

# OPÇÕES DOS JOVENS PARA A SAÚDE A VOZ DOS JOVENS LÍDERES

## 2.º Encontro



***“Desejo-vos que vos ouçam, e que vos chamem a participar no novo executivo. Se tal não acontecer, não desistam, insistam em se fazerem ouvir!”***

Professora Margarida Gaspar de Matos

[ Co-organizadores: Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde com Conselho Nacional da Juventude ]

6 de março 2024

## FICHA TÉCNICA

**Coordenação:** Prof Doutora Cristina Vaz de Almeida, Presidente da SPLS

**Convidados Especiais:** Professora Doutora Margarida Gaspar de Matos e Dr. António Marques Pinto

Associação Nacional de Estudantes de Enfermagem em Portuga l– ANEEP, Hugo Santos, Presidente

Associação Nacional de Estudantes de Medicina – ANEM, Rita Ribeiro, Presidente

Associação Nacional de Estudantes de Nutrição – ANEN – Maria Velosa, Presidente

Associação Nacional de Estudantes de Psicologia - ANEP, Filipa Santos, Presidente

Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia - ANJF António Martins, Vice Presidente, com Beatriz Silva, Presidente

Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia – APEF, Rita Fonseca, Presidente com Bernardo Pedroso, Vice-Presidente

Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos – APJF, Tiago Guilherme Rodrigues, Vice-Presidente, com Lucas Chambel, Presidente

Conselho Nacional da Juventude, Dr<sup>a</sup> Leonor Quelhas, Pinto, com Dr. Rui Oliveira, Presidente

Diretora de Comunicação SPLS – Dr.<sup>a</sup> Vânia Lima

Ordem dos Médicos Veterinários, Xavier Teles Canavilhas

**Sugestão de citação:** Vaz de Almeida, C., Marques-Pinto, A., Matos, M. G., & Lima, V. (2024). Opções dos jovens para a saúde. A voz dos jovens líderes. 2.º Encontro. Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde.

### ISBN

978-989-35724-1-2; [Título: OPÇÕES DOS JOVENS PARA A SAÚDE - A Voz dos Jovens líderes - 2º Encontro]; [Autor: Cristina Vaz de Almeida]; [Co-autor(es): António Marques Pinto + Margarida Gaspar De Matos + Vânia Lima ]; [Suporte: Eletrónico]; [Formato: PDF / PDF/A]

# ÍNDICE

<b>FICHA TÉCNICA</b> .....	2
<b>ÍNDICE</b> .....	3
<b>A influência dos jovens na próxima geração</b> .....	5
<b>Cristina Vaz de Almeida (PhD)</b> .....	5
<b>Prefácio 1</b> .....	8
<b>Ouvir os jovens e dar voz aos jovens</b> .....	8
<b>Margarida Gaspar de Matos, PhD</b> .....	8
<b>Prefácio 2</b> .....	11
<b>Opções dos Jovens para a Saúde: “Um Contributo para a Governação”</b> .....	11
<b>António Marques Pinto</b> .....	11
<b>O Conselho Nacional de Juventude e os Jovens</b> .....	18
<b>Leonor Quelhas Pinto Vogal da Direção do Conselho Nacional de Juventude</b> .....	18
<b>A Comunicação em saúde: em todas as áreas e em todas as políticas</b> .....	21
<b>Hugo Cunha</b> .....	26
<b>Associação Nacional de Estudantes de Nutrição [ANEN]</b> .....	29
<b>Maria Velosa</b> .....	29
<b>Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia [APEF]</b> .....	34
<b>Rita Fonseca e Bernardo Pedroso</b> .....	34
<b>Presidente e Vice-Presidente</b> .....	34
<b>Associação Nacional de Estudantes de Medicina [ANEM]</b> .....	38
<b>Rita Ribeiro</b> .....	38
<b>Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia</b> .....	44
<b>António Martins e Beatriz Silva,</b> .....	44
<b>Vice-Presidente e Presidente ANJF</b> .....	44
<b>Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos [APJF]</b> .....	48
<b>Tiago Guilherme Rodrigues e Lucas Chambel</b> .....	48
<b>Vice-Presidente e Presidente da APJF</b> .....	48
<b>Associação Nacional de Estudantes de Psicologia [ANEP]</b> .....	54
<b>Filipa Santos</b> .....	54
<b>Presidente da Direção</b> .....	54
<b>Ordem dos Médicos Veterinários</b> .....	62
<b>Xavier Teles Canavilhas</b> .....	62

<b>Diretor do Gabinete Jovem da OMV (à data do evento).....</b>	<b>62</b>
<b>Encerramento .....</b>	<b>66</b>
<b>Margarida Gaspar de Matos, PhD .....</b>	<b>66</b>

# A influência dos jovens na próxima geração

## Cristina Vaz de Almeida (PhD)

Presidente da Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde



Estes são os futuros decisores deste país (ou de outro) dentro das áreas da saúde, do social, da integração de cuidados das políticas públicas.

São eles que, devido ao seu percurso contínuo, de forte investimento em conhecimento, em estratégia, em saber ouvir os que os rodeiam, em ter já um treino longo em negociação, tomada de decisão, que resulta neste grupo de jovens pessoas com um total perfil de liderança.

Como já referi no anterior livros que resultou da audição na Assembleia da Republica a 4 de maio de 2023 (Auditório Almeida santos) “São estes jovens que terão uma importância enorme nas decisões sobre o incremento das associações de doentes, sobre as estratégias e dimensões dos ensaios clínicos, nos projetos e programas de qualidade em saúde, na integração e aprovação de melhores medicamentos, na correção dos processos que têm a ver com a segurança e os danos com os pacientes e a segurança dos cuidados.”

Esta é a nossa literacia em saúde de agora, mas já a prever o futuro.

Um grande orgulho para mim, e também para a sociedade científica que represento, em ter o privilégio de os ouvir, de beber da sua sabedoria do futuro.

Apesar da sua jovem idade, não nos iludamos a propósito da sua maturidade.

Dão cartas no território da estratégia, das competências para a solução de muitos problemas em saúde.

É preciso ouvi-los, e dar-lhes voz.

**“É preciso que as forças governamentais de Portugal os oiçam atentamente. Nas políticas para a juventude, mas também nas políticas que interessam ao ciclo de vida, desde o nascimento até ao envelhecimento e final de vida. Nos investimentos sociais integrados com a saúde, com a cultura, com os animais e o ambiente.**

**Estes jovens líderes têm a visão real das necessidades dos jovens, sabem o que podem funcionar e o que se torna barreira ao seu desenvolvimento.”**

É preciso realçar de forma evidente que, são estes jovens que estão, agora, a preparar as próximas gerações. São eles que depois das formações feitas ou em curso estão a preparar as gerações do amanhã. Se hoje não tiverem emprego ou trabalho digno, habitação em condições, estruturas que os apoiem e que os oiçam, saúde mental, esperança em melhorar o mundo, teremos consequências num amanhã, que queremos mais estruturado, saudável e estável.

**Hoje o que que acontece com os jovens, produz efeitos necessários no futuro de todos.**

Com a visão de todos, incluindo os médicos veterinários, os representantes das engenharias ambientais (não estiveram aqui neste 3º encontro de Opções dos Jovens para a saúde, mas por certo estarão nas seguintes) da cultura e educação, do serviço social e do impacto que vão ter numa saúde que se deseja em todas as políticas.

Finalmente uma palavra de agradecimento profundo aqueles que nos acompanharam neste debate tão rico: a Professora Doutora Margarida Gaspar de Matos, um ícone para a juventude e não só; o médico, Dr. António Marques Pinto com a sua visão e estratégias europeias e uma visão alargada dos temas que promovem, previnam e cuidam da saúde; a Dr.ª Leonor Quelhas Pinto, agora no Conselho Nacional da Juventude e que representa a excelência da juventude; o Presidente da CNJ, Dr. Rui Oliveira, um jovem brilhante; todas as Ordens que tão bem se fizeram representar neste evento: Medicina, Farmacêuticos, Nutrição, Psicologia, Fisioterapia, Veterinária.

O nosso agradecimento pessoal e institucional.

Vamos dar Voz. Vamos iluminar estes jovens para que nos façam chegar o seu caminho.

Este relatório será entregue aos partidos em Portugal e à Senhora Ministra da Saúde.

Cristina Vaz de Almeida

Presidente da Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde

6 março 2024

## Prefácio 1

# Ouvir os jovens e dar voz aos jovens

## Margarida Gaspar de Matos, PhD

Psicóloga Clínica e da Saúde.

Professora Catedrática da Universidade de Lisboa, (Colaboradora no ISAMB/ Faculdade de Medicina)

Professora Catedrática Convidada na Universidade Católica Portuguesa (Integrada no CRC-W)

Direção do estudo HBSC da OMS em Portugal

Coordenação Científica do Observatório Saúde Psicológica e Bem -estar da DGEEC/ ME.



Gostaria de começar por felicitar a Sociedade Portuguesa de Literacia e Saúde na pessoa da sua Presidente Prof.<sup>a</sup> Doutora Cristina Vaz de Almeida, bem como o Conselho Nacional da Juventude na pessoa do seu Presidente Dr. Rui Oliveira pela iniciativa de juntar aqui tantos jovens representantes de Ordens, Associações, Federações, Partidos

Políticos e outras Organizações de Jovens, e saudar os meus colegas de painel.

**O mote aqui é ouvir os jovens e dar voz aos jovens quando de dirigem ao Executivo com as suas ideias e sugestões.**

Estamos aqui pois para ouvir e para ajudar a fazer ouvir esta Voz.

Por isso estou aqui mais para ouvir do que para falar.



## **10 Orientações catalizadoras**

Deixo dez orientações vindas da Psicologia enquanto ciência do comportamento para servir de catalizador a este debate, e à reflexão para o próximo processo eleitoral.

- 
- 1) A Democracia pode não ser uma organização social perfeita, mas na verdade ainda não se conseguiu pensar em nada melhor. Estimemo-la.**
  - 2) A Cidadania Ativa é um motor da Democracia. Ninguém pode querer “estar fora”.**
  - 3) O Mundo Digital veio revolucionar a ação política e a cidadania ativa. Este admirável novo mundo trouxe consigo desafios que temos que incorporar, numa visão de Democracia mais atual.**
  - 4) Em Saúde (e falamos aqui de ONEHEALTH, numa só saúde, das pessoas, dos animais e do ambiente), como aliás em tantas outras áreas da ação cidadã, queremos mudanças sustentáveis e não soluções que, a médio ou a longo prazo, gerem novos problemas.**
  - 5) O Diálogo Intergeracional é a memória cidadã, é a continuidade que permite mudanças sustentáveis. Estimemo-lo.**
  - 6) Preparar o FUTURO é antecipar, alertar e agir, e não limitarmo-nos a andar sempre atrás do prejuízo onde, de sufoco em sufoco, o urgente toma sempre a primazia sobre o importante.**
  - 7) O Diálogo Intercultural, acrescenta-nos, e a Diversidade abre-nos novos horizontes, não basta falar de “aceitar” ou de “tolerar” - o contato com a Diversidade põe-nos num universo maior do que nós mesmos, abre-nos ao Mundo. Dá-nos um contraditório para refletir e crescer. Torna-nos melhores cidadãos, mais preparados e mais diferenciados.**
  - 8) A Coesão Social é um antídoto do totalitarismo. A Cisão populacional, a pretexto de diversos estímulos, ajuda a emergência de populismos.**
-

---

**9) A Confiança nos Instituições é uma pedras basilar da Democracia.**

**Estimemo-la!**

**10) Inovemos pois, numa nova forma de fazer política, com todos e para todos.**

**E agora estou aqui para ouvir.**

---

Margarida Gaspar de Matos, PhD

Psicóloga Clínica e da Saúde.

