a avaliação da perceção do risco da população relativa a comportamentos na área da saúde, pretende-se analisar as principais questões, os padrões de procura de informação e os canais de comunicação utilizados.

Neste sentido, os formatos e os conteúdos podem ser personalizados de forma a dar resposta às preocupações identificadas e reforçar os padrões de comunicação, evitando a disseminação de conteúdos sem base científica, desatualizados ou falsos.

### **Comunicação**

A comunicação tem um papel fundamental na promoção da Literacia em Saúde e na ativação de comportamentos protetores da saúde. A mesma deverá ser planeada e adaptada, tendo em conta os grupos-alvo, nomeadamente a população em geral, profissionais de saúde, cuidadores informais, estruturas e organismos da saúde. Será, assim, essencial identificar canais e parceiros disponíveis.

Paralelamente, os objetivos definidos no PNLSCC, alinhados com o PNS, pressupõem a necessidade de estudo e análise dos comportamentos da população e a identificação de carências e dificuldades no sentido de uma resposta eficaz e oportuna.

## **Mobilização Social**

A mobilização da população para a saúde é um processo que envolve esforços concertados da sociedade, sendo fulcral a participação dos parceiros e dos agentes comunitários para alcançar diferentes públicos-alvo e obter a sua confiança. Mobilizar a sociedade ao longo de todo o ciclo de vida é de extrema importância para a promoção da adoção de comportamentos adequados e ajustados à realidade. Os pontos-chave deste processo englobam:

- Disseminação de factos para aumento do conhecimento sobre a situação de saúde/doença em questão e redução do estigma associado;
- Difusão de mensagens a diferentes públicos-alvo através de influenciadores sociais;
- Desenvolvimento de competências de tomada de decisão;
- Promoção do recurso a fontes credíveis e de confiança, uma vez que a desinformação pode condicionar a adoção de medidas pouco efetivas e, conseqüentemente, promover comportamentos de risco, assim como a divulgação de informação desadequada.

Salienta-se, assim, a importância da disseminação de informação fidedigna e válida pelo maior número de pessoas possível, no sentido de promover a participação ativa do cidadão e a adoção de comportamentos adequados. A ativação das pessoas deve visar a promoção de mudanças comportamentais bem-sucedidas e mantidas ao longo do tempo.

