

# Plano Nacional de Saúde 2012-2016

Roteiro de Intervenção em Saúde Pública

(Novembro de 2014)



**Plano Nacional de Saúde  
2012-2016**

# **Plano Nacional de Saúde 2012-2016**

## **Roteiro de Intervenção em Saúde Pública**

**(Novembro de 2014)**

Salvador Massano Cardoso

Documento de Trabalho

## RESUMO

A saúde pública foi e continua a ser o determinante número um para o crescimento, bem-estar e desenvolvimento civilizacional. A história ilustra de forma inquestionável esta conquista que dá cor e honra ao conceito de humanidade.

No tocante à história da saúde em Portugal, a mesma está devidamente documentada em várias obras dentro das quais destaco, naturalmente, a de Gonçalves Ferreira, notável médico de saúde pública, que muito contribuiu para o desenvolvimento das estruturas e de novas formas de intervenção comunitária, social e pessoal com impacto na saúde nacional.

Portugal constitui um país muito *sui generis* em várias áreas, o que pode ser demonstrado através dos dados de natureza estatística e epidemiológica.

A saúde pública é mais do que uma ciência ou arte é a personalização da filosofia de vida a nível de um país e mesmo a nível mundial.

Os cidadãos têm o direito a ser tratados com os meios disponíveis. Uma conquista social inequívoca que não merece discussão. Na prática, verificamos que, em Portugal, têm ocorrido muitas transformações com impacto positivo na comunidade.

Portugal, no campo assistencial, deu um salto qualitativo dos mais extraordinários que se conhece a nível mundial. Em poucos anos conseguimos modificar os indicadores que nos colocavam no grupo dos povos subdesenvolvidos para entrar no grupo dos mais avançados.

O caso da mortalidade infantil, o indicador mais sensível das variações sociais, teve uma evolução de que nos devemos orgulhar. Um país que consegue tal feito revela uma capacidade notável para investir e para se desenvolver. É pena que não a tenhamos observado noutras situações, mas Portugal é um poço de paradoxos capaz de alinhar pelos que vão à frente e permanecer ao mesmo tempo em lugares pouco confortáveis.

Combater as principais pragas que atingem os portugueses, que estão bem identificadas e quantificadas, basta analisar os inúmeros documentos e vários estudos já realizados, exige um desenvolvimento da economia nacional, depauperada, e com indicadores a sugerirem o seu agravamento nos próximos anos, facto altamente limitador das medidas que hoje em dia estão em vigor e patrocinadas pelo plano nacional de saúde, documento estratégico que merece uma análise aprofundada.

Em Portugal, observámos nos últimos decénios um forte "crescimento" em termos culturais e académicos, embora estejamos muito longe do desejável. É preciso evitar o abandono escolar, prolongar a educação e promover o acesso ao ensino superior o que está a ser dificultado por vários motivos. Só de uma forma determinada e consistente, mas que vai, ainda, durar muito tempo, serão precisas gerações, é que os conhecimentos científicos e culturais poderão "germinar" e fornecer os belos frutos da saúde.

Portugal é um país estranho em termos de saúde. Consegue mostrar avanços extraordinários em muitas áreas, mas também apresenta indicadores preocupantes noutras que merecem ser destacadas e estudadas a sério com a profundidade e prioridade exigidas.

Existe um enorme potencial para melhorar a saúde dos portugueses. Os planos nacionais constituem bons e

adequados guiões de conduta ou de orientação de forma a ajudar a equacionar e a promover políticas e condutas com vista a melhorar a saúde de um povo.

Com o envolvimento de todas as áreas poderemos modificar os problemas mais prementes que nos afligem neste momento. Podemos afirmar que, com investimento, conhecimento e vontade política, é possível dar mais saúde à saúde dos portugueses.

## SAÚDE PÚBLICA EM PORTUGAL

### I

A definição de saúde da O.M.S. é uma das mais interessantes utopias. Quem a escreveu não pode ter sido um médico, nem ninguém ligado à saúde pública, só pode ter sido um político. Ao analisá-la cai por terra o seu significado e alcance à primeira observação. Ninguém neste planeta consegue encaixar-se dentro daquelas balizas. A utopia humana ao serviço da utopia política.