## Prefácio 2

# Opções dos Jovens para a Saúde: “Um Contributo para a Governação”

## António Marques Pinto

Presidente da Associação dos Jovens Médicos de Portugal (AJOMED)

A visão dos jovens médicos para a nova governação reflete as suas preocupações e aspirações em relação ao sistema de saúde, à prática médica e às condições de trabalho. Por desempenharem um papel crucial e dinâmico no sistema de saúde, trazendo consigo uma perspetiva inovadora e energética a sua importância abrange diversos aspetos que impactam positivamente a prestação de cuidados de saúde e o funcionamento global do sistema.



### **Tais expectativas abrangem diversas áreas cruciais:**

Investimento Sólido na Saúde Pública: Há uma necessidade premente de uma alocação orçamental substancial para fortalecer os sistemas de saúde pública. Isso abrange não apenas a infraestrutura física, mas também a expansão de recursos humanos, investigação médica e iniciativas de prevenção.

**Melhoria das Condições de Trabalho:** Os jovens médicos almejam condições de trabalho mais equilibradas e sustentáveis. Isso envolve a implementação de políticas que limitem a carga de trabalho (sobretudo as jornadas contínuas), enquanto providenciem apoio emocional e mental, e promovam um ambiente que favoreça o equilíbrio entre vida profissional e pessoal.

**Incorporação de Tecnologia e Inovação:** Uma governação que favoreça a integração de tecnologias inovadoras na prática médica é essencial. Essa abordagem busca otimizar a eficiência operacional, melhorar os processos de diagnóstico e tratamento, e manter a medicina alinhada com os avanços tecnológicos. A título exemplificativo, atente-se a recente implementação da cirurgia robótica nalgumas unidades do Serviço Nacional de Saúde (SNS), algo até há bem pouco tempo indisponível nos hospitais públicos portugueses, mas que deverá ser alargado a muitas mais unidades, destarte o pesado investimento que acarreta em termos pecuniários e formativos.

**Enfoque na Educação Médica Contínua:** A promoção de oportunidades contínuas de aprendizagem ao longo da carreira é uma prioridade. Os jovens médicos procuram consistentemente ambientes que incentivem e facilitem o acesso a programas deste foro (a nível regional, nacional ou internacional). Só assim conseguimos garantir que estes jovens profissionais estejam sempre atualizados com as últimas e melhores práticas a nível mundial.

**Equidade no Acesso aos Cuidados de Saúde:** A redução das disparidades no acesso à saúde é uma preocupação central da classe médica. Isso implica políticas que assegurem que todos os estratos socioeconómicos tenham acesso igualitário a cuidados de saúde de qualidade.

Em média, foram realizadas 3,5 consultas médicas presenciais por utente em 2021 quando a média da OCDE aponta para 6 atendimentos anuais.

O nosso país encontra-se, assim, na oitava pior posição num total de 32 países, o que é preocupante tendo em conta que segundo dados da Pordata, do Gabinete de Estatísticas da União Europeia (Eurostat) e da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE), Portugal é dos países europeus com o maior rácio de médicos por 100 mil habitantes.

Em 2022, apresentou uma média de 578,3 médicos por 100 mil habitantes (número esse muito acima dos 405,8 por 100 mil habitantes da média comunitária).

Porém, o caso muda de figura quando analisado o mesmo rácio apenas no SNS. A Pordata mostra que existem 220,7 médicos por 100 mil habitantes no SNS, abaixo do valor de referência europeu. Ademais, o número de estudantes de Medicina tem aumentado a cada ano que passa. Por ano, nas universidades públicas, abrem cerca de 1.500 vagas.

**No ano passado, bateu-se mesmo um recorde, de 1.595 vagas. Conclusão: não há falta de médicos em Portugal, há sim falta de médicos no SNS, o que nos leva a epilogar que estamos perante uma questão de atratividade, mormente valorização de carreira e perspetiva de futuro, com uma carga horária que permita o melhor equilíbrio com a vida pessoal, como já suprarreferido.**

## **Colocação da Sustentabilidade Ambiental na Saúde na Ordem do**

**Dia:** Os jovens médicos pretendem um governo comprometido com a

implementação de políticas e práticas que promovam a sustentabilidade ambiental na prestação de cuidados de saúde.

**Enfâse na Participação Ativa nas Decisões Políticas:** Uma governação que valorize e incentive a participação ativa dos profissionais de saúde nas decisões políticas é essencial. Os jovens médicos desejam continuar a ser parceiros ativos (como o têm sido até aqui) na formulação de políticas que afetam diretamente a prática da medicina e a prestação de cuidados de saúde.

**Abordagem Centrada no Paciente:** A promoção de práticas deste foro, isto é, que valorizem a comunicação efetiva e a participação do paciente nas decisões relacionadas com o seu tratamento, é considerada crucial para a qualidade global do cuidado médico. E neste ponto chama-se à colação a importância da literacia em saúde.

A capacidade de compreender, avaliar e utilizar informações de saúde para tomar decisões informadas, é fundamental para o funcionamento eficaz de sistemas de saúde e para a promoção do bem-estar individual e coletivo.

Desejamos, pois, que a literacia em saúde esteja na agenda do XXIV Governo Constitucional de Portugal e que por isso tenha em consideração as seguintes temáticas:

**Tomada de Decisões Informadas:** Constatamos no quotidiano que a literacia em saúde capacita as pessoas a compreenderem informações complexas sobre saúde, como instruções de prescrição, resultados de exames e opções de tratamento.

Isso possibilita a tomada de decisões informadas em relação à sua própria saúde e de seus familiares.

**Promoção da Prevenção:** Indivíduos com alta literacia em saúde são mais propensos a adotar medidas preventivas, entender a importância de rastreios e exames de rotina, vacinação e estilos de vida saudáveis. Isso contribui para a prevenção de doenças e a promoção da saúde a longo prazo.

Apesar de, e felizmente, em Portugal, a prevalência da obesidade e o consumo de tabaco estarem abaixo da média OCDE, o mesmo já não se verifica no álcool. Aliás Portugal destaca-se pelos piores motivos: é o país europeu onde mais pessoas bebem álcool todos os dias (20,7% da população). Medidas do Governo que mitiguem este tipo de comportamento acolhem por isso o nosso parecer positivo.

**Incentivo ao Autocuidado:** É intuitivo que as pessoas com boa literacia em saúde estão mais aptas a compreender e seguir orientações médicas, gerir as suas condições crónicas e adotar práticas eficazes de autocuidado. Isso resulta inevitavelmente numa melhor qualidade de vida e na redução de complicações de saúde o que se traduz num aumento dos anos de vida vividos sem doença.

**Redução de Disparidades de Saúde:** Indivíduos com níveis mais baixos de literacia podem enfrentar dificuldades em aceder a cuidados de saúde, entender informações médicas e comunicar efetivamente com profissionais de saúde, contribuindo para desigualdades no sistema de saúde.

**Efetividade na Comunicação com os Profissionais de Saúde:** Pacientes com boa literacia em saúde são mais capazes de comunicar efetivamente com os profissionais de saúde, partilhando informações relevantes sobre a sua condição, compreendendo as orientações médicas e participando ativamente nas decisões relacionadas com o seu tratamento.

**Redução de Custos de Saúde:** A literacia em saúde está associada a uma utilização mais eficiente dos serviços de saúde. Pacientes que compreendem melhor a sua condição de saúde e as orientações médicas têm menor probabilidade de procurar tratamentos desnecessários ou de utilizar os serviços de urgência de forma inadequada, contribuindo para a redução dos custos de saúde.

Este ponto é particularmente alarmante tendo em conta que no que toca ao número de admissões nos Serviços de Urgência, Portugal ocupa o primeiro lugar numa lista de 25 nações. Segundo os últimos dados disponíveis verificaram-se no período de um ano cerca de 63 idas às urgências por cada 100 habitantes, um número que fica muito distante da média de 27 admissões da OCDE.

**Educação Contínua:** Não obstante este ponto ter sido abordado atrás neste texto especificamente para os jovens médicos, ele pode e deve ser alargado à população geral. A literacia em saúde é um componente essencial da educação contínua em saúde.

À medida que a ciência e a medicina avançam, a capacidade de compreender e assimilar novas informações torna-se crucial para a adaptação a práticas de saúde atualizadas e para a participação efetiva dos utentes em programas de prevenção e tratamento.

**Empowerment Individual e Comunitário:** A literacia em saúde dá efetivamente poder aos indivíduos e comunidades, permitindo que assumam um papel ativo na sua própria saúde. Isso contribui para a construção de uma sociedade civil mais saudável e informada, capaz ela própria de advogar por políticas e práticas que promovam o acesso a cuidados de saúde de qualidade.



Não se procurando tornar exaustiva a redação desta perspetiva, referem-se estas considerações gerais pois abarcam uma visão abrangente dos jovens médicos para a nova governação, refletindo o desejo de um sistema de saúde ainda mais eficiente, equitativo e sustentável.

**“Quero, porém, ressaltar que as perspetivas podem variar entre os diferentes profissionais ativos no sector, e o diálogo contínuo com todos os envolvidos no sistema de saúde é essencial para desenvolver políticas eficazes e sustentáveis.”**

Iniciativas (como esta) que agregam os diferentes intervenientes na área da saúde são por isso fulcrais no que toca a essa troca de visões e pluralidade de propostas daí resultantes.

**António Marques Pinto**

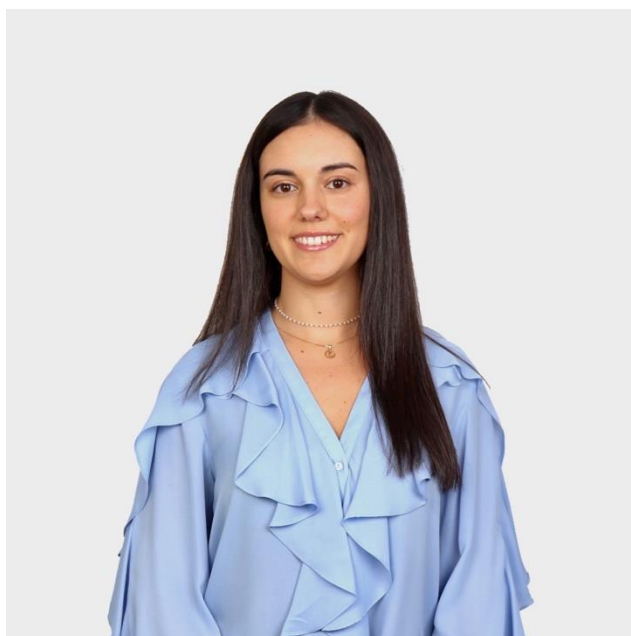
Presidente da Associação dos Jovens Médicos de Portugal (AJOMED)

# O Conselho Nacional de Juventude e os Jovens

## Leonor Quelhas Pinto

Vogal da Direção do Conselho Nacional de Juventude

Em Portugal, a juventude representa uma força motriz fundamental para o desenvolvimento do país. Mais do que o futuro, os jovens são o presente, e detentores de um enorme potencial para moldar um amanhã mais saudável e equitativo para todos.



