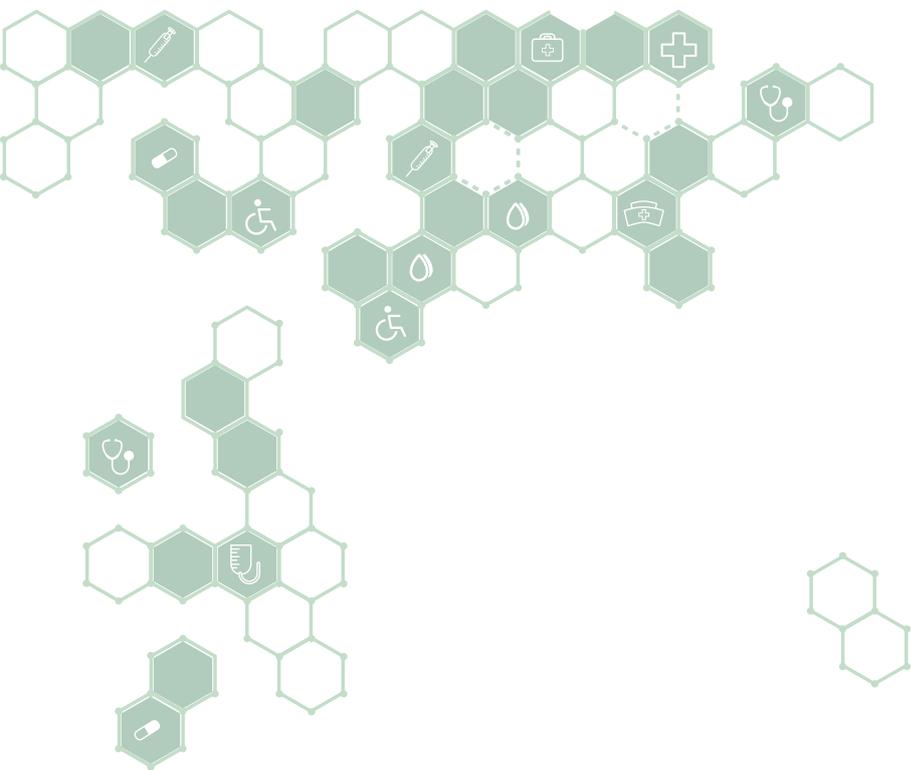


Relatório

# Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021

Outubro 2022



#### FICHA TÉCNICA

Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde.  
Relatório - Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021  
Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2022

#### EDITOR

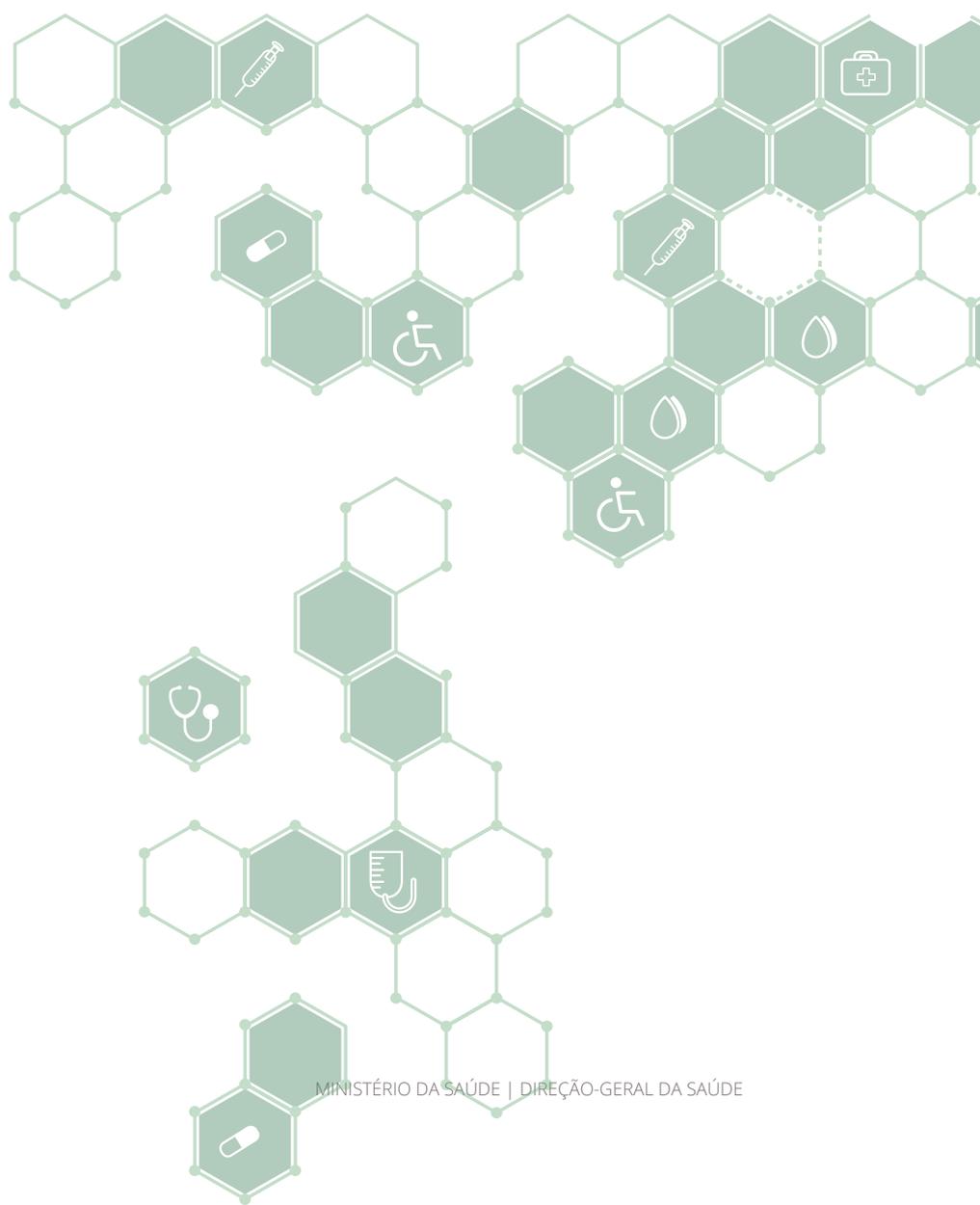
Direção-Geral da Saúde  
Alameda D. Afonso Henriques, 45, 1049-005 Lisboa  
Tel.: (+351) 218 430 500  
Fax: 218 430 530  
E-mail: geral@dgs.min-saude.pt  
www.dgs.pt

#### AUTOR

Miguel Telo de Arriaga  
Benvinda dos Santos  
Cristina Sousa Ferreira  
Gisela Scarlet Wilson  
Beatriz Raposo  
Francisco Mata  
Nicole Chaves da Silva  
Graça Freitas

Direção de Serviços de Prevenção da Doença e Promoção da Saúde (DSPDPS)  
Divisão de Literacia, Saúde e Bem-Estar

Lisboa, outubro 2022



# Índice

<b>PREÂMBULO</b>	<b>6</b>
<b>INTRODUÇÃO</b>	<b>7</b>
<b>DIAGNÓSTICO DE SITUAÇÃO 2018</b>	<b>8</b>
<b>AVALIAÇÃO DO PALS</b>	<b>10</b>
OBJETIVOS DO PALS	10
AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE LITERACIA EM SAÚDE	12
INICIATIVAS E PROJETOS	17
TRABALHO EM REDE E PERCEÇÃO DOS PARCEIROS	19
<b>DESAFIOS E ABORDAGENS 2022-2027</b>	<b>22</b>
<b>LINHAS DE AÇÃO FUTURA</b>	<b>25</b>
<b>CONCLUSÃO</b>	<b>27</b>
<b>ANEXO</b>	<b>29</b>



## PREÂMBULO



A melhoria dos níveis de Literacia em Saúde, a promoção do espírito crítico das pessoas face às suas decisões de saúde e as ferramentas disponíveis para este fim, apresentam-se como um desafio de Saúde Pública em Portugal.

