

LITERACIA EM SAÚDE E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS PROGRAMA PARA CIGANOS EM ACAMPAMENTOS CIGANOS

para educadores e mediadores ciganos locais

- **Módulo 1: LITERACIA EM SAÚDE**
- **Capítulo 4: Acesso, compreensão e avaliação das informações sobre saúde**

SUMÁRIO:

Para que os doentes possam autogerir a sua saúde e doença, é importante que sejam capazes de aceder, compreender e avaliar informações sobre saúde. No entanto, muitos ciganos têm dificuldades em fazê-lo e o presente capítulo centra-se nos instrumentos para superar essas dificuldades.

VISÃO GERAL do Módulo I: Literacia em Saúde



- **Capítulo 1: O que é a literacia em saúde?**
- Explorar o conceito e as definições de literacia em saúde. Vários aspetos da literacia em saúde.
- **Capítulo 2: Os conceitos e as consequências da literacia limitada em saúde. Qual é a dimensão do problema de literacia em saúde dos ciganos na Europa?**
- A literacia em saúde dos ciganos é considerada um problema e um desafio europeu que afeta uma grande percentagem da população do continente. Este capítulo explora a dimensão do problema da literacia em saúde nas comunidades ciganas europeias.
- **Capítulo 3: Obstáculos na comunicação entre os profissionais de saúde e os doentes ciganos.**
- Os doentes ciganos com literacia limitada em matéria de saúde enfrentam frequentemente barreiras na comunicação com os profissionais de saúde e os mediadores de saúde, experimentando, por exemplo, a barreira linguística, a desconfiança, a discriminação racial ou simplesmente a utilização de jargão médico. O capítulo aborda igualmente os desafios relativos à prestação de informações sobre saúde às comunidades ciganas numa variedade de contextos não clínicos, tanto presenciais como através das tecnologias da informação.
- **Capítulo 4: Acesso, compreensão e avaliação das informações sobre saúde**
- **Para que os doentes possam autogerir a sua saúde e doença, é importante que sejam capazes de aceder, compreender e avaliar informações sobre saúde. No entanto, muitos ciganos têm dificuldades em fazê-lo e o presente capítulo centra-se nos instrumentos para superar essas dificuldades.**



LITERACIA EM SAÚDE E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS
PROGRAMA PARA CIGANOS EM ACAMPAMENTOS CIGANOS

MÓDULO 1
Capítulo 4: Acesso, compreender e avaliar a informação em saúde.





Abordar a literacia em saúde dos ciganos como um Competência



- A literacia em saúde, ou seja, a competência de uma pessoa para aceder, compreender, avaliar e aplicar informação sobre saúde, pode ser considerada um fator mediador entre as características socioeconómicas e as disparidades em saúde. As comunidades ciganas socioeconomicamente desfavorecidas, em particular, apresentam menos competências em matéria de literacia no domínio da saúde. Para desenvolver intervenções orientadas e adaptadas às suas necessidades reais, é importante compreender como aprendem e que dificuldades encontram quando lidam com a informação em saúde.



Acesso, compreensão e avaliação da informação sobre saúde

Graph by **Anthea
Burnett**, IAPB
Knowledge Team,
November 2022



Accessing

People access information in different ways

Understanding



People have different levels of knowledge and understanding of eye health



Appraising

People have different abilities to decide which information is trustworthy or relevant

Remembering



Health knowledge needs to be remembered and retrieved when needed



Using

Using knowledge involves daily decisions about prevention, managing symptoms and making or attending appointments



Informação e competências em matéria de literacia em saúde

- Os doentes com competências inadequadas em matéria de literacia em saúde são incapazes de comunicar eficazmente com os profissionais de saúde, compreender as informações de saúde e escolher recomendações de tratamento adequadas. Quando os pacientes recebem informações insuficientes para participar das decisões sobre seus cuidados, isso limita a extensão de sua participação e impede a recuperação precoce.