O Conselho Nacional de Juventude, enquanto plataforma representativa da juventude em Portugal, tem advogado

pela adoção de uma metodologia de trabalho assente na auscultação e co-construção de soluções, colocando os jovens no centro da reflexão e discussão.

O envolvimento dos jovens na configuração e implementação de políticas de saúde torna-se imperativo. Os jovens têm uma perspetiva única e inovadora sobre como solucionar os desafios atuais, muitos dos quais são problemas persistentes.

Promover a sua participação ativa não só aumenta a qualidade das soluções propostas, como também garante que estas são mais eficazes e verdadeiramente acessíveis e adaptadas à realidade das novas gerações.

O contexto atual é marcado pela elevada prevalência de Doenças Crónicas Não Transmissíveis que se configura como um desafio significativo, com graves implicações económicas e sociais. Os dados da OCDE indicam que, em média,

8,4% dos orçamentos em saúde são destinados ao tratamento dessas doenças, o que impacta negativamente a saúde dos indivíduos, a produtividade e a economia do país.

Não obstante, é ainda crucial reconhecer o impacto dos determinantes socioeconómicos, ambientais e familiares na prevalência destas doenças. A vulnerabilidade social e a falta de Literacia em Saúde agravam as iniquidades existentes, sublinhando a necessidade de uma abordagem integrada e multidisciplinar, que envolva profissionais de diversas áreas — desde nutricionistas, enfermeiros, médicos, psicólogos, farmacêuticos, médicos dentistas, médicos veterinários e demais profissionais. Só assim, é possível assegurar cuidados de saúde de alta qualidade, segurança e que correspondam às expectativas dos utentes.

A criação de ecossistemas promotores de saúde é essencial para a sustentabilidade dos sistemas de saúde e para a competitividade económica do país, através da criação de políticas públicas verdadeiramente transversais e multissetoriais, enquadradas no conceito de "Saúde em Todas as Políticas".

**“Face ao exposto, é inegável que a participação jovem deve ser incentivada de forma contínua e significativa. Os jovens têm demonstrado um grande sentido de responsabilidade e capacidade transformadora, apresentando soluções concretas e baseadas em evidência para os desafios da Saúde Pública.”**

A participação jovem deve ser o reflexo da sua vontade em serem os líderes e motores da mudança, apresentando posições irreverentes, mas igualmente conscientes e sustentadas. É evidente a necessidade de empoderar e de dar voz aos jovens na construção de um país focado na saúde e no bem-estar.

Através da participação ativa, do diálogo aberto e da colaboração genuína, podemos assegurar que as necessidades e preocupações dos jovens sejam ouvidas e consideradas na formulação e implementação de políticas públicas

eficazes. Desta forma, não apenas incentivamos a liderança juvenil, como também promovemos um futuro centrado na saúde e bem-estar, advogando que seja sustentável para todos.

**Leonor Quelhas Pinto**

Vogal da Direção do Conselho Nacional de Juventude

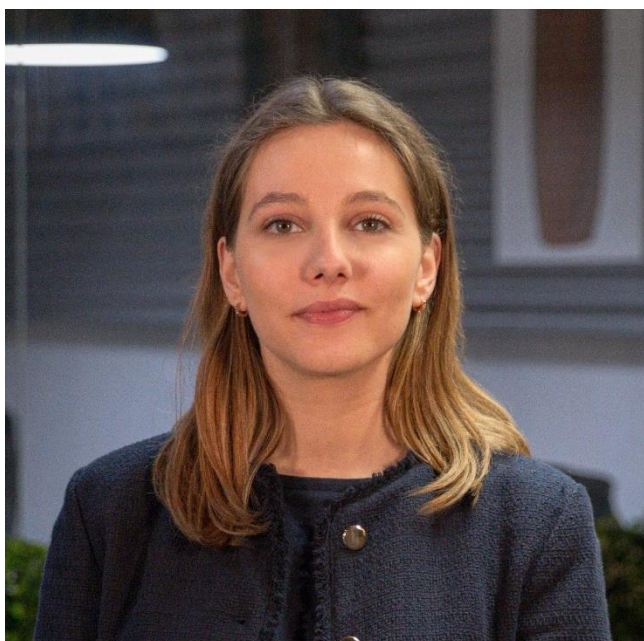
# A Comunicação em saúde: em todas as áreas e em todas as políticas

## Vânia Lima

Direção Geral da Onya Health

Diretora Comunicação da SPLS

Cumprimento todos os presentes e agradeço à Professora Doutora Cristina Vaz de



Almeida pelo convite e pela promoção da 2ª Edição das Opções dos Jovens para a Saúde, numa semana tão significativa como é esta semana de eleições.

**Se Literacia em Saúde salva-vidas, a comunicação em saúde mantém-nos saudáveis.**

Todos sabemos o que faz um médico, um veterinário, um farmacêutico, um enfermeiro, um nutricionista, um psicólogo ou um fisioterapeuta.

**Mas, o que faz um profissional de comunicação em saúde?** O facto de não existir um nome único para a profissão — como, por exemplo, médico e não profissional de medicina — já é revelador.

Parece-me, então, que a comunicação tem, ela própria, um problema de comunicação. Isto acontece porque quando a comunicação em saúde é bem feita,

é invisível, já que tudo corre bem. Mas, quando ela falha, a necessidade de comunicação em saúde é gritante.

**A comunicação em saúde é uma ponte** que liga os conhecimentos que os profissionais de saúde têm e que querem que o utente saiba — e a literacia em saúde, ou seja, o que o utente de facto sabe, é possível de saber e é capaz de usar para tomar as suas decisões em saúde.

E é uma **ponte com dois sentidos**, como deve ser toda a boa comunicação. Não funciona só como uma ferramenta de profissionais de saúde para utentes, mas também de utentes para profissionais de saúde.

**“A comunicação em saúde é a ferramenta que torna todos os profissionais que trabalham na saúde, em verdadeiros profissionais de saúde, porque é o que lhes permite olhar individualmente para cada pessoa e que não excluir ninguém. Porque, na comunicação, depois de sabermos o que queremos comunicar, o segundo passo é sabermos para quem queremos comunicar.”**

A comunicação em saúde pode ser **interpessoal** – como é o caso, por exemplo, da comunicação de um profissional de saúde com um doente — **organizacional ou mediática**.

No que à **comunicação interpessoal** diz respeito, na Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde fazemos algumas considerações:

- A revisão curricular dos cursos superiores de saúde, tornando a comunicação em saúde obrigatória em todos os anos de formação, com o desenvolvimento da empatia, da escuta ativa e do uso da linguagem clara e acessível. A comunicação

interpessoal impacta diretamente a adesão terapêutica, a compreensão das instruções médicas e o bem-estar geral do utente.

- Para além disto, é urgente olharmos para a tecnologia de comunicação usada pelo nosso serviço nacional de saúde e avançarmos com a transição digital de que falamos há tantos anos e que, quando efetivamente for implementada, já estará novamente obsoleta. Precisamos de uma estratégia omnicanal, isto é, que integra todos os canais de comunicação, para que a comunicação em saúde seja eficaz.

Passando agora à **comunicação organizacional em saúde**, que se refere a todas as dinâmicas de interação que acontecem no ambiente interno e externo das organizações de saúde, destacamos:

- A importância de reforçar os **departamentos de comunicação das novas Unidades Locais de Saúde**, com suficiente número de profissionais com diferentes competências técnicas dedicados à comunicação interna e externa, garantindo a sua formação e atualização, assim como os meios tecnológicos necessários para o desenvolvimento das suas funções.

Existirem departamentos de comunicação que servem uma Unidade Local de Saúde inteira com um ou dois profissionais de comunicação que se desdobram em comunicação interna, campanhas de saúde para a população, relação com os meios de comunicação social, criação de materiais de comunicação é como termos um médico que tem de atender todas as especialidades. Não funciona.

- Garantido este reforço das equipas de comunicação nas ULS, propomos a implementação de sistemas de avaliação de campanhas de comunicação em saúde, de forma a medirmos os seus resultados e a melhorarmos a eficácia;

- E ainda, a implementação em todas as ULS de gabinetes de gestão de crises e comunicação de risco, com profissionais multidisciplinares capazes de identificar e responder situações de comunicação críticas nas organizações de saúde.

Por fim, falo-vos da **comunicação mediática**, aquela que é feita em diversos meios de comunicação, desde os mais tradicionais como a imprensa, a televisão e a rádio, aos digitais como o online e as redes sociais.

- Começemos pelos meios que andam cá há mais tempo e que, mesmo assim, a sua importância para comunicação em saúde ainda não está explorada.

**Falo dos órgãos de comunicação social**, destacando a importância da formação de jornalistas em Literacia em Saúde, dando-lhes as ferramentas necessárias para serem também eles promotores de saúde.

Num contexto especialmente difícil como o que o jornalismo e os jornalistas têm enfrentado em Portugal, permitirmos o acesso ao conhecimento em saúde de forma simplificada, clara e transparente aos jornalistas contribuirá para uma melhor comunicação em saúde e, conseqüentemente, o aumento dos níveis de literacia em saúde em Portugal;

- Nos novos meios de comunicação, temos as redes sociais que, atualmente, e cada vez mais, são uma fonte significativa de informação, mas também um terreno fértil para desinformação.

**Não podemos ignorar o papel que a inteligência artificial terá no aumento exponencial da criação de conteúdo**, nomeadamente de conteúdo de saúde. Este aumento pode ser muito positivo para a comunicação em saúde, mas também pode representar uma fonte incontrolável de disseminação de informações de saúde falsas, cada vez mais difíceis de detetar.



Por isso, é necessário um novo olhar para o papel da Entidade Reguladora da Comunicação Social, considerando o alargamento da sua atuação a pessoas ou organizações de elevada notoriedade pública ou com considerável presença e audiências nas redes sociais que possam contribuir para a desinformação em saúde da população.

**Podemos dizer que a saúde tem prioridades mais urgentes do que a comunicação.** Mas não será a falta de uma boa comunicação em saúde que sobrecarrega as urgências? Ou que faz as pessoas desistirem de tomar um antibiótico antes do tempo? Ou até, que faz com as principais causas de morte em Portugal sejam doenças relacionadas com os comportamentos e estilos de vida?

Em semana de eleições (a 10 março 2024), o nosso desejo é que se olhe para a comunicação em saúde como ferramenta para o aumento da literacia em saúde em Portugal, sendo, por isso, um investimento fundamental para a melhoria da qualidade de vida da nossa sociedade.

**Por isso, lembrem-se: “a Literacia em Saúde salva-vidas, a comunicação em saúde mantém-nos saudáveis”**

**Vânia Lima**

Direção Geral da Onya Health

Diretora Comunicação da SPLS

# Federação Nacional de Associações de Estudantes de Enfermagem

## Hugo Cunha

Presidente da FNAEE

O meu nome é Hugo Cunha, sou Presidente da Direção da Federação Nacional de Associações de Estudantes de Enfermagem, estrutura que representa os estudantes de enfermagem em Portugal.