A saúde e o bem-estar perfeitos não existem, e nem nunca existirão, porque só o facto de se viver em sociedade constitui uma forma de compromisso e de tensão que leva ao desconforto e à patologia. De qualquer modo, a sociedade, construída por homens e mulheres, necessita de pessoas saudáveis e tem de propiciar meios para que a "saúde" possa vingar. Nenhuma sociedade e, sobretudo, nenhuma civilização alcançaram o estatuto de soberania sem que na sua base houvesse esse respeito e vontade de proteger a saúde dos seus cidadãos.

A saúde pública foi e continua a ser o determinante número um para o crescimento, bem-estar e desenvolvimento civilizacional. A história ilustra de forma inquestionável esta conquista que dá cor e honra ao conceito de humanidade.

Seria melhor redefinir o conceito de saúde, até porque nos moldes em que é apresentada poderá ser fonte de inquietação e de problemas dando a ideia de que é possível atingir todos os desideratos, condicionando a forma de pensar, de atuar e, sobretudo, de exigir por parte do cidadão comum. Melhor fora que se adotasse a "saúde como um estado de razoável harmonia entre o sujeito e a própria realidade".

Por uma questão de justiça, e de orgulho nacional, devemos considerar as medidas tomadas no final do século quinze, a criação das misericórdias, onde se podem observar a essência das catorzes misericórdias, algumas das quais se encaixam dentro do conceito de saúde pública, como sinónimo de visão política nesta área. Misericórdias que desempenharam, e continuam a desempenhar, um papel muito importante em termos de saúde. No entanto, durante a primeira parte do século dezanove (1837) foi publicada a primeira Lei Orgânica de Saúde em Portugal face à emergência dos novos conhecimentos. Foi preciso esperar até ao final do século para que ocorresse a reorganização dos serviços de saúde graças à dinâmica e engenho de Ricardo Jorge. A Lei Orgânica da Saúde em Portugal de 1837 constitui, com a reforma de 1868, as primeiras tentativas de atualização do país face às novas experiências e conhecimentos. Em 1899 o Dr. Ricardo Jorge envolve-se na reorganização dos serviços de saúde, "Serviços de Saúde e Beneficência Pública", regulamentados em 1901 e com entrada em funções em 1903. A prestação de cuidados de saúde baseava-se na clínica privada e o Estado só prestava assistência aos pobres.

No tocante à história da saúde em Portugal, a mesma está devidamente documentada em várias obras dentro das quais destaco, naturalmente, a de Gonçalves Ferreira, notável médico de saúde pública, que muito contribuiu para o desenvolvimento das estruturas e de novas formas de intervenção comunitária, social e pessoal com impacto na saúde nacional. A partir deste momento muitas iniciativas foram tomadas com a implementação de medidas práticas e objetivas no terreno com o superior intuito de defender, proteger e tratar a saúde dos portugueses, criando serviços e desenvolvendo programas de interesse em termos de saúde pública, as quais foram coroadas em 1979 com a criação do Serviço Nacional de Saúde.

## II

A saúde constitui o maior bem e o principal denominador comum a todas as sociedades e civilizações. A procura de meios para combater a doença data do início da humanidade. Desde então foram realizadas muitas tentativas com esse objetivo. Mais uma utopia a registar. De qualquer modo, não se podendo eliminar totalmente a doença, porque é a sombra permanente da saúde, contribuindo para a evolução da vida, verifica-se uma notável melhoria da saúde das populações. Portugal não foge à regra. Sem nos alongarmos em demasia no tempo, é possível verificar notáveis conquistas num prazo muito curto o que evidencia as nossas capacidades quando desejamos lutar por um projeto. Mesmo as inúmeras dificuldades na implementação de certos programas e iniciativas não conseguiram travar uma evolução bastante positiva. Portugal, com os seus paradoxos e dramas, tem revelado ser capaz de conquistas únicas e generosas capazes de satisfazer o orgulho nacional, embora pese muitos problemas que têm de ser resolvidos.

O século XX, sobretudo o último quartel, foi rico em termos de evolução em matéria de saúde pública. Graças a vários fatores, iniciativas, vontades políticas e resoluções foi possível modificar o panorama da saúde. O empenhamento, a visão e a sabedoria de muitas individualidades, enquadradas em estruturas adequadas e aliadas às decisões políticas e civilizacionais foram determinantes para o progresso.

