

CHECKLIST

+ DE 25 ORIENTAÇÕES-CHAVE NO USO DE LINGUAGEM SIMPLES

DATE: _____

(S) (M) (T) (W) (T) (F) (S)

- Seja conciso nas palavras escritas e orais.

- Divida informação complexa em pedaços compreensíveis (*Chunk & Check*).

- Evite o jargão ou traduza por palavras simples de serem entendidas pelo destinatário.

- Forneça amplo espaço em branco para que as páginas pareçam fáceis de ler.

- Texto deve estar arejado (deixar respirar o texto).

- Mensagem é mais persuasiva quando é melhorada com gráficos e outros visuais.

- Omita palavras desnecessárias.

- Use mais verbos do que substantivos (Coloque a ação central em verbos fortes, não em substantivos abstratos.
("Se o vendedor entregar a mercadoria tardiamente, o comprador pode cancelar o contrato."; Não: "A entrega tardia das mercadorias pode resultar na anulação do contrato.")

Autores:

Cristina Vaz de Almeida, PhD Communication Sciences (ISCSP)
- vazdealmeidacristina@gmail.com

Mariana Fonseca, Fisioterapeuta especialista em Literacia em Saúde (ISPA)
- comunic8mary@gmail.com

CHECKLIST

+ DE 25 ORIENTAÇÕES-CHAVE NO USO DE LINGUAGEM SIMPLES

DAILY ROTINE

DATE: _____



- Pontos de ação ou comportamentais mais importantes são apresentados em primeiro lugar.

- A linguagem em saúde pode ser diretiva “é preciso” e “deve” em vez de: “indica-se”, “propõe-se”.

- Primazia e recência - Coloque a ideia mais forte, mais importante no início e reforce no final.

- Ser consistente significa usar o mesmo termo para a mesma coisa. Mesmo que haja repetição permite que o leitor não pense duas vezes.

- Use exemplos diários, rotineiros, que a pessoa reconhece, para explicar termos técnicos ou médicos

- Utilize frases curtas (10 a 15 palavras).

- Não corte palavras quando chegar ao final da folha. É preferível colocar a palavra toda seguida na linha de baixo.

- As percentagens devem ser por extenso e simplificadas: em vez de "10%" diga "10 partes em 100".

- Utilize linguagem simples ou definir os termos técnicos que tiver necessidade de usar.

Autores:

Cristina Vaz de Almeida, PhD Communication Sciences (ISCSP)
- vazdealmeidacristina@gmail.com

Mariana Fonseca, Fisioterapeuta especialista em Literacia em Saúde (ISPA)
- comunic8mary@gmail.com

CHECKLIST

+ DE 25 ORIENTAÇÕES-CHAVE NO USO DE LINGUAGEM SIMPLES

DAILY ROTINE

DATE: _____



- Utilize o método *Teach-Back*, na expressão verbal: "explique de volta para garantir que eu me fiz expressar bem no que lhe acabei de contar".

- Use *Teach to goal*, que é reforçar se a pessoa compreendeu o verdadeiro objetivo da instrução em saúde.

- Use voz ativa quando possível (mantenha o sujeito perto do verbo, e o verbo perto do objeto (ou complemento)).

- Reduza o conteúdo das discussões para o que os pacientes realmente precisam saber.

- Use auxiliares audiovisuais para complementar instruções orais e escritas, como diagramas e imagens ou instruções de áudio curto ou videogravadas.

- Inclua instruções interativas fazendo com que os pacientes façam, escrevam, digamos ou mostrem algo para demonstrar sua compreensão. Por exemplo, peça aos pacientes para "ensinar de volta", repetindo ou reafirmando as instruções como o paciente pode dizer a um amigo.

- Teste a legibilidade de materiais educativos. Escreva materiais em um nível de leitura do sexto ano ou inferior.

Autores:

Cristina Vaz de Almeida, PhD Communication Sciences (ISCSP)
- vazdealmeidacristina@gmail.com

Mariana Fonseca, Fisioterapeuta especialista em Literacia em Saúde (ISPA)
- comunic8mary@gmail.com

CHECKLIST

+ DE 25 ORIENTAÇÕES-CHAVE NO USO DE LINGUAGEM SIMPLES

DAILY ROTINE

DATE: _____



Pré-teste materiais para avaliar se são adequados para o público-alvo.

Faça participar o utente no processo de simplificação. Registe o que ele entende e a forma como entende.

Conheça os termos culturais, próprios da região ou cultura da pessoa e registe as crenças positivas para ensino de reforço.

Autores:

Cristina Vaz de Almeida, PhD Communication Sciences (ISCSP)
- vazdealmeidacristina@gmail.com

Mariana Fonseca, Fisioterapeuta especialista em Literacia em Saúde (ISPA)
- comunic8mary@gmail.com