Representamos cerca de 10 000 estudantes e temos como objetivos defender e promover os direitos e deveres dos estudantes de enfermagem, assim como desenvolver nos enquanto futuros profissionais de saúde.

Ao longo destes últimos meses, temos apelado ao sentido dos estudantes para fazerem um voto consciente e informado no dia 10 de Março de 2024. Do mesmo modo, também apelamos aos partidos políticos que olhem para as mudanças que necessitam acontecer, seja para os estudantes de ensino superior, seja especificamente para os estudantes da licenciatura em enfermagem.

**“Estamos a falar da problemática da habitação, que cresce num ritmo galopante, seja falta de apoios sociais para permitir que qualquer jovem Portugal possa concluir os seus estudos no ensino superior com sucesso e até mesmo a falta de recursos para apoio relativamente à saúde física e mental dos nossos estudantes.”**

Para os estudantes de enfermagem específico, não podemos deixar de fazer uma chamada de atenção em especial. Neste momento, o curso de licenciatura de enfermagem é composto por uma componente clínica que equivale praticamente a metade da duração de toda a licenciatura, por fazendo quase 2 anos. Neste cenário, os estudantes devem realizar os seus ensinamentos clínicos, sejam em âmbitos hospitalares ou nos cuidados de saúde primários, tendo uma duração de 3 semanas a 5 meses, dependendo do ensino clínico. Face a este cenário estudante depende muito das vagas existentes nestas instituições, e a verdade é que são poucas.

Neste momento, temos estudantes a percorrerem centenas de quilómetros diariamente para poderem concluir com sucesso estes ensinamentos clínicos, seja por transporte próprio, seja por transporte Público, e muitos destes estudantes são enfrentados com a necessidade de alugar uma segunda residência para completar estes estágios, criando uma situação de estudantes duplamente deslocados. Isto leva a uma sobrecarga financeira que está completamente dependente estudante.

Se para os estudantes que recebem bolsa de estudos por parte dos serviços de ação social, esta revela-se muito insuficiente para fazer face a todos estes custos, então estudante que não qualifica tem que depender por si próprio para poder financiar os seus estudos. Tudo isto leva a que o estudante não consiga completar os ensinamentos clínicos, aumentando assim o atraso na conclusão de licenciatura, ou até mesmo elevadas taxas de abandono ensino superior. Ou então o estudante ainda optar por passar dificuldades diárias e enfrentarem possível para poder concluir.

**Propomos aos partidos políticos que revejam os apoios atribuídos desde os valores indexantes até aos requisitos de qualificação, e apelar à criação de**

**apoios para suportar os custos que os estudantes enfrentam para poder concluir com sucesso os seus estudos.**

Após a conclusão da licenciatura, e mesmo durante esta, todos os estudantes são confrontados com a realidade do Serviço Nacional de Saúde em contexto de ensino clínico.

Os estudantes sabem as dificuldades que os enfermeiros enfrentam e cientes que estão próximos desta realidade optam por emigrar assim que concluem o curso. Em 2023 a Ordem dos Enfermeiros registou 1689 pedidos de declaração para imigração. Este valor equivale a 60% do número de estudantes que se inscreveu nesse mesmo ano. A insegurança salarial e a falta de progressão na carreira são condições que os estudantes observam e optam por encontrar melhores condições lá fora.

Portugal tem um dos melhores programas de licenciatura em Enfermagem do mundo, sendo que cada ano profissionais de excelência e muito capacitados são uma mais-valia no mercado Internacional, mas não no mercado nacional. Está na hora de mudar esta realidade e permitir que os jovens enfermeiros optem pelo seu país quando for a hora de decidir onde irão trabalhar.

Para que isto aconteça, precisamos de ser ouvidos ou escutados de forma a encontrarmos um rumo comum e benéfico para todos e queremos acreditar que os partidos políticos eleitos em 10 de Março farão cumprir a sua palavra. Obrigado pela vossa atenção.

**Hugo Cunha**

Presidente da FNAE

# Associação Nacional de Estudantes de Nutrição [ANEN]

## Maria Velosa

Presidente da Direção ANEN

Os jovens não apenas identificam os desafios que enfrentamos como estão também empenhados em contribuir para a sua resolução, sendo uma demonstração clara da capacidade e determinação da nossa geração em moldar um futuro mais saudável e sustentável.

No final do ano de 2023, a ANEN lançou a sua visão política, na qual partilhou a perspetiva dos Estudantes de Nutrição em

diversas temáticas da saúde, com particular ênfase na área da nutrição e alimentação.

Nesta intervenção, irei destacar alguns pontos que considero relevantes para este importante encontro que tem como objetivo a partilha da perspetiva dos jovens sobre os passos a serem tomados no âmbito da Saúde.

Atualmente, assistimos à emigração de colegas altamente qualificados em busca não só de melhores condições, mas também da oportunidade de um emprego.

Segundo dados do Eurostat, em janeiro de 2024, 91 mil jovens com menos de 25 anos encontravam-se em situação de desemprego. Neste sentido, urge a



necessidade de criar condições para fixar o talento, permitindo ao país usufruir do investimento realizado na formação destes jovens.

Na qualidade de representante dos Estudantes de Nutrição, não posso deixar de remeter para esta área em que o rácio profissional/habitante é substancialmente inferior ao preconizado.

**“A preocupante escassez de nutricionistas reflete um défice no reconhecimento da importância do estado nutricional da população para a prevenção da doença e a sustentabilidade do Sistema de Saúde. Por outro lado, representa uma oportunidade para a sua integração nos diversos setores.”**

Apesar das oportunidades identificadas, com a recente entrada em vigor das alterações estatutárias às Associações Públicas Profissionais que preveem a obrigatoriedade da remuneração do estágio profissionalizante, surge o receio de se estar a colocar mais um obstáculo ao acesso à profissão.

Reconhecendo a importância desta medida para a emancipação dos nutricionistas em início de carreira, coloca-se a necessidade de reforçar os mecanismos de apoio à integração dos jovens no mercado de trabalho, de forma a evitar a retenção de recém-licenciados.

**Para este efeito, a ANEN projetou a criação de um Programa de Internato em Nutrição que facilmente poderá ser adaptado e transposto para as restantes áreas da saúde. Acreditamos que esta proposta representa diversos benefícios.**

Por um lado, a garantia da disponibilidade de profissionais qualificados no futuro e a constante melhoria dos cuidados de saúde prestados aos utentes e por outro, uma oportunidade para a atração e retenção dos jovens.

Ambicionamos, com a nova legislatura, a oportunidade de discutir a possibilidade da implementação desta proposta que certamente reforçará os ganhos em saúde, contribuindo para a sustentabilidade do Serviço Nacional de Saúde.

Sendo o futuro do Sistema de Saúde, uma prioridade para todos os profissionais e cidadãos, vemos como essencial a capacitação da população para a adoção consciente de estilos de vida promotores da sua saúde que contribuam para níveis superiores de bem-estar e longevidade.

O panorama atual é marcado pela manutenção das Doenças Crónicas Não Transmissíveis como a principal causa de morte em Portugal e no mundo. Estas refletem um dos principais desafios da Saúde Pública, representando elevados custos para a saúde e uma redução da qualidade de vida para aqueles que vivem e convivem com estas condições. Assistimos também à progressiva degradação do bem-estar nos últimos anos de vida, numa população que se apresenta cada vez mais envelhecida.

Neste sentido, a literacia alimentar e o contexto socioeconómico surgem como poderosos preditores da qualidade dos estilos de vida e padrões alimentares adotados, existindo clara evidência da sua relação com a prevalência de Doenças Crónicas Não Transmissíveis e a preservação da qualidade de vida em idades avançadas.

Assim, torna-se fundamental reforçar as políticas e estratégias nacionais direcionadas para a promoção da educação alimentar bem como da modificação

dos ambientes alimentares em contexto escolar e para a população em geral, medidas evidenciadas no Programa

Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, da Direção-Geral da Saúde.

Importa também o reforço da possibilidade de uma intervenção precoce e estruturada, priorizando a promoção da saúde em detrimento da intervenção tardia, em situações de doença já instalada. Neste contexto, destaca-se a importância da integração dos diferentes níveis de cuidados, sendo os Cuidados de Saúde Primários um elemento essencial à triagem e referência para os Cuidados de Saúde Hospitalares, utilizando-os apenas quando necessário. Esta abordagem surge como um passo fundamental para a garantia do adequado acompanhamento dos utentes, assegurando o acesso oportuno e eficaz aos serviços especializados.

A multidisciplinaridade é uma pedra angular deste modelo integrado. A coordenação entre os diferentes profissionais que constituem o Sistema permite uma visão global e integrada, possibilitando não só uma melhor compreensão das necessidades dos utentes como também a elevação da qualidade e eficiência dos cuidados prestados.

Não obstante, a colaboração entre profissionais de diferentes áreas e níveis de atuação carece de uma definição clara e objetiva das suas competências.

Neste aspeto, destacamos como prioridade a revisão do Ato do Nutricionista, tendo por base uma reflexão alargada das suas competências que muito vão além das “atividades de avaliação, diagnóstico, prescrição, intervenção e monitorização alimentar e nutricional”.



A sustentabilidade do SNS assenta na redução do número de pessoas em necessidade de cuidados. Por isso, é essencial que as políticas e decisões públicas concretizadas em todos os setores e em diferentes níveis de governança tenham por base o conceito de “Saúde em todas as Políticas”. A construção de ecossistemas promotores de saúde, de espaços facilitadores de escolhas saudáveis e o aumento da literacia em saúde da população portuguesa representam a nossa opção para a saúde.

Sendo os jovens a razão pela qual aqui nos reunimos hoje, termino reforçando a importância do nosso contributo. Acima da aspiração de fazer ouvir as nossas causas e propostas, está a esperança de, um dia, virmos a integrar estas estruturas que recorrentemente analisamos e discutimos. Esperamos assim que as discussões para o futuro da saúde passem, indiscutivelmente, pela incorporação dos jovens, garantindo a não só a sustentabilidade do setor mas também do próprio país.

**Maria Velosa**

Presidente da Direção ANEN

# Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia [APEF]

## Rita Fonseca e Bernardo Pedroso

Presidente e Vice-Presidente

Ao longo dos últimos anos, o panorama da Saúde tem se encontrado em



exponencial desenvolvimento, enfrentando obstáculos e dificuldades que influenciarão profundamente a trajetória do Setor Farmacêutico para os anos vindouros.

A Associação Portuguesa de Estudantes de Farmácia, manifesta a preocupação dos estudantes do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas sobre as questões que afetam a Profissão, tendo identificado áreas prioritárias de intervenção, das quais: Valorização Profissional, Promoção da Saúde e

Prevenção da Doença, Cuidados de Proximidade, Investigação Clínica, Saúde Pública e Ensino Superior.

Atualmente o Serviço Nacional de Saúde, enfrenta a realidade da falta de profissionais de saúde, proporcionada pelas condições precárias que não representam incentivos a que os profissionais de saúde qualificados permaneçam no país. Em Portugal, o ponto de partida é uma fase em que as contratações

efetuadas têm visado a recuperação da capacidade assistencial e não a um esforço efetivo dessa capacidade.

A procura de cuidados de saúde continuará a crescer, bem como a sofisticação técnico-científica e tecnológica da prestação de cuidados, facto que continuará a exercer pressão sobre a procura e, conseqüentemente, sobre as respetivas qualificações necessárias.

