Informação e formação em saúde
Área do Cidadão

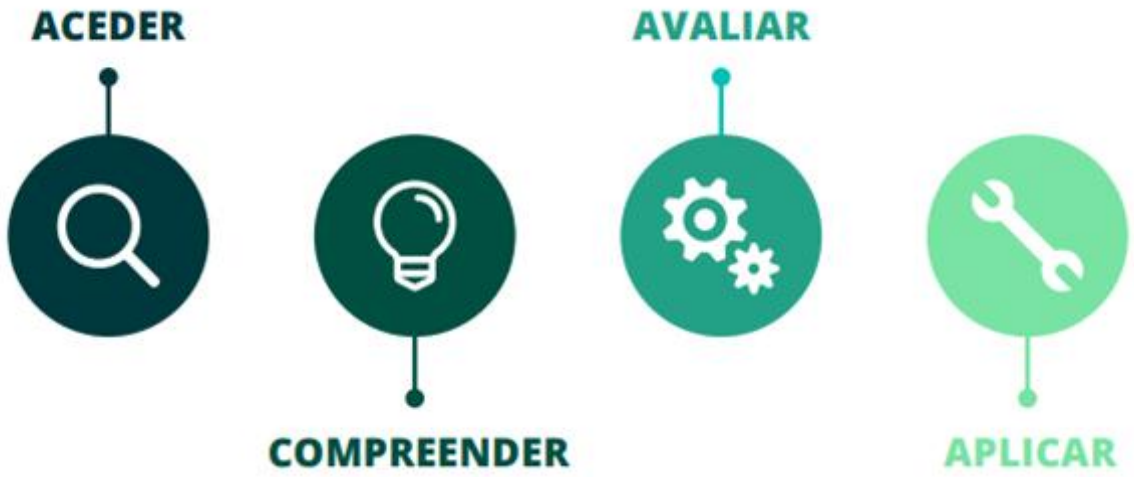
XVIII Jornadas de Farmácia Hospitalar

20 de fevereiro de 2026

Ana Paula Mendes
Centro de Informação do Medicamento
ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia em Saúde



