

Artigo de Opinião

## Promoção da Saúde: uma oportunidade para os Fisioterapeutas?

### Health Promotion: an opportunity for Physiotherapists?

João Casaca Carreira <sup>1\*</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa, Área de Ensino de Fisioterapia, 1350-125, Lisboa, [jcasaca@esscyp.eu](mailto:jcasaca@esscyp.eu)

Atualmente os Fisioterapeutas deparam-se com desafios diferentes daqueles que surgiram aos seus predecessores. O focus no conhecimento e nas competências, que tem sido a prática comum na formação, deve ser compreendido num contexto formativo que englobe saber, fazer e ser. Uma das áreas emergentes, em que os Fisioterapeutas têm de forma “envergonhada” começado a explorar é a da Promoção da Saúde. Apesar da evidência dos cuidados de prevenção e o desenvolvimento de orientações nacionais, os atuais níveis de cuidados de saúde preventivos permanecem baixos. Em suma, a área da Promoção da Saúde parece ser uma oportunidade para os Fisioterapeutas, sendo que a atual formação base pretende desenvolver já algumas das competências necessárias.

*Nowadays, Physiotherapists face challenges different from the ones that our predecessors faced. Education in Physiotherapy has been focused on knowledge and skills that has been the widespread practice for years, although such focus should be interpreted in a context that includes knowing, doing and being. An emergent field, where Physiotherapists have timidly given some steps is Health Promotion. Despite the evidence that prevention is effective and the abundant number of national guidelines, the actual levels of preventive care remain low. In summary, Health Promotion seems to be an opportunity for Physiotherapists, supported by the fact that some curricula already develop such competencies in the students.*

**PALAVRAS-CHAVE:** fisioterapia; promoção da saúde; profissão.

**KEY WORDS:** physiotherapy; health promotion; profession.

Submetido em 18 Julho 2017; Publicado em 28 Julho 2017.

\* **Correspondência:** João Casaca Carreira.

**Morada:** 1350-125, Lisboa, Portugal, Av. de Ceuta, Edifício Urbiceuta. **Email:** [jcasaca@esscyp.eu](mailto:jcasaca@esscyp.eu)

Atualmente os Fisioterapeutas e os recém-licenciados em Fisioterapia deparam-se com desafios diferentes daqueles que surgiram aos seus predecessores. Um dos primeiros desafios é a dificuldade em encontrar e manter uma atividade profissional. Podemos facilmente compreender que uma das razões para este problema pode estar no número de Fisioterapeutas por habitante. Em Portugal no ano de 1999 existiam 9,6 Fisioterapeutas por cada 100 mil habitantes. Em 2015, esse número aumentou para 12,8 Fisioterapeutas por 100 mil habitantes<sup>1</sup>. De uma forma geral, os locais tradicionais de prática de Fisioterapeutas – Hospitais, Clínicas, Centros de Saúde – não conseguem absorver os novos Fisioterapeutas que são formados todos os anos.

Outra razão para estas dificuldades na procura de trabalho, pode estar relacionada com o perfil de competências e a formação que é proporcionada aos Fisioterapeutas, tendo em conta a génese da profissão. Os Fisioterapeutas tendem a agarrar-se a formas históricas de ver o mundo: forma essa que é transmitida aos estudantes de Fisioterapia<sup>2</sup>. Estas perspetivas históricas privilegiam o conhecimento específico e competências com o objetivo de dar aos estudantes uma formação base, que assenta em competências chave. Contudo, a prática atual é inerentemente mais complexa que apenas conhecimento e competências. Hoje em dia, mais que saber fazer uma série de técnicas, ter um conjunto de conhecimentos sobre como, quando e em que situações aplicar essas técnicas, é necessário criar oportunidades para aplicar essas técnicas e conhecimentos.

Por esta razão, vários autores e educadores da área da Fisioterapia têm vindo a recomendar uma mudança no paradigma da formação base. O foco no conhecimento e nas competências, que tem sido a prática comum na formação em Fisioterapia, deve ser compreendido num contexto formativo que englobe **saber, fazer e ser**<sup>2</sup>.