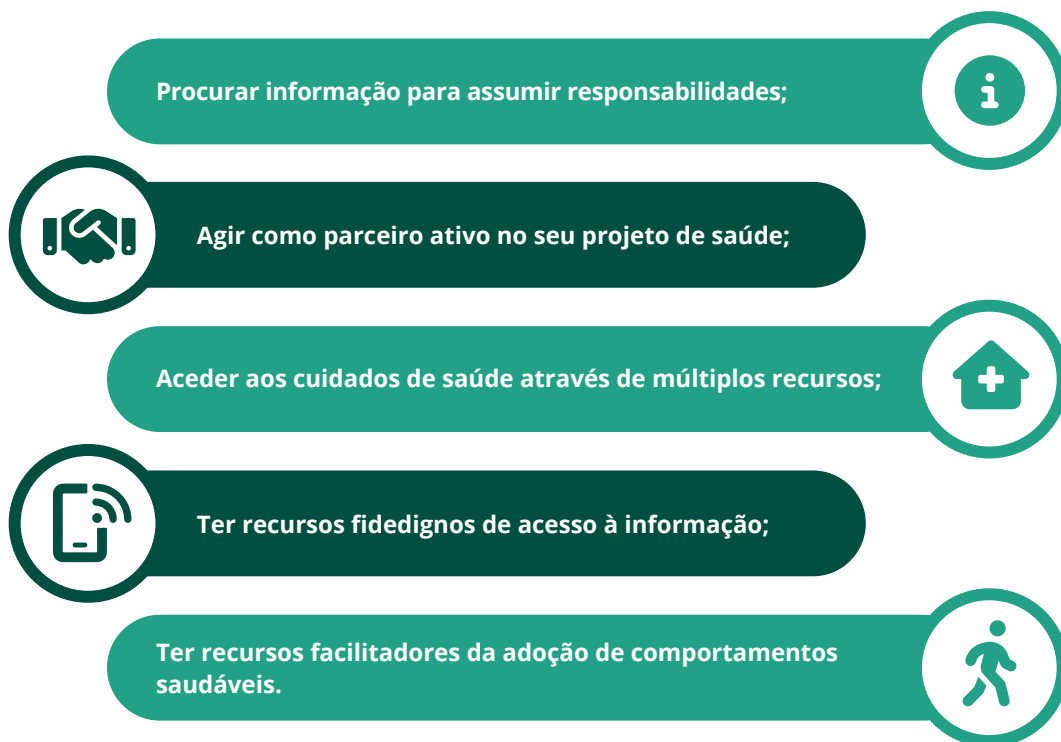
## **Ecossistemas Promotores de Saúde**

Considerando que a promoção da saúde é uma responsabilidade transversal, as comunidades devem criar as condições para a promoção da Literacia em Saúde nos diferentes contextos e estádios do ciclo de vida, visando potenciar e fornecer novas oportunidades de ativação de comportamentos saudáveis.

De uma forma inesperada, a pandemia colocou ênfase na autonomia e na necessidade de criar condições sustentáveis para reforçar a capacitação da pessoa para:



**Tomar decisões em saúde fundamentadas;**



**Figura 16:** Eixos para a capacitação da pessoa.

### **Políticas de Saúde**

As Políticas Públicas de Saúde integram a Governança das sociedades modernas, marcadas pela ligação aos Determinantes Sociais da Saúde, pelo impacto que estes manifestam na qualidade da saúde. A promoção da saúde tem sido retratada através da ação intersectorial, pela implementação de políticas públicas que assegurem a equidade em saúde e pela inclusão do cidadão na gestão da sua própria saúde.

As abordagens em Literacia devem contemplar as especificidades de cada estágio de desenvolvimento, sendo a Literacia em Saúde uma oportunidade de promover a saúde ao longo do ciclo de vida.

Um passo fundamental para promover a Literacia em Saúde é identificar e caracterizar as populações mais vulneráveis, dado que são estas as que apresentam menores níveis de Literacia em Saúde. Esta abordagem, mais organizada e focada, contemplando as oportunidades e necessidades identificadas, potencia resultados mais precisos e eficazes.

Neste sentido, é essencial ter em conta que os grupos mais vulneráveis enquadram pessoas com:



Figura 17: Produtos do PNLSCC.

É, assim, fundamental promover e apoiar iniciativas que melhorem a Literacia em Saúde, em particular dirigidas aos grupos mais vulneráveis na sociedade portuguesa, que é confrontada com inúmeros novos desafios, tendo em conta as condições socioeconómicas e a digitalização inerente ao mundo atual.

## 8. ROADMAP

### **Plataforma AtivaSaúde**

A plataforma AtivaSaúde pretende divulgar boas práticas na área da promoção da saúde. Neste sentido, podem ser submetidos projetos que serão avaliados por peritos na área de modo a que sejam divulgados na plataforma aqueles que cumpram os critérios de boas práticas. Na plataforma podem ainda ser consultadas notícias e vídeos que exemplificam atividades promotoras da saúde.

### **Campanha “Mitos e Verdades”**

No dia 1 de abril de 2023 iniciou-se uma Campanha com o objetivo de

clarificar informações que frequentemente circulam nas redes sociais e que são partilhadas de forma massiva, usando a dicotomia Mito/Verdade. Neste âmbito, foram criadas publicações para as redes sociais que foram partilhadas naquela semana e são republicadas regularmente.

### **Referencial “Saúde de Qualidade: Compromisso para o Ensino Superior”**

Em parceria com a Federação Académica do Porto (FAP), desenvolveu-se o referencial “Saúde de Qualidade: Compromisso para o Ensino Superior”, o qual se constitui como uma ferramenta de apoio às comunidades académicas no âmbito da promoção da literacia em saúde e das ciências do comportamento.