Para documentar as afirmações torna-se indispensável socorrer de alguns exemplos.

A vacinação constitui a mais importante das conquistas da humanidade. Por ser tão importante até está na base de comportamentos irracionais e imbuídos de ideologias muito discutíveis. Em Portugal, a cobertura de vacinação na década de 1960 era pobre, muito deficiente, embora já se administrassem dezenas de milhares de vacinas. Em meados da década de sessenta começou a praticar-se a vacinação contra a poliomielite, que, em termos práticos, marca o início do Plano Nacional de Vacinação. Nos anos subsequentes foram agrupadas outras vacinas, tétano, difteria, tosse convulsa e varíola. Periodicamente foram acrescentadas outras, enriquecendo o universo e a cobertura da população de forma a podermos orgulhar-nos do nível e do tipo de cobertura, graças à capacidade organizadora e fiscalizadora das autoridades responsáveis, o que constitui a marca de uma indiscutível maioridade.

### III

Portugal constitui um país muito *sui generis* em várias áreas, o que pode ser demonstrado através dos dados de natureza estatística e epidemiológica. No tocante aos dados existiu durante muito tempo, e ainda continua, infelizmente, um défice extraordinário no registo dos mesmos.

A resolução de qualquer problema passa inexoravelmente pela sua quantificação. Constitui a primeira etapa. O desconhecimento ou o "atrevimento" na forma como são lançados para a comunidade "dados" é preocupante, obrigando os responsáveis a investir neste capítulo, matéria que só ultimamente tomou foros de importância e de responsabilidade social. Felizmente, as autoridades de saúde têm investido e acarinhado projetos desta índole o que irá permitir não só um melhor conhecimento das doenças ou dos fatores de risco, assim como a evolução dos mesmos e as respostas às medidas definidas e em implementação. Consideramos estar perante um sinal de maioridade que, embora tenha surgido tardiamente, está a dar frutos visíveis. Face aos estudos pontuais, e a alguns registos, foi possível verificar qual a dinâmica e evolução de muita patologia em Portugal. De facto, houve uma mudança do paradigma patológico fruto de várias circunstâncias. De qualquer modo, cada época, cada era, tem a sua forma própria de adoecer e de morrer. O envelhecimento súbito que está a ocorrer entre nós constitui o principal fator para explicar o incremento das doenças neoplásicas, doenças cardiovasculares e as do foro neurológico. O conhecimento desta realidade levou e leva os responsáveis ao estabelecimento de inúmeras medidas de caráter preventivo a diferentes níveis.

### IV

A saúde das comunidades mergulha as suas raízes em vários campos. Saber semear em cada um deles constitui uma arte e uma filosofia. Sem o conhecimento e o domínio da realidade dos diversos fatores suscetíveis de modificar o panorama da saúde não é possível promover o bem-estar dos portugueses.

A saúde pública é mais do que uma ciência ou arte é a personalização da filosofia de vida a nível de um país e mesmo a nível mundial.

A biologia humana é o substrato para os acontecimentos vitais e patológicos de qualquer um. O seu conhecimento e desenvolvimento constituem uma das áreas nobres. Para isso é preciso investigar, é preciso saber interpretar para poder modificar e prevenir o que está alterado ou errado. Toda a política de investigação na área da saúde é bem-vinda e constitui um sinal muito positivo. Embora não tendo, por enquanto, muitas oportunidades para podermos atuar à escala biológica e molecular, mesmo assim é vital o conhecimento oriundo deste campo de saúde, permitindo uma leitura mais correta de como os acontecimentos decorrem, ajudando, conseqüentemente, a definir políticas de intervenção a outros níveis, mais imediatos, visíveis e compreensíveis. As modificações a nível estrutural ou genético podem ser muito apetecíveis e até capazes de ajudar a resolver os "erros da natureza", mas não é por aqui que a saúde pública tem acesso ao seu objetivo máximo, preservar a saúde, prevenir a doença e promover o bem-estar. Além do mais coloca-se a dúvida se valerá a pena enveredar por este caminho. De qualquer maneira é agradável ver que em Portugal, em diferentes unidades científicas, se faz com sucesso investigação de nível muito elevado, a qual está e irá converter-se em termos práticos numa melhor qualidade de saúde. Mas é precisamente nas áreas do ambiente e do comportamento humano que podemos e devemos atuar com mais precisão e com sucesso garantido. São as duas áreas de excelência. A par destas duas, uma outra merece ser considerada, a organização dos cuidados de saúde. Curiosamente, quando se fala de saúde pública, a discussão e análise cingem-se praticamente a este setor. Compreende-se a razão. Quando se está doente o que é preciso é

