

Artigo de Opinião

Literacia em saúde: qual o contributo da academia?

Health literacy: what is the contribution of academia?

Inês Zimbarra Cabrita^{1,2,3}

¹ Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa Lisboa, Área de Ensino de Cardiopneumologia, Lisboa.
icabrita@esscvp.eu; inescabrita@medicinia.ulisboa.pt

² Associação para Investigação e Desenvolvimento da Faculdade de Medicina, Lisboa.

³ CCUL@Rise, Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa, Lisboa.

A literacia em saúde refere-se à capacidade dos indivíduos de aceder, compreender e utilizar informação em saúde para tomar decisões informadas. Baixos níveis de literacia impactam negativamente a adesão terapêutica e os resultados em saúde e, em Portugal, estudos indicam desafios significativos nesta área. O papel das instituições académicas e de programas de capacitação é crucial para melhorar a literacia em saúde da população. Além disso, uma sociedade mais informada contribui para a eficiência dos sistemas de saúde, reduzindo custos associados a hospitalizações evitáveis e a utilização inadequada dos serviços de saúde.

Health literacy refers to the ability of individuals to access, understand and use health information to make informed decisions. Low levels of literacy negatively impact therapeutic adherence and health outcomes, and studies in Portugal indicate significant challenges in this area. The role of academic institutions and training programmes is crucial to improve the health literacy of the population. Furthermore, a more informed society contributes to the efficiency of health systems, reducing costs associated with avoidable hospitalisations and inappropriate use of health services.

PALAVRAS-CHAVE: *Literacia em saúde; educação em saúde; promoção da saúde.*

KEY WORDS: *Health literacy; health education; health promotion.*

Submetido em 28.03.2025; Aceite em 31.03.2025; Publicado em 31.03.2025.

* **Correspondência:** Inês Zimbarra Cabrita

Email: icabrita@esscvp.eu

INTRODUÇÃO

A literacia em saúde tem sido reconhecida como um dos fatores determinantes para a promoção da saúde e prevenção de doenças. Nos últimos anos, diferentes estudos têm demonstrado que um nível inadequado de literacia em saúde pode ter implicações significativas nos resultados em saúde, na utilização dos serviços de saúde e, consequentemente, nos gastos em saúde.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a literacia em saúde é definida como as competências cognitivas e sociais que influenciam a motivação e a capacidade dos indivíduos para obterem, compreenderem e utilizarem a informação sobre a própria saúde de modo a protegerem e manterem uma boa saúde e tomarem decisões informadas (OMS, 1998)¹.

Mais recentemente, o conceito de literacia em saúde evoluiu de uma definição meramente cognitiva para uma definição que engloba as componentes pessoal e social do indivíduo, assumindo-se como a capacidade de tomar decisões fundamentadas no seu dia-a-dia, com implicações importantes para a sua saúde²⁻³.

Um baixo nível de literacia pode resultar em dificuldades na interpretação de bulas de medicamentos, incorreta comunicação com profissionais de saúde e compreensão de diagnósticos, planos terapêuticos ou tratamentos personalizados. A sua relevância tem sido cada vez mais reconhecida como um elemento essencial para sistemas de saúde eficazes e sustentáveis e o papel da academia (em particular das Instituições no âmbito das Ciências da Saúde) é essencial na contribuição do esclarecimento e informação prestada pelos futuros profissionais de saúde.

Importa referir que a literacia em saúde diz respeito não só aos indivíduos, mas também aos sistemas de

saúde e aos profissionais de saúde. A maior parte da literatura sobre literacia em saúde tem-se centrado nos fatores relacionados com os doentes, com pouca ênfase nas competências e práticas de comunicação dos futuros e atuais profissionais de saúde.

Nesta perspetiva, é necessário, que a Academia, em particular as Escolas e Universidades com formação em Saúde, sejam mais proativos na resposta às necessidades de literacia em saúde, investindo na formação dos futuros profissionais de saúde a todos os níveis, para a compreensão do conceito de literacia em saúde e do seu impacto.

O IMPACTO DA LITERACIA EM SAÚDE

Tem sido demonstrado que baixos níveis de literacia em saúde estão associados a uma menor adesão a tratamentos e à participação em estudos clínicos, aumento da taxa de hospitalizações e piores resultados clínicos. Em Portugal, o Plano Nacional de Saúde 2020-2030 identifica a literacia em saúde como uma prioridade para reduzir desigualdades e melhorar o acesso à informação⁴. Dados da Direção-Geral da Saúde (DGS) indicam que uma percentagem significativa da população portuguesa tem dificuldades em compreender informações médicas, comprometendo a gestão da sua saúde⁵.

