

# Promoção da saúde em ambiente comunitário: um contributo da prescrição social

Andreia Costa<sup>i,ii</sup>, Dulce Oliveira<sup>i</sup>, Paulo Nogueira<sup>i,ii</sup>,  
Violeta Alarcão<sup>i,iii</sup> e Adriana Henriques<sup>i,ii</sup>

A Agenda para o Desenvolvimento Sustentável 2030 situa os grandes desafios da sociedade num ambiente promotor de saúde e bem-estar exigente na articulação sectorial e disciplinar. Neste contexto, um desafio que emerge com a relevância necessária aos cuidados antecipatórios aos processos de doença que conferem um carácter desgastante no que respeita à necessária sustentabilidade dos sistemas de saúde.

A promoção da saúde como garante de um desenvolvimento sustentável ganha expressão no atual contexto de transição epidemiológica relativa ao padrão de comorbilidades e multimorbilidades de populações com elevada esperança média de vida e que deve beneficiar do desenvolvimento do seu potencial de saúde ao longo do ciclo de vida no sentido de promover um envelhecimento saudável ainda que na presença de morbilidades crónicas.

---

i Instituto de Saúde Ambiental da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa; Laboratório Associado TERRA – Laboratório para o uso sustentável da terra e dos serviços dos ecossistemas.

ii Centro de Investigação, Inovação e Desenvolvimento em Enfermagem da Escola Superior de Enfermagem de Lisboa

iii CIES Centro de Investigação e Estudos de Sociologia, Instituto Universitário de Lisboa

A estrutura que permitirá alicerçar a promoção da saúde enquanto elemento estabilizador da sociedade na relação intrínseca com os cuidados de saúde dependerá, num primeiro nível, das políticas globais, mas residirá na dinâmica circular com os recursos comunitários que no conjunto constituirão o ambiente cuidativo.

A Prescrição Social enquanto abordagem facilitadora para o conhecimento das necessidades das pessoas e da forma como poderá ser dado acesso a recursos comunitários, não clínicos, constitui uma intervenção viabilizadora da capacitação da pessoa com vista à melhoria da sua saúde e bem-estar, através da criação de um ambiente promotor de saúde partilhado pelos cuidados de saúde primários e a ativação dos recursos disponíveis na comunidade<sup>1,2</sup>.

O reconhecimento da necessária criação de um ambiente sistémico promotor de saúde edificador do carácter societal emerge na análise dos Objetivos para o Desenvolvimento Sustentável da próxima década. A referida criação, que aproxima a população com o ambiente promotor de saúde, pode encontrar na Prescrição Social uma forte aliada que permita às pessoas viverem uma transição saudável face aos desafios sociais, físicos e emocionais<sup>3</sup>.

A maior presença da multimorbidade e comorbilidades decorrentes de melhores cuidados de saúde que, associados a diagnósticos atempados, intervenções adequadas possibilitam maior esperança de vida, consubstanciam a importância atribuída às designadas doenças crónicas não transmissíveis (doenças cerebrovasculares, doenças oncológicas, doenças respiratórias e a diabetes), que frequentemente podem resultar na incapacidade da pessoa, afetando a sua vida social e ocupacional, com custos elevados para a pessoa, sistemas de saúde e sociedade. A Prescrição Social, apesar de não constituir um conceito recente, tem na última década marcado presença na comunidade científica por via dos estudos associados ao desenvolvimento em vários domínios, no âmbito das intervenções de promoção da saúde e bem-estar dirigidas a populações mais envelhecidas, designadamente pela maior prevalência

das doenças crónicas não transmissíveis, mas em igual presença pela via da prevenção e diminuição do isolamento social e a efetiva integração social<sup>4,5</sup>.

Assistimos à demonstração de algumas experiências baseadas na abordagem da Prescrição Social, que oferecem respostas catalisadoras para as almejadas mudanças de comportamentos e estilos de vida, entre as quais se poderão designar as atividades artísticas, como por exemplo a pintura, grupos de teatro amadores, coros, mas também a integração em grupos de leitura, atividades de jardinagem, atividades físicas como grupos de caminhada organizados, ou ainda aulas de cozinha, utilização das hortas comunitárias para cultivo dos próprios alimentos, entre muitas outras atividades e recursos disponíveis na comunidade<sup>6,2</sup>.

A criação de um ambiente promotor de saúde por via da construção de uma rede de cuidados de saúde em íntima articulação com os recursos comunitários situa a pessoa no centro do mesmo,



Figura 1 | Adaptado de Health 2020 - A European policy framework and strategy for the 21st century. WHO, 2013.<sup>7</sup>

reconhecendo-lhe a centralidade anunciada, confere à pessoa o papel ativo, mas acompanhado por via da referência e acompanhamento no processo de prescrição, mas que possibilita a escolha de atividades que poderá integrar no seu contexto social, na comunidade que integra. O investimento na possibilidade de um ambiente *cuidativo* pela existência de redes de cuidados de saúde em estreita relação com os recursos disponíveis na comunidade conferem o delineamento dos modelos inerentes à descentralização dos cuidados que se preveem poder contribuir para a sustentabilidade dos sistemas de saúde<sup>3</sup>.

A criação de ambiente estimulador de hábitos de vida saudável constitui uma resposta que apoiará o desenvolvimento de sociedades promotoras de saúde. No alinhamento com as agendas internacionais de saúde e com as boas práticas de planeamento, as medidas reguladoras a incentivos de criação de ambientes promotores de saúde devem igualmente ser acompanhadas de indicadores de monitorização de saúde e bem-estar a longo a prazo, a par com o contributo na atual preocupação ligada às dificuldades no acesso aos cuidados de saúde.

## Referências bibliográficas

1. Hazeldine, E., Gowan, G., Wigglesworth, R., Pollard, J., Asthana, S. & Husk, K. (2021). Link worker perspectives of early implementation of social prescribing: A 'Researcher-in-Residence' study. *Health and Social Care in the Community*. <https://doi.org/10.1111/hsc.13295>
2. Costa, A. Sousa, C.J. Seabra, P.R.C.; Virgolino, A. Santos, O. Lopes, J.; Henriques, A.; Nogueira, P.; Alarcão, V. (2021), Effectiveness of Social Prescribing Programs in the Primary Health-Care Context: A Systematic Literature Review. *Sustainability* 2021, 13(5), 2731; <https://doi.org/10.3390/su13052731>
3. Social Prescribing Network (2016). *Report of the annual social prescribing network conference*. London: University of Westminster, Wellcome Trust, & College of Medicine.
4. Moffatt, S., Steer, M., Lawson, S., Penn, L. & O'Brien, N. (2017). Link Worker social prescribing to improve health and well-being for people with long-term conditions: Qualitative study of service user perceptions. *BMJ Open* (Vol. 7, Issue 7). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015203>

5. Fancourt D, Steptoe A, Cadar D. (2020) Community engagement and dementia risk: Time-to-event analyses from a national cohort study. *J Epidemiol Community Health*; 74:71–77. <https://jech.bmj.com/content/jech/74/1/71.full.pdf>
6. Schmutz, Ulrich & Lennartsson, Margi & Williams, Sarah & Devereaux, Maria & Davies, Gareth. (2014). *The benefits of gardening and food growing for health and wellbeing*. Garden Organic and Sustain. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3703.5289>
7. World Health Organization (2013). *Regional Office for Europe. Health 2020. A European Policy Framework and Strategy for the 21st Century*. Copenhagen: World Health Organization.





Stay still © Andreea Rechitean  
July '21 Mud Volcano // 35 mm film







Degradation © Andreea Rechitean  
July '21 Siriu Lake // 35 mm film