socorrer das instituições e meios existentes para resolver os nossos problemas. Reação indiscutível. No entanto, não se pode confundir saúde pública com o sistema de saúde vigente assim como os meios e recursos dispostos ao serviço do cidadão. É importante, é vital, mas tem um limite de ação. Na prática temos vindo a discutir e a debater a organização dos serviços de saúde em Portugal. Uma das áreas que mais transformações sofreu e continua a sofrer. O ritmo de transformação é de tal forma rápido, e mesmo "violento", que causa transtornos, preocupações e mal-estar nas populações.

Os cidadãos têm o direito de ser tratados com os meios disponíveis. Uma conquista social inequívoca que não merece discussão. Na prática verificamos que em Portugal têm ocorrido muitas transformações com impacto nas comunidades. O sentimento de proteção está associado à proximidade dos serviços e meios disponíveis. Quando, por motivos óbvios, são feitas transformações as populações ressentem-se, invocando que estão a perder direitos. Essas transformações têm a ver com novas dinâmicas e formas de cobertura que são assimiláveis pelas populações mais jovens com um nível de adaptação notável. O pior são os outros os que não conseguem compreender nem adaptar-se em virtude da idade e das limitações associadas. Nestes casos, a sensação de abandono é uma realidade preocupante. Importaria que fosse tomada em linha de conta este desfazamento entre a rapidez da transformação técnica e assistencial com as necessidades reais dos mais idosos. Fazer saúde pública não é só colocar a modernidade e a rapidez ao serviço do povo é atender às limitações de muitos sobretudo os filhos do envelhecimento acelerado e do afastamento despropositado que caracteriza as regiões mais distantes dos grandes centros.

Em Portugal é bem visível esta dicotomia geracional em termos assistenciais. Todas as políticas viradas para a parte assistencial são bem-vindas mas não são suficientes para mudar o paradigma da doença, do sofrimento e da forma de morrer. Além do mais é custosa e cada vez mais. Ninguém nega a sua importância, mas convém realçar que o seu contributo para a saúde global não deverá ultrapassar os vinte por cento. Uma cifra simbólica a querer lembrar, e bem, que os outros oitenta por cento estarão entregues ou dependentes do ambiente e do comportamento, áreas onde a saúde pública irá encontrar a solução para muitos dos problemas.

Apesar de todas as limitações, discussões e convulsões no sistema assistencial em Portugal não podemos deixar de o glorificar, malgrado os altos e baixos, ao proporcionar bem-estar e cuidados de bom nível aos portugueses. A saúde pública depende de um bom sistema assistencial que em Portugal tem sido uma realidade embora necessite de cuidados e atenções apropriadas que caem no domínio da política. A palavra política entra aqui pela primeira vez, mas não será a última, porque em essência todos estes problemas revestem-se de preocupações políticas a diferentes escalas e níveis, sem as quais não pode haver melhoria e desenvolvimento.

Portugal, no campo assistencial, deu um salto qualitativo dos mais extraordinários que se conhece e nível mundial. Em poucos anos conseguimos modificar indicadores que nos colocavam no grupo dos povos subdesenvolvidos para entrar nos grupos mais avançados.

O caso da mortalidade infantil, o indicador mais sensível das variações sociais, teve uma evolução de que nos devemos orgulhar. Um país que consegue tal feito revela uma capacidade notável para investir e para se desenvolver. É pena que não a tenhamos observado noutras situações, mas Portugal é um poço de paradoxos capaz de alinhar pelos que vão à frente e permanecer ao mesmo tempo em lugares pouco confortáveis.

## V

Em termos práticos as grandes conquistas dependem da forma como é encarada a saúde individual e coletiva. A análise histórica permite-nos verificar que as grandes civilizações assentam na saúde pública. Mesmo com as limitações técnicas e científicas inerentes às diversas épocas é possível verificar que é a chave do sucesso. Cuidados higiénicos, disponibilidades alimentares e engenharia social constituem a base da fórmula do sucesso.

