RIASE
REVISTA IBERO-AMERICANA DE SAÚDE E ENVELHECIMENTO
REVISTA IBERO-AMERICANA DE SALUD Y ENVEJECIMIENTO

EDITORIAL

Ana Canhestros[1,2].

[1]Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Beja,
[2]Comprehensive Health Research Centre (CHRC).

DOI: http://dx.doi.org/10.60468/r.riase.2023.9(2).616.3-5

©Os autores retêm o copyright sobre seus artigos, concedendo à RIASE 2023 o direito de primeira publicação sob a licença CC BY-NC, e autorizando reuso por terceiros conforme os termos dessa licença.
©Authors retain the copyright of their articles, granting RIASE 2023 the right of first publication under the CC BY-NC license, and authorizing reuse by third parties in accordance with the terms of this license.

VOL. 9 N.º 2 ABRIL 2023

Prevenção da doença e promoção da saúde como resposta aos desafios de saúde atuais

A prevenção de doenças e a promoção de estilos de vida saudáveis são componentes essenciais para melhorar a saúde e o bem-estar da população. Compreender os diferentes níveis de prevenção e a importância dos estilos de vida saudáveis é fundamental para abordar os desafios de saúde enfrentados atualmente.

O processo de modernização, de urbanização e de transição económica que ocorreu nas últimas décadas, na maioria dos países, trouxe enormes melhorias no padrão de vida, mas trouxe também consigo mudanças culturais e sociais que acarretam uma série de consequências negativas ao nível dos comportamentos e do estilo de vida. Apesar das diretrizes internacionais para que se implementem políticas promotoras de saúde continuam a persistir estilos de vida pouco saudáveis que associados ao envelhecimento levam ao aumento da prevalência das doenças crónicas que, na fase mais tardia da vida, se traduzem, na maioria das vezes, em incapacidades. Esta realidade traz como consequência a necessidade de um maior investimento nos cuidados curativos em detrimento dos cuidados de promoção da saúde e de prevenção primordial da doença.

Face a esta realidade, importará destacar que a abordagem preventiva às doenças crónicas e aos seus fatores de risco devem acontecer ao longo da vida das pessoas, através da promoção e adoção de comportamentos saudáveis que começam antes da gravidez e continuam durante a infância e a vida adulta com atividades ao nível da prevenção primária – quer ao nível da prevenção primordial, educando as pessoas, famílias e grupos comunitários para que adotem estilos de vida que permitam torná-las mais resistentes, funcionando como fatores protetores da sua saúde e evitando os fatores de risco comportamentais, sem, no entanto, descurar a importância que a proteção específica tem para a proteção da saúde das pessoas. Ainda nesta abordagem preventiva é igualmente importante trabalhar ao nível da prevenção secundária e da prevenção terciária, através do diagnóstico e do tratamento precoce, procurando tornar o controlo das doenças mais eficaz com uma consequente redução das suas sequelas e também na mortalidade associada. Em todas as fases do processo de saúde-doença é ainda de enfatizar a necessidade de evitar danos desnecessários causados por intervenções médicas excessivas ou inapropriadas, promovendo uma abordagem centrada na pessoa e baseada em evidências, reforçando a importância da comunicação clara e do envolvimento ativo da pessoa nas decisões relacionadas com a sua saúde e nesse sentido não podemos deixar de reforçar a importância da prevenção quaternária.

Na atualidade perspetiva-se ainda um nível de prevenção, a que foi dado o nome de prevenção quinquenária, que ao preconizar a adoção de estratégias e medidas proativas que promovam o bem-estar dos profissionais de saúde, prevenindo a sua sobrecarga e o *burnout*, garantem que possam continuar a fornecer cuidados de qualidade e centrados nas pessoas.

Sendo de primordial importância esta abordagem preventiva e todos os níveis de prevenção anteriormente referidos, contudo não podemos descurar a importância da Saúde em todas as políticas, numa perspetiva promotora da saúde global, com a consciência que o foco da promoção da saúde é a saúde e não a doença, são os recursos e não o problema, são os determinantes sociais e não os sintomas, são as pessoas e não os profissionais, sendo importante atuar nos determinantes potencialmente modificáveis, como os comportamentos e os estilos de vida (determinantes individuais), mas também em fatores como o rendimento, a educação, o emprego e as condições de trabalho, o acesso a serviços de saúde e os ambientes físicos adequados (determinantes estruturais).

Em síntese, os níveis de prevenção de doença, desde a prevenção primordial até à prevenção quinquenária, são estratégias importantes para abordar os desafios de saúde, na atualidade, particularmente quando combinadas com estratégias promotoras da saúde quer ao nível individual quer ao nível estrutural, sendo fundamentais para melhorar a saúde e o bem-estar, prevenindo doenças, reduzindo complicações e promovendo uma vida saudável para todos, que só será possível se as escolhas saudáveis forem as mais fáceis e acessíveis e os ambientes forem favoráveis à saúde.

Importará continuar a investigar e a produzir evidência que aborde aspetos ligados aos diferentes níveis de prevenção, mas também importará investigar no sentido de conhecer melhor os determinantes individuais e estruturais e de os tornar mais favoráveis à saúde das populações.

Face ao exposto é de enaltecer a publicação da evidência apresentada nesta edição, sendo a maioria da mesma direcionada para uma perspetiva da atuação dos profissionais de saúde, e em particular os enfermeiros, ao nível da melhoria dos cuidados prestados em diferentes contextos e níveis de prevenção e da obtenção de ganhos em saúde. Temos a possibilidade de aceder nesta edição a resultados de investigações primárias, mas também a investigações que agregam as evidências produzidas por diversos autores num tema particular, sob a forma de revisões sistemáticas, integrativas ou *scoping*, que poderão ser cruciais para a melhoria dos cuidados prestados, mas que poderão ser também o ponto de partida para investigações futuras.

Autora
Ana Canhestros
https://orcid.org/0000-0002-5528-3154

Autor Correspondente/Corresponding Author:
Ana Canhestros – Escola Superior de Saúde Instituto Politécnico Beja, Beja, Portugal.
ana.canhestro@ipbeja.pt

©Os autores retêm o copyright sobre seus artigos, concedendo à RIASE 2023 o direito de primeira publicação sob a licença CC BY-NC, e autorizando reuso por terceiros conforme os termos dessa licença.
©Authors retain the copyright of their articles, granting RIASE 2023 the right of first publication under the CC BY-NC license, and authorizing reuse by third parties in accordance with the terms of this license.