Tendo em vista estes desafios, foi desenvolvido o Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021 (PALS) que norteou a sua atividade tendo por base uma perspetiva de ciclo de vida e os seguintes objetivos:

- ! **Promoção da adoção de estilos de vida saudável;**
- ! **Capacitação para a utilização adequada do Sistema de Saúde;**
- ! **Promoção do bem-estar, nomeadamente no que se refere à gestão da doença crónica;**
- ! **Promoção do conhecimento e investigação.**

Alinhada com a comunicação de risco, comunicação de crise e a Cultura e Ciência do Comportamento, a Literacia em Saúde destacou-se como uma abordagem central na promoção da adoção de comportamentos promotores da saúde da população. No contexto da pandemia de COVID-19 e face a uma realidade inesperada, o PALS respondeu às novas necessidades alargando os seus objetivos e premissas a este contexto.

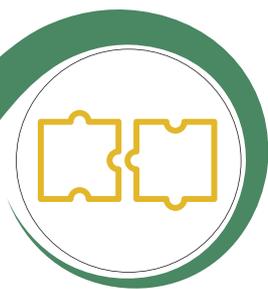
O presente documento encerra um ciclo de planeamento, refletindo sobre as atividades e os novos desafios da Literacia em Saúde.



**... a promoção do espírito crítico das pessoas face às suas decisões de saúde e as ferramentas disponíveis para este fim, apresentam-se como um desafio de Saúde Pública em Portugal**



## INTRODUÇÃO

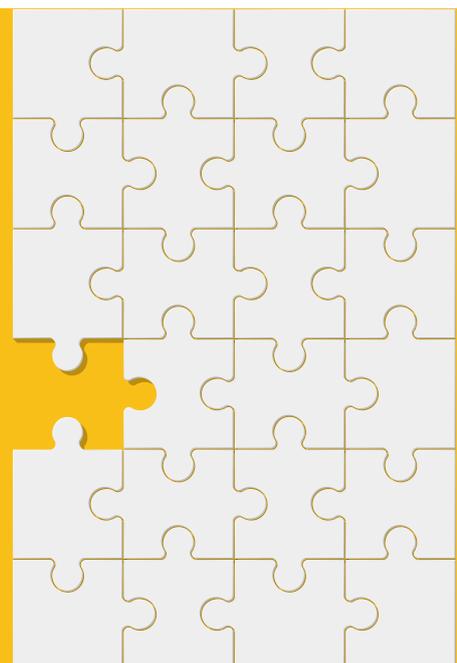


Com base no vasto trabalho desenvolvido pela DGS no âmbito da Prevenção da Doença e Promoção da Saúde, foi desenvolvido o Plano de de Ação para a Literacia em Saúde 2019- 2021, com base nas melhores práticas internacionais para a definição e implementação de objetivos promotores de Literacia em Saúde, procurando potenciar e criar mais e novas oportunidades de ativação de comportamentos saudáveis.

O Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021 surge como resultado e na sequência de projetos e iniciativas como o Programa Nacional de Literacia e Auto Cuidado, o SNS + Proximidade, permitindo desta forma ter um plano robusto e integrador de desenvolvimentos anteriores. Para além da consulta e contributos de vários peritos nacionais, Portugal, com o apoio da Organização Mundial da Saúde, colocou à discussão numa iniciativa específica, a proposta inicial do Plano a um conjunto peritos internacionais, permitindo desta forma colher novos contributos e boas práticas internacionais. A globalidade deste contributos resultou no Plano que agora se analisa.

A sua concretização foi sustentada pela integração de medidas que dependeram da articulação com diferentes parceiros, tendo como propósito trabalhar a Literacia em Saúde de forma estruturada para promover ganhos em saúde e o bem- estar da população.

**A Concretização do Plano de Ação foi sustentada pela integração de medidas que dependeram da articulação com diferentes parceiros, tendo como propósito trabalhar a Literacia em Saúde de forma estruturada para promover ganhos em saúde e o bem- estar da população.**



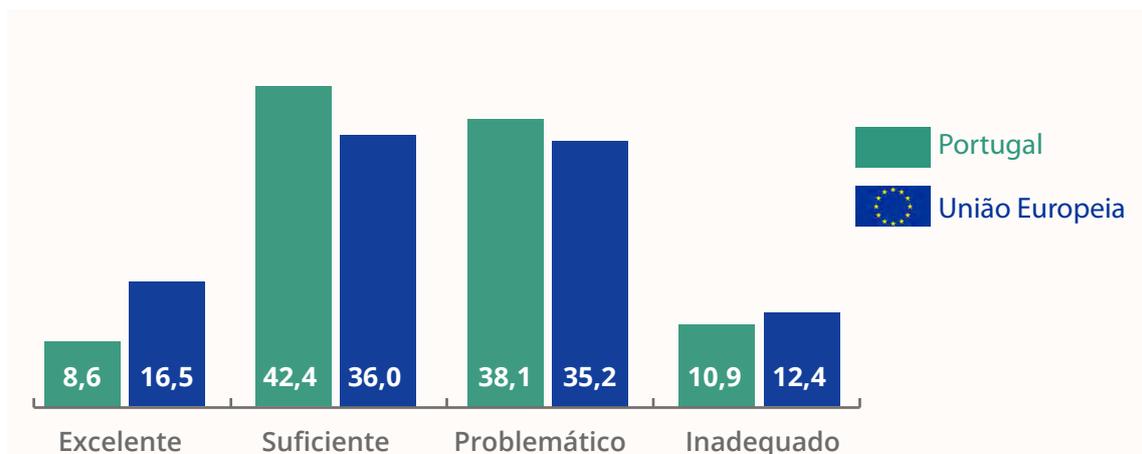


## DIAGNÓSTICO DE SITUAÇÃO 2018

A promoção da Literacia em Saúde, junto das pessoas, das comunidades e das organizações, constitui-se como uma importante oportunidade ao nível da Saúde Pública.

De acordo com os resultados do Inquérito sobre Literacia em Saúde em Portugal (ILS-PT, 2016) e em comparação com os países participantes no Health Literacy Survey (HLS-EU, 2014), a população portuguesa era das que apresentava menor percentagem de Literacia em Saúde com um nível “excelente” (8,6%) sendo que a média da União Europeia (EU) situava-se nos 16,5%. Quando analisado o nível de literacia “suficiente”, Portugal encontrava-se no segundo lugar (42,4%) face à UE (36%). No que se refere aos níveis “problemático” e “inadequado”, no primeiro encontrava-se a cima da média da UE (PT38,1% para UE35,2%) e abaixo para o segundo nível (PT10,9% e UE12,4%).

Figura 1: Níveis de Literacia Portugal VS EU (2016)



Para além da classificação e identificação dos níveis de Literacia em Saúde da população, o ILS-PT identificou também a existência de grupos vulneráveis, grupos estes em que 60% das pessoas apresentava níveis de Literacia em Saúde “inadequado” ou problemático, nomeadamente:

- | Pessoas com 65 ou mais anos;
- | Com baixo nível de escolaridade;
- | Com rendimentos mensais até 500€;
- | Com doenças crónicas;

- | Com auto-perceção de saúde “má”;
- | Que frequentaram, no ano de referência, 6 ou mais vezes os cuidados de saúde primários;
- | Que se sentem limitados por terem alguma doença crónica.

A existência de novas abordagens e de uma Divisão na área da Literacia em Saúde, permitiu um maior investimento e reforço das políticas e atividades desenvolvidas.

A necessidade da implementação de abordagens integradoras e promotoras da Literacia em Saúde foi considerada como estratégica, sobretudo quando verificados e analisados os dados relativos às doenças crónicas não transmissíveis (NCD's).