Tomada de decisões sobre a jornada de saúde

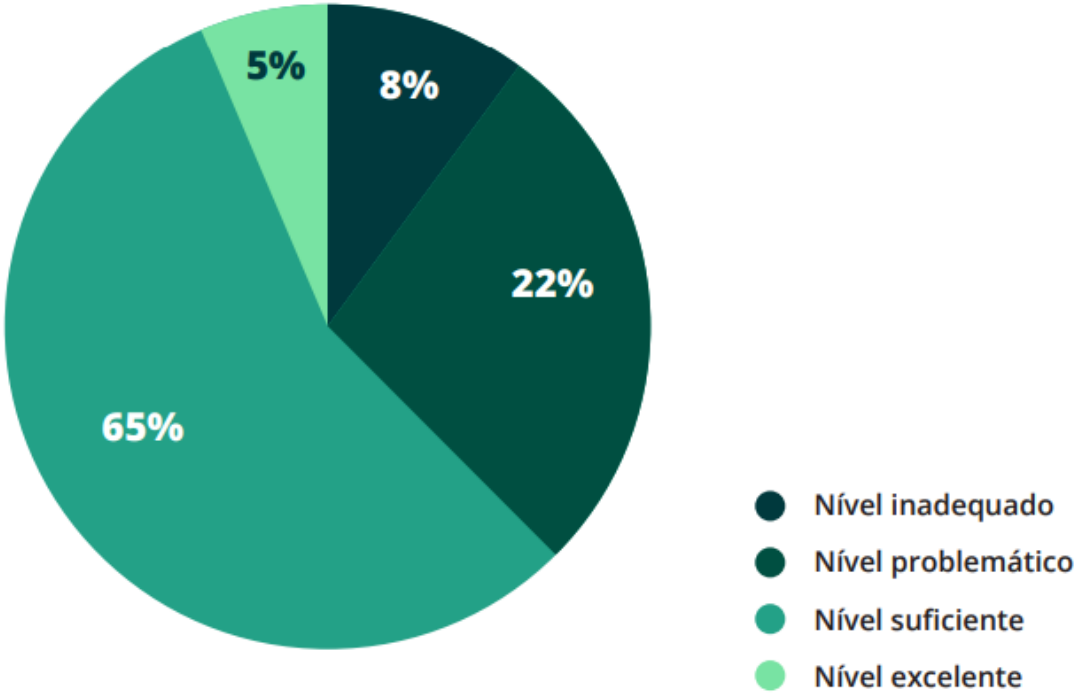
- **Consciente**
- **Informada**

Fonte: PNLSCC

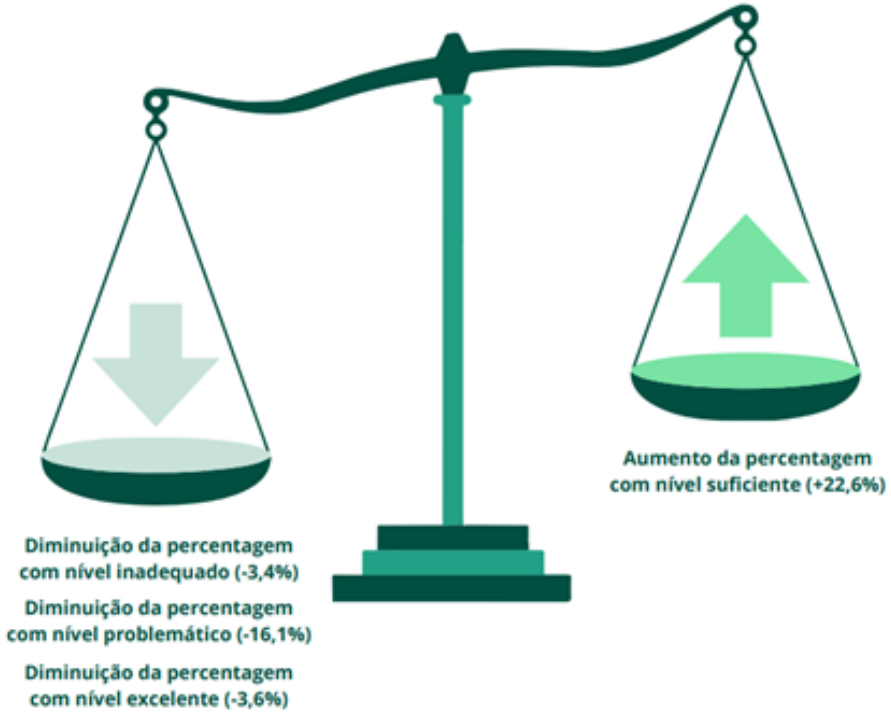
ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia em Saúde | Níveis globais

