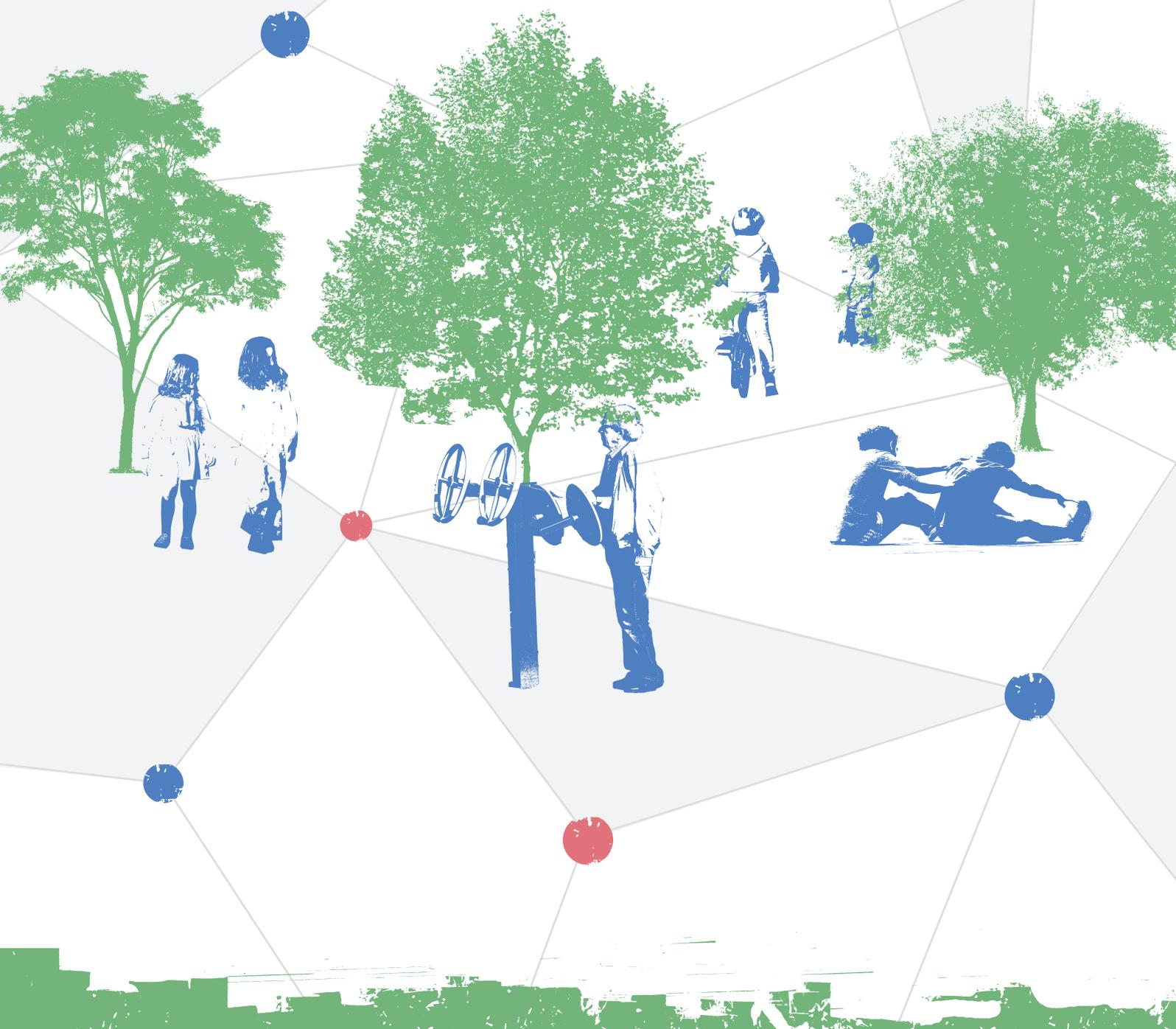


PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE E BEM ESTAR

2020 // 2022

CONCELHO VILA FRANCA DE XIRA



PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE E BEM ESTAR

2020//2022

CONCELHO VILA FRANCA DE XIRA

TÍTULO

Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira | 2020-2022

PROPRIEDADE

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

EDIÇÃO

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

Alberto Mesquita | Presidente

Maria de Fátima Antunes | Vereadora Pelouro da Saúde e Solidariedade

Agrupamentos de Centros de Saúde do Estuário do Tejo

Sofia Theriaga | Diretora Executiva

Hospital de Vila Franca de Xira

João Ferreira | Presidente da Comissão Executiva

COORDENAÇÃO

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira | Divisão de Saúde e Solidariedade

Cláudia Prazeres | Chefe de Divisão (até 30 de abril de 2020)

Manuela Sousa | Chefe de Divisão (desde 1 de maio de 2020)