(Portugal. Direção-Geral da Saúde, 2015)

As NCD's representam um peso significativo em termos de mortalidade e anos vividos com incapacidade na população portuguesa. Esta carga pode ser prevenida através da adoção de estilos de vida saudáveis, tornando a Literacia em Saúde um fator importante neste âmbito. Para minimizar o impacto das NCDs, é importante implementar intervenções extensas e eficazes para a Gestão da doença onde a Literacia em Saúde deve ter um importante papel.

## AVALIAÇÃO DO PALS



### OBJETIVOS DO PALS

As abordagens em Literacia devem contemplar as especificidades de cada estadio de desenvolvimento, apresentado-se a Literacia em Saúde como um recurso que deve ser adaptado às diferentes características e necessidades ao longo de todo o ciclo de vida e, que deve ainda, considerar as diferentes oportunidade e necessidades de cada pessoa.

Foram pilares fundamentais para a concretização destes objetivos os **profissionais de saúde**, a **população** e todos os **parceiros** que podem contribuir para a promoção da literacia e da saúde.

Sendo clara a necessidade de investimento nesta área e o potencial que apresenta, o PALS definiu como objetivos de intervenção (figura 2):

- | Promover a adoção de estilos de vida saudável;
- | Capacitar para a utilização adequada do Sistema de Saúde;
- | Promover o bem-estar, nomeadamente no que se refere à gestão da doença crónica;
- | Promover o conhecimento e da investigação através da análise dos níveis de Literacia em Saúde.



Figura 2: Contexto de intervenção e objetivos estratégicos 2019-2021



A definição destes contextos e objetivos foi concretizada com base no diagnóstico realizado e nas principais prioridades de saúde definidas pelo Plano Nacional de Saúde. A concretização dos objetivos definidos no âmbito do PALS, resultou num vasto conjunto de atividades, iniciativas e produtos centrais na promoção do aumento dos níveis de Literacia em Saúde da população portuguesa ([Anexo](#)).



## AVALIAÇÃO DOS NÍVEIS DE LITERACIA EM SAÚDE

A **avaliação dos níveis de Literacia em Saúde** constitui-se como um ponto fulcral **para a definição de políticas e planeamento de intervenções** que visem a promoção da Literacia em Saúde tendo em vista as especificidades das populações (Pelikan et al., 2020).

Esta avaliação permite:

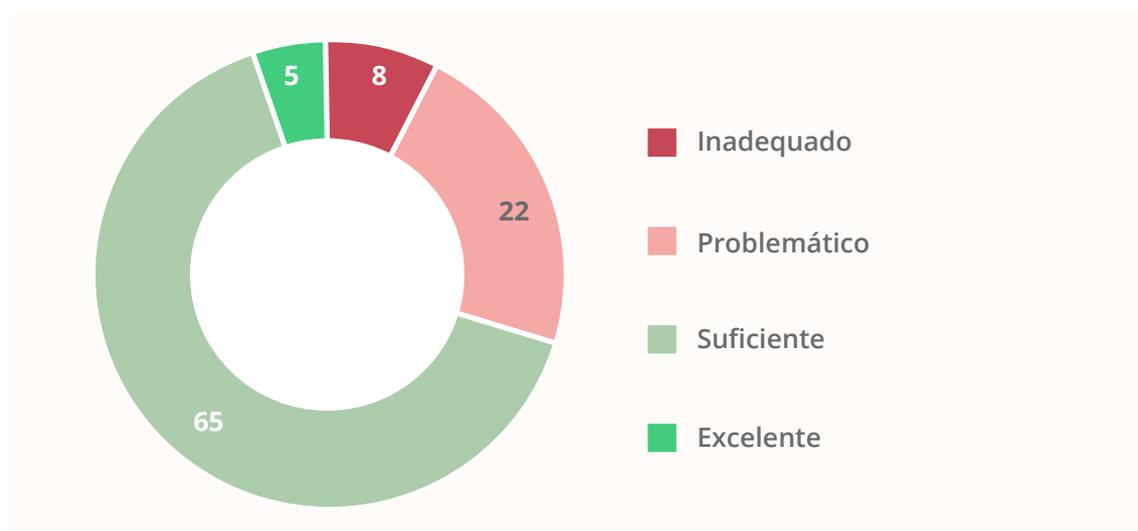
- ! Reforçar o conhecimento e a base de evidência para medir e avaliar a Literacia em Saúde com uma abordagem centrada no ciclo de vida;
- ! Reconhecer a importância da informação em saúde;
- ! Aplicar os conhecimentos de Literacia em Saúde no desenvolvimento de programas de saúde.

Considerando a importância desta avaliação e tendo como referencia os dados de estudos anteriores, em concreto o HLS-EU de 2014, realizou-se um novo [inquérito comparativo internacional](#), HLS19, com a Rede de Ação da OMS para medir a Literacia em Saúde da população e organizações (M-POHL). A Direção-Geral da Saúde participou neste consórcio, juntamente com 17 Estados-Membros da Região Europeia da Organização Mundial da Saúde.

A análise de frequência para as categorias de Literacia em Saúde em Portugal mostra uma maior proporção de participantes com altos níveis de Literacia em Saúde (correspondendo aos grupos “suficiente” e “excelente”) do que níveis de Literacia em Saúde baixos (grupos “problemáticos” ou “inadequados”). A maioria dos casos foi classificada com um nível suficiente de Literacia em Saúde (65%) e 5% com um nível excelente. Apenas 94 casos (7,5%) foram classificados com nível inadequado e 277 casos foram classificados com nível problemático (22%).

Quanto ao nível de Literacia geral em saúde, não se verificou uma associação significativa com o sexo. Contudo, verificou-se que os valores de Literacia geral em saúde estão associados à idade e à escolaridade, indicando um aumento da proporção de níveis inadequados de Literacia em Saúde com o aumento da faixa etária e com a diminuição do nível de escolaridade.

Figura 3: Literacia Geral em Saúde (%)



Relativamente às dimensões da Literacia em Saúde correspondentes à promoção da saúde, prevenção da doença e cuidados de saúde, as pessoas parecem exibir uma maior facilidade em processar informação sobre a promoção de saúde, como se pode observar na Figura 5. A dimensão da Promoção da Saúde é aquela em que as pessoas apresentam níveis mais elevados de Literacia em Saúde.

Figura 4: Competências específicas da Literacia em Saúde (%)