### **Participação no Consórcio M-POHL**

Presença no Consórcio europeu WHO Action Network on Measuring Population and Organizational Health Literacy (M-POHL) desde a sua fundação (2018). O seu principal objetivo é contribuir para o aumento da literacia em saúde, assegurando a disponibilidade de dados comparativos baseados na melhor evidência científica para a implementação de políticas de saúde.

### **Jogo “Exploradores da Saúde”**

O jogo “Exploradores da Saúde” foi desenvolvido por peritos de diversas áreas da saúde, dirigido a crianças do 1º ciclo, com o objetivo de promover a literacia em saúde de forma lúdica. É um jogo de cartas que engloba vários temas, nomeadamente atividade física, alimentação saudável, saúde mental, vacinação, prevenção e controlo de infeções, saúde oral e acidentes. O jogo inclui desafios como mímica, desenho, quizz, verdadeiro e falso ou memória.

### **Referencial para Desenvolvimento de Projetos Promotores de Literacia em Saúde**

De acordo com os objetivos e eixos estratégicos do Plano Nacional de Saúde e com as melhores práticas internacionais, desenvolveu-se o “Referencial para Desenvolvimento de Projetos Promotores de Literacia em Saúde”, o qual pode ser adaptado por qualquer instituição que vise desenvolver um projeto para promover a literacia em saúde da população.

### **Plataforma de Literacia em Saúde e Ciências do Comportamento**

No website da Direção-Geral da Saúde, criou-se uma plataforma onde constam

conteúdos e produtos digitais nas áreas da literacia em saúde e ciências do comportamento, a fim de facilitar o acesso da população a informação baseada na melhor e mais atual evidência científica.

### **Observatório de Literacia em Saúde**

A criação de um Observatório de Literacia em Saúde é fundamental para identificar lacunas na literacia em saúde, monitorizar as tendências de evolução da literacia em saúde longitudinalmente, avaliar os impactos de programas e intervenções, identificar grupos vulneráveis, promover a equidade em saúde e apoiar a formulação de políticas públicas.

### **Iniciativa “Let’s Talk About It”**

Colaboração, em formato de consultoria, na iniciativa “Let’s Talk About It” da Associação Nacional de Estudantes de Medicina (ANEM) que pretende partilhar informação fidedigna e baseada na melhor evidência científica em momentos-chave durante o ano. As publicações são, posteriormente, partilhadas nas redes sociais da ANEM.

### **Campanha de Promoção da Literacia em Saúde na Dádiva de Sangue**

Parceria com o IPST no desenvolvimento de uma campanha sustentada nas Ciências do Comportamento, com o recurso a apelos emocionais que ativem emoções positivas. Desta forma, será promovida a literacia em saúde na dádiva de sangue.

### **Mobilização Social – Ordem dos Farmacêuticos**

Ampliação do projeto de “Mobilização Social”, desenvolvido durante a pandemia COVID-19, de forma a promover a literacia em saúde nas doenças não transmissíveis. A Ordem dos Farmacêuticos será um dos parceiros envolvidos neste projeto, dando continuidade ao trabalho desenvolvido anteriormente.

### **Inteligência Artificial para Promoção da Literacia em Saúde**

Recurso à inteligência artificial para colmatar as necessidades da população, no âmbito da literacia em saúde e ciências do comportamento.

### **Curso de Comunicação em Saúde**

O Curso de Comunicação em Saúde será desenvolvido com o intuito de

colmatar as necessidades de profissionais de saúde e de pacientes, abordando-se temáticas como a empatia, estilos de comunicação e relações interpessoais.

