

Coimbra, 2019

Licenciatura em Enfermagem

Aureliana Cunha

Beatriz Cunha

Daniela Gomes

Daniela Melo

Maria Neves

Solange Marques

**PREVENÇÃO**



Documento que contém a definição de prevenção bem como os vários tipos existentes, incluindo o que cada um implica, realizado no âmbito da disciplina de Educação em saúde.

Licenciatura em Enfermagem

Aureliana Cunha

Beatriz Cunha

Daniela Gomes

Daniela Melo

Maria Neves

Solange Marques

**Prevenção: Conceitos de prevenção**

Coimbra, 2019

**SUMÁRIO**

**INTRODUÇÃO**………………………………………………………………………

**1 – PREVENÇÃO** ……………………………………………………………………

1.1 - CONCEITO DE PREVENÇÃO ………………………………………………

1.2 - TIPOS DE PREVENÇÃO ………………………………………………………

**1.2.1 - Prevenção primordial**…………………………………………………………

**1.2.2 - Prevenção primária** ……………………………………………………

**1.2.3 - Prevenção secundária** ………………………………………………………

**1.2.4 - Prevenção terciária** ………………………………………………………

**1.2.5 - Prevenção quaternária** ………………………………………………………

**CONCLUSÃO** ……………………………………………………………………….

**BIBLIOGRAFIA**………………………………………………………………………

ANEXOS……………………………………………………………………………

APÊNDICES………………………………………………………………………….

**INTRODUÇÃO**

O tema da prevenção em saúde merece atenção e cuidado uma vez que o objetivo fundamental da Educação para a Saúde é preventivo

O termo 'prevenir' tem o significado de "preparar; chegar antes de; dispor de maneira que evite (dano, mal); impedir que se realize" (Ferreira, 1986). Assim prevenção é um conjunto de medidas que visam evitar, detetar e tratar precocemente doenças específicas e eventuais sequelas, pelo que saúde "exige uma ação antecipada, baseada no conhecimento da história natural a fim de tornar improvável o progresso posterior da doença" (Leavell & Clarck, 1976, p. 17), na qual as ações preventivas se definem como intervenções orientadas de modo a evitar o surgimento de doenças específicas, reduzindo sua incidência e prevalência nas populações, sendo que base do discurso preventivo é o conhecimento epidemiológico moderno**.**

O conceito de prevenção aborda os vários tipos existentes: primordial, primária, secundária, terciaria e quaternária. No entanto, a definição de prevenção não é universal e varia de acordo com os autores. Segundo Tones, enquanto que a prevenção primária pretende reduzir a incidência (número de novos casos) de doença na população, outros autores adotam uma classificação diferente de prevenção, em que a prevenção primária consiste no controlo dos fatores de risco modificáveis.Também segundo Tones, enquanto a prevenção secundária pretende reduzir a prevalência (número total de casos presentes) de doença na população, segundo outros autores a prevenção secundária compreende a atitude terapêutica, medicamentosa ou não, que tem como objetivo reduzir a incidência, morbilidade, dependência e mortalidade da recorrência da doença.

Finalmente segundo o mesmo autor, enquanto a prevenção terciária pretende reduzir a incapacidade provocada pela doença já estabelecida, segundo outros autores pretende evitar ou diminuir as consequências ou complicações da doença como as insuficiências, incapacidades, sequelas, sofrimento ou ansiedade, morte precoce bem como prevenir recorrências da doença, ou seja, controla-la e estabiliza-la.

Contudo, em algumas áreas, como é o caso das Doenças Cardiovasculares, já se começa a introduzir a designação de prevenção primordial que está relacionada com as doenças crónico-degenerativas e visa evitar o aparecimento de estilos de vida que possam contribuir para um risco acrescido de doença, como por exemplo o tabagismo. Mais recentemente surge um outro nível de prevenção, a prevenção quaternária, que visa, por um lado, evitar ou atenuar o excesso de intervencionismo médico associado a atos médicos inapropriados e, por outro lado, fornecer aos utentes a informação necessária para poderem tomar decisões autónomas, sem falsas expectativas, conhecendo as vantagens e as desvantagens dos métodos diagnósticos ou terapêuticos propostos.

Para elaboração deste trabalho cujo objetivo é abordar o conceito de prevenção e a sua importância na área da saúde, utilizou-se, como metodologia de trabalho, pesquisa em bases de dados disponibilizadas pela Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.

