

# ***AS PREVENÇÕES NA SAÚDE***



## PREVENÇÃO PRIMORDIAL



Tem por objectivos evitar a emergência e o estabelecimento de estilos de vida que aumentem o risco de doença. Ao prevenir padrões de vida social, económica ou cultural que se sabe estarem ligados a um elevado risco de doença, promove-se a saúde e o bem-estar e diminui-se a probabilidade de ocorrência de doença no futuro.

Para tal, procura-se elaborar e aplicar políticas e programas de promoção de "determinantes positivos de saúde", na população em geral e em grupos seleccionados. Temos como exemplos:

- Legislação para criação de espaços livres de fumo do tabaco.



- Plano nacional de saúde escolar (PNSE)
- Plano nacional para a acção ambiente e saúde (PNAAS)
- Regulamentação para a segurança alimentar com implementação obrigatória do sistema de análise e gestão do risco HACCP - "Hazard Analysis and Critical Control Points".

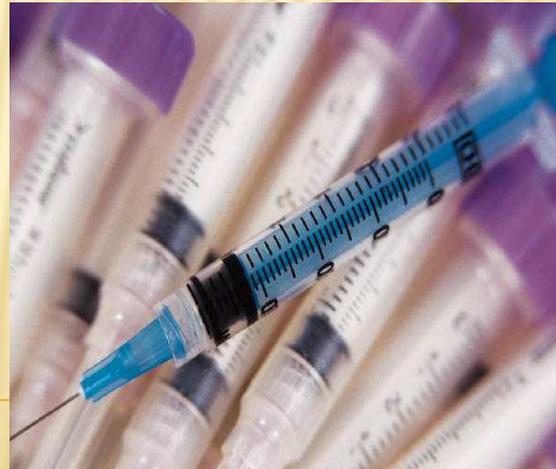
Através destas medidas, prevê-se e pretende-se que o impacto na saúde pública seja notável, já que os programas e políticas têm como alvo um grande número de indivíduos e porque um mesmo "determinante positivo" ou comportamento saudável tem efeitos benéficos múltiplos na saúde (protecção de várias doenças). Por exemplo, a prevenção do tabagismo contribui para a prevenção de doenças respiratórias, oncológicas e cardiovasculares.



## PREVENÇÃO PRIMÁRIA

Visa evitar ou remover factores de risco ou causais antes que se desenvolva o mecanismo patológico que levará à doença. Recorre a meios dirigidos ao nível individual, a grupos seleccionados ou à população em geral. Desta feita, espera-se a diminuição da incidência da doença pelo controlo de factores de risco ou causas associadas, bem como a diminuição do risco médio de doença na população.

Como exemplos deste tipo de prevenção, temos:





➤ **Imunização (vacinação) contra algumas doenças infecto-contagiosas.**

➤ **Toma de vitamina D pelas crianças para prevenir o raquitismo.**

➤ **Uso de preservativos para a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis.**

➤ **Uso de seringas descartáveis pelos toxicodependentes, para prevenir infecções como VIH/SIDA e hepatites.**



vamorirmeupovo.hpg.com.br



## **PREVENÇÃO SECUNDÁRIA**



**Corresponde à detecção precoce de problemas de saúde em indivíduos presumivelmente doentes, mas assintomáticos para a situação em estudo. Pretende-se, ainda, que haja uma aplicação imediata de medidas apropriadas, com vista ao rápido restabelecimento da saúde ou, pelo menos, um condicionamento favorável da evolução da situação, com cura e/ou redução das consequências mais importantes da doença.**



**Este nível de prevenção pressupõe o conhecimento da história natural da doença, a existência de um período de detecção precoce suficientemente longo (período pré-clínico ou assintomático) e facilmente detectável, e que seja passível de tratamento que interrompa a evolução para estados mais graves. Assim, espera-se que haja diminuição da prevalência da doença, essencialmente pela diminuição da duração da mesma.**

## TEMOS COMO EXEMPLOS:

➤ Rastreio dos cancros do colo do útero, da mama, da próstata, do cólon e recto.



➤ Rastreio da fenilcetonúria no recém-nascido

➤ Rastreio e vigilância da pressão arterial, glicémia ou dislipidémia.

➤ Realização dos testes de avaliação de acuidade auditiva e visual no âmbito da saúde ocupacional.



## PREVENÇÃO TERCIÁRIA

Este tipo de prevenção tem como objectivos: 1) limitar a progressão da doença; 2) evitar ou diminuir as consequências ou complicações da doença como as insuficiências, incapacidades, sequelas, sofrimento ou ansiedade, morte precoce; 3) promover a adaptação do doente às consequências incuráveis; e 4) prevenir recorrências da doença.