**“Neste sentido, no que se refere aos Farmacêuticos no Serviço Nacional de Saúde, é notória a necessidade de reforço de efetivos e respetiva capacitação contínua promotora da qualificação e diferenciação profissional, de revisão da tabela remuneratória, que permanece sem atualização efetiva desde 1999, bem como a garantia da efetiva progressão de carreira, com promoção da especialidade farmacêutica nas carreiras públicas e reforço contínuo da Residência Farmacêutica.”**

A Saúde precisa de investir em novos modelos de organização do trabalho em contexto multidisciplinar, para os quais o desenvolvimento tecnológico e digital é fundamental, e na melhoria da capacitação dos seus recursos farmacêuticos.

A integração regulada dos sistemas informáticos dos cuidados de saúde primários e hospitalares com os das farmácias comunitárias e laboratórios clínicos, promovem uma articulação eficaz entre os profissionais de saúde, visando a melhoria do cuidado assistencial e o aumento de eficiência em situações particulares, como a escassez de medicamentos, a antecipação de situações clínicas agudas e a redução da duplicação de requisições de análises clínicas e meios complementares de diagnóstico e terapêutica.

De forma homologa ao que atualmente é observado em países europeus, uma estratégia concertada entre farmácias comunitárias e laboratórios clínicos, com vista à implementação de programas a nível nacional de rastreios regulares, como rastreios do cancro da mama e rastreios do cancro colorretal, potenciam a identificação precoce de condições de saúde potencialmente problemáticas, com especial atenção para as doenças crónicas de maior prevalência.

Os novos serviços em processo de implementação, a renovação da terapêutica em pessoas com doença crónica e a dispensa, mediante protocolo, de medicamentos para patologias agudas simples, constituem uma mais valia, tanto para o Estado como para a Comunidade, devendo ser promovida e continuada a advocacia pela intercolaboração entre o Serviço Nacional de Saúde e a classe Farmacêutica.

Com isto deve garantir-se a otimização dos cuidados de saúde, o acesso aos serviços e a implementação de estratégias que visem a sua efetividade, como é o caso do acesso aos registos clínicos do doente, promovendo um melhor acompanhamento do estado de saúde do doente.

Por forma a assegurar a sustentabilidade dos novos serviços é crucial a promoção da contratualização de serviços da Farmácia comunitária e dos Laboratórios de Análises Clínicas com o SNS. No que concerne à potenciação económica, a Investigação Clínica é uma fonte de atração e retenção de investimento, contribuindo indiscutivelmente para a sustentabilidade do sistema de Saúde.

**“Os hospitais do SNS devem, portanto, afirmar-se como centros de referência de Ensaio Clínicos e para tal, a promoção da colaboração entre Profissionais do Setor e a Academia, permitem uma articulação entre a atividade clínica e a investigação científica.”**

Esta colaboração facilita a redução de horário para a dedicação a projetos de investigação. Como profissionais de saúde, englobamos a nobre missão de proteger a saúde da comunidade e, em anos recentes, a Saúde Pública tem ganho notoriedade pelo seu impacto na melhoria global da saúde dos cidadãos.

Creemos que a inclusão do Farmacêutico nos serviços de Saúde Pública é determinante, quer pelo potencial contributo na farmacoepidemiologia, decorrente da competência do farmacêutico hospitalar na matéria, quer pela relevância do medicamento em emergências, quer ainda pelo papel que os farmacêuticos desempenham na informatização do circuito do medicamento, que se constitui instrumental tendo em vista gerar dados fiáveis e robustos sobre os problemas de saúde que levam ao seu uso.

Por fim, e querendo assegurar a sustentabilidade e o avanço contínuo do Setor Farmacêutico, é crucial que os estudantes, desde o ingresso no Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas, se envolvam de forma cada vez mais próxima com a realidade profissional e todas as suas ramificações.

Isto implica uma participação ativa no contexto político-profissional do Setor, incluindo a aposta na formação diferenciada do estudante e promovendo a experiência associativa, bem como a inclusão dos discentes na composição dos órgãos deliberativos das Instituições de Ensino Superior promovendo o ajuste de expectativas entre a Academia e os futuros jovens farmacêuticos.

É imperativo que as condições oferecidas pelo MICEF sejam propícias ao desenvolvimento progressivo do currículo profissional dos estudantes, ao longo do curso, reforçando competências já existentes e permitindo a aquisição de novas qualificações, proporcionando oportunidades equitativas para todos.

**Rita Fonseca e Bernardo Pedroso**

Presidente e Vice-Presidente

# Associação Nacional de Estudantes de Medicina [ANEM]

## Rita Ribeiro

Presidente ANEM

Encontrando-nos num painel de jovens e presentes e futuros profissionais de saúde, gosto de pensar em nós enquanto **pontos numa grande cronologia** - agora estudantes, agora jovens e, brevemente, profissionais, prestadores de cuidados de saúde à população e com uma profissão caracterizada por um papel social de maior.

**Enquanto dirigentes associativos assumimos também um papel preponderante na participação**

**cívica desta nossa geração e**, sendo-o tão proximamente, compete-me a mim (e a nós) - nestas que são as opções dos jovens para a saúde delinear também o papel importantíssimo que o Ensino Superior e, portanto, a Educação, têm na construção de uma sociedade mais letrada e, conseqüentemente, com um maior potencial de desenvolvimento - não estando nós num evento organizado pela Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde.



**A Associação Nacional de Estudantes de Medicina elaborou um conjunto de propostas apresentadas aos Partidos Políticos com Assento Parlamentar no âmbito das eleições legislativas de 2024 acerca de inúmeros tópicos, nomeadamente:**

- **Ensino Superior e Planeamento de Recursos Humanos em Medicina**
- **Estatuto do Estudante de Saúde**
- **Prova Nacional de Acesso à Formação Especializada**
- **Sustentabilidade no Ensino Superior**
- **Saúde Mental no Ensino Superior**
- **Sociedade - abordando tópicos acerca da Educação Sexual na Escolaridade Obrigatória, Pessoas com Deficiência, Relação das Pessoas Migrantes com os Serviços de Saúde e Comunidade LBQTIA+**

De forma mais dirigida, devo, em primeiro lugar, focar aquilo que são algumas das propostas dirigidas para o ensino superior e para o planeamento de recursos humanos em saúde.

O Ensino Superior constitui-se como um motor de elevação social e preparação dos futuros profissionais e cidadãos mais conhecedores de um determinado domínio do saber.

Este tem sofrido, de forma transversal e progressiva nos últimos anos, um subfinanciamento, tendo sido aprovado, em Orçamento de Estado 2024, um reforço deste, assim como a reformulação da fórmula e passo o pleonismo de aplicação do mesmo, ponderando o contexto específico de cada tipo de formação que constitui um primeiro passo, embora não suficiente para suprir as necessidades.



A formação em saúde é dotada de particularidades específicas, requerendo, por natureza, materiais e profissionais altamente especializados, assim como a aquisição de competências científicas, mas também técnicas e humanísticas que obrigam à obtenção e disponibilização de materiais próprios em instalações adequadas.

Simultaneamente decorre um processo de digitalização e inovação pedagógica, com inclusão de novas metodologias, que pede um corpo docente mais valorizado e mais qualificado em termos pedagógicos e docimológicos. Processo necessário para a garantia da qualidade da formação da futura geração de profissionais de Saúde. E isto não será garantido nem gradualmente implementado sem o aumento do financiamento do Ensino Superior.

**Posto isto propomos,**

- Adequar as políticas de financiamento público das Instituições de Ensino Superior de forma concordante com o número de estudantes das mesmas;
- Investir em modelos de carreira competitivas e que permitam a fixação de profissionais;
- Garantir as condições para a certificação pedagógica contínua do seu corpo docente, valorizando-a financeiramente.

**E se pedimos conhecimento pedimos evidência.**

E quando olhamos para as nossas opções sei que optamos, sistematicamente, enquanto juventude, por políticas de conhecimento - porque nos permitem construir uma visão de futuro pautada pela construção (e não o mero pensamento) de uma realidade que substancie os nossos objetivos.



As estratégias políticas, sobretudo em matéria de saúde - que tem tanto de complexo como de fundamental -, dependem de uma força de trabalho enorme e altamente especializada. E isto obriga ao seu correto planeamento. E para isso, adivinhe-se, precisamos de dados.

Volvida quase uma década desde que a lei prevê a execução de um Inventário Nacional de Profissionais de Saúde (a Lei n.º 104/2015, de 24 de agosto,); volvido quase um ano desde o anúncio do grupo de trabalho para avaliação das necessidades formativas em Medicina (Despacho nº 4839/2023); mantemos a espera. E a Associação Nacional de Estudantes de Medicina reitera aqui, publicamente, o compromisso com todos os atores políticos e decisórios, de averiguar, analisar e planear com estes dados.

Apesar da ausência de dados para algumas vertentes, identificamos os dados para outras igualmente importantes. Porque sabemos que formar melhor é também garantir que o número de estudantes é concordante com o número de docentes e que, portanto, o rácio estudante: tutor é adequado para que o denominador comum da aprendizagem clínica e da prestação de cuidados de saúde - o doente - veja os seus direitos éticos cumpridos - e, nós, os nossos deveres éticos cumpridos na sua plenitude. Importa, portanto, garantir modelos de não aumento do *numerus clausulus*, garantindo a capacidade formativa (de qualidade) em toda a linha.

Nos últimos anos, a Associação Nacional de Estudantes de Medicina, inserida no Fórum Nacional de Estudantes de Saúde, tem advogado pela criação de um Estatuto do Estudante de Saúde que pretende consolidar um conjunto de direitos e deveres associados à frequência destes cursos devido às particularidades do ensino clínico, legislando-o e oficializando-o.

- Por isso, pretende-se a efetivação do mesmo, reconhecendo publicamente este ensino, e promovendo a equiparação de direitos e deveres entre

estudantes de saúde e profissionais de saúde, sempre que pertinente, no que diz respeito a:

- **Acesso a equipamentos de proteção individual;**
- **Acesso antecipado de boas-práticas e normas de segurança de diferentes serviços;**
- **Acesso a vacinação contra doenças sazonais (ou outras sob recomendação da Direção-Geral da Saúde) cuja exposição assim justifique;**
- **Acesso a exames de rastreio e profilaxia pós-exposição, caso se justifique, no caso de acidentes que envolvam objetos cortopercutantes, sangue ou outros fluídos de doentes, estudantes, estagiários ou profissionais de saúde;**
- **Acesso a outros mecanismos de proteção quando a circunstância assim o justifique de forma equiparada a profissionais de saúde (i.e. vacinação COVID-19);**
- **Acesso próprio do processo clínico dos doentes, dentro das normas de acesso seguidas pelos profissionais de saúde e definidas superiormente, enquanto forma de regularização do procedimento e do cumprimento dos princípios éticos do sigilo e confidencialidade;**
- **E eventualmente integração de aspetos relativos ao custo adicional, acima mencionados neste mesmo estatuto**

Olhamos também para a sociedade, e pedimos maior inclusão e maior informação - dos profissionais de saúde, da comunidade docente, não docente e família - para a elaboração de políticas nacionais que permitam a potenciação da acessibilidade.

