



## DIA 25 DE OUTUBRO MÊS DA LITERACIA EM SAÚDE

25

**Marta do Carmo Palmeirão**  
Sócia da SPLS



Não raras vezes, no exercício das minhas funções de docente, costumo questionar os alunos sobre o que fazer quando temos uma dor de barriga? A quem recorrer? E como? E não raras vezes, ouço respostas que seguem, sensivelmente, o mesmo raciocínio, *telefone ao meu Amigo que é médico ou telefone ao meu Amigo que conhece um médico ou subo ao 5.º andar do hospital onde trabalho ou, ainda, vou para as urgências do hospital.*

Não é novidade para quem lê estas linhas que a literacia em saúde define a capacidade de cada um saber como aceder, compreender e perceber, avaliar criticamente e adequar à sua situação, todas as informações e orientações de saúde, de forma a conseguir, no nosso dia a dia, tomar decisões entre distintas possíveis escolhas, em nosso benefício, em benefício de outros (dependam, ou não, de nós) e da sociedade.

Mas se esta capacidade é essencial para aceder a um bom estado de saúde e evitar a doença, ainda, para nos permitir elevados níveis de qualidade de vida em detrimento da situação de morte; é igualmente certo que diminutos graus de literacia em saúde têm repercussões tão graves na sociedade na medida em que impulsionam desigualdades no acesso à educação, ao emprego, permitem situações de vida menos condignas, distinguem o desenvolvimento de competências emocionais e intelectuais, e limitam a participação da vida social e cultural.

De facto, se um bom nível de literacia em saúde – hoje, um direito da Pessoa – é elemento absolutamente condicionante da (adequada) comunicação com os profissionais de saúde, do efetivo exercício de direitos – saber como aceder a uma UCP - e do cumprimento deveres – perceber o prejuízo para o outro, de um acesso indevido aos cuidados -, ainda, da comunhão com as políticas de saúde implementadas – como é o caso da PNV -; diminutos graus de literacia em saúde determinam equivalentes níveis de (des)igualdade e de (in)equidade entre as Pessoas seja no acesso à saúde, seja no desenvolvimento das suas capacidades emocionais, intelectuais e sociais, seja ainda, no acesso à oportunidade de emprego e trabalho, e nas consequentes desigualdades sociais e económicas.

Nessa perspetiva, não temos dúvidas que defender o direito à educação, formação, compreensão e avaliação das informações sobre a saúde significa cumprir os desideratos constitucionais da Vida, da Igualdade e da Liberdade. E exige, entre outras iniciativas, a relação próxima e diária entre profissionais, educadores e cidadãos, nas escolas e nos prestadores de cuidados; exige formação dos profissionais na área da comunicação clara, expressiva, compreensível, inteligível, nas escolas de saúde, com a análise de situações reais; exige ainda, uma maior proximidade, com mais tempo, dos prestadores no contacto com cada um dos seus utentes, mas também a intervenção de outras esferas, como sejam, por exemplo, as farmácias ou as instituições onde trabalhamos nas quais se devem, de facto, criar momentos de exercício e de reflexão, e distribuição de responsabilidade que permitam o equilíbrio entre as exigências laborais e as necessidades físicas e emocionais.

De facto, não basta promover o estudo e a investigação, a publicação de relatórios e manuais, ou até criar instrumentos legislativos; é absolutamente urgente criar nas escolas dos mais pequenos, programas, à imagem dos aprovados para as disciplinas clássicas, de prevenção e promoção de saúde – aliados às iniciativas que já existem -; desenvolver UC de comunicação nos curricula dos cursos superiores de saúde – de todos, sem exceção -, com profissionais especialistas nessa área e análise de situações concretas; parece ainda exigível permitir a intervenção das farmácias – localizadas em todos os cantos do nosso País e do Mundo -, de forma programada, em conjunto com outras entidades do sistema de saúde, em ações de educação, aproveitando a proximidade e reputação junto das suas pessoas; ainda, exigir às empresas equilibrada distribuição de tarefas, regras de contacto – já exigidas pelo legislador - entre chefias e as suas equipas, e que ofereçam – e eventual substituição do tão difícil aumento da remuneração - pacotes de atividades saudáveis que eduquem para o equilíbrio emocional e físico ou acesso a alimentação saudável.

Aliado a tudo isto, é urgente e muito, a educação de Mães e de Pais, para que, em casa, seja possível construir em elevada medida, de forma tão simples e habitual – tal como é, pelo menos, para a maioria de nós, ligar a luz quando chegamos a casa -, a literacia em saúde de quem é já Pessoa, mas que será também, em breve, profissional de saúde, educador, Mãe ou Pai.