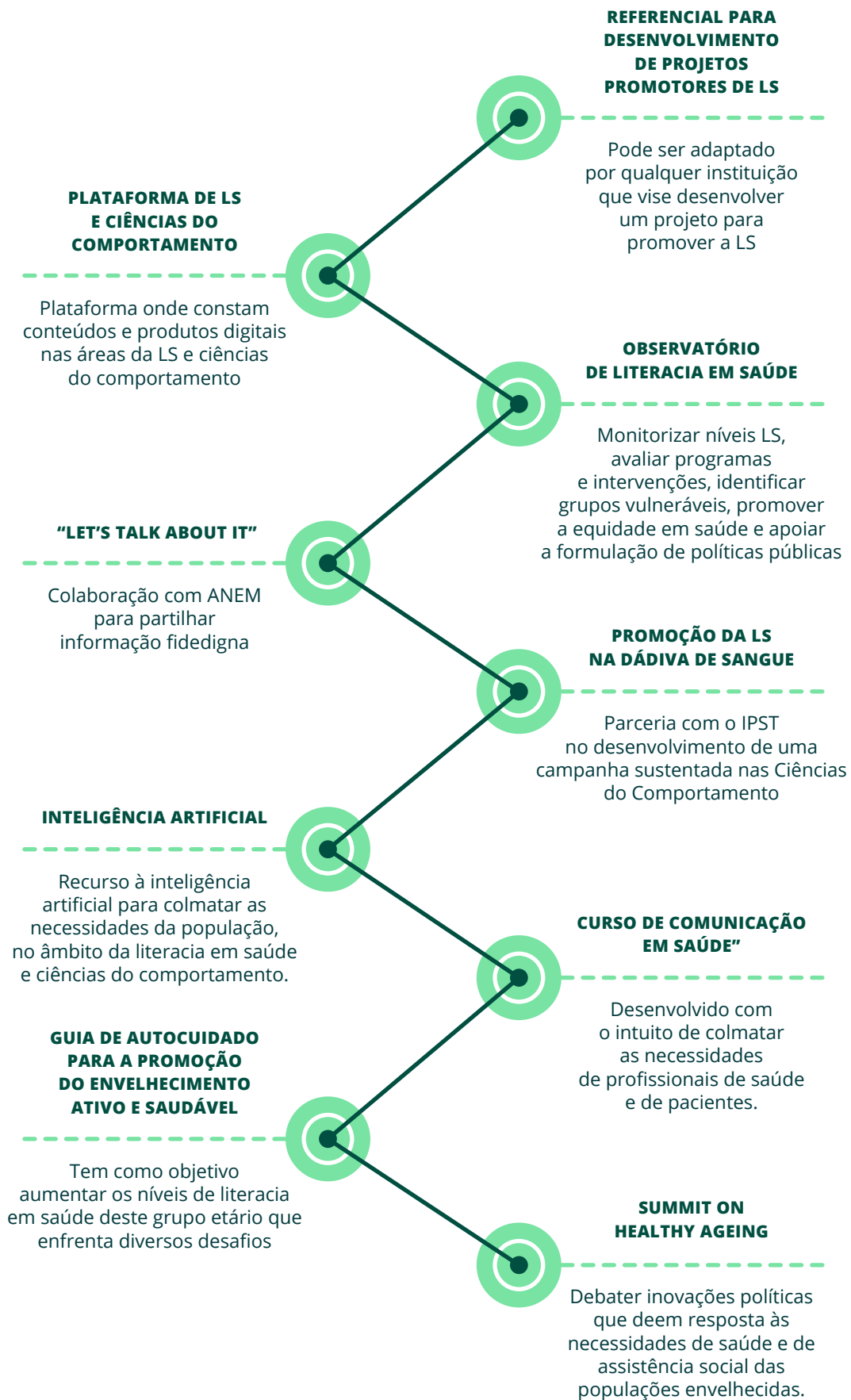
### **Guia de Autocuidado para a Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável**

A elaboração do Guia de Autocuidado para Promoção do Envelhecimento Ativo e Saudável tem como objetivo aumentar os níveis de literacia em saúde deste grupo etário que enfrenta diversos desafios. Desta forma, propõem-se diversas estratégias promotoras de bem-estar, em diversos níveis.

### **Summit on Healthy Ageing**

Planeamento e realização do evento “Summit on Healthy Ageing”, em parceria com a OMS, com vista a debater inovações políticas que deem resposta às necessidades de saúde e de assistência social das populações envelhecidas e às oportunidades decorrentes do aumento da longevidade.





**Direcção 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](mailto:geral@dgs.min-saude.pt)

[www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)