Níveis de Literacia em Saúde 2021



Evolução entre 2016 e 2019

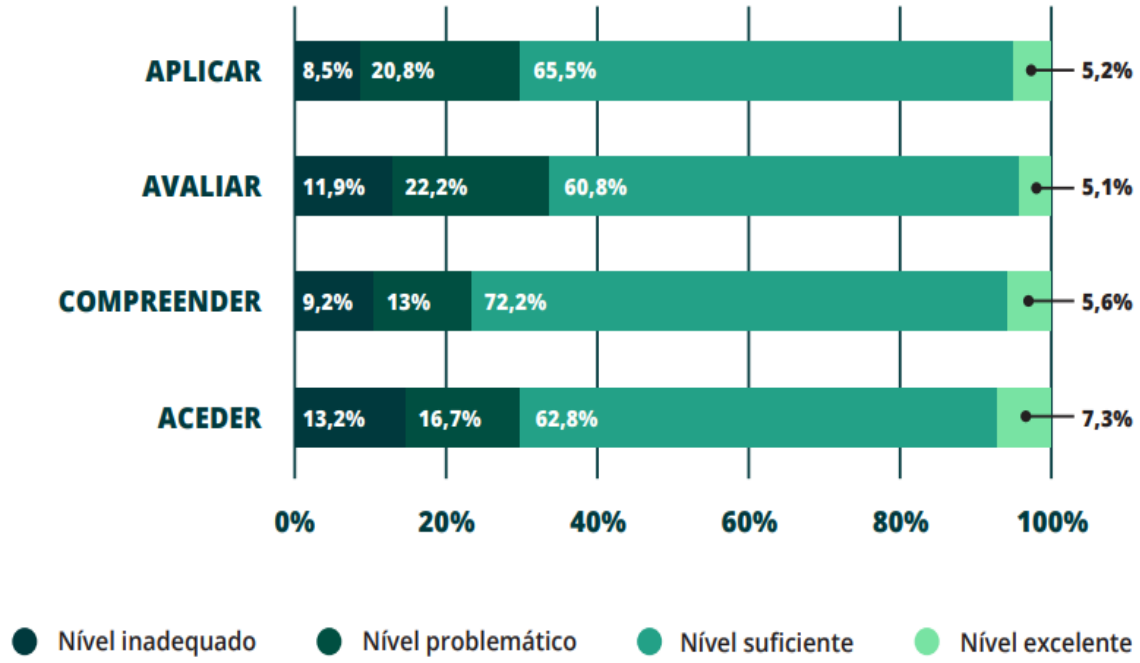


Fonte: PNLSCC

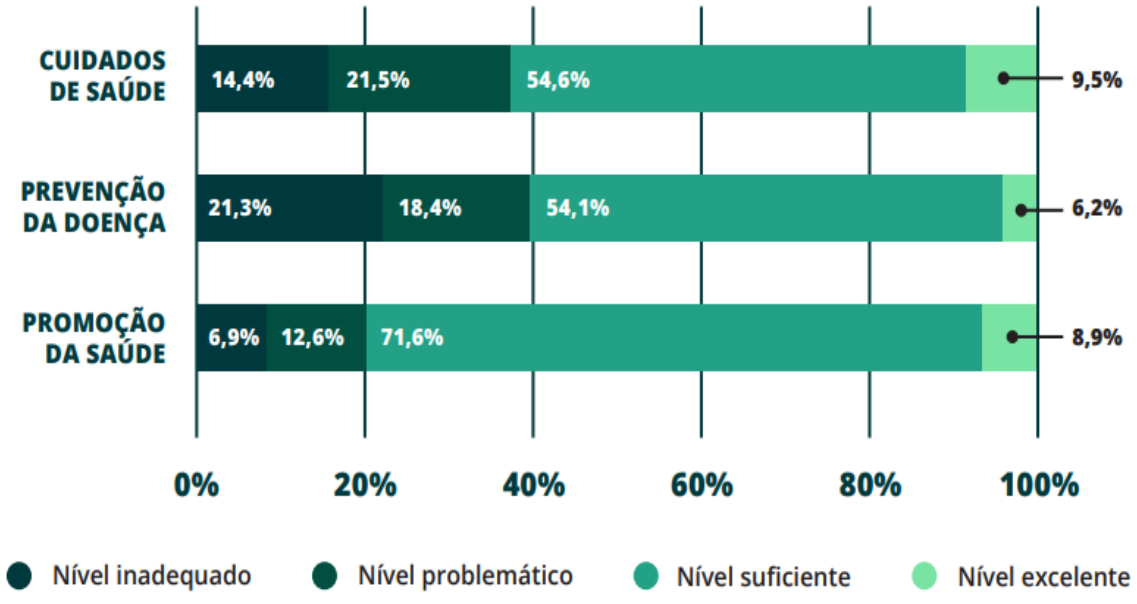
ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia em Saúde | Níveis específicos

Competências



Dimensões



Fonte: PNLSCC

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia Farmacêutica

Conjunto de competências necessárias para compreender e pôr em prática instruções relacionadas com o uso dos medicamentos

Essenciais para o **uso adequado e seguro de medicamentos** e para a **adesão à terapêutica**