CONCEITO DE PREVENÇÃO

Segundo Soto (1997) e Czeresnia (1999) prevenir significa preparar, conhecer antecipadamente, prever, evitar que se realize um dano. Deste modo, o objetivo da prevenção é a ausência da doença.

A prevenção baseia-se no conhecimento do funcionamento das doenças e dos mecanismos que atuam no sentido de as prevenir e evitar. Para isso são identificados grupos de risco para os quais se voltam as acções preventivas cujo principal objetivo é reduzir e controlar os fatores de risco, protegendo consequentemente os indivíduos que se encontram direta ou indirectamente expostos ao risco. Como tal, as acções preventivas atuam no sentido de modificar hábitos de vida e comportamentos em sectores ou serviços específicos.

(Czeresnia, 1999, p.6)

No processo preventivo o sujeito é encarado como o indivíduo que necessita de protecção e que, para a obter, deverá assumir determinados cuidados, posturas, comportamentos, hábitos de vida, evitando comportamentos tidos como “ de risco”.

Assim, sendo a prevenção um conjunto de práticas desenvolvidas no sentido controlar e evitar comportamentos de risco, podemos admitir que esta se divide em quatro tipos:

* Prevenção Primária;
* Prevenção Secundária;
* Prevenção Terciária;
* Prevenção Quaternária.

**Prevenção primordial**

Prevenção Primordial é o conjunto de atividades que têm o objetivo de evitar o surgimento e estabelecimento de padrões de vida [social](https://pt.wikipedia.org/wiki/Sociedade), [económica](https://pt.wikipedia.org/wiki/Economia) ou [cultural](https://pt.wikipedia.org/wiki/Cultura) que possam estar relacionados a um elevado [risco](https://pt.wikipedia.org/wiki/Risco) de [doença](https://pt.wikipedia.org/wiki/Doen%C3%A7a).

Este nível de prevenção consiste em ações de grande impacto viradas para a sociedade em geral, que se dividem em específicas e inespecíficas; podem ser empreendidas pelos governos, por exemplo, com políticas antitabágicas.

Os fatores que influenciam ou determinam a saúde dos cidadãos são designados por determinantes da saúde e estima-se que 70% destes estejam fora do setor da saúde, o que implica que sejam tidos em consideração nos planos e programas que visam a obtenção de mais ganhos em saúde.

Para facilitar a compreensão dos determinantes da saúde tem sido frequente agrupá-los nas seguintes categorias: fixos ou biológicos (idade); sociais e económicos (pobreza); ambientais (*habitat*); estilos de vida (alimentação); acesso aos serviços (transportes).

É extremamente importante a participação efetiva do profissional de saúde em programas comunitários de educação para hábitos saudáveis, bem como idealmente na criação de legislação relacionada a área temática da saúde. Sendo o enfermeiro também educador, deve ser capaz de identificar desvios comportamentais, para orientar o seu cuidado de maneira a preservar ou a permitir ao máximo a autonomia do utente.

**Prevenção primária**

A prevenção primária inclui o conjunto das atividades que visam evitar ou remover a exposição de um indivíduo ou de uma população a um fator de risco antes que se desenvolva uma patologia. (Jamoulle et al., 2002). Desta forma, o principal objetivo é reduzir a incidência da doença, através do controlo dos fatores de risco, ou ainda reduzir o risco médio na população (Alwan, 1997), pelo que visa a modificação da uma exposição já existente a fatores de risco. Temos como exemplo a vacinação.

Este tipo de prevenção afigura-se cada vez mais como uma via privilegiada para obter ganhos em saúde e para garantir a própria sustentabilidade financeira dos serviços de saúde, tendo estratégias que devem ser ajustadas às preferências dos indivíduos podendo mesmo ter por objetivo alterar essas preferências tornando-as mais focadas no futuro (Grossman, 2000).

**Prevenção secundária**

A prevenção secundária tem como finalidade detetar precocemente uma patologia numa determinada população, de forma a condicionar favoravelmente a sua evolução, corrigindo o desvio da normalidade, pelo que é elaborado um plano de intervenção direcionado à fase pré-sintomática da doença com o objetivo de tratar a doença e prevenir o seu agravamento; estão aqui incluídos os rastreios médicos.

