

# PLANO NACIONAL DE SAÚDE 2030

*SAÚDE SUSTENTÁVEL: DE TOD@S PARA TOD@S*

SOFIA SILVA ROCHA

Equipa de Apoio ao PNS 2030

15/11/2023

# CONTEÚDO

---

1. O que é o Plano Nacional de Saúde (PNS)?
2. PNS 2030: Saúde Sustentável: de tod@s para tod@s
3. A construção do PNS 2030
4. Estratégias de intervenção
5. Como implementar o PNS 2030?
6. Como posso colaborar para o desenvolvimento e saúde sustentável?

# Plano Nacional de Saúde (PNS)

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030

PLANO NACIONAL  
DE SAÚDE



# Plano Nacional de Saúde (PNS)

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030

PLANO NACIONAL  
DE SAÚDE

PLANOS REGIONAIS  
DE SAÚDE

# Plano Nacional de Saúde (PNS)

---

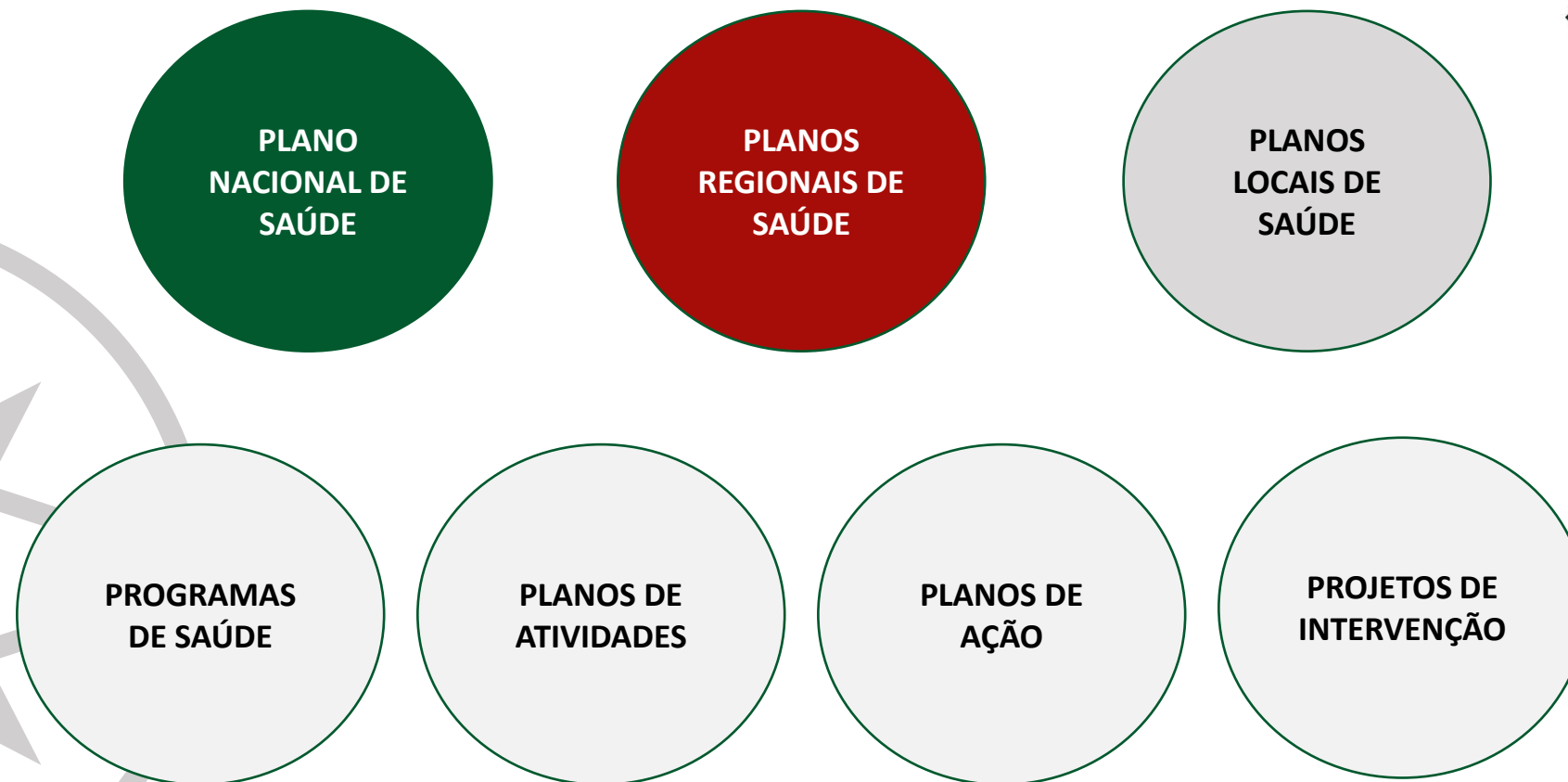
**PLANO NACIONAL  
DE SAÚDE**

**PLANOS REGIONAIS  
DE SAÚDE**

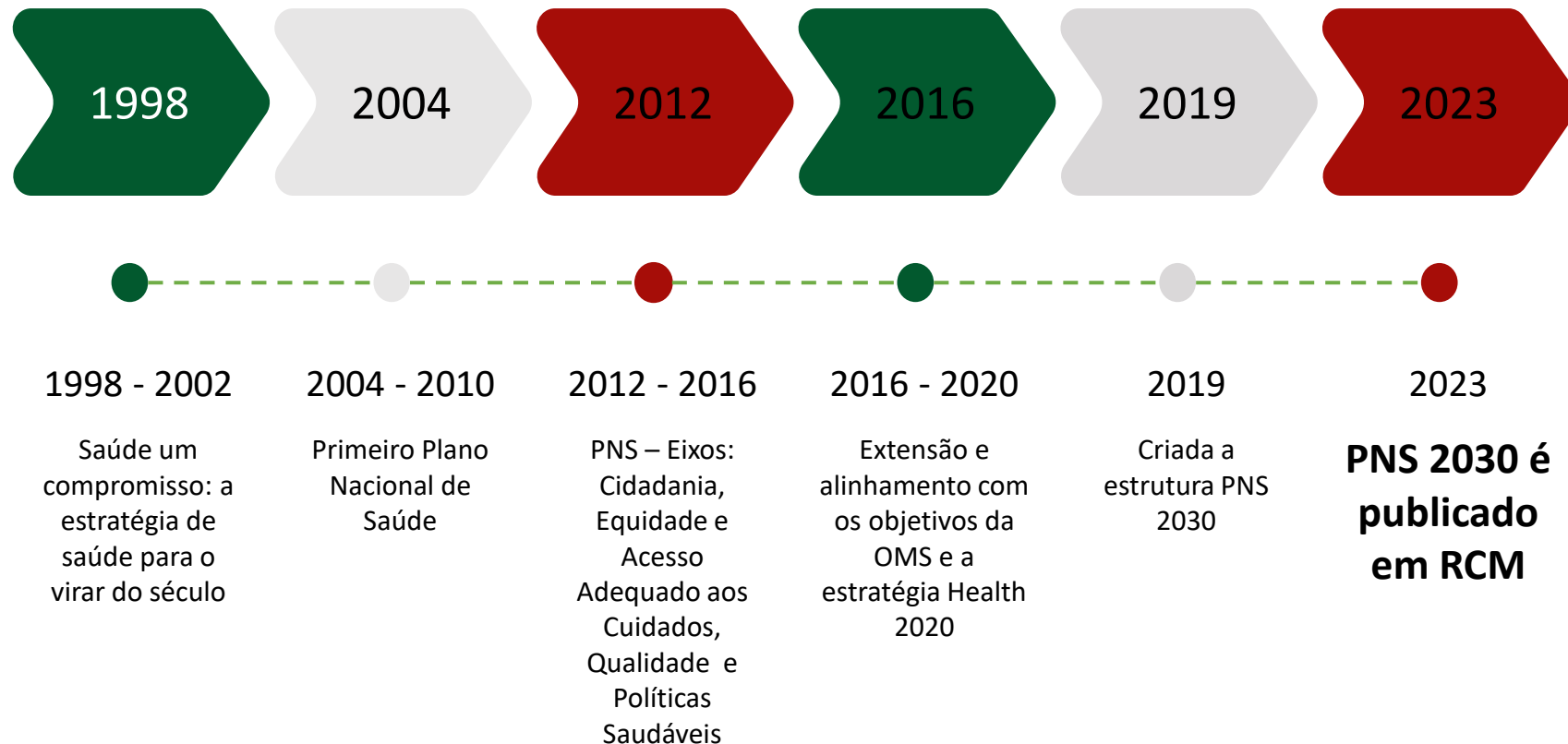
**PLANOS LOCAIS DE  
SAÚDE**

# Plano Nacional de Saúde (PNS)

---



# Plano Nacional de Saúde (PNS)



# PNS 2030:

## Saúde Sustentável: de tod@s para tod@s

---

- Horizonte temporal: **10 anos**
- Em linha com a **Agenda 2030** para o Desenvolvimento Sustentável





# PNS 2030: Saúde Sustentável: de tod@s para tod@s

- ODS organizados nos **5 pilares da sustentabilidade:**



Adaptado de: Relatório nacional sobre a implementação da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável – PORTUGAL (2017)



# Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030



# Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030

DETERMINANTE



RESULTADO

FACILITADOR



# Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável

PLANO NACIONAL DE SAÚDE 2030



# PNS 2030:

Saúde Sustentável: de tod@s para tod@s

---

- Foco do PNS 2030: **SAÚDE SUSTENTÁVEL**

*“...o alcance do melhor nível de saúde e bem-estar da população num dado momento não deverá comprometer a saúde e bem-estar das gerações futuras, nem deixar ninguém para trás.”*



# PNS 2030: Finalidade

---

“melhorar a saúde e o bem-estar da população em todo o ciclo de vida, através de um **compromisso social para a Saúde**, *sem deixar ninguém para trás*, preservando o planeta e sem comprometer a saúde das gerações futuras”.