PRODUÇÃO

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

Ana Paula Cirilo e Rafaela Bastos Fortunato | Divisão de Saúde e Solidariedade

Júlia Reis | Equipa Multidisciplinar da Reabilitação Urbana

DESIGN E PAGINAÇÃO

Câmara Municipal de Vila Franca de Xira | Divisão de Comunicação e Imagem

EDIÇÃO

Novembro de 2020

FORMATO

Digital

www.cm-vfxira.pt





NOTA DE ABERTURA

ALBERTO MESQUITA – PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA

6

1. ENQUADRAMENTO ESTRATÉGICO	8
1.1. VILA FRANCA DE XIRA, MUNICÍPIO SAUDÁVEL	10
1.2. SAÚDE 2025	11
1.2.1. O quadro internacional	11
1.2.2. O quadro nacional	12
1.2.3. O quadro regional	13
1.2.4. O quadro local	13
2. PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE E BEM-ESTAR DE VILA FRANCA DE XIRA 2020-2022	14
2.1. PERFIL MUNICIPAL DE SAÚDE DE VILA FRANCA DE XIRA	15
2.2. INTERVENÇÃO SOBRE OS DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE	16
2.3. METODOLOGIA DE ELABORAÇÃO	18
2.4. ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO	19
2.4.1. Eixos estratégicos	19
2.4.1.1. Saúde ao longo do ciclo de vida	19
2.4.1.2. Literacia em saúde	19
2.4.1.3. Contextos promotores de saúde	20
2.4.1.4. Equidade em saúde & intervenção em domínios vulneráveis	20
2.4.2. Linhas orientadoras	21
2.5. IMPLEMENTAÇÃO E MONITORIZAÇÃO DO PLANO	22
3. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	24
4. ANEXOS	26
4.1. PERFIL MUNICIPAL DE SAÚDE DE VILA FRANCA DE XIRA	27

NOTA DE ABERTURA

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira teve por base o Perfil Municipal de Saúde anteriormente elaborado, que permitiu identificar os problemas e as necessidades de saúde da população, assim como recolher informação sobre os vários determinantes da saúde.

Assim, este plano será um instrumento estratégico e privilegiado para a adequação das respostas públicas às reais necessidades da população, bem como para o reforço da inovação e dinamização de sinergias territoriais e articulação com todas as forças vivas da comunidade, permitindo potenciar os ganhos em saúde para todos e todas os/as munícipes.

Tendo em conta o plasmado na Constituição da República Portuguesa, que considera a Saúde um Direito Constitucional fundamental e cientes de que os municípios têm capacidade para desempenhar um papel catalisador na promoção da saúde, atuando nos determinantes sociais e ambientais, o Município de Vila Franca tem vindo a desenvolver ações e a aderir a projetos que visam aumentar os ganhos em saúde e melhorar a qualidade de vida das populações. São disso exemplo a melhoria constante do espaço urbano e da frente ribeirinha, bem como a construção e melhoria de equipamentos desportivos, que estimulam a adoção de estilos de vida saudáveis e envolvem os indivíduos enquanto promotores da sua saúde. Outro exemplo é o alinhamento do Município com a estratégia de promoção de saúde da Direção-Geral da Saúde e com as metas do Plano Nacional de Saúde.

Pretende-se que este documento seja estruturante e que, de forma clara e prática, defina as opções municipais em matéria de saúde, refletindo, ao mesmo tempo, o trabalho colaborativo característico do nosso território. Enquanto documento agregador dos eixos orientadores e estratégicos da atuação da Câmara Municipal e das entidades parceiras, esperamos que o mesmo contribua para que todas e todos aqueles que escolheram Vila Franca de Xira como local para trabalhar e/ou viver vivam mais anos e com mais qualidade de vida.

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE VILA FRANCA DE XIRA
Alberto Mesquita

1 ENQUADRAMENTO ESTRATÉGICO



A Organização Mundial de Saúde define a saúde como um estado de completo bem-estar resultante da interação entre as dimensões físicas, mentais e sociais e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade. O direito à saúde é um direito humano fundamental que apresenta um vasto conjunto de questões interligadas, sabendo que a saúde e o bem-estar estão intrinsecamente ligados a todas as etapas e aspetos da vida. O artigo 25º da Declaração Universal dos Direitos Humanos refere que “toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e ainda quanto aos serviços sociais necessários [...]”. A Constituição Portuguesa, mais tarde, viria a consagrar o direito à saúde no seu artigo 64º, estipulando que todos têm direito à proteção da saúde e o dever de a defender e promover.

O processo de globalização económica, política, cultural, informacional e comunicativa a que assistimos nas últimas décadas trouxe novas oportunidades e desafios para a saúde dos cidadãos. A circulação de capitais, mercadorias, serviços, culturas, tecnologias e conhecimentos produziram impactos positivos na saúde, através da melhoria generalizada das condições de vida, com o aumento das oportunidades de emprego, e no nível de saúde à escala mundial, com a partilha de conhecimento científico, a evolução tecnológica e a melhoria geral da prestação de cuidados de saúde. Por outro lado, o impacto da globalização também redundou riscos à saúde, exacerbando as desigualdades socioeconómicas e a iniquidade no acesso à saúde, as alterações climáticas e a degradação ambiental, a massificação do consumo e a promoção de um meio envolvente promotor de doença. As mudanças sociais e económicas conduziram as populações à adoção de estilos de vida pouco saudáveis e as doenças crónicas não transmissíveis também se tornaram globais.