A prevenção secundária é a que se dá quando um processo patológico já está em curso, contudo, existe a possibilidade de se interromper o mesmo precocemente, partindo do pressuposto de que quanto mais cedo for o diagnostico, maiores são as hipóteses de cura. Esta, na sua vertente de rastreios médicos pode de facto melhorar a saúde. É exemplo disso, o rastreio da hipertensão nos adultos. (Sousa, 2014)

**Prevenção terciária**

A prevenção terciária tem como finalidade reduzir os custos sociais e económicos dos estados de doença na população através da reabilitação e reintegração precoces e da potenciação da capacidade funcional remanescente dos indivíduos. (Meneses de Almeida,2005, p.93)

Este tipo de prevenção tem vários objetivos nomeadamente limitar a progressão da doença, evitar mais complicações, tal como ansiedade e promoção da adaptação da pessoa a possíveis dificuldades que são inevitáveis bem como controlar a doença.

A prevenção é exercida através de terapêutica, controlo e reabilitações médicas, sendo importante o aumento da capacidade funcional do individuo, melhoria significativa no seu bem-estar, reintegração familiar e social (…) (Paredes Sora, 2010, p.26)

**Prevenção quaternária**

A prevenção quaternária visa evitar o excesso de intervenções associadas a atos médicos desnecessários ou injustificados (Gérvas e Férnandez, 2003); consiste na deteção de indivíduos em risco de distanásia para os proteger de novas intervenções inapropriadas e sugerir-lhes alternativas eticamente aceitáveis. (Jamoulle, 2000)

Por outro lado, pretende-se capacitar os utentes ao fornecer-lhes a informação necessária e suficiente para podem tomar decisões autónomas, sem falsas expectativas, conhecendo as vantagens e os inconvenientes dos métodos diagnósticos ou terapêuticos propostos. (Gérvas e Férnandez, 2003)

A prevenção quaternária também pode ser considerada como sinónimo de prevenção do sofrimento (MacDonald, 1991; Weinstein, 2001). Por exemplo, à medida que uma doença progride e a possibilidade de prolongar a vida se vai tornando menor, os cuidados de saúde devem reorientar-se no sentido de proporcionarem progressivamente mais conforto e qualidade de vida.

**CONCLUSÃO**

Este trabalho pretende sistematizar um conjunto de informações para dar a conhecer aos estudantes de enfermagem, futuros enfermeiros a importância da prevenção em saúde e os vários tipos existentes.

O grupo tentou sintetizar a informação ao máximo mostrando o mais importante, porém tentou-se também responder aos objetivos deste trabalho de forma coesa e coerente. A maior preocupação foi o tratamento de informação, de forma a respeitar os critérios propostos sem perder informação pertinente.

Assim, podemos concluir que prevenção é o conjunto de mecanismos que pretendem precaver doenças, ensinar sobre fatores de risco bem como diminuir a incidência/tratar das mesmas e corrigir/ensinar sobre fatores de risco, pelo que o conceito de prevenção desempenha um papel muito importante na área da Educação para a Saúde.

**BIBLIOGRAFIA**

George. F. (2011). *Sobre determinantes da saúde*. Recuperado do website da Direção Geral da Saúde: https://www.dgs.pt/ficheiros-de-upload-2013/publicacoes-de-francisco-george-sobre-determinantes-da-saude.aspx

Hespanhol, A., Couto, L., & Martins, C. (2008). A medicina preventiva. Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar, 24(1), 2-3. Recuperado em: http://www.rpmgf.pt/ojs/index.php/rpmgf/article/view/10462/0 doi:http://dx.doi.org/10.32385/rpmgf.v24i1.10462

Meneses de Almeida, L. (2005). Da prevenção primordial à prevenção quaternária. *Revista Portuguesa de Saúde Publica, 23(1)*, 93.

Paredes Sora, A.M. (2010). *Educação para a Saúde: Conceito e Prática dos Alunos de Enfermagem*. Universidade Fernando Pessoa, Portugal.

Portal da Educação.(s.d). *Prevenção da Saúde.* Recuperado em: https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/enfermagem/prevencao-da-saude/34880

Sousa, A. F. C. (2014). *A capacitação dos utentes quanto aos rastreios médicos* (Trabalho final de atribuição do grau de Mestre). Universidade de Coimbra, Faculdade de Medicina, Portugal.

Campos Lopes, P. A. F. (2012). *Estilos de vida e prevenção primária na saúde oral em ambiente escolar.* Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra, Portugal.

 **APÊNDICES**

**ANEXOS**