Reduzir barreiras no acesso aos cuidados de saúde, reduzir barreiras no acesso à escolaridade (identificando necessidades formativas e criando ambientes de

crescimento adequado) são assuntos prioritários. Destacamos, enquanto populações (altamente diversas entre si):

- **As pessoas com deficiência**
- **As pessoas migrantes**
- **As pessoas LGBTQIA +**

Por fim, deixar um resumo das nossas opções - a necessidade de evidência, a necessidade de equidade, a necessidade de valorização e a necessidade de inclusão.

O novo ciclo legislativo acompanha (ou vice-versa) a nova década da Associação Nacional de Estudantes de Medicina e olhar para o futuro é optar pelos caminhos corretos e em mudança estratégica, avaliada a todos os passos, mas que não se perde na inércia.

**Rita Ribeiro**

Presidente ANEM

# A Evolução Necessária!

## Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia

**António Martins e Beatriz Silva,**

Vice-Presidente e Presidente ANJF

Num momento em que o futuro da saúde em Portugal está sob constante reflexão,



a Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia (ANJF) orgulha-se em fazer parte do evento “Opções dos Jovens para a Saúde” promovido pela Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde (SPLS) em parceria com o Conselho Nacional da Juventude (CNJ).

A Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia (ANJF), acredita na indispensabilidade de integrar a visão e a energia dos jovens fisioterapeutas na moldagem desse futuro.

A fisioterapia, com o seu profundo impacto na recuperação, na prevenção e na melhoria da qualidade de vida, faz parte da transformação que vislumbramos para o sistema de saúde português.

**O envelhecimento populacional e o aumento das doenças crónicas em Portugal exigem uma resposta proativa e adaptativa do sistema de saúde.**

A fisioterapia emerge como um pilar fundamental nesta resposta, promovendo a

autonomia e a funcionalidade dos indivíduos, reduzindo a necessidade de intervenções médicas mais invasivas e, por conseguinte, os custos associados ao tratamento de longo prazo.

A integração efetiva da fisioterapia nos cuidados primários e continuados não só alinha com as metas de sustentabilidade do Sistema Nacional de Saúde (SNS) mas também representa um investimento na promoção da saúde e bem-estar da população.

Um pilar central na nossa visão para o futuro é a inovação, acompanhada pelo acesso direto à fisioterapia. Permitir que os pacientes tenham acesso aos cuidados de fisioterapia sem necessariamente passar por outros profissionais de saúde, pois diagnóstico em fisioterapia é um diagnóstico funcional realizado através de uma avaliação completa do utente e pelo profissional devidamente preparado para tal.

O acesso direto pode diminuir os tempos de espera, otimizar os recursos do sistema de saúde e agilizar o processo de recuperação do utente. Ao nosso ver, esta abordagem centrada no paciente promove uma gestão de saúde mais eficiente e responsiva.

A inclusão de fisioterapia nos cuidados primários e nos rastreios da comunidade é, também, fundamental para prevenir o agravamento de algumas condições, promovendo uma comunidade mais saudável e reduzindo a carga no sistema de saúde a longo prazo.

**Defendemos ainda uma presença mais significativa do fisioterapeuta em cada Unidade de Cuidados Intensivos (UCI). As ‘guidelines’ nacionais e europeias mencionam que cada UCI deveria contar com um fisioterapeuta intensivista por cada cinco camas, disponível sete dias por semana.**

Esta recomendação não é atualmente seguida na realidade portuguesa, onde ainda uma em cada duas UCI’s portuguesas não tem acesso a fisioterapia nos fins-de-semana e feriados. Esta proporção permitiria uma resposta rápida e eficaz às necessidades críticas dos pacientes internados, melhorando os resultados clínicos e contribuindo para a redução do tempo de internamento e, consequentemente, reduzindo os custos associados.

Para todas estas adaptações, sublinhamos a importância crucial da formação contínua e do desenvolvimento profissional. À medida que a fisioterapia avança, também deve avançar a educação dos fisioterapeutas, garantindo que as práticas baseadas em evidências sejam a norma e não a exceção. Apenas desta forma poderemos garantir que o serviço prestado pelos fisioterapeutas portugueses terá o seu devido impacto.

A saúde é um ecossistema complexo que beneficia da interação entre diferentes profissionais. A fisioterapia é uma peça importante neste puzzle, e encontra-se pronta para assumir um papel central na promoção de um sistema de saúde mais acessível, eficaz e sustentável.

A ANJF está comprometida em trabalhar com todos os interessados para construir um sistema de saúde mais inclusivo e eficiente em Portugal. Juntos, podemos enfrentar os desafios do presente e do futuro, garantindo que o sistema de saúde português continue a ser um motivo de orgulho para todos nós.

Este é um chamado à ação, à inovação e à colaboração. É um convite para construir, juntos, o futuro da saúde em Portugal.

**António Martins e Beatriz Silva,**

Vice-Presidente e Presidente ANJF

## **Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos [APJF]**

### **Tiago Guilherme Rodrigues e Lucas Chambel**

Vice-Presidente e Presidente da APJF



A **Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos (APJF)** é uma estrutura sem fins lucrativos, criada em 1989, que tem a missão de representar e defender os interesses dos jovens farmacêuticos e diplomados em ciências farmacêuticas.

A profissão farmacêutica conta com mais de cinco mil farmacêuticos portugueses com uma idade inferior a 35 anos, o que representa aproximadamente um terço de toda a profissão. Este contexto dá grande relevância à missão e atuação da APJF, uma estrutura com cerca de 500 sócios, na saúde e na sociedade nos dias de hoje.

Vivemos numa era de grandes desafios.



Os rápidos avanços científicos e tecnológicos, o envelhecimento demográfico significativo, o impacto das doenças crónicas, tipicamente associadas aos comportamentos, como é a obesidade, na qualidade de vida, as alterações climáticas e o reaparecimento de doenças infecciosas emergentes, a generalização dos problemas de saúde mental e a desinformação são alguns dos principais desafios das próximas décadas. Também de entre estes, a escassez de profissionais de saúde destaca-se como um problema urgente e transversal aos países desenvolvidos.

**O cenário português é complexificado pela crescente procura de cuidados de saúde, pela degradação de infraestruturas e condições de trabalho, decorrente das políticas de contenção de investimento público, e pela marcada degradação salarial dos profissionais de saúde.**

Contribuem, ainda, uma distribuição heterogénea das classes profissionais de saúde entre o público e o privado, entre o interior e o litoral e entre as próprias especialidades.

Fenómeno que também impacta a profissão farmacêutica, na qual parece haver uma tendência de menor atratividade e afastamento das áreas assistenciais, isto é, nas áreas da profissão farmacêutica que prestam cuidados de saúde (ex. farmacêutico comunitário, farmacêutico hospitalar e farmacêutico analista clínico).

É urgente garantir o reforço da capacidade operacional do sistema de saúde. A prossecução deste desígnio exige a promoção da intercolaboração profissional e da multidisciplinaridade, através da revisão do quadro legal de atuação das profissões da saúde, baseado na partilha de competências e transferência de responsabilidades (*skill-share* e *task-shifting*).

A atuação multidisciplinar dos profissionais de saúde tem de ser sustentada por um ecossistema de partilha de dados e informação em saúde. Assim, os desenvolvimentos do Registo de Saúde Eletrónico Único são uma pedra basilar na construção deste novo paradigma.

**A recente conclusão das negociações em torno da proposta de Regulamento que cria o Espaço Europeu de Dados de Saúde, que se espera brevemente aprovado pelo Conselho e pelo Parlamento Europeu, dão alguma esperança de grandes avanços nesta área.**

**O Espaço Europeu de Dados em Saúde traduzir-se-á num maior acesso e utilização de dados de saúde para melhorar a prestação de cuidados de saúde, a investigação, a inovação e a elaboração de políticas públicas.**

Por outro lado, sublinha-se a necessidade de renovação do ensino das profissões da saúde. Desde logo, reconhecemos que na saúde os domínios científicos convergem num tronco comum. Pelo que o ensino multidisciplinar (isto é, a existência de oportunidades de aprendizagem conjunta) orientado para a prática clínica, cada vez mais partilhada, é altamente desejável e enriquecedora do perfil de atuação dos diferentes profissionais.

A concretização deste desígnio obriga à própria reorganização das escolas de saúde e implica a existência de condições para a inovação de práticas pedagógicas.

Por outro lado, importa ter presente que os rápidos avanços do conhecimento científico e técnico forçam a necessidade de modernização dos programas curriculares das diferentes profissões da saúde. Neste quadro, assinala-se as alterações em curso à Diretiva das Qualificações Profissionais, que reconhecem a

necessidade de introduzir novas disciplinas e áreas do saber no ensino dos profissionais de saúde.

Por último, no que respeita aos profissionais de saúde, é indispensável que atentemos às condições de trabalho. A dignidade laboral só é conseguida através de uma justa valorização salarial, do combate à necessidade do pluriemprego e da implementação de medidas que promovam a conciliação entre a vida pessoal, familiar e profissional.

É certo que ser profissional de saúde é sinónimo de viver abnegadamente em serviço ao próximo e à Saúde. Mas também é verdade que só quem cuida de si próprio pode almejar cuidar do outro. Enquanto sociedade, temos uma responsabilidade coletiva de assegurar as condições que garantam o bem-estar físico, psicológico, económico e social dos profissionais de saúde (para não dizer de todos...).

Num outro prisma, relevam as preocupações relacionadas com a acessibilidade e sustentabilidade do sistema de saúde. Foquemo-nos no segundo. É verdade que em Portugal, as despesas em saúde, *per capita* e em função do PIB, continuam muito abaixo da média europeia, o que parece indiciar um provável subfinanciamento crónico de saúde (honra seja feita às regras e mecanismos existentes que são promotores de eficiência, por exemplo, a nível da contratualização e financiamento).

Por outro lado, parece que estamos perante uma tendência inevitável de aumento da despesa em saúde até 2030 que não compagina com o necessário desenvolvimento económico do país e que, portanto, ameaça a sustentabilidade do sistema de saúde português.

Existem alguns fatores que contribuem para esta tendência, como é exemplo o crescente aumento da procura de cuidados de saúde (numa sociedade cada vez mais exigente com a sua própria saúde), o envelhecimento da população e o inevitável aumento da carga de doenças crónicas e a introdução da inovação científica e tecnológica.

Este último fator, ainda que contribua positivamente para a obtenção de ganhos da saúde, para a longevidade qualidade de vida das pessoas tem um custo associado que é necessário pagar. Neste âmbito, sublinhe-se que os medicamentos e produtos de saúde são um dos

principais componentes da despesa em saúde, no seu total e a nível dos estabelecimentos de prestação de cuidados de saúde, onde pesam 20 a 30% do seu orçamento.

Assim, as medidas que estimulem o uso racional e responsável de medicamentos, como é a promoção da utilização de genéricos e biossimilares, são fundamentais para desacelerar um aumento relativo de dois dígitos neste âmbito. Uma maior intervenção do farmacêutico para este fim é instrumental e obrigatória para a prossecução deste objetivo.

Não será possível responder aos problemas prioritários do sistema de saúde português e nem satisfazer as justas e compreensíveis aspirações e expectativas de todas as classes profissionais, e em particular dos mais jovens, sem políticas dirigidas ao desenvolvimento económico do país.