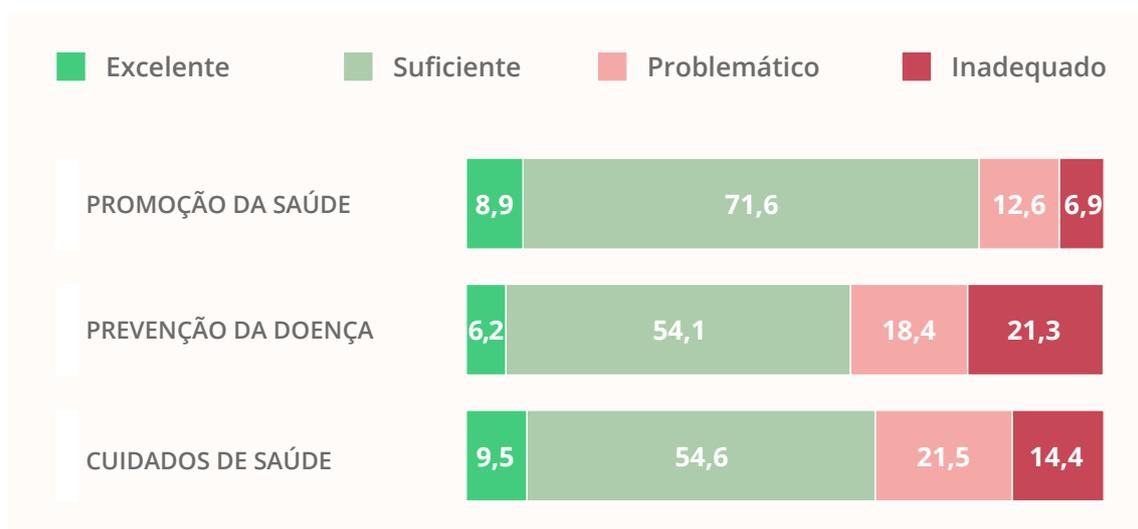
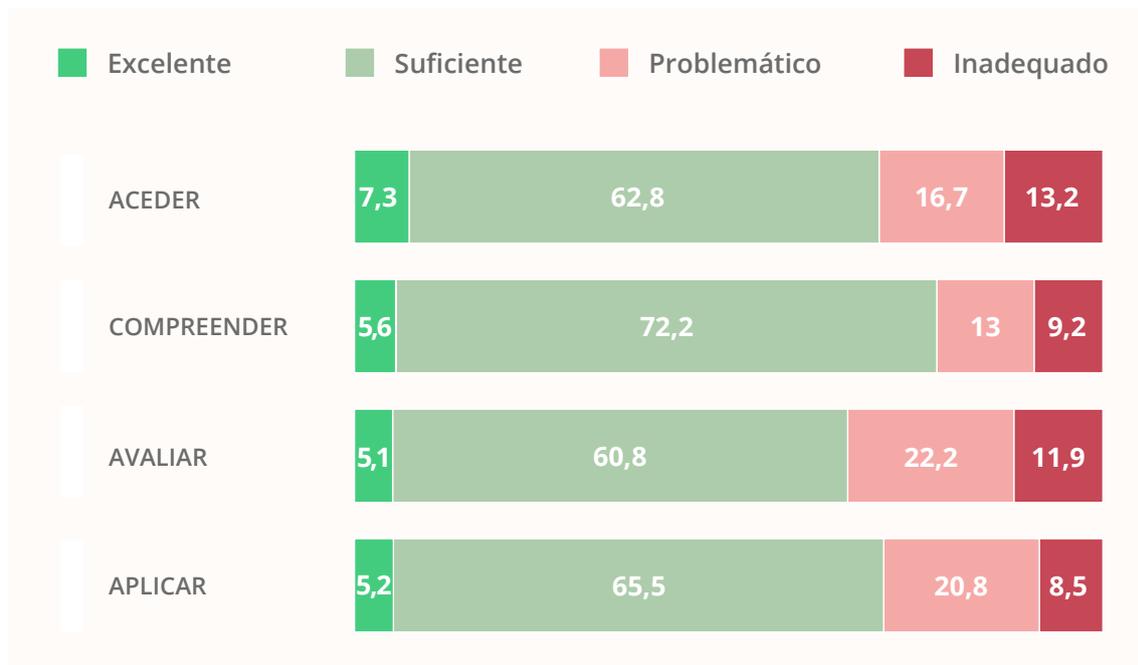
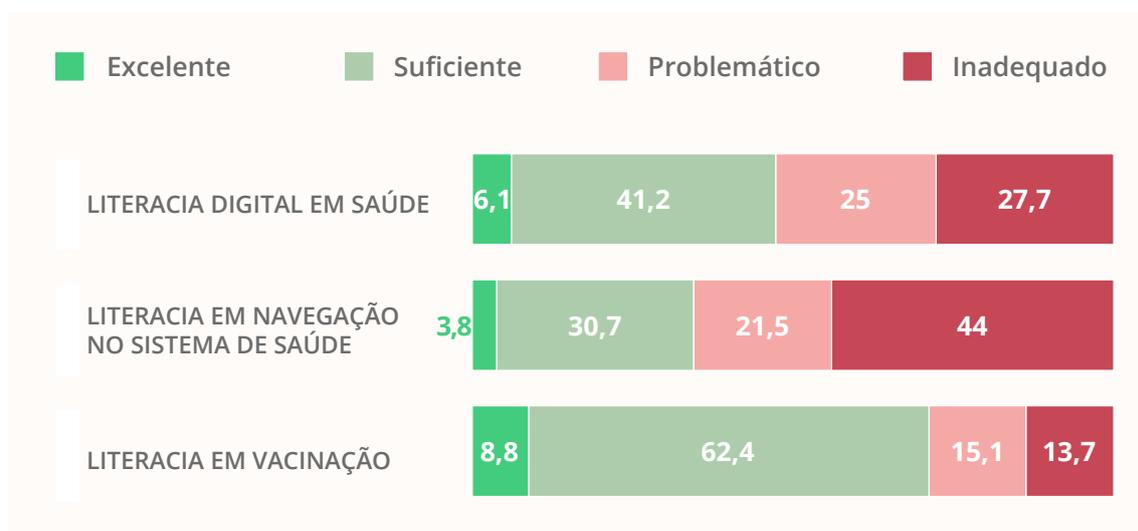


Figura 5: Competências específicas da Literacia em Saúde (%)



Relativamente aos módulos adicionais sobre Literacia em Saúde Digital, Literacia em Navegação no Sistema de Saúde e Literacia em Vacinação, as pessoas parecem apresentar maior facilidade em processar informação relativa à vacinação, sendo mais difícil compreender a informação sobre como navegar no sistema de saúde.

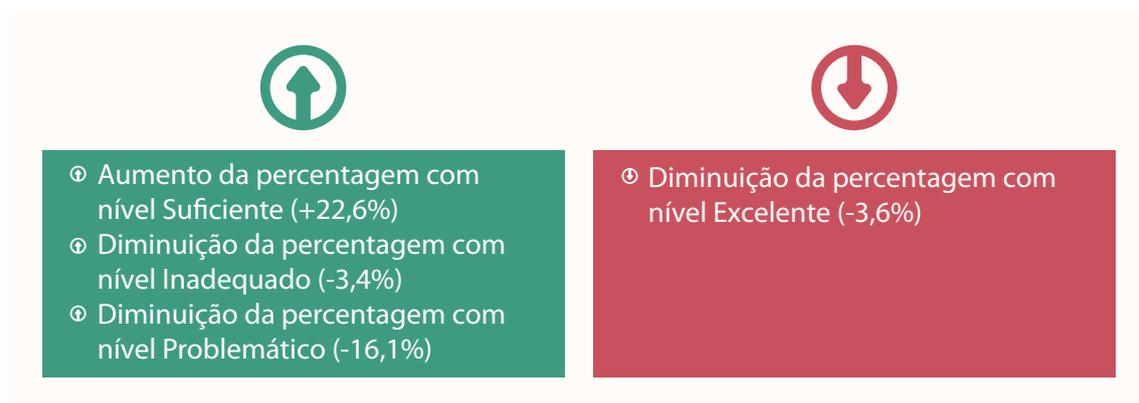
Figura 6: Módulos adicionais sobre Literacia em Saúde (%)



Considerando os dados apresentados, **7 em cada 10 pessoas apresentam altos níveis de Literacia em Saúde**. A Literacia em Saúde relacionada com a promoção da saúde ultrapassou os níveis obtidos no indicador de Literacia em Saúde geral. O aspeto da “compreensão da informação” apresentou os maiores níveis de Literacia em Saúde, excedendo os 75% categorizados como tendo excelente e suficientes níveis de Literacia em Saúde. Para além disso, a Literacia em Saúde associada à vacinação excedeu os 70% de pessoas categorizadas com níveis excelentes e suficientes de Literacia em Saúde.”