Recognize and Address Limited Pharmaceutical Literacy (RALPH) (Vervloet, *et al*. 2018)

Adaptação cultural e a validação para a **população portuguesa** (Soares D, 2021)

- Pontuações **abaixo da média** nos três domínios da literacia – funcional, interativa e crítica

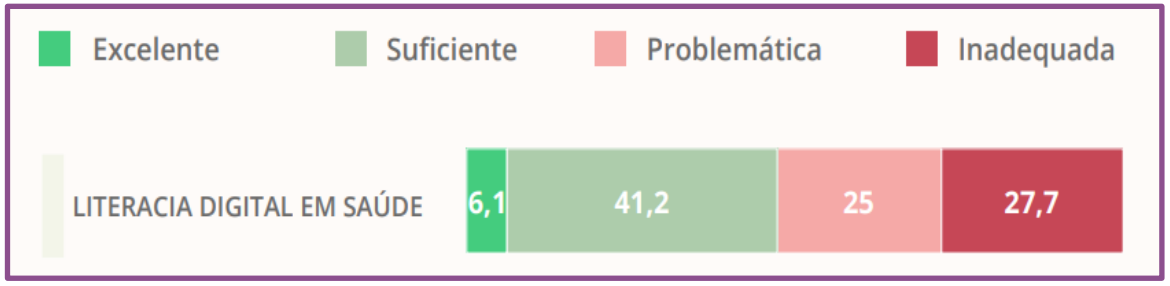
ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia Digital em Saúde

Conjunto de competências necessárias para aceder e selecionar fontes de informação em formato digital, bem como compreender e aplicar a informação obtida

Importância crescente à medida que os **sistemas de saúde se tornam mais digitais**

Níveis de Literacia em Saúde | Portugal (2021)



Patient-Reported Indicator Surveys (PaRIS) | OCDE (2025)

12% das pessoas com doenças crónicas declaram-se confiantes na utilização de informações de saúde provenientes da Internet (média OCDE 19%)

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Literacia Digital em Saúde | Estudos Nacionais

- ❑ Níveis moderados de literacia digital - influência da idade, escolaridade...
- ❑ Sites oficiais e de organizações profissionais de saúde considerados as fontes de informação em saúde mais confiáveis
- ❑ Confiança moderada na capacidade para encontrar páginas úteis sobre saúde na internet e para distinguir entre páginas de elevada qualidade e as de baixa qualidade
- ❑ Pouca confiança ao usar informação da internet na tomada de decisões sobre saúde.

Proficiência em pesquisa de informação de saúde em recursos digitais não equivale a:

- ➢ **Capacidade de procurar fontes de informação credíveis**
- ➢ **Competência em analisar a qualidade da informação localizada**

Almeida S, et al. Int J Environ Res Public Health. 2024 Feb 27;21(3):271.
Coelho J. Rev Port Lit Saúde. 2024; (2): 52-75.

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Informação Digital em Saúde | Fontes

Plataformas digitais	Agências noticiosas ou jornais digitais
	Organismos oficiais
	Organizações profissionais e setoriais
	Associações de Doentes
	Sociedades científicas
	Outras entidades – indústria farmacêutica, prestadores de cuidados de saúde
	Redes sociais

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Informação Digital em Saúde | Redes Sociais

Riscos

- Veículo para disseminação de conteúdos de **qualidade duvidosa** ou **pouco rigorosos**

- Propagação de **desinformação** e **pseudociência**
  - Mitos sobre vacinação
  - Curas "milagrosas": cancro, diabetes…
  - Efeitos cancerígenos: radiações, ingredientes de cosméticos, aditivos alimentares…
  - Regimes alimentares desequilibrados

Oportunidades

- Enorme **alcance**

- **"Influenciadores"** com formação adequada

→ **Promoção da literacia em saúde**

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Informação em Saúde | Inteligência Artificial

BENEFÍCIOS

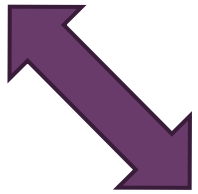
Tradução automática

Chatbots

Tratamento de dados

Geração de conteúdos em diversos formatos

Motores de busca



Origem e qualidade dos dados

"Alucinações"