Sublinhe-se que num sistema em transformação, e num contexto em que as necessidades são virtualmente ilimitadas, será necessário fazer escolhas e estabelecer prioridades. Neste quadro, plataformas de diálogo e entendimento

entre as diferentes classes profissionais, das quais destaco a **Plataforma de Jovens Profissionais de Saúde**<sup>1</sup> e o **Fórum Nacional de Estudantes de Saúde**, demonstram bem que existe um denominador comum entre os representantes das diferentes profissões: somos capazes de identificar preocupações comuns e estabelecer pontos de convergência para ações conjuntas aos desafios de saúde, colocando o cidadão e a sociedade no centro das nossas preocupações.

Facto que evidencia a capacidade e pertinência dos jovens participarem ativamente na construção do presente e do futuro em Portugal.

Aliás, o envolvimento da sociedade civil na tomada de decisão em saúde, através da participação e do contributo das associações de pessoas com doença e dos profissionais na definição, implementação e avaliação de políticas de saúde é um eixo fundamental para a Saúde em Portugal nas próximas décadas.

---

<sup>1</sup>Nota do autor: A Plataforma de Jovens Profissionais de Saúde é constituída pela Associação dos Jovens Médicos, a Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos, a Comissão de Jovens Nutricionistas da Ordem dos Nutricionistas, o Conselho de Jovens Médicos Dentistas da Ordem dos Médicos Dentistas e o Gabinete Jovem da Ordem dos Médicos Veterinários. Em fevereiro de 2024, a Plataforma elaborou e publicou a “Visão Estratégica dos Jovens Profissionais de Saúde”, que identifica um conjunto de propostas em quatro principais áreas: carreiras e condições de trabalho, dignificação da atividade de saúde, recursos humanos em saúde e multidisciplinariedade, promoção da One Health e literacia em saúde.

# Associação Nacional de Estudantes de Psicologia [ANEP]

## Filipa Santos

Presidente da Direção



A Associação Nacional de Estudantes de Psicologia (ANEP) é uma federação de Associações/ Núcleos Associados de Estudantes de Ensino Superior, na área de ensino da Psicologia, representando, a nível nacional e internacional, os interesses dos seus associados.

Em primeiro lugar, gostaria de parabenizar a Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde pela organização deste evento e a sua preocupação em escutar os jovens e envolvê-los no processo de transformação. Em especial, gostaria de agradecer a oportunidade de os estudantes de psicologia, representados pela ANEP, fazerem parte desta mudança.

Enquanto associação consideramos que é através da aprendizagem, do diálogo, do debate e da reflexão conjunta que a mudança se constrói.

**A psicologia desempenha um papel crucial nos sistemas de saúde em todo o mundo, contribuindo para o bem-estar geral e para a qualidade de vida dos indivíduos na sociedade. São múltiplas as áreas e os contextos de atuação da ciência psicológica. Pode, por exemplo, atuar tanto ao nível da saúde física e da saúde mental da comunidade, como pode intervir ao nível da promoção de saúde e da prevenção e intervenção na doença.**

O sistema de saúde português engloba, como sabemos, o serviço nacional de saúde (SNS), o setor privado e o setor social. Não descurando o importante papel que a psicologia tem ao nível da saúde física e também no setor privado e social, a ANEP hoje, no tempo que tem disponível, gostaria de centrar esta intervenção na saúde mental da população portuguesa e no papel da psicologia no SNS e nas instituições de ensino superior (IES), pois, neste momento, o setor público é o principal meio de obtenção de cuidados de saúde, tendencialmente gratuitos, para toda a população.

Neste mesmo evento, o ano passado, o meu colega Sérgio Alves terminou o seu discurso referindo que acreditamos que o problema do acesso do cidadão a cuidados de saúde mental está profundamente relacionado com o problema de acesso à profissão de psicólogo.

Assim, hoje, a ANEP opta por abordar três grandes temas nesta comunicação. Em primeiro lugar, a saúde mental da população em geral e as respostas existentes no SNS. Em segundo lugar, a saúde mental dos estudantes de ensino superior e as respostas existentes nas IES. Por último, as preocupações da comunidade de recém-formados relativamente à formação e ao acesso à profissão.

## **Saúde Mental da População em Portuguesa e Respostas do SNS**

Ao nível da população portuguesa, de acordo com dados da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP), em 2023, cerca de 1 em cada 5 pessoas (23%) apresentavam problemas de saúde mental e 60% dos portugueses com mais de 18 anos encontravam-se em risco de depressão (OPP, 2023).

Paralelamente, os profissionais da área de psicologia do SNS enfrentam uma série de desafios que impactam sua prática profissional e o acesso dos pacientes aos serviços de saúde mental. A escassez de profissionais é um dos problemas mais urgentes, sendo que dos 26.000 psicólogos inscritos na OPP, apenas 1000 se encontram no SNS (SIC notícias, 2023), dos quais apenas 300 trabalham nos centros de saúde.

Esta situação reflete-se em longas listas de espera para atendimento (até um ano e meio para uma primeira consulta), acompanhamentos muito espaçados e, conseqüentemente, pouco eficientes. De acordo com dados atuais da OPP (2022) a situação é preocupante, com apenas um psicólogo para cada 9.687 habitantes a nível nacional no SNS e um psicólogo para 41.188 habitantes nos Centros de Saúde.

Esta carência compromete a qualidade e a continuidade dos cuidados oferecidos. Um sistema de saúde incompleto e incapaz, como o atual sistema português, resulta na falta de tratamento para aproximadamente 65% dos pacientes com perturbações psicológicas no país (Ordem dos Psicólogos, 2015).

## **Propostas da ANEP**



Coincidindo com uma das propostas apresentadas pela OPP (2023) a ANEP propõe a criação de um plano de investimento em recursos humanos no SNS, nomeadamente em psicólogos, para atingir o rácio de 1/5000 em 5 anos.

## **Instituições de Ensino Superior**

### **Saúde Mental da Comunidade Estudantil**

O segundo tema que hoje irei abordar é a saúde mental dos estudantes no ensino superior (ES), as respostas existentes nas IES e, brevemente, a perceção dos estudantes sobre as mesmas.

**Citando o relatório da ACCES (2023) “Existem hoje na rede de ensino superior cerca de 430 mil estudantes, cuja maioria se encontra na faixa etária entre os 18 e 25 anos, idades que os especialistas identificam como crítica para o aparecimento de doenças mentais graves. Em simultâneo, na transição do ensino secundário para o ES, no percurso no ES e na transição para o futuro profissional, surgem com frequência dificuldades de adaptação, ajustamento, manifestações de ansiedade ou apresentação de outros sintomas, com impacto na SM desses estudantes e na sua evolução”.**

Num relatório elaborado pela ANEP em parceria com a RYSE em 2023, os resultados reportados retratam uma realidade preocupante, indicando que cerca de 48% da amostra apresentava sintomatologia grave do foro psicológico, nomeadamente a nível de ansiedade, perda de controlo emocional e depressão e que 8% dos estudantes apresentava sintomas moderados.

Estes resultados estenderam-se por todo o país, não estando circunscritos apenas a uma região, universidade ou área de estudo. Embora sejam identificadas algumas

diferenças entre estudantes de diferentes áreas, os resultados demonstram que o estado psicológico dos estudantes portugueses está, na sua generalidade, comprometido.

A gravidade da saúde mental dos estudantes, aliada à falta de respostas para os mesmos no SNS reforça a importância de outros serviços atenderem a estas necessidades. No entanto, nas instituições públicas de ensino superior o rácio é de 1 Psicólogo por cada 3238 alunos (OPP, 2022). Adicionalmente, 15% das instituições do ensino superior não dão qualquer resposta na área da saúde mental, ficando profundamente aquém das recomendações internacionais (ACCES, 2023).

## **Resposta das IES- Instituições de Ensino Superior**

No diagnóstico realizado sobre os serviços de saúde mental e bem-estar SSMBE de 72 IES portuguesas: quase metade (47%) dos profissionais que trabalham nos serviços tem uma ligação com limitações temporais à IES (tempo parcial; estágios) e 38,8% acumulam outras funções na IES.

Os SSMBE atendem maioritariamente estudantes, em comparação com o atendimento à restante comunidade académica; 68% dos serviços têm até apenas 10 pessoas em fila de espera, mas 16% têm mais que 30 pessoas; as intervenções em perturbações mentais comuns, bem como as de prevenção da doença mental, promoção da saúde e bem-estar são as principais áreas de investimento dos SSMBE.

Adicionalmente, os dados reportam que a psicoterapia individual é a atividade onde os profissionais destes serviços dispendem mais tempo (15% do total) e que as principais dificuldades sentidas pelos SSMBE são insuficiência de recursos

humanos (33%), ausência de financiamento (21%) e ausência/inadequação das instalações (11%).

No entanto, esta realidade contrasta com a percepção dos estudantes.

De acordo com os resultados preliminares de um estudo conduzido pela ANEP e a OPP: Embora a maioria dos participantes reconheça a importância dos Serviços de Apoio Psicológico nas IES para a comunidade académica, uma parcela nunca os utilizou ou os recomendou a outras pessoas.

Além disso, alguns participantes desconheciam a disponibilidade e localização dessas estruturas, discordando da ideia de que os serviços são amplamente conhecidos, utilizados e apoiados pelos órgãos de gestão das IES.

Das pessoas que utilizaram os serviços, embora tenha havido certo grau de satisfação, foram identificados aspetos a serem melhorados, especialmente relacionados à acessibilidade, tempo de espera e comunicação adequada sobre os serviços existentes.

Estes resultados preliminares, indicam que existem, de facto, lacunas nos serviços de psicologia das instituições de ensino superior portuguesas.

Além disso, identificam áreas específicas que necessitam de maior atenção e possíveis melhorias. Embora não possam ser generalizados, pelas limitações do estudo, os resultados destacam a importância de continuar com esta investigação para compreender melhor o estado desses serviços, e para futuramente, possibilitar a orientação de intervenções e políticas eficazes neste contexto.

A ANEP e a OPP estão neste momento a tentar continuar este levantamento de forma a ter dados mais fidedignos e generalizáveis. É importante ressaltar que

nesta secção foram retratados dados distintos que em muito se complementam, mas necessitam de ser mais explorados dada a sua complexidade.

Neste ponto, a ANEP propõe a execução dos compromissos assumidos no Orçamento do Estado para 2023 de condições para a contratação efetiva de psicólogos pelas Instituições de Ensino Superior, no âmbito de um programa de saúde mental para o ensino superior de enfoque universalmente preventivo e de promoção da saúde mental e do bem-estar (OPP, 2023).

A ANEP propõe também, em conjunto com a OPP e IES, continuar a estudar estes fenómenos de forma que os estudantes possam usufruir de ou outros serviços que, em última instância, apoiem a sua saúde mental.

## **Formação e Acesso à Profissão**

Os jovens psicólogos, em particular, enfrentam obstáculos significativos à integração profissional, o que pode levar à emigração ou abandono da profissão.

De acordo com a carta aberta enviada pelo Bastonário da Ordem dos Psicólogos Portugueses ao senhor Presidente da República (2024) existe uma preocupação com a falta de investimento na empregabilidade dos jovens psicólogos e é enfatizada a necessidade de medidas concretas para garantir oportunidades de emprego adequadas para esses profissionais, tanto no setor público quanto no privado.