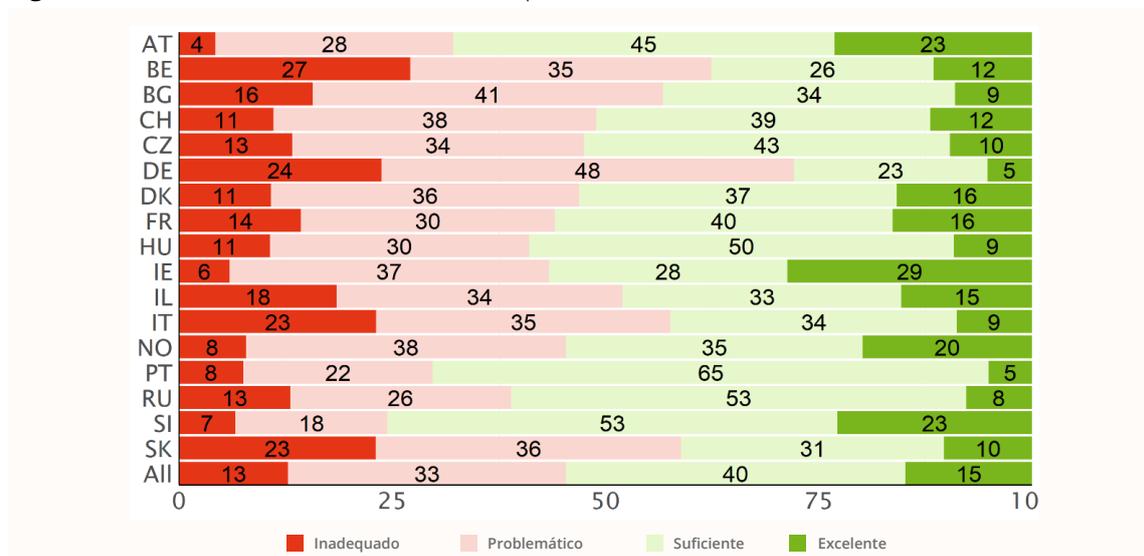
Comparativamente com os resultados do último Inquérito sobre Literacia em Saúde em Portugal, com um inquérito distinto, realizado em 2016:

Figura 7: Resultados comparativos Literacia em Saúde 2016 e 2019-2021



A participação neste consórcio, permitiu o desenvolvimento e aplicação de um instrumento para a avaliação dos níveis de Literacia em Saúde bem como a análise dos resultados com os outros países participantes. Desta forma, é possível analisar as tendências e a evolução dos níveis de Literacia em Saúde potenciando a partilha de boas praticas com os países que apresentam melhores resultados.

Figura 8: Níveis de Literacia em Saúde dos países consórcio HLS19



No decorrer da Pandemia de COVID -19 foi realizado o estudo REACT-COVID: Inquérito sobre Alimentação e Atividade Física em Contexto de Contenção Social (2020). Este estudo verificou que existe um impacto positivo quanto às estratégias de promoção da Literacia em Saúde adotadas pela Direção-Geral da Saúde. Através da avaliação de indicadores de Literacia em Saúde, destaca-se que 78,8% dos inquiridos procura informação sobre cuidados de saúde, 94,4% consegue aceder a informação sobre COVID-19 e 56,3% afirma nunca, ou apenas às vezes, sentir dificuldade em compreender informação de saúde sobre a COVID-19.

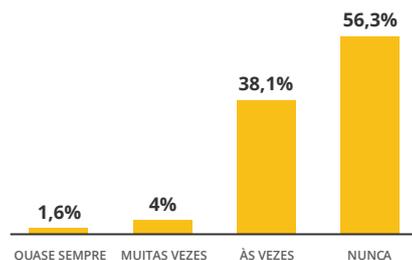
Estes resultados apresentaram-se como indicadores de excelência que permitiram reforçar a intervenção na capacitação das pessoas, bem como a importância da definição de uma estratégia clara, integradora, oportunística e transversal.

**OS PORTUGUESES PROCURAM INFORMAÇÃO SOBRE SAÚDE?**



**OS PORTUGUESES SENTEM DIFICULDADE EM COMPREENDER A INFORMAÇÃO SOBRE SAÚDE?**

**Informação sobre a COVID-19**



REACT-COVID inquérito sobre alimentação e atividade física em contexto de contenção social (2020)



## INICIATIVAS E PROJETOS

A mobilização da população para a saúde é um processo que envolve esforços concertados da sociedade, sendo fulcral a participação dos parceiros e dos agentes comunitários para alcançar diferentes públicos-alvo e obter a sua confiança. Mobilizar a sociedade ao longo de todo o ciclo de vida é de extrema importância para a promoção da adoção de comportamentos adequados e ajustados à realidade que vivemos. Os pontos-chave deste processo englobam: a disseminação de factos, por forma a aumentar o conhecimento sobre a doença/situação de saúde em questão e a reduzir o estigma associado; a difusão de mensagens a diferentes públicos-alvo através de influenciadores sociais; o desenvolvimento de competências de tomada de decisão e a promoção do recurso a fontes credíveis e de confiança, uma vez que a desinformação pode condicionar a adoção de medidas pouco efetivas e, conseqüentemente, promover comportamentos de risco, assim como a divulgação de informação desadequada.

O contexto vivenciado pela pandemia veio sublinhar a importância da disseminação de informação fidedigna e válida pelo maior número de pessoas possível, no sentido de promover a participação ativa do cidadão e, também, a transmissão e manutenção de comportamentos adequados. A ativação das pessoas deve, assim, visar a promoção de mudanças comportamentais bem-sucedidas e mantidas ao longo do tempo.

Neste Projeto a DGS formou, microinfluenciadores que, posteriormente, transmitiram informação relevante e capacitaram a comunidade nos diferentes settings e oportunidades de atuação, nomeadamente em grupos populacionais específicos (ex. população idosa ou migrante), identificados por cada Município. Estes, por sua vez, podiam transmitir a informação recebida junto das suas comunidades, estabelecendo-se desta forma uma disseminação em cascata das principais recomendações.

Os microinfluenciadores apresentam-se como elementos “chave” da comunidade, desejavelmente nela residentes e que voluntariamente funcionem como agentes facilitadores entre o Município/Freguesia e a restante população da comunidade,

**A ativação das pessoas deve visar a promoção de mudanças comportamentais bem-sucedidas e mantidas ao longo do tempo**

operacionalizando as diferentes medidas e disseminando informação. Têm um conhecimento adequado da realidade geográfica, humana e das estruturas existentes a nível local.

Este projeto, ao permitir uma maior proximidade a grupos populacionais específicos e uma comunicação mais direcionada e efetiva na população, promove ganhos em saúde e bem-estar, bem como uma resposta mais ajustada às necessidades da comunidade.

Neste sentido, o Projeto de Mobilização Social realizou a formação de microinfluenciadores e contou com mais de 10 entidades parceiras:

Entidade Parceira	Nº de Sessões	Microinfluenciadores
Cruz Vermelha Portuguesa (CVP)	1	70
Guarda Nacional Republicana (GNR)	3	62
Erasmus Student Network (ESN)	1	20
Universidade do Porto (UP)	1	22
Federação Académica de Lisboa (FAL)	1	19
Polícia de Segurança Pública (PSP)	3	126
Federação Académica do Porto (FAP)	1	21
Confederação Portuguesa de Voluntariado (CPV)	2	77
Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP)	2	2107
Escola Nacional de Bombeiros	1	282
		Norte - 52
		Centro - 42
		LVT - 48
		Alentejo - 38
		Algarve - 23
Ordem dos Médicos Dentista (OMD)	1	240
Ordem dos Farmacêuticos Secção Regional do Sul e Regiões Autónomas (OFSR)	1	206

\* A formação realizada foi do tipo "train the trainer".