# PNS 2030: Valores e princípios

---

## Participação

- Garantir o envolvimento e compromisso de todos

## Sustentabilidade

- Criar e preservar comunidades saudáveis, económica e ambientalmente adequadas

## Transparência

- Promover o acesso a informação de qualidade

## Equidade

- Intervir sobre as desigualdades de saúde evitáveis, injustas e remediáveis

## Centralidade nas pessoas

- Valorizar a diversidade, as necessidades e as expectativas das pessoas

# A construção do PNS 2030

---

- Modelo de planeamento **estratégico**
- Base **populacional**
- Natureza **trans e multissectorial**
- Elementos-chave:
  - **Pessoas** (individuais e coletivas)
  - **Participação**
  - **Compromisso**



# Pessoas, Participação, Compromisso

- Processo **participativo**
- **Co-criativo**
- **Integrador**

Conselho Consultivo  
e  
Comissão de Acompanhamento

# A construção do PNS 2030

**MODELO  
LÓGICO,  
INTEGRADOR, de  
natureza  
PARTICIPATIVA e  
CO-CRIATIVA**



Garcia AC, Felício M, Teixeira C; 2010

# Caracterização demográfica

---

- **Decréscimo populacional**
- Continuidade do padrão de **litoralização**
- **Duplo envelhecimento** demográfico em progressão
- **Baixa natalidade**
- Incapacidade de substituição de gerações

# Caracterização demográfica

---

- **Mortalidade desigual**
- ↓ mortalidade infantil
- ↑ **esperança de vida**
- ↑ **população estrangeira residente**

# Esperança de vida

---

- ↑ **esperança média de vida** à nascença e aos 65A
- Nº de **anos de vida saudável** à nascença e aos 65A **inferior** à média dos países da UE
- Predomínio do grupo das **doenças crónicas não transmissíveis** como principais causas dos **anos de vida saudável perdidos**

# Mortalidade

---

- **Doenças do aparelho circulatório e tumores malignos (TM)** como principais causas de morte
- **TM** como principal causa de **morte prematura**
- Importância ↑ dos TM do fígado e do pâncreas, e da **laringe, traqueia, brônquios e pulmões (no sexo feminino)** como causas de morte prematura