As interações sociais, a globalização do comércio, o crescimento económico e a propagação da informação à escala mundial levaram as populações a adotar determinados comportamentos quanto ao seu estilo de vida. É sobejamente demonstrado e conhecido o enorme impacto que os fatores comportamentais adotados pelas pessoas têm na sua saúde. As populações afastaram-se de um padrão alimentar mais natural, baseado no consumo de frutas, hortícolas, leguminosas, cereais integrais e sementes, e aproximaram-se de uma alimentação rica em produtos alimentares hiperprocessados, com elevada densidade energética e grandes quantidades de sal, gorduras saturadas e açúcares adicionados. Os maus hábitos alimentares, aliados à inatividade física, conduziram ao aumento da prevalência de doenças como a obesidade, as doenças cardiovasculares, a diabetes e vários tipos de cancro. O tabagismo e o consumo crónico de bebidas alcoólicas são responsáveis pelas grandes taxas de prevalência de vários tipos de cancro, bem como de doenças cardiovasculares. O consumo de drogas, por sua vez, contribui concertadamente para a mortalidade à escala mundial, na medida em que o seu consumo conduz à ocorrência de acidentes, bem como doenças do foro mental, suicídio e doenças infecciosas.

As doenças crónicas não transmissíveis são responsáveis pelas maiores taxas de mortalidade e morbilidade a nível mundial. Sabemos, hoje, que a incidência e prevalência destas doenças são condicionadas por fatores de risco modificáveis e que a perda de anos de vida e de vida saudável poderia ser evitada se fossem eliminados os principais fatores de risco que estão na sua génese. Através da melhoria geral das condições de vida, da prestação de cuidados de saúde de elevada qualidade à população e da melhoria do acesso à saúde, as pessoas vivem atualmente durante mais anos, com uma esperança média de vida que tem vindo a aumentar ao longo do tempo. No entanto, vivem com menos saúde e com mais comorbilidades nos seus últimos anos de vida. As doenças crónicas são motivo de invariáveis perdas na qualidade de vida, de enorme sobrecarga financeira e uma das principais causas para a insustentabilidade dos sistemas de saúde. A promoção de estilos de vida saudáveis com vista à prevenção da doença constitui-se, assim, como uma prioridade, na medida em que uma população saudável é uma população consequentemente mais produtiva, sustentável e economicamente competitiva.

1.1. VILA FRANCA DE XIRA, MUNICÍPIO SAUDÁVEL

A Organização Mundial de Saúde define uma Cidade Saudável como “aquela que está continuamente a criar e desenvolver os seus ambientes físico e social e a expandir os recursos comunitários que permitem às pessoas apoiarem-se mutuamente nas várias dimensões da sua vida e no desenvolvimento do seu potencial máximo”. O projeto “Vila Franca de Xira, Compromisso Cidade Saudável” resulta da adesão do Município à Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis, em 2006, tendo como missão divulgar as boas práticas realizadas no concelho que visem a adoção de comportamentos saudáveis, promovendo a saúde e a qualidade de vida das comunidades. O Projeto “Cidades Saudáveis” incute uma mudança na forma como as pessoas, as comunidades, as organizações e o poder local pensam, compreendem e tomam decisões sobre a saúde. Este movimento representa um mecanismo para promover o compromisso e a inovação e é uma fonte de valiosa peritagem, legitimidade e aprendizagem contínua. Em termos estruturais, no que diz respeito à Europa, o projeto “Cidades Saudáveis” consubstancia-se na Rede Europeia de Cidades Saudáveis da Organização Mundial de Saúde e na Rede das Redes Nacionais de Cidades Saudáveis.

A maioria das pessoas vive e trabalha, atualmente, em meios urbanos. Devido a uma complexa matriz de mecanismos e tipos de exposição, a saúde das pessoas nas áreas urbanas é afetada, quer positiva quer negativamente. As cidades concentram grupos populacionais com várias características demográficas, económicas e sociais, alguns com particular vulnerabilidade e riscos de saúde específicos. As áreas urbanas permitem o acesso aos serviços e pro-

movem a prosperidade económica, mas podem ser igualmente focos de concentração de pobreza e doença, reforçando as discrepâncias indesejáveis para a saúde. Através de estratégias públicas, as cidades podem influenciar positiva e significativamente a saúde e o bem-estar dos cidadãos, com a melhoria das condições gerais de vida das populações, incluindo a aposta no combate à exclusão socioeconómica, bem como na melhoria das condições de trabalho, na promoção do acesso aos serviços, na promoção de hábitos de vida saudável e de ambientes favorecedores da saúde, no planeamento urbano saudável e nos processos participativos e inclusivos para os cidadãos.

As Autarquias, por razões de proximidade com as pessoas, constituem agentes estratégicos com um papel fundamental na definição de orientações que respondam a problemas concretos das suas comunidades. Cabe-lhes promover estratégias de equidade e participação ativa da comunidade e o desenvolvimento de políticas de proximidade com os diversos agentes da sociedade civil, atuando ao nível da redução das desigualdades no acesso à saúde e na criação de condições favoráveis à adoção de comportamentos promotores de saúde, sustentado na recente transferência de competências para os órgãos municipais no domínio da saúde que os incumbe, entre outras funções, da promoção de estilos de vida saudáveis.

1.2. SAÚDE 2025

1.2.1. O Quadro Internacional

Em 2012, os 53 membros da Organização Mundial de Saúde acordaram uma nova política comum – Saúde 2020, que constitui o quadro de referência europeu para as políticas e estratégias de saúde. Centra-se na melhoria da saúde e bem-estar da população e na redução das desigualdades em saúde, através do reforço da liderança e governança para a saúde, segundo os valores e princípios da “Saúde para Todos”. O manifesto político «Saúde 2020» reconhece a importância central das ações desenvolvidas a nível local, considerando que os municípios ocupam uma posição privilegiada para exercerem a liderança na procura de mais e melhor saúde e bem-estar. A “Saúde 2020” encoraja abordagens holísticas à sociedade, com o objetivo de enfrentar com sucesso os encargos com as doenças e permitir às pessoas a melhoria do seu estado de saúde, lidando com os determinantes da saúde, na medida em que um bom estado de saúde é benéfico para todos os setores, pois potencia o aumento da produtividade e um envelhecimento mais saudável. Os objetivos são alcançados através de quatro prioridades estratégicas, desenvolvidas segundo as abordagens *whole-society* e *whole-of-government*. As prioridades estratégicas incluem: investir na saúde ao longo do ciclo de vida, capacitando as pessoas; combater as doenças

transmissíveis e não transmissíveis; fortalecer os sistemas de saúde centrados nas pessoas, bem como a capacidade de resposta em saúde pública; desenvolver comunidades resilientes e ambientes protetores.