## TRABALHO EM REDE E PERCEÇÃO DOS PARCEIROS

Considerando a perspectiva de promoção da Literacia em Saúde em todas as oportunidades, foi potenciado o trabalho em rede e as parcerias para a realização de campanhas e intervenções temáticas que promovam a Literacia em Saúde. Neste sentido, a Divisão de Literacia, Saúde e Bem-estar esteve presente em conferências a nível nacional e internacional, nas mais diversas áreas temáticas:

- | Envelhecimento Ativo e Saudável;
- | Prevenção de Acidentes
- | Promoção de Estilos de Vida Saudável
- | Doenças Crónicas não Transmissíveis
- | Saúde Pública
- | Pediatria
- | Saúde Mental

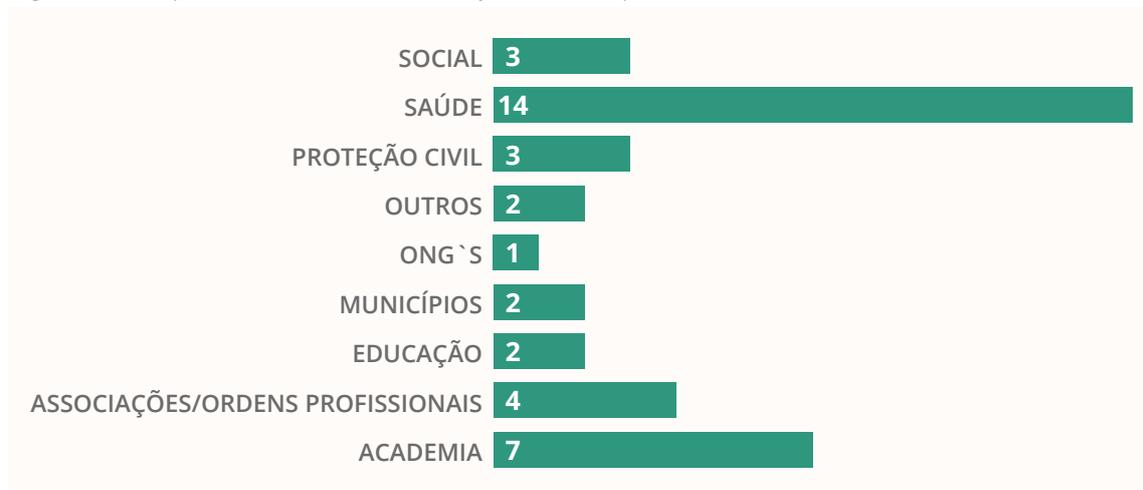
promoção da Literacia em Saúde em todas as oportunidades, foi potenciado o trabalho em rede e as parcerias

De notar ainda, que foi verificado um aumento de publicações científicas no âmbito da Literacia em Saúde, desde o ano de 2016 para 2022, reforçando a importância desta na atualidade com o duplicar de artigos científicos divulgados.

De forma a melhor perceber o impacto das atividades que foram desenvolvidas no âmbito do Plano de Ação para a Literacia em Saúde 2019-2021, foi efetuado um breve questionário dirigido a parceiros e a súmula das atividades e produtos realizadas no período de vigência do PALS.

Das 38 respostas obtidas a distribuição da área profissional é a seguinte:

Figura 9: Respostas obtidas a distribuição da área profissional



Foram colocadas 4 questões classificadas por uma escala de likert com intervalo entre o 5 (muito) e 1 (nada):

1. Em que medida considera que o Plano de Ação para a Literacia em Saúde contribuiu para o conhecimento do papel da Literacia em Saúde?
2. Em que medida considera que as propostas do Plano de Ação foram relevantes para a promoção da Literacia em Saúde em Portugal?
3. Em que medidas considera que os produtos desenvolvidos (ex. ferramentas para profissionais/ materiais COVID-19) foram importantes para o trabalho dos profissionais de saúde no terreno?
4. Em que medidas os produtos e abordagens em Literacia em Saúde foram importantes na resposta à COVID-19 (ex. ferramentas para profissionais/materiais COVID-19)?

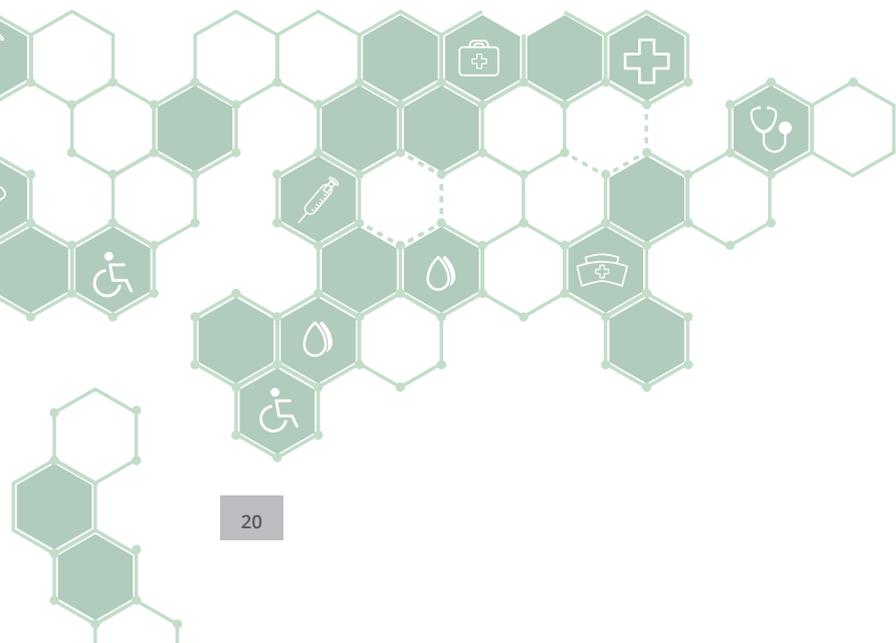


Figura 10: Maior percentagem de respostas



O impacto do PALS e da Literacia em Saúde foi considerável, sendo de salientar que, no contexto da pandemia de COVID-19, a Literacia em Saúde ganhou um papel de destaque. Neste sentido, considerando a importância percebida por parte dos parceiros, foram propostas como áreas de investimento futuras:

#### ÁREAS DE INVESTIMENTO FUTURAS

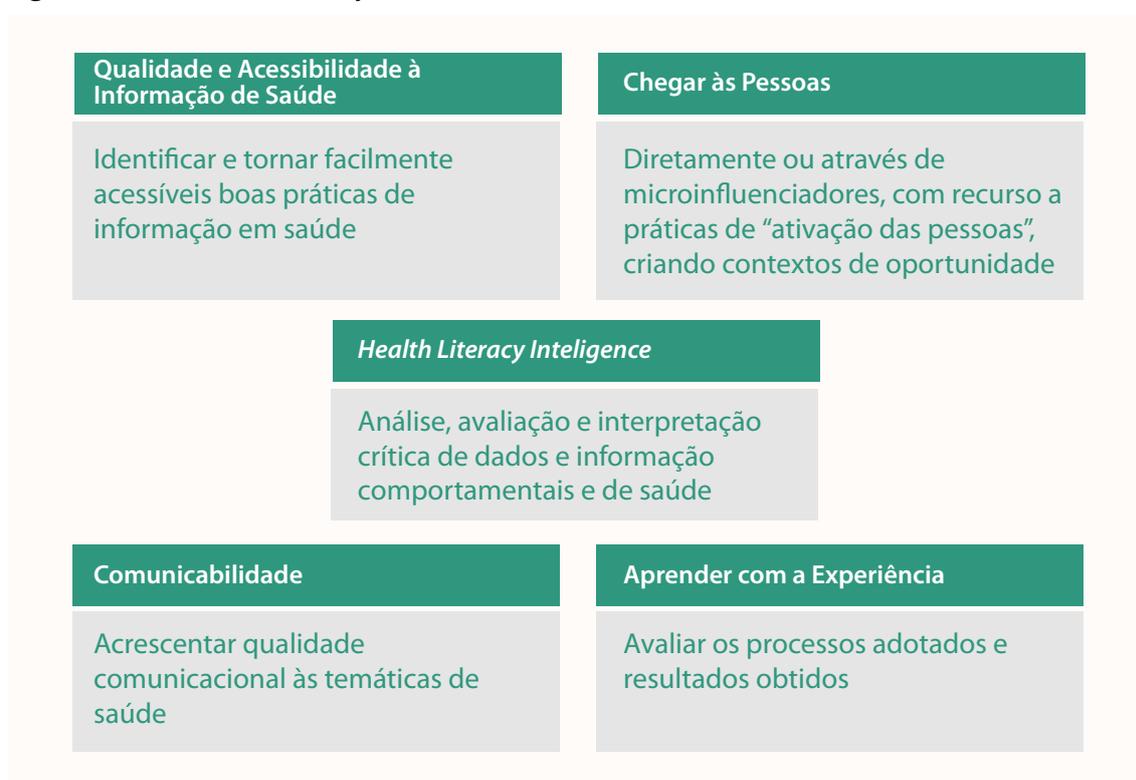
- ‡ Promoção da **articulação interna e externa;**
- ‡ Promoção da **avaliação da Literacia em Saúde** em grupos específicos (crianças e jovens) bem como a sua inclusão nos sistemas de informação dos cuidados de saúde primários;
- ‡ Definição de **indicadores de Literacia em Saúde** que permitam realizar uma avaliação periódica do plano de ação;
- ‡ Promoção do **desenvolvimento de projetos e materiais** de promoção da Literacia em Saúde;
- ‡ Definição de plataformas que potenciem a **articulação entre os projetos e as pessoas;**
- ‡ Promover um **maior financiamento nesta área.**