Podemos afirmar, sem receio de errar, que a solução de muitos problemas de saúde que afligem as sociedades assenta as suas raízes em nós de uma complexa e extraordinária rede. Vivemos em rede. As redes constituem a base de sistemas em que os laços de inúmeras arestas, que se cruzam e descruzam em vários pontos, numa sequência aparentemente errática, mas definida pelos efeitos, causas e novos efeitos, determinam os "outcomes" de muitas patologias. É nosso hábito tentar repor a anormalidade através dos cuidados imediatos ou, então, atuar a montante numa perspetiva de prevenção. Acontece que a atuação preventiva, tão difundida e considerada como a natural prioridade para resolver a maioria dos problemas, se tem revelado insuficiente e mesmo desmoralizadora atendendo aos maus resultados. Importa atuar preventivamente muito mais a montante em nós aparentemente desligados dos nossos objetivos mas vitais para que, numa sequência em cadeia, provoque as almejadas mudanças.

Em termos de saúde, se fosse dado o natural e almejado incentivo e desenvolvimento a três grandes eixos seria muito provável que num futuro próximo pudéssemos alcançar muitos dos nossos objetivos. Uma sociedade que se estribe numa boa e saudável economia, que se apaixone pela cultura e educação e que seja capaz de idolatrar a atividade física poderia, num espaço temporal razoável, alcançar indicadores de saúde dos mais positivos e almejados por qualquer povo. Trata-se de um tríade que aparentemente "foge" aos cânones de intervenção da saúde, mas sem dinheiro no bolso, sem cultura e instrução que alimente a mente e sem o uso adequado do organismo humano dificilmente se poderão atingir os objetivos de saúde.

Combater as principais pragas que atingem os portugueses, que estão bem identificadas e quantificadas, basta analisar os inúmeros documentos e vários estudos já realizados, exige um desenvolvimento da economia nacional, depauperada e com indicadores a sugerirem o seu agravamento nos próximos anos, facto altamente limitador das medidas que hoje em dia estão em vigor e patrocinadas pelo plano nacional de saúde, documento estratégico que merece uma análise mais aprofundada. A par desta limitação estratégica de importância vital, acresce o défice cultural e escolar dos portugueses. Apesar das modificações operadas nos últimos decénios observam-se limitações no desenvolvimento do percurso escolar dos portugueses, mesmo com todas as medidas já implementadas com vista a evitar o abandono escolar. Uma limitação estrutural muito importante e vital que se agrava pelo défice cultural. Este último é vital para a compreensão e dinâmica da prevenção e tratamento das doenças. Por último, depois de termos abordados os "fatores materiais" e os culturais, há necessidade de reavaliar o capítulo do exercício físico. A sua importância em termos de saúde está bem identificada. O combate ao sedentarismo passa pelo uso adequado do organismo humano que se pode fazer de várias formas, havendo uma que não tem sido objeto de preocupação política satisfatória, o desporto. Uma política bem construída em redor do desporto permitiria de uma cajadada resolver muitos problemas de natureza clínica e social, tais como, diminuição da violência, mais solidariedade, mais produtividade, melhor competitividade, mais respeito pelas normas e pelas leis, menos toxicodependências e, naturalmente, mais desenvolvimento cultural e económico da sociedade, duas pedras angulares para a solução de muitos males. Infelizmente esta área não tem sido objeto de atenção e de promoção adequadas nos diferentes níveis, desde a infância até à universidade, e que devem continuar no futuro de cada um como elemento base do bem-estar

pessoal e global. Retirar os "pseudodesportistas" das tradicionais bancadas para as pistas, estádios, pavilhões, piscinas, estradas e qualquer local onde se possa praticar desporto seria uma solução das mais extraordinárias que um povo poderia alcançar.

## VI

O comportamento e o ambiente são duas vertentes onde devemos concentrar a atenção. Se por um lado é relativamente fácil identificar os diferentes tipos de atitudes que estão na base da patologia, mais difícil é conseguir alterá-los, preveni-los ou modificá-los. As razões não são difíceis de compreender.

A natureza humana é muito complexa, baseia-se numa evolução agressiva, competitiva e hedonista de seres que têm a consciência dos diferentes atos e comportamentos, mas têm tremenda dificuldade em os evitar ou contornar.