Depois da adoção da Declaração sobre as Doenças Crónicas pela Assembleia Geral das Nações Unidas em 2011, a Organização Mundial de Saúde desenvolveu um enquadramento global visando o seguimento global do processo na prevenção e controlo das principais doenças crónicas. Este enquadramento inclui 9 metas globais e foi adotado pelos Estados-Membros durante a Assembleia Municipal da Saúde em 2013. As nove metas globais incluem como número 1 uma redução relativa de 25% na mortalidade global por doenças cardiovasculares, cancro, diabetes e doenças respiratórias crónicas. As 9 metas voluntárias globais visam combater a mortalidade global a partir das principais doenças crónicas, até 2025, acelerando a ação contra os seus principais fatores de risco e fortalecendo as respostas dos sistemas nacionais de saúde.

1.2.2. O quadro nacional

A nível nacional, o Plano Nacional de Saúde, revisto e estendido a 2020, constitui um elemento basilar das políticas de saúde em Portugal por apresentar um papel agregador e orientador das medidas consideradas mais relevantes para obtenção de mais ganhos em saúde, enquanto referencial para as políticas e ações no setor da Saúde. O Plano alinha-se com os princípios e orientações da estratégia Saúde 2020 da Organização Mundial de Saúde para a Região Europeia, tendo em consideração as recomendações do relatório de avaliação da implementação do Plano Nacional de Saúde 2012-2016. Os grandes desígnios propostos para 2020 são a redução da mortalidade prematura (abaixo dos 70 anos), a melhoria da esperança de vida saudável (aos 65 anos) e a redução dos fatores de risco relacionados com as doenças não transmissíveis, especificamente a obesidade infantil e a exposição ao tabaco, tendo em vista a obtenção de mais valor em Saúde. Para alcançar estes desígnios, todas as intervenções em saúde devem assentar em quatro eixos estratégicos transversais: Cidadania em Saúde; Equidade e Acesso adequado aos Cuidados de Saúde; Qualidade em Saúde e Políticas Saudáveis. No âmbito do Plano Nacional de Saúde, foram criados 12 Programas Nacionais de Saúde Prioritários que visam reforçar a dinâmica de resposta aos principais problemas de saúde da população portuguesa e alcançar as metas preconizadas no Plano Nacional de Saúde, a saber: Programa Nacional para as Doenças Cérebro-Cardiovasculares; Programa Nacional para as Doenças Respiratórias; Programa Nacional para as Doenças Oncológicas; Programa Nacional para a Diabetes; Programa Nacional para a Saúde Mental; Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física; Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável; Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo; Programa Nacional para as Hepatites Virais; Pro-

grama Nacional para a Infecção VIH/SIDA; Programa Nacional para a Prevenção e Controlo de Infecções e de Resistência aos Antimicrobianos; Programa Nacional para a Tuberculose.

1.2.3. O quadro regional

No âmbito regional, o Plano Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo 2018-2020 enquadra-se nas opções estratégicas do Plano Nacional de Saúde e, em consequência, está alinhado com a estratégia Saúde 2020 da Organização Mundial de Saúde para a Região Europeia. Este Plano visa maximizar os ganhos em saúde na Região de Lisboa e Vale do Tejo (RLVT), através dos esforços integrados de todos os setores da sociedade e da participação das pessoas e desenvolvendo estratégias baseadas em cidadania, afetos, saúde sustentável e qualidade. Os objetivos de âmbito regional incluem controlar a incidência e prevalência de excesso de peso e obesidade; reduzir a prevalência do consumo de tabaco na população com idade igual ou superior a 15 anos; aumentar o número de projetos comunitários de base salutogénica, com vista à promoção da saúde mental; aumentar o número de protocolos de parceria com entidades de âmbito regional ou equivalente.

1.2.4. O quadro local

A nível local, o Plano Local de Saúde 2018-2020 do ACES Estuário do Tejo visa ser um instrumento dinâmico de planeamento de intervenção comunitária, que decorre do alinhamento de recursos existentes e estratégias em torno de objetivos comuns, no sentido de maximizar os ganhos em saúde da população, através de uma melhor articulação entre os serviços de saúde e os parceiros da comunidade. O Plano Local de Saúde define e prioriza os principais problemas de saúde do ACES, dinamizando atividades que potencialmente contribuam para promover e melhorar a saúde da população. Os objetivos a nível local pretendem contribuir para a diminuição da mortalidade e morbidade por doença oncológica; a diminuição da mortalidade e morbidade por doenças mentais; reduzir a mortalidade e morbidade por doenças do aparelho circulatório e diminuir a mortalidade e morbidade por diabetes *mellitus*.