# Mortalidade

---

- ↓ ↓ mortalidade por **doenças cerebrovasculares, do rim e ureter, e crónicas do fígado**
- ↓ ↓ mortalidade prematura por **VIH/SIDA, diabetes *mellitus* e acidentes de transporte**

# Morbilidade e incapacidade

---

- Importância ↑ das **doenças osteomusculares**, seguidas pela depressão, diabetes *mellitus* e ansiedade
- ↑ incidência dos TM da **mama, próstata e cólon**, bem como do TM da **traqueia, brônquios e pulmão**
- Importância ↑ das **IST e das hepatites virais**



# Morbilidade e incapacidade

---

- Estimativa de 600.000 a 800.000 pessoas a viverem com **doenças raras**
- Relevância da **dor crónica** como causa major de incapacidade
- Importância da **incapacidade sensorial** na população em geral e da **incapacidade motora** na população com 65 e mais anos

# Morbilidade e incapacidade

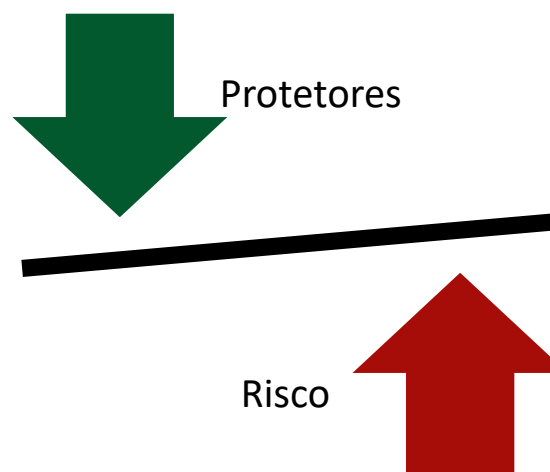
---

- ↓ carga de doença e incapacidade por **asma** e **transtornos** atribuíveis ao **consumo de álcool**
- ↓ incidência da **tuberculose**, bem como da infeção por **VIH** e de **SIDA**

# Determinantes de Saúde

---

- Ambientais
- Biológicos
- Comportamentais
- Demográficos
- Sociais
- Económicos
- Relacionados com o sistema de saúde e a prestação de cuidados de saúde



# Problemas de Saúde

---

- Nova tipologia dos problemas de saúde:
  - **Magnitude elevada** ou em crescimento (ex: neoplasias)
  - **Baixa ou nula magnitude e elevado potencial de risco**
    - Elevada magnitude no passado e atualmente controlados (ex: doenças evitáveis pela vacinação, mortalidade infantil...)
    - Com risco acelerado de emergir ou evoluir para magnitudes elevadas devido ao aumento da intensidade ou prevalência de determinantes de elevada relevância (ex: dengue, malária...)

# Desigualdades de saúde

---

- Menor **privação socioeconómica** no Norte e Centro, e maior no Sul
- Diminuição das desigualdades entre o **litoral e o interior** (de 2001 para 2011)
- Proporção de pessoas com **autoperceção positiva do estado de saúde inferior nas pessoas de baixo rendimento**

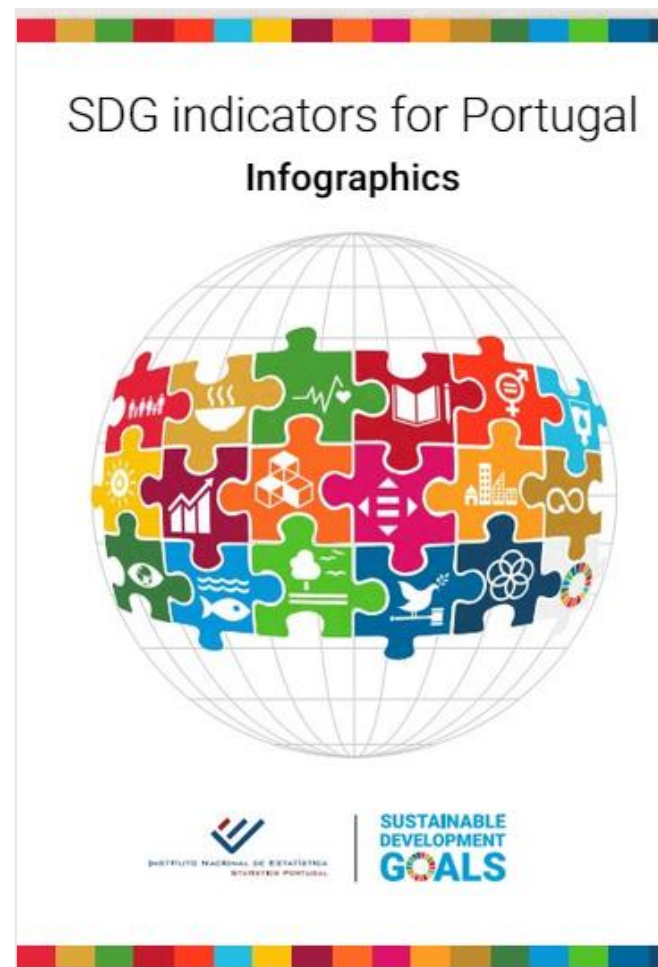
# Desigualdades de saúde

---

- **Maior risco de morrer** nas áreas geográficas mais carenciadas (Sul)
- **Mortalidade desigual** por idade, sexo, grupo etário, quintil de privação e geográfica