Os dados do *European Health Literacy Survey* indicam que quase metade dos europeus avaliados possuem níveis inadequados ou problemáticos de literacia em saúde. Em Portugal, os níveis de literacia em saúde estão abaixo da média europeia, com uma elevada percentagem da população apresentando dificuldades em compreender e utilizar informações de saúde de forma eficaz⁶⁻⁷.

Neste sentido, várias iniciativas têm sido desenvolvidas para melhorar a literacia em saúde da

população. Destacam-se os programas de educação para a saúde nas escolas, projetos comunitários e campanhas de sensibilização para promover o acesso a informações fidedignas e acessíveis.

O Ministério da Saúde, em 2016, apresentou um programa de intervenção na área da Saúde, o Programa Nacional de Educação para a Saúde, Literacia e Autocuidados, com o objetivo de preparar e apoiar prestadores informais de cuidados domiciliários, promovendo, a utilização racional e segura do medicamento, e a prevenção de doenças como a diabetes e a obesidade.

Também o Programa Nacional de Literacia em Saúde da DGS tem sido uma referência, promovendo materiais educativos e ferramentas digitais que facilitam a compreensão da informação em saúde. Iniciativas como "Cuida-te+" e "SNS+Proximidade" procuram aumentar a capacitação da população através da digitalização dos serviços de saúde e formação de profissionais em práticas de comunicação mais acessíveis. A Biblioteca de Literacia em Saúde (Serviço Nacional de Saúde) tem o objetivo de promover o acesso à informação sobre saúde, tornando as pessoas mais autónomas em relação à sua saúde e familiares/amigos. Utiliza recursos baseados nas boas práticas de literacia e educação para a saúde, com contribuição de vários peritos das diferentes áreas da saúde.

Outra preocupação está relacionada com os avanços na tecnologia em saúde e sua crescente utilização que exige aos profissionais de saúde competências acrescidas com maior ênfase na literacia digital e competências de comunicação para com os utentes.

O PAPEL DA ACADEMIA NA PROMOÇÃO DA LITERACIA EM SAÚDE

As instituições académicas desempenham um papel

fundamental na promoção da literacia em saúde através do ensino da comunicação eficaz entre futuros profissionais de saúde e os doentes. A OMS destaca que a formação em literacia em saúde deve ser integrada nos planos de estudos dos cursos das ciências da saúde, garantindo que os futuros profissionais adquiram competências para comunicar informações clínicas de forma acessível, adaptada às necessidades e literacia em saúde dos doentes.

Numa outra perspetiva, a academia poderá ter igualmente um papel crucial na produção de evidência científica sobre as melhores estratégias para melhorar a literacia em saúde da população em geral, desenvolvendo programas e projetos estratégicos para a capacitação dos seus estudantes.

Na Europa, várias universidades e instituições de saúde, desempenham um papel fundamental na promoção da literacia em saúde através de programas educativos inovadores. A Universidade de Maastricht, nos Países Baixos, tem sido pioneira no desenvolvimento de ferramentas como o *Health Literacy Questionnaire (HLQ)*, que avalia e melhora os níveis de literacia em diferentes populações. Um outro exemplo é a Universidade de Oslo, na Noruega, com um projeto focado na comunicação centrada no paciente e na incorporação da literacia em saúde na formação médica. Na Irlanda, a *Irish Heart Foundation*, colabora com instituições académicas para promover a literacia em saúde cardiovascular.

Em Portugal, a Universidade Nova de Lisboa, através da sua Escola Nacional de Saúde Pública (ENSP NOVA), tem estado ativamente envolvida em iniciativas de literacia em saúde. Um dos projetos, "Literacia em Saúde, Promoção da Saúde e Coesão Social em Populações Migrantes", pretende otimizar a literacia em saúde e o acesso aos cuidados de saúde entre as comunidades migrantes.

Adicionalmente, a ENSP NOVA lançou um podcast intitulado *Lado B da Literacia - A Saúde que Conta*, que explora diferentes vertentes da literacia em saúde, incluindo o seu papel na saúde mental, a utilização adequada dos serviços de saúde e o acesso à informação para populações vulneráveis. O podcast faz parte de uma iniciativa mais alargada denominada *Saúde que Conta*, que visa melhorar a sensibilização da comunidade e a tomada de decisões em matéria de saúde.