Para atingir estes objectivos, é necessária a intervenção associada da medicina preventiva e da medicina curativa. Contudo, há múltiplos exemplos de acções de carácter não médico e que são fundamentais para a potenciação da capacidade funcional do indivíduo, melhoria significativa no seu bem-estar, reintegração familiar e social e até diminuição dos custos sociais e económicos dos "estados de doença". Senão veja-se:





- **Realização de sessões formativas/educativas nas escolas e locais de trabalho para eliminar atitudes fóbicas em relação a indivíduos seropositivos para o VIH**
- **Reintegração de trabalhadores na empresa que por algum tipo de incapacidade (pós-traumática, sequelas de poli traumatismos, etc.) não possam voltar a realizar o mesmo tipo de actividades.**
- **Educação, formação e apetrechamento necessários à autonomia de indivíduos invisuais.**

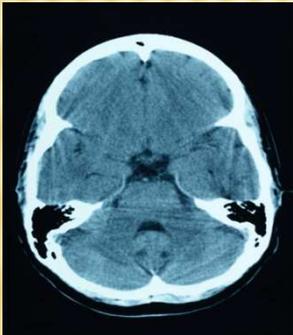
## PREVENÇÃO QUATERNÁRIA



Trata-se dum nível de prevenção recentemente introduzido - "o 5º nível". Apesar de desconhecido ou não aceite por muitos, este nível de prevenção assenta num conjunto de evidências e argumentos de contexto muito actual.

É sabido que a população - concretamente dos países mais desenvolvidos - se encontra em progressivo envelhecimento, e que tal facto determina o aumento de doenças crónico-degenerativas, doenças do foro oncológico, com necessidade de cuidados assistenciais de toda a ordem, designadamente continuados e paliativos. Nesse sentido, a alteração da estrutura familiar e da dinâmica social também contribuem para a institucionalização dos idosos, internamentos mais prolongados (até em fase terminal), decorrendo também uma maior solicitação de assistência.

A inovação científico-tecnológica - médica, cirúrgica, laboratorial, etc. - é cada vez mais "veloz" no seu surgimento, e também mais exigente na verificação experimental, financiamento e cumprimento de normas para introdução no "mercado", entre outros aspectos.





**As maiores expectativas das populações face à saúde - exigência de mais e melhores cuidados de saúde - e a prática duma "medicina defensiva", conduzem à avultada realização de exames complementares de diagnóstico e aplicação de possibilidades terapêuticas, cada vez mais caras e sofisticadas, que podem ultrapassar o apropriado e racional.**



**O "patrocínio da doença" pela indústria farmacêutica, através de campanhas dirigidas ao público, e beneficiando da sobrestima da clínica e dos factores de risco, resultam em "marketing do medo" promotor de consumo.**

**Como consequência de todos estes factores e realidades, resultam uma sociedade dependente e "hipermedicalizada", provocando efeitos secundários da utilização excessiva, custos crescentes e desperdício em saúde.**

## PERANTE ESTE CENÁRIO, A PREVENÇÃO QUATERNÁRIA TEM COMO OBJECTIVOS:

- Evitar o excesso de intervencionismo médico e suas consequências.
- Detectar indivíduos em risco de sobre tratamento para os proteger de novas intervenções médicas inapropriadas.
- Sugerir alternativas eticamente aceitáveis por forma a curar sem dano.
- Capacitar os utentes, enquanto consumidores de cuidados de saúde, quanto às implicações (individuais, sociais, económicos) do consumo inapropriado.
- Em suma, este nível preventivo visa, genericamente, evitar ou atenuar o excesso de intervencionismo médico - actos desnecessários ou injustificados.



Relativamente aos utentes, há que os capacitar, enquanto consumidores de cuidados de saúde:

- Quanto às implicações (individuais, sociais, económicas) do consumo inapropriado.
- Quanto à aceitação e uso de informação necessária e suficiente para poderem tomar decisões autónomas, sem falsas expectativas.
- Quanto ao conhecimento das vantagens e desvantagens dos métodos de diagnósticos e tratamento propostos.
- Quanto à promoção de fontes independentes de informação em saúde.
- Prevenção primordial é o conjunto de actividades que visam evitar o aparecimento e estabelecimento de padrões de vida social, económica ou cultural que se sabe estarem ligados a um elevado risco de doença.



**Prevenção primária é o conjunto de acções que visam evitar a doença na população, removendo os factores causais, ou seja, visam a diminuição da incidência da doença.**

**Prevenção secundária é o conjunto de acções que visam identificar e corrigir, o mais precocemente possível, qualquer desvio da normalidade, de forma a colocar o indivíduo na situação saudável, ou seja, têm como objectivo a diminuição da prevalência da doença.**

**Prevenção terciária é o conjunto de acções que visam reduzir a incapacidade de forma a permitir uma rápida e reintegração do indivíduo na sociedade, aproveitando as capacidades remanescentes.**

**Prevenção quaternária é o conjunto de acções que visam evitar a sobremedicalização ou os "excessos preventivos".**



➤ ***Trabalho Realizado Pelos Formandos:***

➤ **João Guerra**

➤ **Antónia Lima**

➤ **Filipe Martins**

**20/10/2011**