

## ACÇÃO DE FORMAÇÃO: CUIDADOS PRIMÁRIOS DE SAÚDE

### RAZÕES JUSTIFICATIVAS DA AÇÃO

O envelhecimento marcado da população mundial é um fenómeno recente ao qual os países económica e socialmente mais avançados continuam a tentar adaptar-se. Viver até à velhice era um privilégio de um número restrito de pessoas até aos primeiros decénios do Séc. XX, mas acessível atualmente a um número cada vez maior de indivíduos em todo o mundo desenvolvido. Por desejável que seja, este envelhecimento das populações impõe novos desafios e novas exigências.

A Organização Mundial de Saúde (OMS), identificou cinco elementos-chave para atingir a grande meta de Cuidados de Saúde primários, “**uma melhor saúde para todos**”, que já vem sendo debatida há mais de trinta anos, desde a declaração de Alma-Ata. Para tal, a OMS, propõe:

- Redução da exclusão e das desigualdades sociais na saúde (reformas de Cobertura universal);
- Organização de serviços de saúde em torno das necessidades e expectativas das pessoas (reformas de prestação de serviços);
- Integração da saúde em todos os setores (reformas de políticas públicas);
- Procura de modelos colaborativos de diálogo político (reformas de liderança); e
- Aumento da participação das partes interessadas.

No relatório apresentado em Outubro de 2008, no Cazaquistão, ano que foi dedicado aos cuidados de Saúde Primários, a OMS apresentou o título **Relatório sobre a saúde no mundo em 2008. Cuidados de Saúde Primários “AGORA MAIS QUE NUNCA”**.

Este título alerta-nos para o facto de ser premente uma atuação dirigida para os Cuidados de Saúde primários. E podemos perguntar: Porquê renovar os cuidados de saúde primários (CSP), e porquê agora mais que nunca? Uma resposta imediata é o facto dos Estados Membros terem feito este repto, não só aos profissionais de saúde como também aos responsáveis políticos. O envelhecimento da população mudou os padrões de doença e exerce cada vez mais pressão sobre a sustentabilidade dos sistemas de saúde e a economia da União Europeia alargada. Por outro lado, as ameaças de saúde como as pandemias de doenças transmissíveis e o bioterrorismo são uma preocupação crescente, enquanto o impacto que as alterações climáticas têm na saúde constituem novas ameaças a cada dia que passa.

A globalização afeta a coesão social de muitos países e parece não haver dúvida que os sistemas de saúde, elementos fundamentais da estrutura das sociedades contemporâneas, não estão a funcionar como deviam e podiam. O facto é que existe um descontentamento generalizado das pessoas perante a incapacidade dos serviços de saúde em proporcionar um nível de cobertura nacional que satisfaça a procura e as novas necessidades e também perante o facto dos serviços prestados não estarem em consonância com as suas expectativas. É dificilmente rebatível que os sistemas de saúde terão de responder melhor e com maior rapidez aos desafios de um mundo em profunda transformação. E é aqui que os cuidados de saúde primários têm um papel fundamental pois assumem-se como forma de

enfrentar estes desafios.

Com este curso, pretende-se que os formandos conheçam as novas necessidades de saúde das populações, versando vários componentes, que vão desde o conhecimento das diferentes políticas adotadas até à divulgação de estratégias de promoção da saúde.

## DESTINATÁRIOS DA AÇÃO

Este curso destina-se a licenciados que desempenhem ou tenham desempenhado funções na área da saúde e que pretendam agora atualizar e ampliar conhecimentos no domínio científico da área da saúde, ao nível dos cuidados primários de saúde.

## OBJETIVOS A ATINGIR

### Objetivo geral:

Capacitar os formandos a implementar projetos de intervenção na comunidade local e estimulá-los a participar ativamente nos processos de decisão aquando do planeamento do plano nacional de saúde do seu país.

### No final da ação os formandos:

- Terão conhecimento dos principais conceitos de Saúde Pública, da sua evolução história e dos seus principais determinantes.
- Terão conhecimento das principais declarações e recomendações internacionais de Promoção da Saúde emanadas das diferentes conferências que foram decorrendo ao longo das últimas três décadas.
- Serão capazes de fazer uma análise crítica dos principais problemas de Saúde detetados nos seus países, nomeadamente na comunidade onde se integra.
- Terão conhecimento sobre a dimensão comunitária e social da Saúde.
- Serão capazes de desenvolver planos /estratégias locais de Promoção da Saúde.
- Serão capazes de identificar e discutir as prioridades dos planos de Saúde de cada país dos formandos.
- Terão a capacidade de reconhecer as diversas teorias, políticas e práticas que estão na base de atividades e programas de promoção da saúde adequadas a populações distintas
- Terão conhecimento sobre as principais estratégias de prevenção das doenças crónicas não transmissíveis, como por exemplo obesidade, diabetes tipo 2, doença cardiovascular, doença osteoarticular, hipertensão arterial, doença cerebrovascular e alguns tipos de cancro.
- Terão conhecimento dos procedimentos a seguir quando existem surtos epidemiológicos.
- Saberão o que é a vigilância epidemiológica.
- Serão capazes de identificar e sugerir técnicas de promoção de saúde consoante o público-alvo