2 PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE E BEM-ESTAR DE VILA FRANCA DE XIRA 2020-2022

O **Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar** de Vila Franca de Xira, que se reporta ao período compreendido entre 2020 e 2022, enquadra-se nas opções estratégicas do Plano Local de Saúde do ACES Estuário do Tejo, do Plano Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo e do Plano Nacional de Saúde, para além de se encontrar alinhado com a estratégia “Saúde 2020” da Organização Mundial de Saúde para a Região Europeia e com os objetivos da Organização Mundial de Saúde até 2025.

O presente Plano Municipal pretende ser um instrumento concelhio dinâmico de planeamento estratégico que visa maximizar os ganhos em saúde no concelho de Vila Franca de Xira, através da integração de esforços partilhados entre as várias entidades parceiras, utilizando estratégias de intervenção assentes em eixos estratégicos definidos, norteadas por linhas orientadoras de ação.

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira tem como objetivos melhorar o estado de saúde da população do concelho, através da prevenção de fatores de risco associados aos problemas de saúde, ao longo de todo o ciclo de vida, bem como na redução das iniquidades em saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos munícipes. Pretende também promover a liderança, a capacitação e a governação participativa, envolvendo e incentivando as pessoas na corresponsabilização da sua saúde.

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira pretende ser uma ferramenta eminentemente prática e útil para a comunidade e para os serviços municipais e de saúde, alinhada com os principais documentos estratégicos para o setor, segundo uma abordagem intersectorial que envolve os diferentes *stakeholders* com intervenção na saúde. Deste modo, o Plano Municipal contribuirá, concertadamente, para o cumprimento das metas nacionais, mas centrar-se-á em traçar estratégias e intervenções específicas e individualizadas, orientadas para os potenciais ganhos em saúde da comunidade que serve, tendo em conta as suas necessidades reais.

2.1. PERFIL MUNICIPAL DE SAÚDE DE VILA FRANCA DE XIRA

O Perfil Municipal de Saúde do Concelho de Vila Franca de Xira, referente ao ano de 2017 e apresentado publicamente a 17 de abril de 2018, consiste num diagnóstico da situação de saúde a nível local, que permite identificar os problemas e as necessidades de saúde da população e definir as prioridades de intervenção neste âmbito.

O reconhecimento sobre o que determina os estados de saúde e de doença constitui uma ferramenta fundamental para a tomada de decisões em saúde, pressupondo que qualquer intervenção efetuada neste plano só é efetiva se agir sobre as causas modificáveis, isto é, os determinantes da saúde. Assim, o Perfil

de Saúde de Vila Franca de Xira constitui um instrumento de conhecimento da realidade concelhia que serve o propósito de apoiar a tomada de decisão em matéria de Política Municipal de Saúde. Consulte o Perfil Municipal de Saúde de Vila Franca de Xira no *link* publicado na página 27.

2.2. INTERVENÇÃO SOBRE OS DETERMINANTES SOCIAIS DA SAÚDE

A saúde constitui um domínio complexo dependente de vários fenómenos. Para além dos fatores biológicos absolutamente individuais e únicos de cada um, como a idade, o género e os fatores genéticos, existem condições em que os indivíduos nascem, crescem, vivem, trabalham e envelhecem que estão invariavelmente relacionados com o seu estado de saúde. A Organização Mundial de Saúde define-as como determinantes sociais da saúde, sabendo que estes incluem os fatores sociais e económicos, como a pobreza, o emprego, a posição socioeconómica e a exclusão social, os fatores ambientais, como a qualidade do ar, a qualidade da água e a exposição a substâncias poluentes, os fatores comportamentais associados aos estilos de vida, como a alimentação, a prática de atividade física, o tabagismo e o consumo de bebidas alcoólicas e de drogas, e o acesso aos serviços, como a saúde, a educação, os serviços sociais, o lazer e a cultura, entre outros. Em última instância, todos estes estão interrelacionados e contribuem inerentemente para o estado de saúde das populações.



FIG. 1 Health 2020 - A European policy framework and strategy for the 21st century. WHO, 2013

As desigualdades em saúde que correspondem às diferenças mensuráveis, desnecessárias e evitáveis em determinada magnitude, assim como às diferenças injustas e condenáveis do ponto de vista de equidade e justiça social, são as iniquidades em saúde. Os mecanismos através dos quais as iniquidades em saúde surgem são, na sua essência, bastante complexos e inevitavelmente multidimensionais. No entanto, é simples compreender que as iniquidades sociais são as que estão na origem das iniquidades em saúde. Quanto mais elevada for a posição social de um indivíduo, maior é a probabilidade de este ter uma melhor situação de saúde face à restante população. As iniquidades derivadas dos determinantes que influenciam a saúde estratificam as pessoas em diferentes posições sociais que são invariavelmente injustas se essas mesmas iniquidades forem evitáveis ou alteráveis. As pessoas em desvantagem social correm um risco diferenciado no que diz respeito à saúde, pelo que agir sobre estes determinantes é uma questão de justiça social e um passo fundamental em direção à melhoria da saúde da população como um todo e à concretização do direito de todos à saúde e ao bem-estar, ao assegurar uma distribuição mais equitativa da saúde.