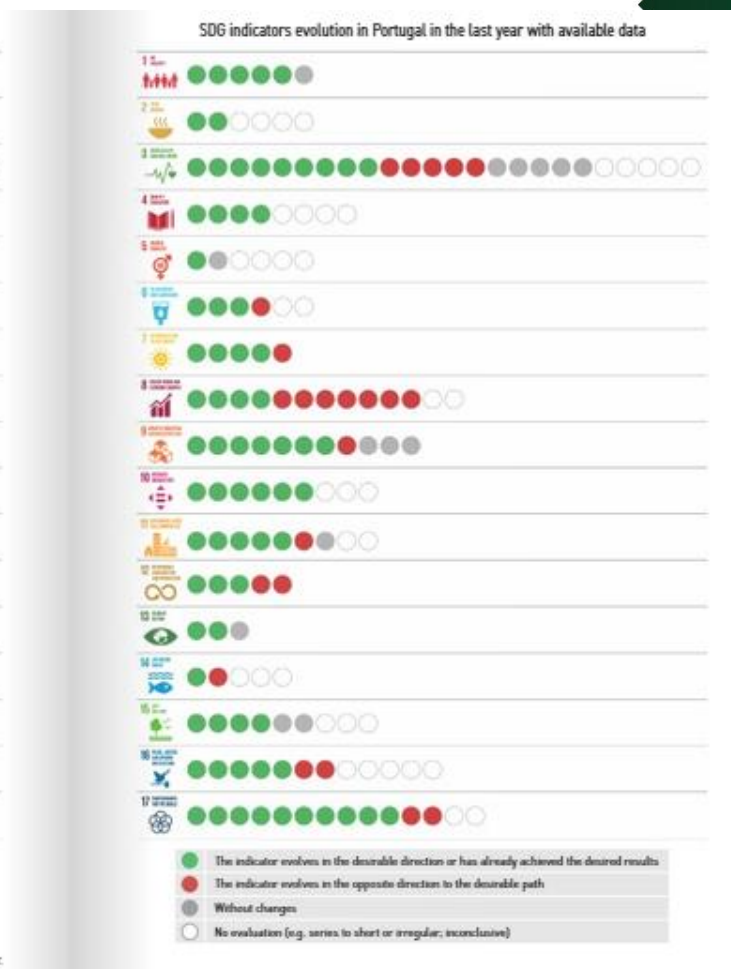
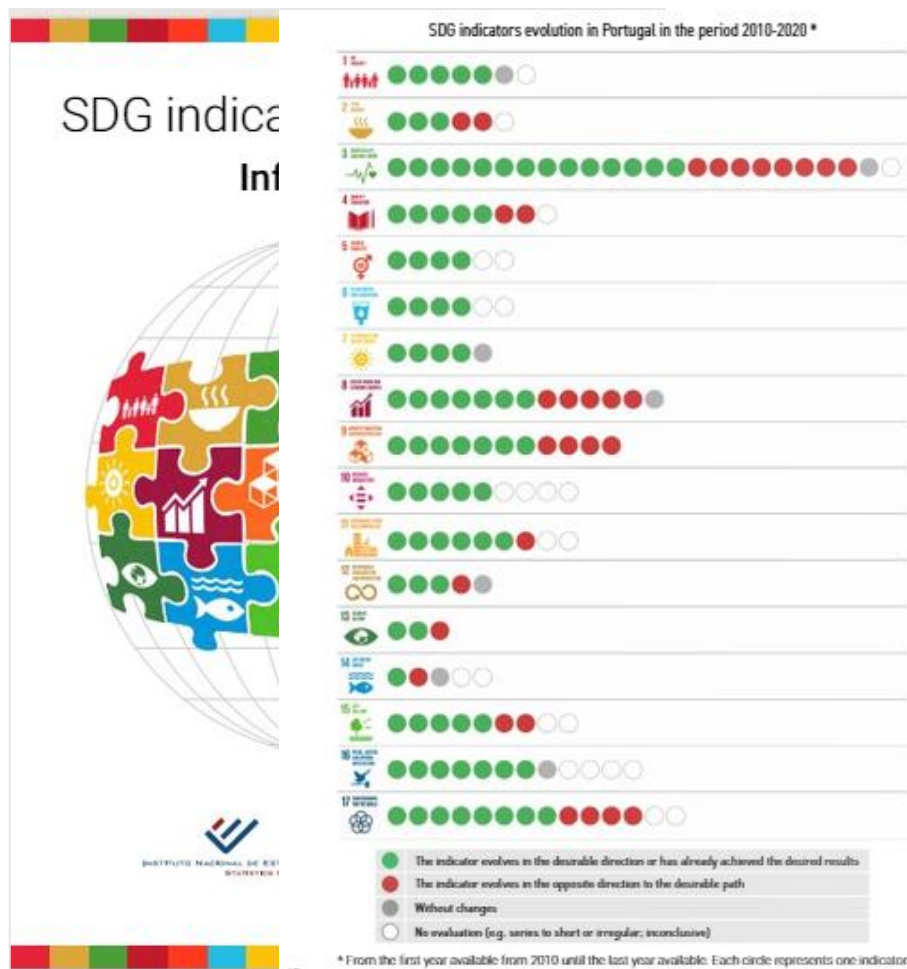
# Desempenho quanto ao alcance dos ODS