Seria extremamente fácil demonstrar alguns desses comportamentos e atitudes para explicar quais os seus efeitos na saúde. Podemos considerar que a procura do prazer e a satisfação de arquétipos, que nasceram nos confins dos primórdios da proto-humanidade, e que nos ajudaram a sobreviver e a evoluir, e a vontade de se impor aos seus semelhantes, obriga-nos a escolher comportamentos e hábitos que, mesmo que se provem que são negativos e perigosos, são difíceis de modificar.

Para alterar esta situação é preciso informar e educar. Informar é extraordinariamente fácil nos dias que correm. Chega a ser fácil de mais, mas mesmo assim não se vislumbra a obtenção de conhecimentos necessários. Transformar informação em conhecimento é um processo complexo que exige muito esforço. Esforço que só por si constitui um forte entrave. Para ultrapassar este problema torna-se absolutamente necessário que o nível cultural e académico dos portugueses cresçam.

Em Portugal, observámos nos últimos decénios um forte "crescimento" em termos culturais e académicos, embora estejamos muito longe do desejável. É preciso evitar o abandono escolar, prolongar a educação e promover o acesso ao ensino superior o que está a ser dificultado por vários motivos. Só de uma forma determinada e consistente, mas que demora muito, são precisas gerações, é que os conhecimentos científicos e culturais com impacto na saúde podem "germinar" e dar belos frutos.

Em termos práticos, e apesar dos relevantes esforços por parte das autoridades da saúde com os seus múltiplos planos, intervenções e recomendações, cuja qualidade e alcance merecem os maiores encómios, não se consegue atingir os ambicionados objetivos. No entanto, trata-se de um esforço que, com a continuação, irá permitir no futuro criar condições e estimular os meios para a frutificação de resultados muito positivos. Precisamos de investir na educação e na cultura. Qualquer projeto ou plano de intervenção em qualquer área, desde as doenças cardiovasculares à obesidade, passando pela diabetes e controlo do VIH/Sida, só para falar de alguns, exige, além dos programas bem desenvolvidos pelas autoridades de saúde e sociedades científicas, um forte e continuo investimento no acesso e na qualidade de educação e de empenho cultural e artístico. Aqui, neste contexto, importa salientar, em termos sociais, alguns movimentos que quase poderíamos incluir na "New Age", e que ao aproveitarem-se dos conhecimentos científicos conseguem enxertá-los de conceitos, valores e ideias que não são consentâneos com os superiores interesse das populações. Assiste-se a verdadeiras situações "antisaúde", apesar de quererem vender a ideia de que não, que são muito "saudáveis".

A população é muito permeável a certo tipo de correntes que se aproveitam do estado e da preocupação com

a saúde para optar por hábitos, condutas, estilos de vida, aquisição de substâncias, de rituais e outras coisas. O aproveitamento deste "hiato de carência cultural" atrasa a aplicação de planos e projetos de promoção e de prevenção de saúde, constituindo mais uma preocupação, um verdadeiro problema de saúde pública.

Portugal sofre neste momento uma vulnerabilidade face à "indústria que vende saúde artificial" em detrimento de projetos bem definidos e estruturados.

## VII

A Saúde Pública, nas suas inúmeras facetas, constitui a base civilizacional do progresso e bem-estar das sociedades. Portugal tem dado ao longo do tempo provas suscetíveis de poder melhorar o estado de saúde dos seus cidadãos. Não faltam projetos, existem estratégias bem definidas, as autoridades estão conscientes dos fenómenos e os profissionais desejosos em contribuir para a sua implementação. Resta a população a qual tem de ter meios, cultura, vontade e conhecimentos, trabalho hercúleo que exige tempo, persistência e políticas certas.

Importa analisar alguns aspetos que consideramos como pertinentes. A diabetes *mellitus*, doença de expressão civilizacional, é paradigmática da situação a que chegámos em Portugal. Uma percentagem significativa de portugueses sofre desta doença resultante de uma interação entre a predisposição biológica e os fatores ambientais e culturais. O aumento da prevalência revela estarmos perante uma situação muito complexa com impacto negativo na saúde e na economia nacional. Revela em toda a sua expressão e extensão o paradigma do fenómeno de transição epidemiológica com implicações muito sérias em termos de economia e da saúde das populações. Mesmo tendo consciência deste tão gravoso problema dificilmente se conseguirá ultrapassar anos e anos de agravamento da situação com implicações muito sérias em termos de economia e de desenvolvimento. A população irá demorar muitos anos em interiorizar certos conceitos, atitudes e comportamentos com sérias consequências na saúde individual e no bem-estar coletivo. Portugal sofre e provavelmente irá continuar a sofrer durante muitos anos as consequências de tão tenebrosa doença com impactos negativos a todos os níveis.