## DESAFIOS E ABORDAGENS 2022-2027

O desafio que agora se apresenta, mostra de forma clara a importância de criar contextos de oportunidade e ativar as pessoas e a comunidade, para a adoção de comportamentos de Prevenção da Doença, Proteção e Promoção da Saúde. Neste sentido, importa mudar o paradigma e garantir uma intervenção focada em:

Figura 10: Focos de intervenção



Durante o desenvolvimento das atividades do PALS foram evidentes dois aspetos: a importância da customização das atividades de promoção de literacia tendo em vista a população alvo e a premissa de aproveitar todos os contextos para promover a literacia. Neste sentido é essencial incluir nas novas práticas uma abordagem focada nos Cultura e Ciências do Comportamento e nos Ecosistemas Promotores de Literacia (figura 11).

Figura 11: Novas Abordagens em Literacia em Saúde



No âmbito da abordagem Cultura e Ciências do Comportamento, as percepções e comportamentos são, muitas vezes, dependentes do contexto e podem ser usados na concepção, implementação e avaliação de políticas de saúde para garantir que sejam eficazes, aceitáveis e equitativas.

No que diz respeito aos Ecosistemas Promotores de Literacia, a pandemia mudou o paradigma, sendo que a saúde ganhou fôlego na saúde comportamental e digital. De uma forma inesperada, a pandemia colocou a tónica na autonomia e necessidade de criar condições para reforçar a capacitação da pessoa:

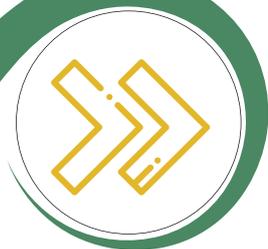
## **CAPACITAÇÃO DA PESSOA**

- | Para **tomar decisões em saúde fundamentadas**;
- | Para **procurar informação** e para assumir responsabilidades;
- | Para agir como parceiro **ativo no seu projeto de saúde**;
- | Para **aceder aos cuidados de saúde através de múltiplos recursos**;
- | Para ter recursos fidedignos de acesso à informação;
- | Para ter recursos facilitadores da adoção de comportamentos saudáveis.

Para além do que já foi desenvolvido, a promoção da saúde terá que centrar a sua intervenção nas aprendizagens essenciais ao longo do ciclo de vida e nos processos de ativação, promovendo desta forma comportamentos protetores da saúde.

A pandemia aliada à necessidade de acompanhar o conhecimento científico desenvolvido, potenciou a importância da Literacia em Saúde em todos os contextos. Foram desenvolvidas e aplicadas várias ferramentas focadas na comunicação assertiva, na mobilização social, no aproveitamento do Digital, tendo sempre em vista aquelas que são as boas práticas de promoção da Literacia em Saúde.

## LINHAS DE AÇÃO FUTURA



O novo e reforçado papel da Literacia em Saúde coloca em perspectiva aquelas que deverão ser as linhas de ação a contemplar em futuras políticas de promoção da Literacia em Saúde e da Cultura e Ciência do Comportamento.

Importa pensar de que forma serão integradas as lições aprendidas e transformar a ciência em conhecimento e o conhecimento em comportamento.

Desta forma, considerando a experiência adquirida durante o período de vigência do PALS e a presente avaliação apresentam-se como linhas de Ação Futura:

### LINHAS DE AÇÃO FUTURA

- ‡ **Observatório de Literacia**
- ‡ **Literacia em Saúde Digital e Inteligência Artificial**
- ‡ **Plataforma de Boas Práticas**
- ‡ **Avaliação da percepção de riscos**
- ‡ **Mobilização Social**

### Observatório de Literacia

Observatório que possa agregar as melhores práticas e evidência em Literacia em Saúde de forma a poder monitorizar e apoiar a tomada de decisão relativamente ao desenvolvimento de políticas de promoção da Literacia em Saúde.

### Literacia em Saúde Digital e Inteligência Artificial

O papel do digital e da inteligência artificial é já uma realidade na promoção da Literacia em Saúde e na avaliação e promoção da mudança comportamental, ainda que seja um tópico recente de investigação nas ciências do comportamento. Exemplo deste desenvolvimento são as tecnologias imersivas, como a realidade virtual, permitem criar um ambiente controlado e com validade ecológica, criando a possibilidade de avaliação

e intervenção comportamental em situações do dia-a-dia e que replicam contextos reais. A conjugação destas tecnologias com indicadores fisiológicos (condutância dérmica, frequência cardíaca e respiração) e indicadores comportamentais (movimento corporal e comportamento ocular) permite recolher informação com vista a compreensão da tomada de decisão especificamente ligada ao comportamento alimentar.

### **Plataforma de Boas Práticas**

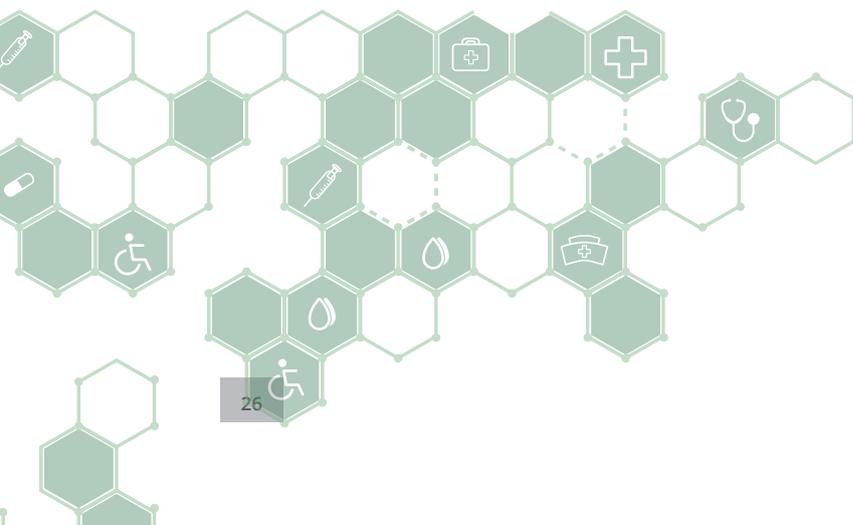
Plataforma que se posiciona como um espaço de partilha e promoção de projetos e iniciativas no âmbito da saúde e do bem-estar da população. Esta ferramenta permite a divulgação de projetos, aumentando o alcance e adesão junto do público a que se destina, simultaneamente promove a cooperação entre entidades que pretendam desenvolver novos projetos ou implementar projetos existentes, em diferentes locais e contextos, através da partilha de experiências que se constituem como boas práticas.

### **Avaliação da percepção de riscos**

A consciência dos riscos é condição necessária para que a implementação de recomendações para mitigar o risco. Neste sentido importará manter a avaliação da percepção de riscos percebidos pela população por forma a adaptar as resposta às necessidades identificadas.

### **Mobilização Social**

O envolvimento da população e de diferentes atores da comunidade, é fundamental para o sucesso da promoção da Literacia em Saúde, permitindo políticas e projetos de proximidade que garantam que as informação chega a todas as pessoas, não deixando ninguém para trás.