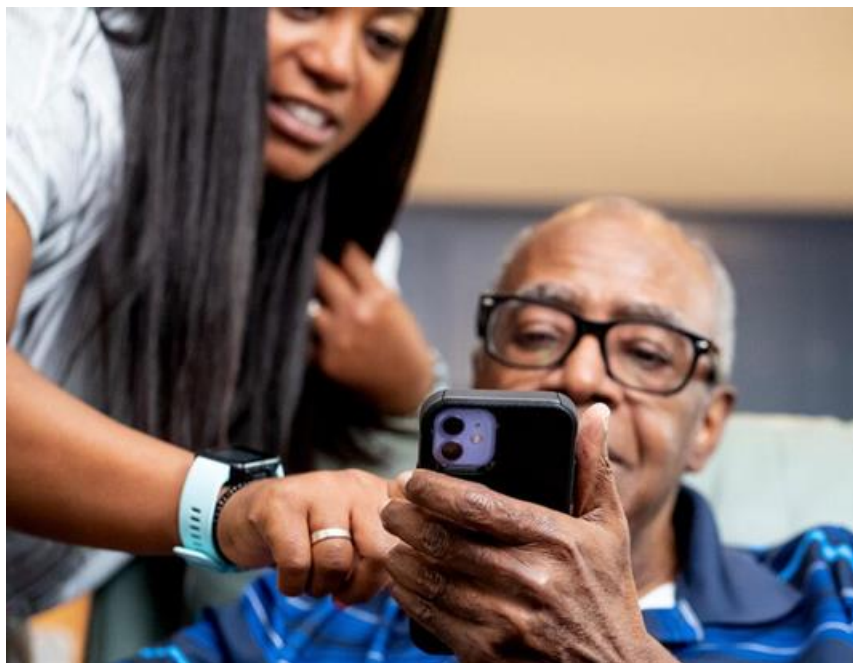


A literacia em saúde é a forma como as pessoas acedem, compreendem, avaliam, recordam e utilizam a informação e os serviços de saúde.

Uma maior literacia em saúde pode capacitar os indivíduos e as comunidades para participarem ativamente e utilizarem os serviços de saúde de que necessitam.



Co-funded by
the European Union



- Os profissionais de saúde desempenham um papel fundamental para ajudar os doentes a obter e compreender informações de saúde. Além disso, os profissionais de enfermagem são muitas vezes vistos como "intermediários de comunicação" entre médicos e pacientes e são obrigados a traduzir "linguagem médica" para "linguagem cotidiana" para os pacientes. Enquanto isso, eles são os principais profissionais responsáveis pelas atividades de educação em saúde e promoção da saúde dos pacientes.

Direito de Acesso a Informações Pessoais de Saúde

Por lei, os doentes e os seus representantes legais têm o direito de visualizar e obter cópias das suas informações pessoais de saúde junto dos prestadores de cuidados de saúde que os tratam.

Estes tipos de informações pessoais de saúde incluem:

- Reclamações e registos de faturação
- Informações relacionadas à sua inscrição em planos de saúde
- Registos médicos e de gestão de cuidados
- Outros registos que médicos ou planos de saúde usam para tomar decisões sobre os pacientes

Se estas informações forem eletrónicas, os pacientes também podem solicitar o seu envio para um terceiro da sua escolha. Um terceiro pode ser:

- Profissional de saúde que o trata
- Membro da família
- Investigador





Direito de Acesso Pessoal Informação sobre saúde

Vídeo Educativo



Co-funded by
the European Union



- https://www.youtube.com/watch?v=3WsRzlutBQk&ab_channel=OfficeoftheNationalCoordinatorforHealthIT



Compreender e levantar a informação em saúde



A compreensão e a melhoria da informação sobre saúde, que é considerada um processo ao longo da vida, estão estreitamente ligadas à situação económica e social e ao património cultural de cada um. É evidente que os cidadãos com literacia no domínio da saúde são uma condição prévia necessária.

A educação para a saúde nas aglomerações ciganas é especialmente importante na infância, uma vez que constrói atitudes e comportamentos saudáveis em relação à própria saúde que perduram até à idade adulta. Em 2013, a Organização Mundial de Saúde apontou que a literacia em saúde estava relacionada com o gradiente social (escala), ou seja, quanto menor o gradiente social, maior o fosso de desigualdade em saúde. Igualmente indiscutível é que as pessoas com maior capacidade de processar informação sobre saúde são mais saudáveis, o que estabelece uma ligação entre literacia em saúde e uma maior qualidade de vida.



Compreender as informações de saúde online:

Avaliação, ferramentas e estratégias



Considerando o estatuto da Internet como uma fonte proeminente de informação sobre saúde, a avaliação de material de saúde em linha tornou-se uma questão central na educação dos doentes. É importante apresentar às comunidades ciganas as estratégias disponíveis para avaliar as características da informação sobre saúde em linha, incluindo legibilidade, conteúdo emocional, compreensibilidade e usabilidade.

Uma avaliação eficaz das informações de saúde em linha deve assentar em estratégias mistas que combinem avaliações quantitativas e qualitativas. Os instrumentos de avaliação devem ser selecionados de acordo com as suas propriedades funcionais e compatibilidade com o material visado.



Como avalia a informação de saúde que encontra na Web?

Ao procurar informações de saúde on-line, é fundamental avaliar tanto a fonte quanto o conteúdo que está sendo apresentado a você. A avaliação das informações de saúde pode ser dividida em duas grandes etapas:

- **leitura lateral** e
- **leitura mais atenta.**

Como regra geral ao procurar informações de saúde, mantenha-se em sites respeitáveis de instituições educacionais, fontes governamentais e associações e sociedades relacionadas à saúde



Leitura Lateral

A leitura lateral envolve contextualizar a fonte em vez de examiná-la de perto. Duas estratégias para leitura lateral são a contenção de cliques e a SIFT. Uma verificação rápida de URLs, títulos e descrições de páginas pode dar-lhe uma ideia da amplitude e profundidade dos seus resultados de pesquisa. Antes de clicar e avaliar os resultados minuciosamente, veja se você pode determinar algo sobre a relevância e confiabilidade das fontes em seu conjunto de resultados (os títulos estão no tópico, são inflamatórios?, a organização é bem conhecida?)