Falta de individualização

RISCOS

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Informação em Saúde | Principais Desafios

Informação sobre temas de saúde

- Satisfaça as necessidades dos destinatários
- Baseada em evidência científica
- Fidedigna e imparcial
- Objetiva e compreensível
- Facilmente acessível

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Informação em Saúde | Papel dos Farmacêuticos

Estatuto da Ordem dos Farmacêuticos (Lei n.º 74/2023 de 18 de dezembro)

Artigo 74.º (Atos da profissão de farmacêutico)
Prestação de informação e aconselhamento sobre medicamentos, dispositivos médicos, produtos fitofarmacêuticos, produtos cosméticos e outros produtos ou outras tecnologias de saúde

Código Deontológico (Regulamento n.º 1019/2024, de 2 de setembro)

Artigo 5.º
1 - O Farmacêutico é um profissional de saúde com competências para executar todas as tarefas que respeitam ao medicamento (...) bem como todas as **ações de educação dirigidas à comunidade no âmbito da promoção da saúde e prevenção da doença**.

Artigo 8.º
1 - O farmacêutico tem como **principal dever contribuir para a saúde e bem-estar das pessoas** (...)

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

ÁREA DO CIDADÃO

INFORMAÇÃO FARMACÊUTICA PARA TODOS

Uso correto e seguro dos medicamentos
Tratamento e prevenção de doenças
Adoção de estilos de vida saudáveis

CIM CENTRO DE INFORMAÇÃO DO MEDICAMENTO

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Noções Gerais sobre Medicamentos