Mas não é só a diabetes *mellitus* a constituir objeto de atenção e de preocupação a nível nacional, sobretudo através das consequências a nível cardiovascular, outras patologias, altamente prevalentes, são consideradas como preocupantes. As doenças cardiovasculares são um exemplo paradigmático. Apesar de se ter observado uma diminuição significativa da mortalidade cardiovascular em Portugal, mesmo assim continua a ser uma das maiores preocupações pelo simples facto de poderem ser "preveníveis". Por "preveníveis" entendemos "adiamento" do seu aparecimento e das suas consequências mais funestas. É bom reequacionar o conceito de "prevenção" que não significa forçosamente a evicção das mesmas, isto na maioria das patologias, mas simplesmente o adiamento do seu aparecimento para idades mais propectas. Deste modo, o investimento que tem vindo a ser feito nos últimos decénios em Portugal tem-se mostrado como muito positivo, embora longe do desejável. Morre-se menos por doenças cardiovasculares e muito mais tarde do que ocorria há muitos anos fruto de medidas de cariz preventivo entre as quais destacamos a prevenção secundária. Podemos afirmar que a principal razão da diminuição da mortalidade cardiovascular em Portugal se deve mais a medidas de prevenção secundária do que a medidas de prevenção primária. Até as medidas terciárias, relativas ao elevado contributo das terapêuticas médicas e cirúrgicas, têm tido um papel determinante que merece ser destacado. No que toca às medidas secundárias, terapêutica e controlo dos principais fatores de risco cardiovascular, podemos afirmar que, estando ainda muito longe dos seus potenciais efeitos, têm sido o principal responsável pela diminuição da mortalidade cardiovascular em Portugal. De facto, como explicar a discrepância entre a

diminuição da mortalidade cardiovascular e a manutenção e até incremento de muitos fatores de risco cardiovascular? A mortalidade cardiovascular tem vindo a diminuir, a morbilidade nem por isso, até tem aumentado nalgumas patologias do foro cardiovascular, logo, é preciso explicar o fenómeno através da prevenção secundária. Esta última forma de prevenção está longe de ter esgotado o seu potencial. A melhoria do diagnóstico precoce dos fatores de risco e da patologia cardiovascular e o respetivo tratamento através de uma adequada adesão à terapêutica permitiria um controlo mais efetivo de um grupo importante de doenças que atinge os portugueses, constituindo a medida mais imediata para obter ganhos notáveis sem esquecer as medidas de educação e formação, mais lentas, e que só daqui a muitos anos poderão exteriorizar os seu ganhos efetivos. A economia, a cultura e o investimento na área da prevenção primária são lentos e complexos que só o tempo pode gerar com os esforços dos responsáveis pelas diferentes áreas do conhecimento e da cultura.

A par das doenças cardiovasculares destacam-se as diferentes formas de cancro. Esta área é muito complexa e está num crescendo imparável devido ao aumento da esperança de vida, à exposição a inúmeros fatores de riscos ou à perda de estilos saudáveis resultantes da vida moderna. Nota-se, presentemente, empenhamento em termos de prevenção, diagnóstico precoce e tratamento adequado, permitindo melhorar a esperança de vida dos portugueses em termos oncológicos a ponto de já se observar o aparecimento de um novo fenómeno, “cancros múltiplos”. De qualquer modo, estamos perante um fenómeno em crescendo com implicações sociais, culturais e de cuidados adequados que irão merecer muita atenção e preocupação em termos de saúde pública num futuro muito próximo. Nesta área importa investir naquilo a que se convencionou chamar “estilos de vida saudáveis”, muitas vezes neutralizados pelo fator idade, fenómeno que está em crescendo. De facto, Portugal está a sofrer um fenómeno muito preocupante e com uma aceleração dramática que é o envelhecimento. É um país que corre na fórmula um, não vai sozinho, mas vai em primeiro lugar, o que merece alguns comentários e análise.