Esta falta de investimento na empregabilidade dos psicólogos recém-formados, aliada a uma falta de recursos no SNS, remete-nos para a importância da formação de psicólogos, através de, por exemplo, estágios profissionais para a OPP, no SNS.

De acordo com o relatório do “grupo de trabalho para análise, estudo e elaboração de propostas relativamente aos modelos de organização da prestação de cuidados na área da psicologia no Serviço Nacional de Saúde”, em 2016: “considera-se pertinente fixação de uma quota anual, por parte do Ministério da saúde, com finalidade de acolher este

tipo de experiência formativa nas entidades do SNS, face à mais-valia associada à qualidade e especificidade da formação realizada em contexto de serviços públicos de saúde”.

Assim, a ANEP propõe, em consonância com as propostas deste grupo de trabalho o reforço das oportunidades formativas pós-graduadas para psicólogos do SNS e a aposta na formação de novos profissionais: com a fixação de uma quota anual, por parte do Ministério da Saúde, com a finalidade de acolher psicólogos estagiários nas entidades do SNS (Grupo de Trabalho para análise, estudo e elaboração de propostas relativamente aos modelos de organização da prestação de cuidados na área da psicologia no Serviço Nacional de Saúde, 2016). Esta medida combate também a dificuldade no acesso à profissão.

**Filipa Santos**

Presidente da Direção

## Ordem dos Médicos Veterinários

### Xavier Teles Canavilhas

Diretor do Gabinete Jovem da OMV (à data do evento)



Com cada vez maior consciência e foco sobre os animais, exalta-se uma maior exigência sobre os cuidados que recebem e as condições em que vivem. Uma crescente oferta de serviços e produtos sustenta esta mesma expectativa dos consumidores e dos tutores de poder providenciar mais saúde e bem-estar aos animais.

No entanto, a visão societal da medicina veterinária não tem acompanhado este mesmo crescimento.

Atualmente é um sector de atuação que se alarga além da clínica em áreas determinantes como a inspeção alimentar, a área farmacêutica, produção, a tecnologia alimentar, a saúde pública entre muitas outras.

**A medicina veterinária em Portugal é uma profissão jovem, com cerca de metade dos seus membros ativos abaixo dos 45 anos.**

Um jovem profissional a tempo inteiro ganha em média menos de 1000€ líquidos mensais nos primeiros anos da sua carreira e predomina o vínculo como prestadores de serviços a recibos verdes. Além disto, os jovens sentem ainda uma enorme desadequação na entrada para o mercado de trabalho, e uma dificuldade em comunicar honestamente nas equipas que integram.

Situação espelhada nos resultados do estudo *VetSurvey*, realizado anualmente pela Federação Europeia de Médicos Veterinários (FVE), no qual não só a maioria dos inqueridos em Portugal não voltaria a escolher a profissão, como, em 2023, 59% dos jovens sentiam-se insuficientemente compensados relativamente às funções que desempenhavam.

**“A medicina veterinária não é uma profissão da saúde, nem os médicos veterinários são considerados como profissionais de saúde elencados na Lei de Bases, prestam assim o único serviço essencial à saúde pública com IVA à taxa máxima legal e fazem-no com pouco ou nenhum reconhecimento, escorados apenas na responsabilidade individual que sentem para com a sua atuação, os seus pacientes e as suas comunidades.”**

No entanto, sempre que se vacina um cão contra a raiva, sempre que se desparasita o gato lá de casa, sempre que se inspeciona uma carcaça, sempre que se valida uma análise, sempre que se fiscaliza um restaurante ou um talho, é saúde animal mas é também, e sem qualquer dúvida, saúde humana; porque se erradica a raiva, porque se combatem as infeções parasitárias, porque se previnem os surtos de doença de origem alimentar, porque se combatem as resistências aos antimicrobianos.

**Os dados são claros, mais de 59% das doenças infecciosas em humanos são provenientes de animais.**

Acresce, a este já denso desafio, uma “injustiça” particular da saúde pública e da atuação médico-veterinária, o facto de quando é bem planeada e executada, o seu resultado é invisível e as suas conquistas, banalizadas, pois não há quem se possa lembrar da endemia que não aconteceu ou sinta um risco que nunca se materializou.

É na senda desta consciencialização crescente para estabelecer a saúde como única e alinhada no eixo homem-animal-ambiente, que precisamos de reconhecer a importância desta contribuição. Os médicos veterinários, e particularmente os mais jovens que começam na profissão, precisam desse reconhecimento, para que nunca tenham a sua atuação desvalorizada, numa situação desprotegida ou indigna, precisam para que possam zelar por todos nós, pelos nossos animais e pelo nosso ambiente.

***Para tal, apresentamos as seguintes propostas:***

- Reconhecimento da Medicina Veterinária como uma Profissão da Saúde e elencar os seus profissionais como Profissionais de Saúde na Lei de Bases, isentando-a de IVA (23%) e integrando a Medicina Veterinária no Ministério da Saúde, além da tutela do Ministério da Agricultura;
- Assegurar a isenção técnica e deontológica protegendo o ato médico-veterinário, e reforçar a proteção jurídica aos jovens profissionais;
- Implementação de uma carreira Médico-Veterinária no sector público e promover a criação de um contrato coletivo de trabalho no sector privado, que permita a correta integração dos jovens nos seus sectores de atividade e promova uma transição adequada entre a formação académica e o



mercado de trabalho;

- Aumentar e promover a literacia em saúde, incluindo a literacia em saúde animal, reconhecendo a atuação do médico-veterinário não só ao nível clínico, mas ao nível sanitário e na sua inegável contribuição à saúde pública.

Xavier Teles Canavilhas  
Diretor do Gabinete Jovem da OMV (à data do evento)

## Encerramento

### Margarida Gaspar de Matos, PhD

Psicóloga Clínica e da Saúde.

Professora Catedrática da Universidade de Lisboa, (Colaboradora no ISAMB/ Faculdade de Medicina)

Professora Catedrática Convidada na Universidade Católica Portuguesa (Integrada no CRC-W)

Direção do estudo HBSC da OMS em Portugal

Coordenação Científica do Observatório Saúde Psicológica e Bem-estar da DGEEC/ ME.



No final deste animado debate que me cabe comentar agora, vejo globalmente todos partilhamos ideias e sugestões aqui avançadas, embora “as coisas” na prática andem muito mais devagar do que as ideias que partilhamos, e algumas já acusem mesmo alguma longevidade e ainda não saíram do papel.

Para dar alguns exemplos, nesta altura em que todos falamos de “Uma só saúde” (Onehealth):

Como se explica que os **médicos veterinários** não sejam profissionais de saúde? Os médicos veterinários que fazem clínica (animal) não tenham competências básicas de referenciação das pessoas que acompanham os seus animais e que possam estar infetadas ou afetadas pela doença destes?

**Como se explica que não haja uma rede integrada de cuidados de saúde que permita a colaboração entre os vários técnicos de saúde envolvidos?**

**Questões bizarras, porque não são lógicas, porque não são eficazes e porque são um desperdício de recursos humanos e financeiros:**

- Apresentam-nos **os nutricionistas**, a sugerir um “Internato” em nutrição, uma articulação não só com as Escolas e Instituições de Saúde, mas na área social e nas autarquias;
- Apresentam-nos **os enfermeiros** a braços com as condições dos seus estágios e da fuga de especialistas para o estrangeiro;
- Apresentam-nos os **profissionais de comunicação social**, à procura de uma formação adequada em Saúde em todos os cursos de comunicação Social
- Apresentam-nos os **psicólogos** que referem os jovens alunos, que sendo dado como provado que a formação é o centro vital do processo de ensino-aprendizagem, se considera que a sua saúde psicológica e bem-estar é negligenciável... só que... não!
- Apresentam-nos **os médicos** que as diversas diversidades não são contempladas na sua formação e que áreas como a diversidade cultural e sexual por exemplo, são negligenciadas, e que aliás a educação sexual nas escolas continua tabu; salientam ainda que os seus professores são na sua maioria clínicos, cujas vocações pedagógicas não estão demonstradas.
- Apresentam-nos **os farmacêuticos** do que as dificuldades na gestão e na rentabilização de recursos em saúde, e a falta de ligação da investigação à prática pode lentificar todo o desenvolvimento de sinergias em saúde.

Desejo-vos que vos ouçam, e que vos chamem a participar no novo executivo. Se tal não acontecer, não desistam, insistam em se fazer ouvir!

**Professora Margarida Gaspar de Matos**

Concluo felicitando de novo a SPLS e o CNJ por esta iniciativa, deixando aqui um apelo à **Promoção da Literacia em Saúde** e à **Participação Ativa dos Jovens na Cidadania**, nas diversas fases de ação que incluem a análise de situações e problemas, métodos de análise e de comunicação, e implementação e avaliação de soluções.

## Registos fotográficos







## Programa 6 março 2024

Local: Conselho Nacional da Juventude - Lisboa

17:00	<b>Abertura</b> - Chefe de Protocolo: Enf <sup>a</sup> Sandra Laia Esteves  Professora Doutora Cristina Vaz de Almeida, Presidente da Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde (SPLS) Dr. Rui Nogueira, Presidente da Mesa da Assembleia Geral da SPLS Dr <sup>a</sup> Leonor Quelhas Pinto, Vogal da Direção do Conselho Nacional de Juventude, Responsável pelo Pelouro Saúde e Habitação Dr. António Marques Pinto, Presidente da Associação de Jovens Médicos Professora Doutora Margarida Gaspar de Matos	
<b>PROPOSTAS DOS JOVENS PARA O PRÓXIMO GOVERNO</b>		
17:15	OMV Ordem dos Médicos Veterinários	Dr. Xavier Teles Canavilhas Coordenador do Gabinete Jovem
17:30	ANEN Associação Nacional de Estudantes de Nutrição	Maria Manuel Velosa Presidente
17:45	FNAEE Federação Nacional de Estudantes de Enfermagem	Hugo Cunha (online) Presidente
18:00	SPLS Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde	Dr <sup>a</sup> Vania Lima Diretora de Comunicação
18:15	ANEP Associação Nacional de Estudantes de Psicologia	Filipa Santos Presidente
18:30	ANEM Associação Nacional de Estudantes de Medicina	Rita Ribeiro Presidente
19:00	APJF Associação Portuguesa de Jovens Farmacêuticos	Dr. Tiago Rodrigues Presidente
19:15	ANJF Associação Nacional de Jovens na Fisioterapia	Terapeuta António Martins Terapeuta Beatriz Silva Presidente
19:30	Debate	Moderação Professora Doutora Cristina Vaz de Almeida e Dr. Rui Nogueira
20:00	Encerramento	

# OPÇÕES DOS JOVENS PARA A SAÚDE A VOZ DOS JOVENS LÍDERES

## 2.º Encontro



**Sugestão de citação:** Vaz de Almeida, C., Marques-Pinto, A., Matos, M. G., & Lima, V. (2024). Opções dos jovens para a saúde. A voz dos jovens líderes. 2.º Encontro. Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde.

**ISBN**

978-989-35724-1-2; [Título: OPÇÕES DOS JOVENS PARA A SAÚDE - A Voz dos Jovens líderes - 2º Encontro];[Autor: Cristina Vaz de Almeida];[Co-autor(es): António Marques Pinto + Margarida Gaspar De Matos + Vânia Lima ];[Suporte: Eletrónico]; [Formato: PDF / PDF/A]