O objetivo deste método é evitar clicar no primeiro link ou dois apenas porque eles estão na parte superior da exibição de resultados.





Como encontrar melhores informações de saúde on-line: Restrição de clique

Vídeo Educativo



Co-funded by
the European Union

- https://www.youtube.com/watch?v=gbPEiCGxVVY&ab_channel=StanfordHistoryEducationGroup



SIFT (ou os Quatro Movimentos): Parar Investigar Procurar Rastreio

SIFT (ou os Quatro Movimentos)

O SIFT de Mike Caulfield orienta você a fazer 4 coisas ao olhar para as fontes. São eles:

Parar: Examine a fonte: é credível? Respeitável? Se você está se sentindo sobrecarregado, considere qual era o objetivo original quando começou a olhar para as fontes. A fonte/informação que está a analisar é relevante?

Investigando a fonte: Veja de onde vem a informação. Quem publicou isso? Qual era o seu propósito? Quais são os potenciais enviesamentos? Fazer essas perguntas antes de fazer qualquer leitura ajuda a determinar a credibilidade e a confiabilidade de uma fonte.

Encontre uma melhor cobertura: Examine a alegação que uma fonte está fazendo. Consegue encontrar outras fontes que confirmem ou refutem a afirmação? Compare e contraste declarações entre diferentes fontes.

Rastreie declarações, citações e mídia de volta ao contexto original:

Quando pedaços de uma obra são tomados e lidos em outro lugar, ela perde seu contexto, e pode ser mal compreendida ou mal interpretada. Para entender melhor uma afirmação, é melhor encontrar a fonte original e seu contexto original.



A comunicação sobre a saúde dos ciganos como uma questão multidisciplinar

A comunicação sobre a saúde dos ciganos deve ser encarada como uma questão multidisciplinar complexa, que inclui peritos, trabalhadores no terreno e organizações locais que trabalham com as comunidades ciganas na Europa, abordando determinantes sociais da saúde, direitos fundamentais e acesso a direitos e serviços para melhorar a saúde dos ciganos, através da investigação, da sensibilização, do desenvolvimento de políticas, do acompanhamento e da organização comunitária.





Leitura mais atenta

A leitura lateral é sempre um primeiro passo crucial no processo de avaliação da fonte. Depois de reduzir sua lista de fontes, é importante avaliar o conteúdo com uma leitura mais atenta.

Em 1998, seis critérios gerais para avaliar a informação sobre saúde foram publicados num documento político: [Assessing the quality of health information on the internet.](#)

Desde então, têm sido utilizadas variações dos critérios.



Avaliação da qualidade da informação sobre saúde na Internet



- **Credibilidade:** considere a fonte, sua atualidade, relevância e processo de revisão
- **Conteúdo:** deve ser preciso e completo, com isenções de responsabilidade apropriadas
- **Divulgação:** o site identifica os dados coletados, e como esses dados serão usados
- **Ligações:** **devem** conduzir os utilizadores a outras fontes de informação fiáveis
- **Conceção:** não afeta a qualidade do conteúdo, mas pode ter efeitos significativos na entrega e utilização da informação
- **Interatividade:** A interatividade não afeta a qualidade do conteúdo, no entanto, é importante fornecer informações de contato e opções de feedback no site

Fontes fiáveis vs não fiáveis de Informação em Saúde

Vídeo Educativo

RELIABLE SOURCES

of health information and products are licensed professionals who took up specialized and intensive studies in the field.



- https://www.youtube.com/watch?v=Bkpw__1fR6A&ab_channel=LearnMA
PEH



LITERACIA EM SAÚDE E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS PROGRAMA PARA CIGANOS EM ACAMPAMENTOS CIGANOS

Módulo 1: LITERACIA EM SAÚDE CAPÍTULO 4: Acesso, compreensão e avaliação da informação sobre saúde **CONCLUSÕES**

- O acesso, a compreensão e a avaliação da informação sobre saúde são um pacote essencial de competências em literacia para a saúde relacionadas com a capacidade de localizar fontes válidas de informação, produtos e serviços de saúde.



Co-funded by
the European Union

LITERACIA EM SAÚDE E ESTILOS DE VIDA SAUDÁVEIS PROGRAMA PARA CIGANOS EM ACAMPAMENTOS CIGANOS



HELP TO OPPORTUNITIES - H2O
2021-1-SI01-KA220-ADU-000033626