Uma das áreas emergentes, em que os Fisioterapeutas têm de forma “envergonhada” começado a explorar é a da Promoção da Saúde.

Sendo a Promoção da Saúde, ‘o processo que visa criar condições para que as pessoas aumentem a sua capacidade de controlar os fatores determinantes da saúde, no sentido de a melhorar ou manter’<sup>3 (p. 1)</sup>, este é então um processo que se faz com as pessoas, que parte dos seus problemas e das suas necessidades de Saúde e que visa capacitá-las para o desenvolvimento de recursos individuais e/ou coletivos, com vista à obtenção de melhores níveis de bem-estar, de funcionalidade ou de qualidade de vida<sup>4</sup>.

É precisamente neste ponto – competências necessárias ao Fisioterapeuta na área da Promoção da Saúde - que percebemos que o atual perfil de competências dos recém-licenciados deverá ser mais abrangente. Esta abrangência poderá passar por incluir no currículo das Licenciaturas matérias como Saúde Pública, Epidemiologia, Gestão, Motivação e Mudança Comportamental, Direito, Planeamento de projetos, Financiamento Público, Documentos de Orientação Nacional (como Plano Nacional de Saúde, Diretivas Europeias, etc.). É com agrado que se verifica que muitos destes tópicos são já parte integrante dos planos de estudos de muitas Instituições do Ensino Superior, contudo nem sempre com a importância e a articulação que merecem.

O trabalho desenvolvido pelos Fisioterapeutas tal como por outros profissionais de saúde, no âmbito da Promoção da Saúde tem como objetivo, a mudança de hábitos e estilos de vida, e, portanto, envolve quase sempre mudanças comportamentais o que implica processos longos e complexos de intervenção e acompanhamento<sup>5</sup>.

É, no entanto, importante realçar que muitas vezes a mudança de comportamento a longo prazo passa pela obtenção de um conjunto de competências a curto prazo, como por exemplo a aquisição de conhecimentos ou de estratégias. Sendo da nossa responsabilidade garantir que estas intervenções sejam baseadas nos melhores padrões de prática<sup>6</sup>. Deste modo, a justificação da atribuição de suporte para Promoção da Saúde tem de ser solidamente suportada com evidência científica e na efetividade das práticas, o que implica o desenho pormenorizado

das diferentes etapas bem como uma avaliação criteriosa<sup>4</sup>.

Nos últimos anos, os Fisioterapeutas têm tido a preocupação de sustentar a sua prática clínica com a melhor evidência disponível. A par disto, vários esforços têm sido feitos em termos internacionais e nacionais para que o currículo dos licenciados em Fisioterapia inclua aspetos relacionados com a procura, seleção e análise da evidência científica. Um exemplo que deve ser referido é o da base de dados PEDro, que reúne evidência científica da área da Fisioterapia, assim como alguns recursos que ajudam os estudantes e profissionais na procura e análise da literatura.

Apesar da evidência da efetividade dos cuidados de prevenção e o desenvolvimento de orientações nacionais publicadas, os atuais níveis de cuidados de saúde preventivos permanecem baixos<sup>7</sup>. Muitos estudos têm investigado por que razão os cuidados de prevenção têm valores tão baixos. As barreiras identificadas como mais comuns são a falta de tempo durante a prestação de cuidados, valores inadequados de remuneração de serviços, recusa do utente em discutir ou aderir às recomendações, e falta de expertise dos profissionais em técnicas de educação e aconselhamento<sup>7</sup>. Neste sentido foi proposto pelas autoridades nacionais para além de outras medidas, a sensibilização e formação dos profissionais de saúde e demais atores sociais, que serão encorajadas paralelamente, como forma de melhorar os níveis de eficácia das intervenções e melhorar a efetividade dos resultados<sup>8</sup>. Se por um lado existe uma lacuna por parte dos profissionais responsáveis pela prevenção, também a população tem responsabilidades na falta de efetividade das intervenções. A realidade nacional não é diferente e, em 2004, no Plano Nacional de Saúde falava-se ainda de deficiente coordenação e cobertura pelas intervenções necessárias, visto que os poucos estudos que existiam apontavam para uma baixa efetividade, a nível populacional, das intervenções terapêuticas, apesar da sua comprovada eficácia<sup>8</sup>.