Um importante estudo realizado em 2016 disponibilizou o instrumento de avaliação do nível de literacia para a saúde em Portugal, tão importante na gestão da saúde, o *European Health Literacy Survey* (HLS-EU). O HLS-EU-PT foi aplicado em 1004 indivíduos e permitiu aferir o nível de literacia em saúde da população portuguesa. Em Portugal, 61% da população inquirida apresentou um nível de literacia geral em saúde problemático ou inadequado, situando-se a média dos 9 países em 49,2%⁸.

PERSPETIVAS FUTURAS

A melhoria da literacia em saúde exige um esforço conjunto entre profissionais de saúde, educadores, decisores políticos e a própria comunidade. Investir em programas educativos e em estratégias de comunicação acessíveis é essencial para garantir que toda a população tenha acesso a informação de qualidade e possa tomar decisões informadas sobre a sua saúde.

No futuro, espera-se um maior investimento na formação de profissionais de saúde, capacitando-os para uma comunicação mais eficaz e centrada no doente, bem como no desenvolvimento de estratégias digitais inovadoras, como plataformas interativas e assistentes virtuais, que permitam um acesso mais facilitado e adaptado às necessidades

dos diferentes grupos populacionais.

As universidades e os estudantes de cursos da área da saúde desempenham um papel central na promoção da literacia em saúde. Os estudantes podem ser agentes ativos na promoção, através da participação em programas de sensibilização, projetos comunitários e iniciativas de educação para a saúde. O contacto precoce com estas iniciativas permite-lhes desenvolver competências de comunicação, empatia e adaptação da informação a diferentes públicos, tornando-os futuros profissionais mais preparados para enfrentar os desafios da prática clínica.

A literatura reforça a necessidade de um sistema de saúde mais proativo na resposta aos desafios da literacia em saúde, particularmente no que diz respeito à utilização dos serviços de saúde. As faculdades e escolas de saúde, ao formarem os futuros profissionais, têm a responsabilidade de preparar médicos, enfermeiros, técnicos superiores de diagnósticos e terapêutica e outros profissionais para atuar como facilitadores do conhecimento em saúde, promovendo a autonomia e o *empowerment* dos cidadãos⁹.

Assim, a literacia em saúde deve ser vista pela academia como um pilar essencial na formação dos futuros profissionais, contribuindo para a sustentabilidade dos sistemas de saúde, para a melhoria dos resultados em saúde e para uma maior equidade no acesso à informação e aos cuidados de saúde.

REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. Health literacy: the solid facts. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2013.
2. Kickbusch I, Wait S, Maag D. Navigating health: the role of health literacy. London: Alliance for Health and the Future, International Longevity Centre-UK; 2005.

3. Pereira A, Silva S, Santos P. A literacia em saúde, as políticas e a participação do cidadão. *Rev Port Saúde Pública*. 2015;33(2):172-80.
4. Portugal. Ministério da Saúde. Plano Nacional de Saúde 2020-2030: Termos de Referência. Lisboa: Direção-Geral da Saúde; 2023. Disponível em: <https://www.cns.min-saude.pt/wp-content/uploads/2023/03/CNS-PNS-2020-2030-Termos-de-referencia.pdf>
5. Direção-Geral da Saúde. Principais Indicadores da Saúde para Portugal, 2013-2017. Lisboa: DGS; 2018 [citado em 2025 Mar 28]. Disponível em: <https://www.backoffice.dgs.pt/upload/DGSv9/ficheiros/i024591.pdf>.
6. European Commission, OECD. Health at a Glance: Europe 2024. Luxembourg: Publications Office of the European Union; 2024 [citado em 2025 Mar 28]. Disponível em: https://health.ec.europa.eu/document/download/1e23af78-d146-4c84-be77-690fc6044655_en.
7. World Health Organization (WHO). Health literacy. Geneva: WHO; 2024 [citado em 2025 Mar 28]. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/health-literacy>.
8. Santos R, Silva N, Pinto F, et al. Literacia em saúde: dos dados à ação: tradução, validação e aplicação do European Health Literacy Survey em Portugal. *Rev Port Saúde Pública*. 2016;34(3):207-213.
9. Friedman DB, Arent MA, Yelton B, et al. Development of a clinical-academic-community collaboration to improve health literacy. *J Prim Care Community Health*. 2020;11:1-4.