

*Smart Patients*

Capacitação dos Cidadãos para Gestão da sua Saúde

Link: <https://smart-patients.eu>

Um dos principais objetivos da Estratégia de Saúde da União Europeia é “capacitar os cidadãos – colocar os pacientes no centro do sistema e encorajá-los a gerir as suas próprias necessidades de saúde”. Assim, as medidas preventivas não devem ser uma responsabilidade única e exclusiva dos médicos e dos hospitais - os pacientes também devem ser capazes de se tornarem “smart patients”. Um *smart patient* é alguém que desempenha um papel ativo na gestão da sua própria saúde, sendo que ‘saúde’ pode ser entendida, neste contexto, segundo a definição proposta pela Organização Mundial de Saúde em 1948: “Saúde é um estado de bem-estar pleno a nível físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças ou enfermidades”.

Ser um *smart patient* é estar bem informado, por isso o processo educativo no qual se baseia este projeto é a capacitação. Para alcançar os seus objetivos, é necessário adotar uma estratégia holística que inclui (tal como a definição da OMS sugere) aspetos não só da Medicina, mas também da Sociologia e da Psicologia. A parceria do projeto *Smart Patients* é composta por uma equipa multidisciplinar de especialistas das áreas da saúde, apoio social e educação de adultos, que anseiam ir de encontro às necessidades dos pacientes. Os *smart patients* (pacientes inteligentes) entendem que o seu próprio contributo para a recuperação numa doença é um complemento necessário aos tratamentos médicos e não um adversário destes. Os *smart patients* querem ter uma vida isenta de doenças, e percebem que a sua saúde depende do estilo de vida que levam assim como de fatores sociais e ambientais e que não pode ser mantida apenas com tratamentos médicos.

Os objetivos do projeto *Smart Patients* é capacitar os cidadãos com ferramentas que lhes permitam desenvolver a sua autoconfiança e competências para interagir com profissionais de saúde, para atuar na prevenção de doenças e na deteção de problemas de saúde que se encontram numa fase inicial, e para entender o seu contributo para a saúde e na recuperação de uma doença. Os resultados do projeto são o desenvolvimento de aplicações na internet e em dispositivos móveis, e de ferramentas básicas, como recomendações, dicas e orientações para os cuidados preventivos, capacitação e para a participação no processo de cura, e, quando necessário, para a aceitação de uma nova perspetiva de vida.

A dimensão europeia do projeto é vista através da localização das entidades envolvidas na parceria, que vai desde o Noroeste (Irlanda) até ao leste Mediterrânico (Grécia), passando pelo Sudoeste Europeu (Portugal) e pela Europa Central. Num mundo de globalização, o projeto permitirá o desenvolvimento de estratégias transfronteiriças das melhores práticas e a sua transferência para soluções locais nos oito estados europeus da parceria e para além destes. A parceria é composta por uma equipa multidisciplinar de organizações da área da Saúde, especialistas da área da Educação e Ensino, a ainda especialistas multimédia e das TIC.

Um marco importante no início do projeto foi o Relatório de Avaliação de Necessidades, pois permitiu efetuar uma *gap analysis* (análise de lacunas) que serviu de base para o desenvolvimento dos materiais de aprendizagem. O relatório revela que os problemas de saúde são um tema de maior importância para os cidadãos e que estes se mostram interessados em saber o que podem fazer para melhorar a sua saúde. Permitiu, ainda, constatar que a procura de informação sobre saúde na Internet é já um hábito enraizado na nossa cultura, e que, atualmente, a maioria dos cidadãos

possui computador, dispositivos móveis e Internet. Por outro lado, a análise revelou níveis baixos de literacia em saúde, uma comunicação pouco satisfatória entre os profissionais de saúde e os pacientes, pouca confiança nos conteúdos dos websites e de aplicações no âmbito da saúde, uma baixa percentagem de médicos que aconselham os seus pacientes através da Internet e que nos sites atuais os conteúdos informativos estão escritos maioritariamente em Inglês e que são apresentados num formato estático (papel passivo dos pacientes). As mais-valias deste projeto consistem em disponibilizar material informativo sobre saúde através de aplicações para telemóvel pessoas que não têm acesso a computador. Esta informação estará disponível em várias línguas europeias e também na língua dos emigrantes e refugiados, facto que poderá ajudar os cidadãos a obter uma melhor literacia em saúde, assim como melhorar a comunicação entre os profissionais de saúde e pacientes - e também com os cidadãos. Uma outra mais-valia deste projeto é a criação de uma ferramenta apelativa, motivadora, simples, instantânea e interativa, que irá de encontro às necessidades de saúde dos cidadãos, alertando-os e focando a sua atenção na prevenção, capacitação e participação.



O apoio da Comissão Europeia a esta publicação não constitui um apoio público aos conteúdos que refletem a visão pessoal dos autores. A mesma Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito da informação aqui contida.