Esta visão holística da saúde enfatiza o facto de as políticas de saúde abrangerem os determinantes sociais da saúde e não se focarem apenas no seu setor convencional. A transição de um enfoque na causa orgânica da doença e na sua estrita natureza clínica para o reconhecimento das suas causas multifatoriais colocou a saúde numa dimensão cada vez mais presente no plano das políticas públicas internacionais e nacionais, entendidas numa perspetiva de promoção da saúde e desenvolvidas numa ação articulada e de responsabilidade partilhada entre vários setores da sociedade. Assume-se, de forma consensual, que só por meio de uma estratégia de intersectorialidade é possível promover a saúde de uma população de forma consistente e integrada, reconhecendo-se o papel central de uma diversidade de atores a título individual e coletivo. Para atingir o grau mais elevado de saúde para todos os cidadãos, têm que estar implicados, além do setor da saúde, todos os setores e aspetos conexos ao desenvolvimento comunitário, requerendo esforços coordenados. O foco da promoção da saúde incide, portanto, no processo social conducente à produção de mais saúde, passando por práticas intersectoriais e conhecimentos interdisciplinares sobre os determinantes da saúde, constituindo-se como um pólo essencial das políticas públicas saudáveis.

A saúde é um compromisso de cada indivíduo para com a sua realidade e cada cidadão deve ter recursos para traçar um caminho pessoal e individual em direção ao seu bem-estar. Nesta medida, a promoção da saúde, sendo um processo que visa aumentar a capacidade dos indivíduos e das comunidades no sentido de controlarem e melhorarem a sua saúde, é uma estratégia bem definida que visa uma intervenção conjunta e integrada sobre o indivíduo e o seu meio envolvente. Assim, a capacitação dos cidadãos, enquanto agentes com responsabilidade pela sua própria saúde, deve ser uma das principais

estratégias a considerar no campo da promoção da saúde. Este processo de capacitação das pessoas e das comunidades, não sendo da responsabilidade exclusiva dos serviços de saúde, constitui um desafio para todos: governantes, profissionais e cidadãos.

2.3. METODOLOGIA DE ELABORAÇÃO

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira foi elaborado pela Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, através da Divisão de Saúde e Solidariedade, em colaboração com outros serviços municipais, bem como com parceiros da área da Saúde e Rede Social de Vila Franca de Xira.

A sua elaboração iniciou-se, numa primeira fase, com a análise detalhada do Perfil de Saúde do Concelho, previamente concebido. Desta forma, obteve-se o diagnóstico da situação de saúde do município, que serviu de base para a construção das linhas orientadoras do Plano. Esta etapa revelou-se basilar, na medida em que apenas uma correta caracterização do estado de saúde da população permite satisfazer as suas necessidades e, conseqüentemente, promover uma melhoria efetiva da saúde da mesma.

Após a análise do Perfil de Saúde do Concelho de Vila Franca de Xira, verificou-se que os problemas de saúde com maior prevalência no concelho estão em consonância com os problemas identificados a nível nacional. Em conformidade com a 10ª Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados com a Saúde (CID-10), observou-se que as doenças circulatórias (29,4%), os tumores malignos (25,0%) e as doenças respiratórias (11,6%) foram, em 2015, para ambos os sexos, as principais causas de mortalidade em Portugal.

À semelhança do que sucede no país, as principais causas de mortalidade no concelho de Vila Franca de Xira são as doenças cardiovasculares (30,8%), as doenças oncológicas (27,5%) e as doenças respiratórias (7,7%). Relativamente às doenças oncológicas, os tumores malignos mais frequentes foram as neoplasias da traqueia, dos brônquios e dos pulmões, do cólon, da próstata, da mama e do estômago. Os fatores de risco que mais contribuem para o total de anos de vida saudável perdidos pela nossa população são: hábitos alimentares inadequados, hipertensão arterial, índice de massa corporal elevado e tabagismo. Estes são os principais fatores de risco modificáveis e por isso evitáveis para as doenças oncológicas, aparelho circulatório, para a diabetes, doenças endócrinas, entre outras. Por outro lado, também se observa que a mortalidade causada por perturbações mentais tem vindo a aumentar significativamente, verificando-se uma duplicação do número de óbitos por transtornos mentais e comportamentais. No ACES Estuário do Tejo, as perturbações depressivas constituem o terceiro diagnóstico ativo mais prevalente na população.

Identificados os principais problemas de saúde que atingem o Concelho, foram clarificadas as intervenções estratégicas conducentes a ganhos potenciais em saúde, no que diz respeito às necessidades identificadas, no âmbito da promoção da saúde e da melhoria da qualidade de vida dos e das munícipes.

2.4. ESTRATÉGIAS DE INTERVENÇÃO

2.4.1. Eixos estratégicos

Em coerência com a visão do Plano Nacional de Saúde, que define como eixos estratégicos a Cidadania em Saúde, Equidade e Acesso adequado aos Cuidados de Saúde, Qualidade em Saúde e Políticas Saudáveis, o Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira assenta as suas orientações nos seguintes eixos estratégicos:

Saúde ao longo do Ciclo de Vida, Literacia em Saúde, Contextos Promotores de Saúde e Equidade em Saúde & Intervenção em Domínios Vulneráveis.

2.4.1.1. Saúde ao longo do ciclo de vida

A saúde resulta de um histórico inconstante de vários acontecimentos ao longo da vida e em diferentes contextos. O percurso individual de saúde tem necessidades específicas e períodos importantes que, pela forma como decorrem, influenciam as fases de vida seguintes. Por esta razão, a intervenção nestes momentos é promotora e protetora da saúde e tem elevada relevância a longo prazo. A abordagem de *Saúde ao longo do Ciclo de Vida* permite promover uma intervenção integrada e continuada sobre os fatores protetores, de risco e outros determinantes, desde o planeamento familiar até à morte. Salienta, assim, a oportunidade de intervir precocemente nos fatores de risco, já que perdas cumulativas de saúde ao longo do tempo determinam o aparecimento de doença crónica e de incapacidade. Um bom estado de saúde é uma construção que se inicia com o cultivo de hábitos de vida saudáveis desde sempre, pelo que é prioritária a intervenção ao nível da promoção da saúde desde as primeiras fases do ciclo de vida.