O envelhecimento constitui a primeira, a segunda e a terceira causa de morbimortalidade. Em Portugal o envelhecimento disparou nos últimos anos, mais propriamente nos dois últimos decénios, graças ao envelhecimento de base, comprometendo a substituição das gerações. Envelhecer é praticamente sinónimo de adoecer. Mesmo que se consiga em última análise desenvolver a contração da doença e da morte para os últimos períodos da existência humana, não será possível evitá-la, como é óbvio. Ora como a contração da doença e da morte para os últimos dias da existência humana está ainda muito longe de ser alcançada temos de lidar com ela, já que constitui a faceta mais visível da vida humana. Dentro das inúmeras doenças, destacamos três, a diabetes, com todas as suas complicações, as doenças cardiovasculares e as neoplasias. A par destas, salientamos um outro grupo de doenças, as de cariz demencial associadas ao envelhecimento cujo crescendo está à nossa frente com implicações muito complexas e onerosas em resolver.

## VIII

Portugal é um país estranho em termos de saúde, e não só, mas nestas áreas consegue mostrar avanços extraordinários em muitas áreas, veja-se o caso mortalidade infantil, motivo de orgulho para um povo que num passado não muito distante revelava comportamentos típicos de um país terceiro-mundista, mas que agora ombreia com os melhores, mas também apresenta indicadores preocupantes noutras áreas que merecem ser destacadas, e estudadas a sério com a profundidade exigida, mas que esbarram frequentemente em muros que não são sinónimo de ignorância, de desconhecimento ou da falta de vontade de quem se dedica e se interessa pela saúde em Portugal. As áreas do ensino, da economia, do desporto, da cultura, da economia e da política propriamente dita têm a maior parte de responsabilidade no estado de saúde dos portugueses. A

saúde é demasiada importante para ser tratada pelos profissionais afetos à saúde. A saúde é o campo mais vasto que se conhece onde todos, sem exceção, têm responsabilidades de elevado nível. Sem o concurso de todos, e sobretudo dos que aparentemente parecem estar muito longe deste setor, não vai ser possível modificar o bem-estar e a saúde dos portugueses.

Existe um enorme potencial para melhorar a saúde dos portugueses. Os planos nacionais constituem bons e adequados guiões de conduta ou de orientação de forma a ajudar a equacionar e a promover políticas e condutas com vista a melhorar a saúde de um povo. Nesta matéria, os documentos, planos e orientações existentes são suficientes para ajudar a definir e a intervir nos diversos campos de saúde, que vão desde a biologia, passando pelo ambiente e comportamento, até à organização dos cuidados de saúde. Podemos e devemos atuar nestes quatro campos de saúde. Temos meios e conhecimentos para os desenvolver a níveis elevados capazes de revolucionar a saúde e o bem-estar dos portugueses, mas sem investimento, conhecimento e vontade em atuar nas múltiplas áreas que, aparentemente, parecem estar muito longe da saúde, mas que não estão, são as suas verdadeiras sombras, nunca poderemos resolver os nossos mais cadentes problemas de saúde.

A saúde é demasiada complexa para se deixar apenas nas mãos dos profissionais da saúde. Só com o envolvimento de todas as áreas poderemos modificar os problemas mais prementes que nos afligem neste momento, e que não são poucos, mas face às conquistas que já foram efetuadas em determinadas áreas, colocando-nos em pé de igualdade com os povos mais desenvolvidos, poderemos afirmar que, com investimento, conhecimento e vontade política, é possível dar mais saúde à saúde dos portugueses.

Assim o queiramos.

## REFERÊNCIA FINAL

*(Este texto resulta de uma reflexão sobre a saúde pública em Portugal inspirada na leitura e análise de vários documentos, decisões e recomendações emanadas pelas autoridades de saúde. Dentro destes destacamos o Plano Nacional de Saúde 2012-2016 assim como os diferentes planos setoriais. Estes documentos de orientação estratégica, de valor indiscutível, permitem que todos os agentes e instituições com responsabilidades na saúde podem e devem beber princípios, orientações, estabelecer prioridades e, até, conhecer mecanismos e meios para a prossecução do objetivo máximo que é dar mais saúde aos portugueses, contribuindo para o seu bem-estar individual e coletivo.)*