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030





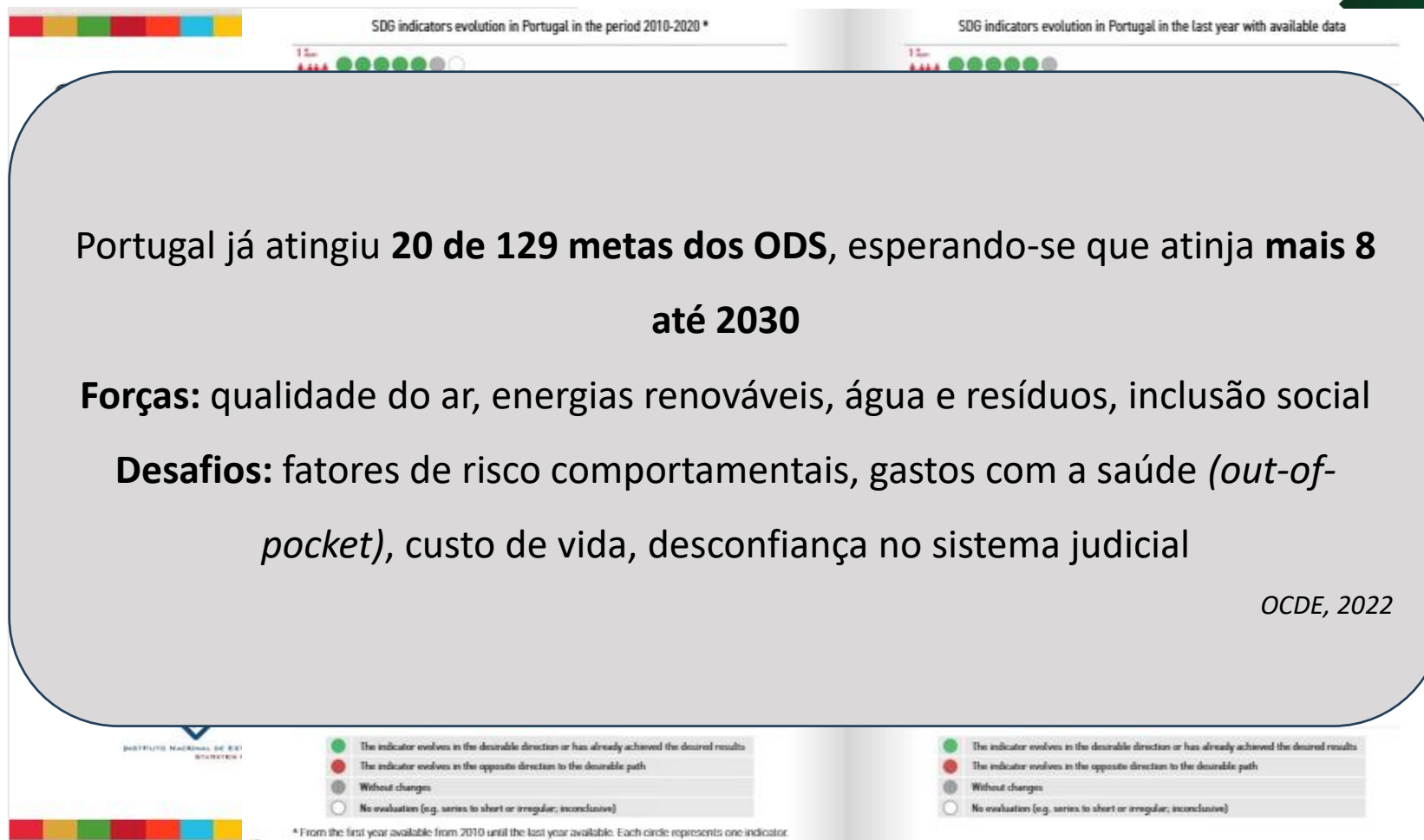
# Desempenho quanto ao alcance dos ODS



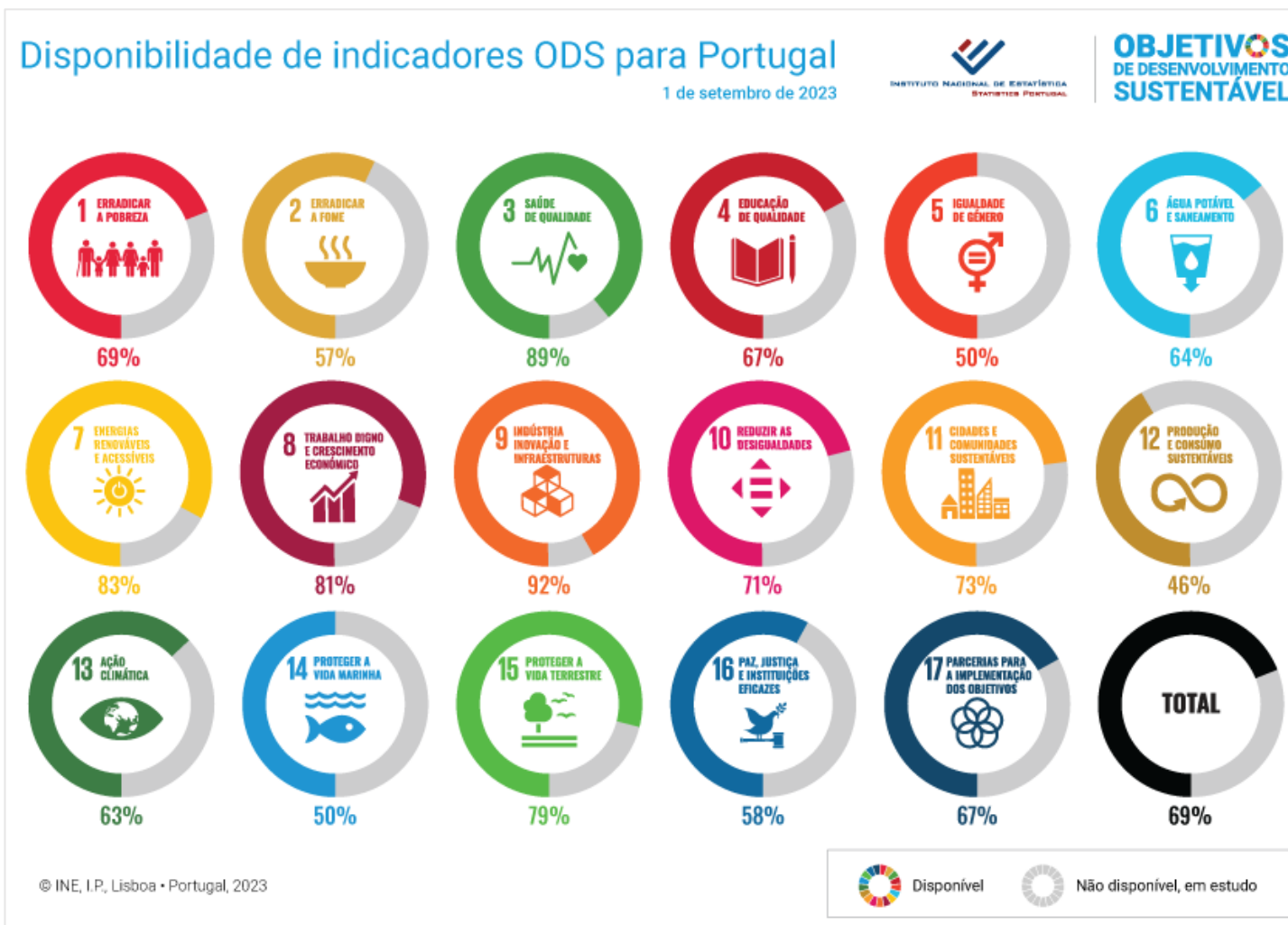


# Desempenho quanto ao alcance dos ODS

PLANO NACIONAL DE SAÚDE 2030



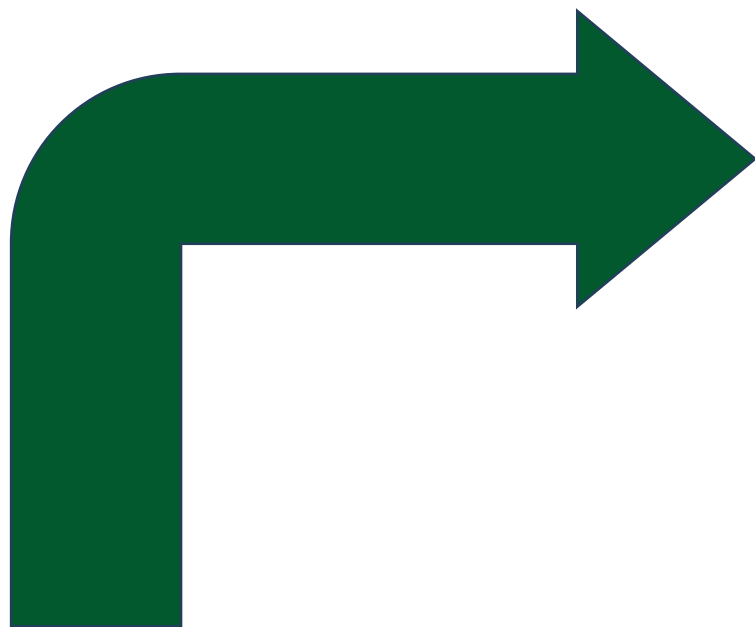
# Desempenho quanto ao alcance dos ODS



# Necessidades de saúde

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030