**CONTEÚDOS DA AÇÃO (total 52 horas = 2 ECTS)**

1. Módulo de ambientação: Apresentação (**3 horas**)
2. Introdução à Saúde Pública (total: **10 horas**)
  - 2.1. Conceitos Básicos de Saúde Pública e História da Saúde Pública (4 horas)
  - 2.2. Documentos internacionais de declaração de intenções de “Saúde para Todos” (3 horas)
  - 2.3. Determinantes da saúde e prioridades nos planos de saúde (3 horas)
3. Diagnóstico da Saúde na comunidade (**3 horas**)
4. Doenças crónicas não transmissíveis. (**23 horas**)
  - 4.1. Benefícios de uma estratégia preventiva nutricional em:
    - 4.1.1. Obesidade e insulino-resistência nas diferentes etapas da vida (5 horas)
    - 4.1.2. Hipertensão arterial e acidente vascular cerebral (5 horas)
    - 4.1.3. Doenças cardiovasculares (5 horas)
    - 4.1.4. Principais tipos de cancros relacionados com estilo de vida (4 horas)
    - 4.1.5. Doenças osteoarticulares (4 horas)
5. Epidemiologia operacional. Investigação de surtos epidemiológicos. Vigilância epidemiológica (**6 horas**)
6. Técnicas de Promoção da Saúde (**4 horas**)
7. Avaliação e encerramento (**3 horas**)

**METODOLOGIAS DE REALIZAÇÃO DA AÇÃO**

A presente ação é lecionada em regime de ensino e aprendizagem a distância através da modalidade online, em ambiente de classe virtual, com recurso à plataforma de *e-learning* em uso na Universidade Aberta. O termo “classe virtual” aplica-se a espaços organizados onde decorrem interações múltiplas entre docente-formando, formando-docente e formando-formando, criando-se comunidades de partilha de conhecimento e de experiências, onde os formandos são incentivados, através dos vários problemas colocados, a realizarem aprendizagens significativas. O curso tem como quadro geral de referência, em termos de metodologia de ensino, o Modelo Pedagógico Virtual da Universidade Aberta.

**CONDIÇÕES DE FREQUÊNCIA DA AÇÃO**

É essencial que o formando possua uma conta de e-mail ativa, disponha de acesso regular à internet e tenha conhecimentos informáticos básicos na ótica do utilizador.

**REGIME DE AVALIAÇÃO DOS FORMANDOS**

Espera-se que durante o curso os formandos participem ativamente nos fóruns de discussão, que serão disponibilizados, e que realizem as actividades de aprendizagem propostas (e-actividades). A classificação final (expressa numa escala de 0 a 20 valores) resultará da avaliação que for obtida

nestas tarefas. No início da ação serão fornecidos aos formandos os critérios e parâmetros de avaliação.

### **MODELO DE AVALIAÇÃO DA AÇÃO**

A ação será avaliada através de uma ficha de avaliação elaborada pela Unidade para a Aprendizagem ao Longo da Vida (UALV) da Universidade Aberta a distribuir a todos os formandos.

### **BIBLIOGRAFIA de base de trabalho**

Agência de Promoção da Saúde: <http://www.healthpromotionagency.org.uk/index.html>

Carta de Bangkok: <http://www.bvsde.ops-oms.org/bvsdeps/fulltext/cartabangkokpor.pdf>

Carta de Ottawa: <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Ottawa.pdf>

Declaração de Adelaide <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Adelaide.pdf>

Declaração de Alma Ata: <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Alma-Ata.pdf>

Declaração de Jacarta: [http://www.who.int/hpr/NPH/docs/jakarta\\_declaration\\_portuguese.pdf](http://www.who.int/hpr/NPH/docs/jakarta_declaration_portuguese.pdf)

Declaração de Sundsvall: <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Sundsvall.pdf>

Declaração do México: <http://www.opas.org.br/promocao/uploadArq/Sunds>

Europa. Síntese da Legislação na EU. Saúde Pública:

[http://europa.eu/legislation\\_summaries/public\\_health/index\\_pt.htm](http://europa.eu/legislation_summaries/public_health/index_pt.htm)

Ferreira da Silva, L. 2002. Promoção da Saúde. Edições Universidade Aberta.

Livro Branco. Juntos para a Saúde: uma abordagem estratégica para a UE (2008-2013) <http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2007:0630:FIN:PT:PDF>

Plano Nacional de Saúde. <http://www.dgsaude.min-saude.pt/pns/capa.html>

Portal de Saúde Pública (Portugal): <http://www.saudepublica.web.pt/>

Relatório de Saúde Mundial (disponível em Inglês e espanhol): <http://www.who.int/whr/previous/en/index.html>

Semba, R. D., Bloem, M. W. Nutrition and Health in Developing Countries. 2001. Adrienne Bendich, Series Editor. Humana Press.

WHO, 2010, World Health Statistics. 2010 : [http://www.who.int/whosis/whostat/EN\\_WHS10\\_Full.pdf](http://www.who.int/whosis/whostat/EN_WHS10_Full.pdf)

Labarthe, D. R. Epidemiology and Prevention of Cardiovascular Diseases: A Global Challenge. 2011. Jones and Bartlett Publishers. 2<sup>nd</sup> ed.

WHO, Technical Report Series. 2003. Diet, Nutrition and the Prevention of Chronic Diseases. Report of a Joint WHO/FAO Expert Consultation. [http://whqlibdoc.who.int/trs/who\\_trs\\_916.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/who_trs_916.pdf)