2.4.1.2. Literacia em saúde

Numa dinâmica de mútuo envolvimento, a *Literacia em Saúde* inter-relaciona-se com a cidadania em saúde, uma vez que visa dotar as pessoas de conhecimentos, atitudes e valores que lhes possibilitem tomar opções e fazer escolhas adequadas ao seu bem-estar físico, mental e social, conferindo-lhes um papel interventivo na construção da sua própria saúde. A Organização

Mundial de Saúde define literacia em saúde como “o conjunto de competências cognitivas e sociais e a capacidade dos indivíduos para ganharem acesso a compreenderem e usarem a informação de formas que promovam e mantenham boa saúde”. É a capacidade para tomar decisões fundamentadas em saúde no decurso da vida, possibilitando o aumento do controlo das pessoas sobre a sua saúde, a capacidade para procurarem informação e para assumirem responsabilidades. De modo a exercerem o direito e dever de participar ativamente na saúde, as pessoas têm que estar informadas e capacitadas para conseguirem contribuir para o consenso quanto às prioridades em matéria de saúde. Entendendo-se as pessoas como o elemento central do sistema de saúde, estas têm o poder de influenciar as decisões em política de saúde e são responsáveis pela sua saúde e pela saúde da comunidade onde se inserem. Importa promover a literacia, a capacitação e a participação, reforçando a sua capacidade e responsabilidade enquanto agentes decisores e dinamizadores das políticas de saúde, através da partilha de informação e conhecimento.

2.4.1.3. Contextos promotores de saúde

O ambiente que nos rodeia tem um potencial modelador dos comportamentos sociais, incluindo, os comportamentos relacionados com a saúde. Embora, muitas vezes, entendidos como questões da esfera da responsabilidade individual, os comportamentos associados ao estilo de vida são, na realidade, fortemente influenciados pelos ambientes que nos rodeiam. Neste sentido, o desenvolvimento de *Contextos Promotores de Saúde* visa a intervenção sobre as condições estruturais e do meio social, com o objetivo de facilitar e promover a adoção de comportamentos e estilos de vida saudáveis. Estes contextos, com impacto no potencial de saúde do cidadão são sinérgicos na criação de oportunidades de promoção da saúde ao valorizarem os estilos de vida saudáveis e concretizarem, dessa forma, o direito à saúde.

2.4.1.4. Equidade em saúde & intervenção em domínios vulneráveis

A *Equidade em Saúde* representa a ausência de diferenças evitáveis e passíveis de modificação no estado de saúde de grupos populacionais oriundos de contextos sociais, geográficos ou demográficos diversos. Por outras palavras, o respeito pela equidade em saúde implica a ausência de diferenças injustas nas respostas oferecidas pelo sistema de saúde a necessidades iguais de pessoas diferentes. Expressa-se, também, pela igual oportunidade de cada pessoa poder atingir o seu potencial de saúde. A *Intervenção em Domínios Vulneráveis* é determinante para garantir a equidade em saúde para todos, na medida em que o acesso à saúde e bem-estar de determinados grupos, estratos socioeconómicos e minorias deve ser tratado com a especificidade inerente à condição em que se encontram.

2.4.2. Linhas orientadoras

EIXOS ESTRATÉGICOS		OBJETIVOS ESTRATÉGICOS
SAÚDE AO LONGO DO CICLO DE VIDA	LITERACIA EM SAÚDE	<p>Dinamizar campanhas, palestras, workshops ou outros eventos com vista à promoção de estilos de vida saudáveis, nomeadamente, a adoção de uma alimentação saudável e a prática de atividade física</p> <p>Dinamizar campanhas, palestras, workshops ou outros com vista à literacia em saúde mental</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a prevenção do consumo de tabaco</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a prevenção do consumo de bebidas alcoólicas</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a prevenção do consumo de substâncias psicoativas</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a prevenção de comportamentos sexuais de risco</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a promoção da vacinação</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou campanhas de sensibilização para a promoção de um envelhecimento ativo e saudável</p> <p>Promover projetos, estratégias e/ou outras medidas para capacitação de grupos específicos de pessoas doentes e cuidadores informais para a gestão das doenças crónicas</p>
	CONTEXTOS PROMOTORES DE SAÚDE	<p>Criar programas, projetos e/ou estratégias que promovam a adoção de uma alimentação saudável</p> <p>Desenvolver programas, projetos ou outras medidas que incitem à prática de atividade física</p> <p>Reforçar as condições físicas e ambientais do território que promovam a adoção de estilos de vida saudáveis</p> <p>Criar e/ou promover ambientes verdes e livres de poluição</p> <p>Desenvolver programas, projetos e/ou estratégias que fomentem o bem-estar psicológico e social com vista à promoção da saúde mental</p>
	EQUIDADE EM SAÚDE - INTERVENÇÃO EM DOMÍNIOS VULNERÁVEIS	<p>Criar o Conselho Municipal de Saúde</p> <p>Elaborar e/ou atualizar documentos estratégicos em saúde</p> <p>Criar estratégias que promovam a integração de pessoas desempregadas com maiores vulnerabilidades</p> <p>Desenvolver medidas que promovam a redução da pobreza junto de pessoas em situação económica desfavorável</p> <p>Desenvolver programas e/ou projetos que promovam a integração social e o combate ao isolamento</p> <p>Criar estratégias que promovam a integração das populações mais vulneráveis, como a população migrante, com deficiência, sem-abrigo, com comportamentos aditivos e outras</p> <p>Desenvolver medidas de apoio aos cuidadores informais e às pessoas em situação de dependência</p>