**SITUAÇÃO ATUAL**

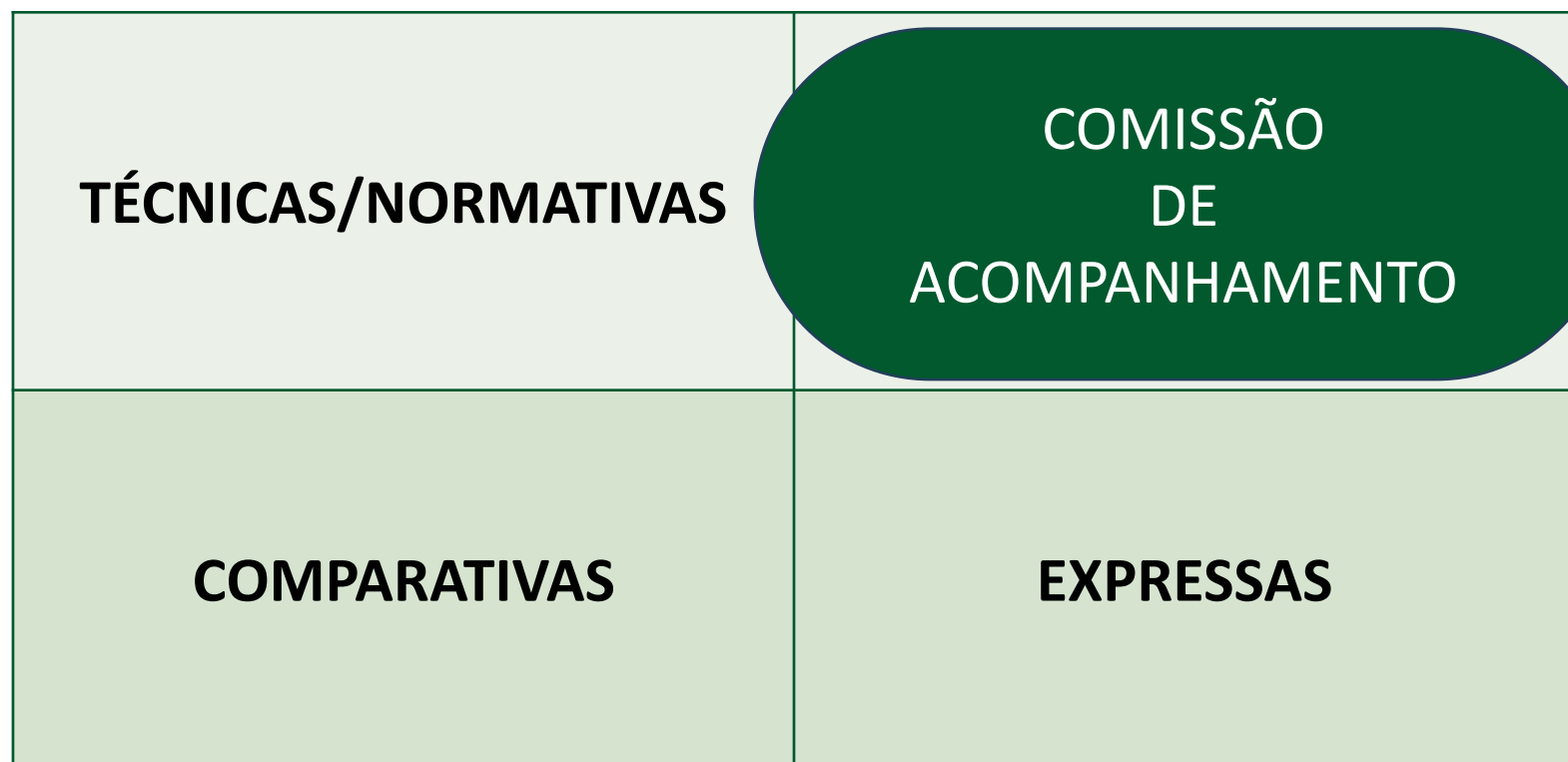
# Necessidades de saúde

---



# Necessidades de saúde

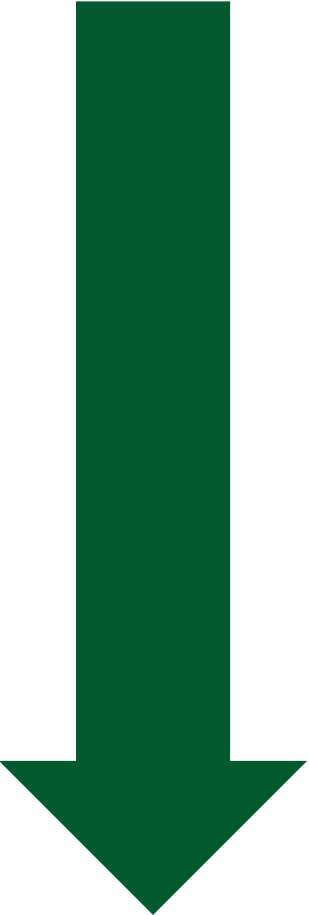
---



Bradshaw, 1972

# Necessidades de saúde

---



**MORTE PREMATURA  
E EVITÁVEL, E DA  
CARGA DE DOENÇA  
E INCAPACIDADE**

- Doenças do aparelho circulatório
- Tumores malignos
- Doenças do aparelho respiratório
- Doenças do aparelho digestivo
- Doenças endócrinas, nutricionais e metabólicas