## CONCLUSÃO



O desenvolvimento do PALS em complementaridade com a criação da Divisão de Literacia, Saúde e Bem-Estar, realçaram a importância estratégica do desenvolvimento de políticas no âmbito da promoção da Literacia em Saúde e Bem-estar. O percurso, até então desenvolvido, enquadrava a relevância destas áreas nas políticas públicas de saúde em Portugal.

Face ao diagnóstico e às necessidades estratégicas na promoção da Literacia em Saúde em Portugal foram definidas atividades/ produtos que focaram sobretudo o aumento do conhecimento e da uniformização dos conceitos, de uma forma transversal e integrada.

De realçar, face às necessidades que surgiram durante a pandemia por COVID-19, o foco, a partir de janeiro de 2020 foi centrado nessa resposta, mantendo-se as premissas do PALS, mas definindo novas prioridades, apresentadas no Documento [Literacia em Saúde e COVID-19](#):



O trabalho realizado teve claro reflexo no aumento do desenvolvimento desta área na investigação, na academia e no surgimento de organizações e iniciativas diversas, tendo como objetivo a promoção da Literacia em Saúde, assumida como ferramenta central no âmbito da Saúde Pública.

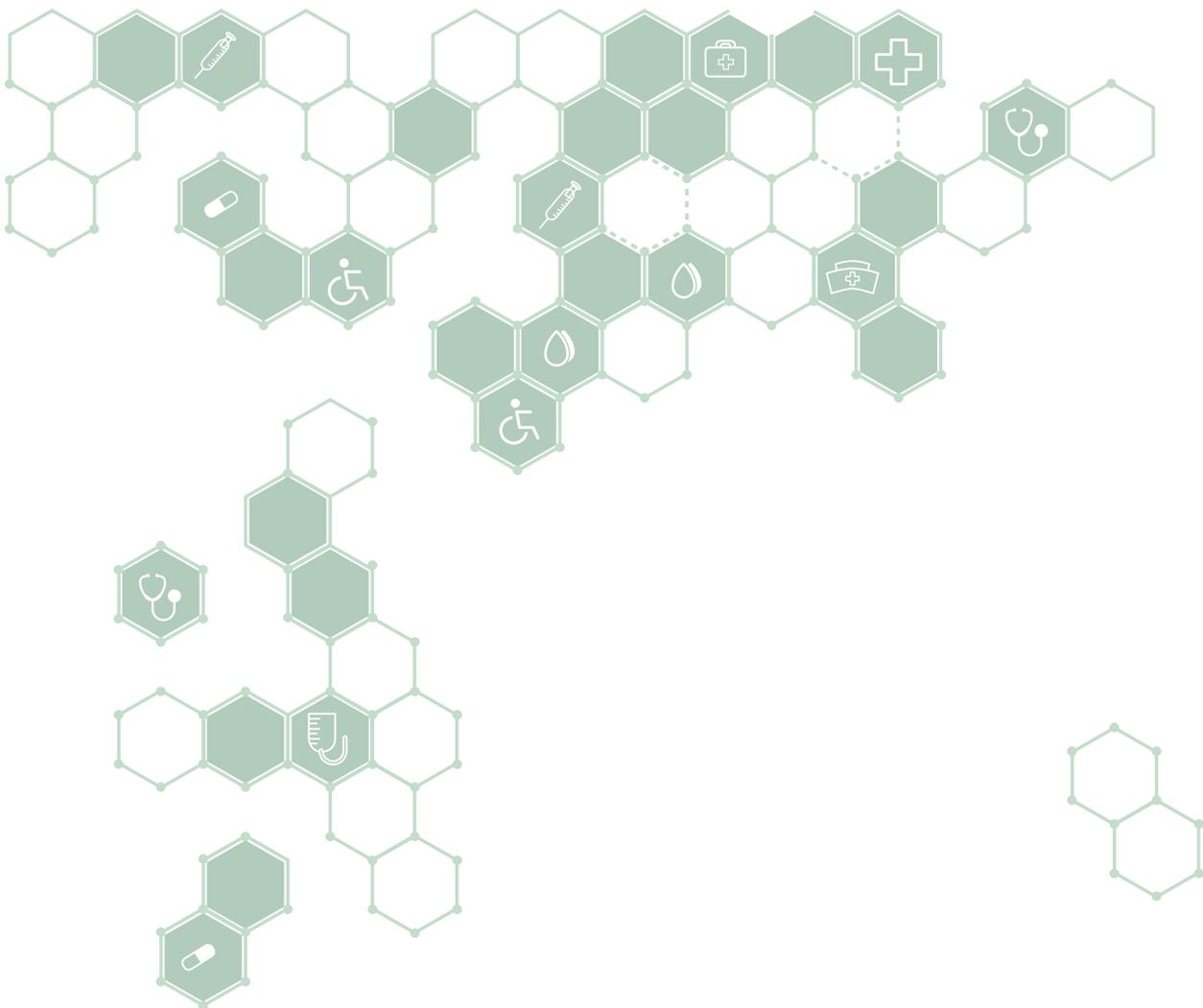
Os desafios para o futuro devem estar alinhados com a monitorização e a avaliação das medidas e ações de promoção da saúde para a população, procurando potenciar a capacitação para a tomada de decisão, informada e reflexiva, com base em fontes credíveis.

Esta abordagem estende-se para múltiplas áreas, com especial enfoque na educação ao longo do ciclo de vida, numa abordagem oportunística de transformar a Literacia em Saúde num recurso reconhecido no âmbito das medidas de saúde pública.

Tendo em conta os ganhos obtidos, deve ser reforçado o investimento na Literacia em Saúde, através de várias estratégias, maximizando os ganhos em saúde da população. Este reforço deve estar alinhado e integrado de forma sustentada com todos os setores da sociedade, com foco no acesso, qualidade e saúde, políticas e cidadania, reduzindo iniquidades, onde saúde e bem-estar se cruzam para um futuro mais saudável para toda a população.



## ANEXO



## ANEXO - ATIVIDADES E PRODUTOS

Atividades/Produtos	O.1 Adotar estilos de vida saudável	O.2 Capacitar para a utilização adequada	O.3 Promover o bem-estar	O.4 Promover o conhecimento e a investigação
Manual de Boas Práticas de Literacia em Saúde para Profissionais de Saúde				✓
Literacia em Saúde e a COVID-19 Plano, prática e desafios				✓
SOBE+	✓	✓	✓	
Literacia em Saúde e Vacinação contra a COVID-19		✓		
Projeto FAP estilos de vida saudável	✓			
Mobilização Social – microinfluenciadores sociais				✓
Saúde Sazonal	✓			
Módulos envelhecimento ativo e saudável	✓			
Adesão terapêutica NMS			✓	
e-books				✓
Formação a migrantes				✓
Comissão Nacional contra Desperdício Alimentar		✓		
Conferências CENIE				✓
Relatório Perceção de risco				✓
Prevenção de acidentes (BC&J).			✓	
PENSE	✓	✓	✓	✓
HLS-19				✓
React Covid-19				✓
Relatórios Barreiras e preditores Vacinação contra COVID 19 (3)				✓
Curso “COVID-19 e medidas de isolamento no domicílio” (NAU)			✓	
Policy Dialogue				✓
Network Literacia		✓		
CHRODIS+	✓		✓	✓
Kit Saúde Oral	✓			
Jogo Tabuleiro jogo gigante				✓
Site Corona Kids	✓			
Stop Contagio	✓			
Produtos de Promoção de estilos de vida saudável durante a pandemia	✓			
Workshop Eurohealth net – Literacia Digital				✓
BCI		✓		✓
Navegação no Sistema (COVID-19) site, promoção do SNS24		✓		
Acesso ao SICO por parte das forças de segurança				✓
Participação com a comissão Nacional de trauma e ANEPC			✓	
U-BIKE	✓			
ENMAP	✓		✓	



## Direção-Geral da Saúde

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

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

E-mail: [geral@dgs.min-saude.pt](mailto:geral@dgs.min-saude.pt)

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



**DGS** desde  
1899  
Direção-Geral da Saúde