Conceitos base e informações genéricas

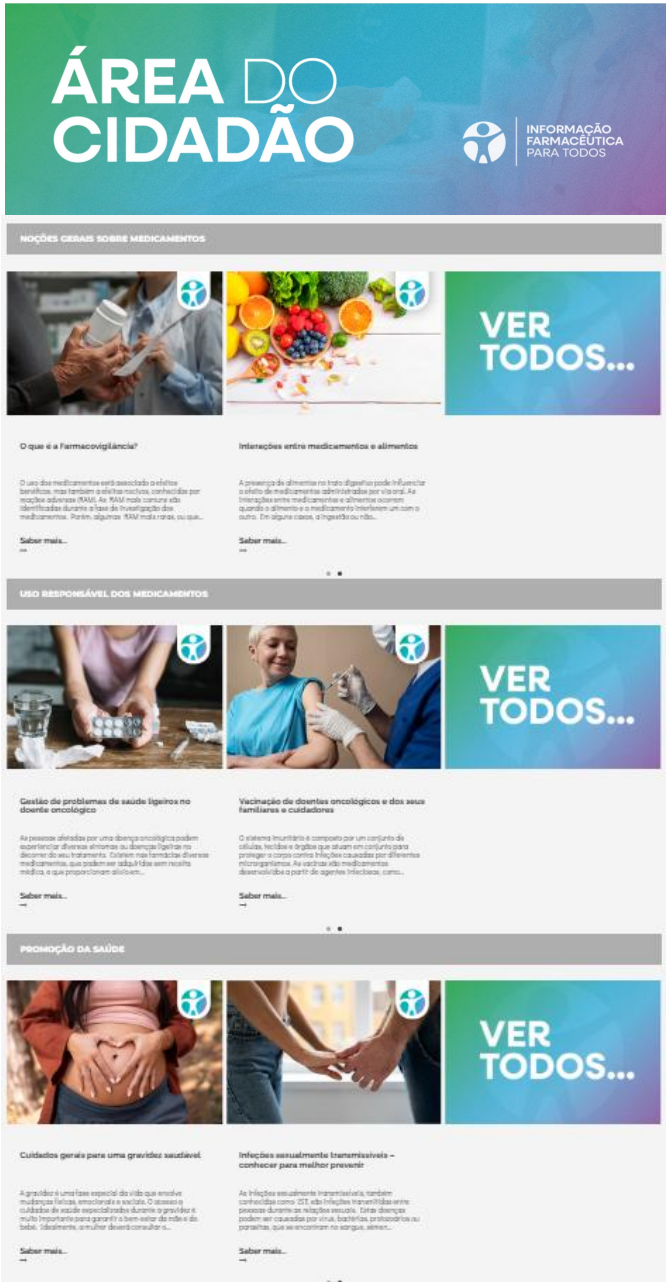
Uso Responsável dos Medicamentos

Conselhos para uso correto
Orientações para autocuidado
Tratamento de condições clínicas

Promoção da Saúde

Prevenção e gestão da doença
Adoção de comportamentos saudáveis
Combate à desinformação

Noções Gerais sobre Medicamentos	Uso Responsável dos Medicamentos	Promoção da Saúde
O que é um medicamento?	Automedicação	Suplementos alimentares e produtos à base de plantas – o que devo saber?
Medicamentos genéricos	Uso responsável dos antibióticos	Vacinação – Conheça a sua importância, os mitos e os factos
Como surge um novo medicamento no mercado?	Uso seguro dos medicamentos em crianças	Estilo de vida saudável – a sua importância e alguns conselhos gerais
O que são medicamentos manipulados?	Como devo conservar os meus medicamentos?	Deixar de fumar: conselhos práticos
Folheto Informativo dos medicamentos	Quais os cuidados a ter no uso dos colírios?	Medidas de higiene do sono – como dormir melhor?
O que significa o prazo de validade dos medicamentos?	Posso partir os meus medicamentos?	Conselhos para desfrutar do sol em segurança
O que são Reações Adversas aos Medicamentos?	Medicamentos calmantes e para a insónia	Mpox (infeção pelo vírus *Monkeypox*) – O que é, como se transmite, como a prevenir
O que é a Farmacovigilância?	Uso seguro dos anti-inflamatórios não-esteroides	Diabetes: conhecer, controlar e prevenir
Interações entre medicamentos	É importante tomar os medicamentos a horas certas?	Hipertensão arterial: controlo e prevenção
Interações entre medicamentos e alimentos	Medicamentos para o tratamento da diabetes	Colesterol elevado: o que é e como prevenir
Medicamentos e condução	Medicamentos para o tratamento da hipertensão	Compreender a menopausa: fases, sintomas e cuidados de saúde
Como viajar com medicamentos?	Medicamentos para o tratamento do colesterol elevado	
Medicamentos biológicos e medicamentos biossimilares	Tratamento dos sintomas da menopausa	



ÁREA DO CIDADÃO EM NÚMEROS

Mais de sessenta conteúdos elaborados
Mais de 12 000 acessos à página inicial
Mais de 230 000 acessos a artigos

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Associações Parceiras

Associação Portuguesa de Insuficientes Renais

Associação Sanfilippo Portugal

Cuidadores de Portugal

Liga Portuguesa Contra o Cancro

Associação Portuguesa de Neuromusculares

PT.AVC – União de Sobreviventes, Familiares e Amigos

Associação Portuguesa de Asmáticos

Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

ANGEL – Associação de Síndrome de Angelman Portugal

Liga Portuguesa Contra as Doenças Reumáticas

Associação Nacional de Fibrose Quística

Associação Portuguesa de Fertilidade

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

ÁREA DO CIDADÃO

INFORMAÇÃO FARMACÊUTICA PARA TODOS

Projetos em curso

- Reforçar o alcance e promover a divulgação
- Produzir conteúdos em diferentes formatos: infografias, vídeos
- Produzir e-book sobre uso correto dos medicamentos
- Parcerias com municípios

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Eixos para capacitação da pessoa

(Fonte: PNLSCC)

ÁREA DO CIDADÃO
INFORMAÇÃO FARMACÊUTICA PARA TODOS

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

CENTRO DE INFORMAÇÃO DO MEDICAMENTO

ORDEM DOS FARMACÊUTICOS

Obrigado!