# Necessidades de saúde

---



## **CARGA DE DOENÇA E INCAPACIDADE**

- Doenças osteomusculares e do tecido conjuntivo
- Transtornos mentais e do comportamento
- Doenças neurológicas
- Doenças dos órgãos dos sentidos
- Tuberculose
- Infeção por VIH

# Necessidades de saúde



**PREVALÊNCIA DOS  
FATORES DE RISCO  
DE ELEVADA  
PREVALÊNCIA/EM  
CRESCIMENTO**

- Alimentação inadequada
- Inatividade física
- Excesso de peso e obesidade
- Hiperglicemia
- Hipertensão arterial
- Hipercolesterolemia (↑ LDL)
- Consumo de tabaco
- Consumo de álcool
- Riscos ocupacionais



# Necessidades de saúde

---



## **CONTROLO DOS FATORES DE RISCO JÁ CONTROLADOS**

- Mortalidade materna
- Mortalidade infantil e suas componentes
- Doenças evitáveis pela vacinação
- Doenças transmitidas pela água

# Objetivos para o alcance da saúde sustentável

PLANO NACIONAL DE SAÚDE 2030



Reduzir as desigualdades

→ Saúde Sustentável

Promover o desenvolvimento de comportamentos, culturas e comunidades saudáveis

Minimizar as consequências das alterações climáticas na saúde e outros determinantes ambientais na saúde

Manter sob controlo os problemas de saúde atualmente já controlados

Reduzir de um modo integrado a carga das doenças transmissíveis e das não transmissíveis

De tod@s para tod@s →

# Objetivos para o alcance da saúde sustentável



## Reduzir as desigualdades

1. Promover a equidade em saúde
2. Promover a paz, a justiça e a prosperidade
3. Dinamizar as parcerias entre todos os setores da sociedade



## Promover o desenvolvimento de comportamentos, culturas e comunidades saudáveis

4. Promover a literacia em saúde
5. Dinamizar ambientes promotores de saúde
6. Promover a longevidade e o envelhecimento ativo e saudável



# Objetivos para o alcance da saúde sustentável



## Minimizar as consequências das alterações climáticas e outros determinantes ambientais na saúde

7. Proteger o planeta para as gerações presentes e futuras
8. Dinamizar os sistemas de vigilância de riscos ambientais e problemas associados
9. Garantir a preparação e resposta em emergências de saúde pública



## Reduzir de um modo integrado a carga das doenças transmissíveis e das não transmissíveis

10. Reforçar cuidados de saúde sustentáveis
11. Fortalecer o acesso a cuidados de saúde de qualidade
12. Dinamizar a integração de cuidados centrados na pessoa

# Objetivos para o alcance da saúde sustentável



## Manter sob controlo os problemas de saúde atualmente já controlados

13. Garantir o acesso, a vigilância e cuidados de saúde sexual/reprodutiva, materna e infantil de qualidade
14. Manter um elevado nível de cobertura vacinal
15. Manter sob controlo os problemas de saúde transmitidos pela água



# Objetivos de saúde

---

- **Quantificadores** da melhoria do estado de saúde da população portuguesa (mortalidade e incidência)
- Possibilitam o **seguimento das estratégias** que contribuem para os 5 grandes desígnios

# Estratégias de intervenção para a saúde sustentável

---

PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030

*A grande opção estratégica para a saúde em Portugal até 2030 é **investir nos determinantes de saúde e bem-estar, pelo reforço dos fatores protetores da saúde e redução dos fatores de risco, sem deixar ninguém para trás, preservando o planeta e sem comprometer a saúde das gerações futuras.***



# Estratégias de intervenção para a saúde sustentável

## INVESTIR

- **Promover e proteger a saúde**
- Transversal a todas as estratégias de intervenção
- Transdisciplinar e multisectorial

## INCLUIR

- **Cobertura Universal de Saúde**
- Centrada nos CSP e na comunidade
- Recuperar e melhorar o acesso e a intervenção em saúde

## INOVAR

- Saúde Digital
- **Transição Digital**

## PREPARAR E ANTECIPAR O FUTURO

- Vigilância e planeamento da preparação e **resposta às emergências em Saúde Pública**



# Como implementar o PNS 2030?

**PLANO  
NACIONAL  
DE SAÚDE  
2030**




**Pacto Saúde  
Sustentável  
2030**

COMISSÃO  
DE  
ACOMPANHAMENTO

COMPROMISSO  
SOCIAL

# Como implementar o PNS 2030?

## Viana do Castelo avança com Conselho Municipal de Saúde

 Beatriz Lira  28 Abril, 2023  1 min. leitura

A Câmara Municipal de Viana do Castelo está a avançar com a constituição do Conselho Municipal de Saúde. Foi promovida, esta semana, uma reunião preliminar que teve como objetivo definir a estrutura, os regimentos e ainda a Estratégia Municipal de Saúde.

De acordo com o Plano de Atividades e Orçamento para 2023, e de acordo com a nota divulgada pela autarquia, na Saúde, as prioridades passam “por definir e implementar a Estratégia Municipal da Saúde, com destaque para a temática da saúde mental, qualificar as instalações e os equipamentos de saúde existentes, adaptando estes equipamentos aos novos modelos de prestação de cuidados de saúde e aumentar a capacidade de resposta na prestação de cuidados de saúde de proximidade com a construção de três novas unidades de saúde.