Este aspeto está diretamente relacionado com o tipo de resultados obtidos no âmbito da Promoção da

Saúde, já que falamos frequentemente de diminuição do risco, mortes evitadas, redução do número de anos com dependência, descida dos custos com tratamento de várias doenças, etc. Mais ainda, muitos destes resultados são apenas observáveis a longo prazo (falamos frequentemente de anos, ou até gerações) o que levanta muitas dificuldades em termos de medidas de resultados e produtividade.

Ainda no Plano Nacional de Saúde (PNS, 2004) quando é analisada a situação no âmbito dos comportamentos e estilo de vida saudáveis afirma-se que existe um não reconhecimento da importância da promoção da saúde, visto que as atividades de promoção da saúde, como ações de prevenção primária e secundária, nem sempre ocupam lugar de primazia no contexto geral da prestação de cuidados de saúde<sup>8</sup>.

Em suma, a área da Promoção da Saúde parece ser uma oportunidade para os atuais e futuros Fisioterapeutas, sendo que a atual formação base pretende desenvolver já algumas das competências necessárias. Para isso, devemos continuar a providenciar este tipo de conteúdos durante as Licenciaturas, mas também promover uma mudança no paradigma, formando Fisioterapeutas que tenham **saber**, que saibam **fazer**, mas que também possam **ser** promotores de oportunidades e promotores da Saúde. Como sabiamente nos ensina a cultura popular “Prevenir é o melhor remédio!”.

## REFERÊNCIAS

1. PORDATA. Fisioterapeutas por 100 mil habitantes – Europa [página inicial na Internet]. Citado 2017 Jul 18. Disponível em: <http://www.pordata.pt/Europa/Fisioterapeutas+por+100+mil+habitantes-1925>
2. Barradell. Moving forth: Imagining Physiotherapy education differently. *Physiotherapy Theory and Practice* [periódico online]. 2017 [citado 2017 Jul 18]; 33: 439–47. Disponível em <http://dx.doi.org/10.1080/09593985.2017.1323361>
3. Direção-Geral da Saúde. Carta de Ottawa [página inicial na Internet]. c2016 [citado 2017 Jul 18]. Disponível em: <https://www.dgs.pt/paginas-de-sistema/saude-de-a-z/promocao->

da-saude.aspx

4. Robalo, Gomes da Silva. A promoção e a protecção da saúde em Fisioterapia. ESSFISIONLINE [periódico online]. 2005 [citado 2017 Jul 18]; 1: 52–70. Disponível em: <http://www.ifisionline.ips.pt/media/essfisionline/vol1n3.pdf>
5. Ewles, Simnett. Promoting Health: A practical guide to health education. London: Bailliere Tindall; 2009.
6. Ciccone. Evidence in practice: Answers are within your reach. Physical Therapy [periódico online]. 2004 [citado 2017 Jul 18]; 84: 6–7. Disponível em: <https://academic.oup.com/ptj/article/84/1/6/2805316/Evidence-in-Practice-Answers-Are-Within-Your-Reach>
7. Yarnall, Pollak, Østbye, Krause, Michener. Primary care: Is there enough time for prevention? American Journal of Public Health [periódico online] 2003 [citado 2017 Jul 18]; 93: 635–41. Disponível em: <http://ajph.aphapublications.org/doi/pdf/10.2105/AJPH.93.4.635>
8. Direção-Geral da Saúde. PNS 2004-2010 [página inicial na Internet]. Citado 2017 Jul 18. Disponível em: <http://pns.dgs.pt/pns-2004-2010/>