2.5. IMPLEMENTAÇÃO E MONITORIZAÇÃO DO PLANO

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira terá a vigência de três anos, vigorando no período compreendido entre 2020 e 2022. A operacionalização das medidas definidas será concretizada no contexto de planos de ação anuais nos quais serão definidas as ações, a calendarização e os indicadores e metas que permitirão a realização de um relatório de monitorização e avaliação.

O Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira elege uma abordagem por ciclo de vida tendo em conta os determinantes da saúde, a concretizar no âmbito da realização dos planos de ação, uma vez que os principais problemas de saúde identificados no concelho não são exclusivos de um único grupo etário. Assim, importa apostar na prevenção da doença, bem como na promoção dos fatores protetores da saúde ao longo de todas as fases da vida.

A implementação do Plano Municipal de Saúde e Bem-Estar de Vila Franca de Xira ficará a cargo de um grupo de trabalho constituído por diferentes entidades parceiras da Rede Social de Vila Franca de Xira e Serviços Municipais, que nas suas competências tanjam a área da Saúde, coordenado pela Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, através da Divisão de Saúde e Solidariedade, ficando esta Divisão responsável pela elaboração do plano de ação anual e respetivo relatório de monitorização e avaliação.



3 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo, IP. Plano Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo 2018 – 2020. Lisboa: ARSLVT.
- ACES Estuário do Tejo. Unidade de Saúde Pública – Equipa do Observatório Local de Saúde. Plano Local de Saúde 2018 – 2020. Lisboa, 2019.
- Câmara Municipal de Vila Franca de Xira. Perfil Municipal de Saúde'17. Vila Franca de Xira, 2017. Disponível em: https://www.cm-vfxira.pt/cmvmxira/uploads/document/file/2111/Final_Perfil_Saude_2017.pdf
- Direção-Geral da Saúde. A saúde dos portugueses 2016. Lisboa. 2016.
- Direção-Geral da Saúde. *Institute for Health Metrics and Evaluation. Portugal: The Nation's Health 1990–2016: Na overview of the Global Burden of Disease Study 2016 Results. Seattle, WA: IHME, 2018.*
- Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde – Revisão e Extensão a 2020. Lisboa, 2015.
- Ministério da Saúde. Retrato da Saúde. Lisboa, 2018.
- Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Plano Nacional de Saúde e Estratégias Locais de Saúde | Resenha dos Planos de Saúde: Nacional, Regionais, Locais. Lisboa, 2017.
- Organização Mundial da Saúde. Rede Europeia de Cidades Saudáveis da Organização Mundial de Saúde. Fase IV (2014–2018). Objetivos e Requisitos, 2013.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Diabetes 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Promoção da Atividade Física 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para a Saúde Mental 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para as Doenças Cérebro-Cardiovasculares 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para as Doenças Oncológicas 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Portugal. Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Programa Nacional para as Doenças Respiratórias 2017 Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2017.
- Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis. Disponível em: <http://redemunicipiossaudaveis.com/index.php/pt/>.
- Rede Social do Concelho de Vila Franca de Xira. Plano de Desenvolvimento Social 2015 – 2020. Vila Franca de Xira, 2015.
- Ministério da Saúde. Direção-Geral da Saúde. Plano de Ação Para a Literacia em Saúde. *Health Literacy Action Plan. 2019-2021 Portugal.* Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2018
- Carta de *Ottawa*. In: 1ª Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde. *Ottawa, Canadá; 1986.* Disponível em: <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/carta-de-otawa-pdf1.aspx>
- Comissão para os Determinantes Sociais da Saúde. Redução das desigualdades no período de uma geração. Igualdade na saúde através da ação sobre os seus determinantes sociais. Relatório Final da Comissão para os Determinantes Sociais da Saúde. Portugal: Organização Mundial de Saúde; 2010. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/43943/8/9789248563706_por_contents.pdf
- MB Paulo, PF Alberto. A Saúde e seus Determinantes Sociais. *Rev. Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, 17(1):77-93, 2007*
- Huynen MM, Martens P, Hilderink H. *The health impact of globalisation: a conceptual framework. Globalization and Health. 2005*
- Pang T, Guindon GE. *Globalization and risks to health. Science & Society. European Molecular Biology Organization. EMBO reports, 2004.*
- Portugal. Direção-Geral da Saúde. Direção de Serviços de Informação e Análise. A Saúde dos Portugueses 2016.
- Who Health Organization. Noncommunicable diseases: Campaign for action – meeting the NCD targets.* Disponível em: <https://www.who.int/beat-ncds/take-action/targets/en/>

4 ANEXOS

4.1. PERFIL MUNICIPAL DE SAÚDE DE VILA FRANCA DE XIRA

Disponível em:

https://www.cm-vfxira.pt/cmvmfxira/uploads/document/file/2111/Final_Perfil_Saude_2017.pdf