Para além disso, “implementar um conjunto de projetos que visem a promoção de estilos de vida saudáveis, criar, em parceria com os cuidados primários da ULSAM, uma unidade de investigação, inovação e desenvolvimento para os cuidados de saúde na comunidade” afirmam-se também como exigências deste plano, revela o município.

# Como implementar o PNS 2030?

## Viana do Castelo avança com Conselho Municipal de Saúde

Beatriz Lira 28 Abril, 2023

A Câmara Municipal de Viana do Castelo aprovou o Conselho Municipal de Saúde, que teve como objetivo definir a Estratégia Municipal de Saúde.

De acordo com o Plano de Atividades e Orçamento para 2023, e de acordo com a nota divulgada pela autarquia, a estratégia municipal de saúde prevê a implementação da Estratégia Municipal de Saúde, com destaque para a temática da saúde mental, qualificar as instalações e os equipamentos de saúde existentes, adaptando estes equipamentos aos novos modelos de prestação de cuidados de saúde e aumentar a capacidade de resposta na prestação de cuidados de saúde de proximidade com a construção de três novas unidades de saúde.

Para além disso, “implementar um conjunto de projetos que visem a promoção de estilos de vida saudáveis, criar, em parceria com os cuidados primários da ULSAM, uma unidade de investigação, inovação e desenvolvimento para os cuidados de saúde na comunidade” afirmam-se também como exigências deste plano, revela o município.

De acordo com o Plano de Atividades e Orçamento para 2023, e de acordo com a nota divulgada pela autarquia, na Saúde, as prioridades passam “por definir e implementar a Estratégia Municipal da Saúde, com destaque para a temática da saúde mental, qualificar as instalações e os equipamentos de saúde existentes, adaptando estes equipamentos aos novos modelos de prestação de cuidados de saúde e aumentar a capacidade de resposta na prestação de cuidados de saúde de proximidade com a construção de três novas unidades de saúde.”

# Como implementar o PNS 2030?

Início / Lista de notícias / Projeto do IPVC chega à Web Summit

## Projeto do IPVC chega à Web Summit

Data de publicação

30/10/2023

# Como implementar o PNS 2030?

IWaP Sports é uma aplicação na área do desporto, da saúde e do lifestyle, que permite aos utilizadores definirem o seu perfil com o objetivo de poderem encontrar e conectarem-se a parceiros de atividade física, em qualquer modalidade, em qualquer área e a qualquer momento. A aplicação vai ser apresentada na edição deste ano da Web Summit, que irá decorrer em Lisboa, de 13 a 16 de novembro.

Chama-se IWaP Sports e vai ser uma das aplicações apresentadas no próximo mês na Web Summit, que terá lugar em Lisboa, entre os dias 13 e 16. A aplicação, disponível para Android e IOS, foi desenvolvida por Marcelo Fernandes, de 32 anos, e Leandro Mota, de 33, antigos alunos do Politécnico de Viana do Castelo e hoje docentes na Escola Superior de Tecnologia e Gestão do IPVC.

De forma simples, a IWaP Sports é uma aplicação que permite ao utilizador encontrar pessoas com os mesmos gostos desportivos. “O utilizador define o seu perfil e conecta-se a parceiros de atividade física, em qualquer modalidade, em qualquer área e a qualquer momento”, começa por descrever Marcelo Fernandes. Por meio de algoritmos de correlação dos dados disponibilizados, será feito “match”. Com esta aplicação, pretendem “combater a falta de exercício físico e o sedentarismo associado, democratizar os espaços de treino, promover a coesão e as relações sociais entre os utilizadores”, descreve Marcelo Fernandes.

# Como implementar o PNS 2030?

## Entrega de Prémio «Desporto + Acessível» em Viana do Castelo

Premiar e divulgar projetos de desenvolvimento do desporto e da atividade física para pessoas com deficiência com vista à sua inclusão social.

🕒 25/10/2023





# Como implementar o PNS 2030?



VIANA DO CASTELO

## Projeto Envelhecer com Qualidade em Viana do Castelo

 Cátia Malheiro  20 Novembro, 2017  1 min. leitura

A Câmara Municipal de Viana do Castelo está a desenvolver, junto da população sénior do concelho, o Projeto “Envelhecer com Qualidade”.

Um projeto que vai já no décimo ano consecutivo, e que surge na sequência do Projeto Cidades Saudáveis a que o Município aderiu há mais de uma década, e pretende “implementar práticas que contribuam para um envelhecimento ativo e saudável”.

# Como implementar o PNS 2030?

VIANA DO CASTELO

## Projeto Envelhecer com Qualidade em Viana do Castelo

 Cátia Malheiro  20 Novembro, 2017  1 min. leitura

A Câmara Municipal de Viana do Castelo está a desenvolver, junto da população sénior do concelho, o Projeto “Envelhecer com Qualidade”.

Um projeto que vai já no décimo ano consecutivo, e que surge na sequência do Projeto Cidades Saudáveis a que o Município aderiu há mais de uma década, e pretende “implementar práticas que contribuam para um envelhecimento ativo e saudável”.





# Como posso colaborar?

---

*"Small actions, when multiplied by millions of people,  
can transform the world.*

*Each step towards sustainability starts with a single  
person making a conscious choice.*

*Embrace the power of the individual, for it is the  
collective effort that drives change."*

Generated by OpenAI's GPT-3 model, 15/11/2023

# Como posso colaborar?



# Como posso colaborar?



Limpa a tua despensa e doa produtos não perecíveis a bancos alimentares.

7



Fala sobre o tema. Quanto mais ideias promovermos, mais pessoas se juntam a ação.

1

Participa na agricultura urbana local.

9



# Como posso colaborar?



Aumenta a representação de género em áreas de liderança no ambiente de trabalho. 1



Apadrinha uma criança para que possa frequentar a escola. 6

Partilha as tuas competências e talentos com aqueles que precisam. 9

# Como posso colaborar?

---

## 3 SAÚDE DE QUALIDADE



Dorme bem.

9

→ 170  
Ações Diárias



# PLANO NACIONAL DE SAÚDE 2030

Obrigada!

SOFIA SILVA ROCHA

Equipa de Apoio ao PNS 2030

15/11/2023