

Newsletter

Internos de Saúde Pública

EDITORIAL

Caros Colegas,

Apesar do reconhecimento dos malefícios do tabaco a luta contra o tabagismo não tem, ainda, um fim à vista. No passado dia 17 de novembro assinalou-se o Dia Mundial do Não Fumador e a propósito dessa data convidamos a Prof.^a Doutora Emília Nunes, Diretora do Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo, para nos dar a conhecer um pouco melhor este Programa, um dos programas de saúde prioritários. Agradecemos a disponibilidade da Prof.^a Doutora Emília Nunes para colaborar com a newsletter.

E porque o tabaco é um dos mais importantes, como conceito epidemiológico deixamos o bem conhecido “Fator de Risco”.

Nesta edição contamos ainda com a colaboração do nosso colega Gustavo Borges que se encontra a realizar o estágio opcional no *Institute of Health and Society* da Universidade de Newcastle e que acedeu à partilha da experiência que tem estado a vivenciar. Gustavo, o nosso muito obrigada por dares a conhecer mais um local onde a formação dos internos de Saúde

Pública poderá ser diversificada e continuação de bom estágio!

E claro encontrarão a habitual tabela de oportunidades formativas, já com os principais congressos anunciados para 2015! Aproveitem para a consultar e começar a preparar as agendas do próximo ano.

Já falta pouco para o VI Encontro Nacional de Médicos Internos de Saúde Pública que se realizará nos dias 4 e 5 de dezembro, na Faculdade de Medicina de Lisboa. Deixamos votos de que este seja um espaço de partilha de experiências e que a discussão contribua para uma melhor formação.

Por fim, gostaríamos de deixar uma palavra de reconhecimento e agradecimento a todos os colegas que estiveram envolvidos na gestão e controlo do surto de doenças dos Legionários a que recentemente assistimos. A vossa pronta atuação foi essencial na resolução deste caso.

Boas leituras,

Andreia Leite

Parabéns às colegas que terminaram o Internato:

Andreia Portulez e Micaela Lopes

Muitas felicidades nesta nova etapa profissional!

Pontos de interesse especiais:

- EDITORIAL
- O tabaco mata
- Conceitos em Saúde Pública
- Opinião do Interno
- Formações disponíveis

Envie a sua sugestão para:

cmispzn@gmail.com

Responsável Newsletter 2013/14
Gustavo Tato Borges

Colaboradores Newsletter 2013/14
Andreia Leite
Sofia Ribeiro
Susana Barbosa
João Valente

Contacto: cmispzn@gmail.com

Gustavo Tato Borges

Membro da Comissão de Médicos Internos de Saúde Pública da Zona Norte

Médico Interno do Internato Médico de Saúde Pública

ACeS Grande Porto III
Maia/Valongo

gustavotatoborges@gmail.com

O tabaco mata (1)



Breve Nota a propósito do Dia Mundial do Não Fumador – Dia 17 de novembro

“Tobacco control interventions are the second most effective way to spend funds to improve health, after childhood immunization.” WHO, Health 2020, 2013

Graças aos estudos epidemiológicos iniciados na segunda metade do século passado por diversas equipas de investigadores, com especial destaque para Richard Doll e Bradford Hill, conhecemos hoje melhor as consequências da exposição ao fumo do tabaco. (1,2) O recente relatório “The Health Consequences of Smoking — 50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General” (US Department of Health and Human Services, 2014), analisou os resultados da investigação efetuada nos últimos 50 anos à luz de rigorosos critérios de comprovação científica. (3) Pela sua importância sublinham-se algumas das suas conclusões:

- ⇒ A nicotina, substância psicoativa existente no tabaco causa dependência, por processos semelhantes aos da heroína e da cocaína.
- ⇒ O fumo do tabaco contém mais de 7000 químicos, centenas dos quais tóxicos e cerca de 70 cancerígenos.
- ⇒ Todos os produtos do tabaco são nocivos.
- ⇒ Não há um nível seguro de exposição ao fumo do tabaco.
- ⇒ Fumar, para além de causar cancro (traqueia, brônquios e pulmão, orofaringe, laringe, esófago, estômago, fígado, pâncreas, rim e ureter, bexiga, colo do útero, colorretal, leucemia mieloide aguda), doenças respiratórias e doenças do aparelho circulatório, aumenta o risco de diabetes e de cegueira.
- ⇒ Fumar prejudica a função imunitária, aumentando o risco de artrite reumatoide e de tuberculose.
- ⇒ Fumar prejudica a função sexual e reprodutiva.
- ⇒ Fumar durante a gravidez tem consequências graves para a mãe e para o feto.
- ⇒ Fumar retira, em média, mais de uma década potencial de vida, aos fumadores regulares.
- ⇒ A exposição ao fumo ambiental do tabaco tem efeitos imediatos e a longo prazo, aumentando o risco de morte súbita do lactente, infeções respiratórias, otites e agravamento da asma, na criança. No adulto, aumenta o risco de doença isquémica cardíaca, de acidente vascular cerebral e de cancro do pulmão.

Em Portugal, de acordo com as estimativas efetuadas no âmbito da iniciativa Global Burden of Disease (GBD 2010), pelo Institute for Health Metrics and Evaluation, em 2010, o consumo de tabaco foi responsável pela morte de cerca de 11 000 pessoas (aproximadamente 10% do total de óbitos verificados naquele ano). (4)

Referências (1)

1.DOLL, R.; HILL, A. B. A. – Smoking and carcinoma of the lung: preliminary report. British Medical Journal. 2 (1950) 739-748.

2.DOLL, R. et al. – Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. British Medical Journal. 328 (2004) 1519-1528.

3.U.S. Department of Health and Human Services. The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014. Consultável em: http://www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/50th-anniversary/index.htm?s_cid=cs_692

4.Institute for Health Metrics and Evaluation. Global Burden of Disease (GBD 2010). University of Washington, 2013.

O tabaco mata (2)

Estratégias de prevenção e controlo

O tabagismo é um fenómeno globalizado e multideterminado, assente em condicionantes económicas, culturais, sociais e individuais, difíceis de contrapor. Nesse sentido, a Convenção Quadro da OMS para o Controlo do Tabaco, ratificada por Portugal, pelo Decreto n.º 25-A/2005, de 8 de novembro, oferece o enquadramento legal para as políticas e medidas que deverão ser adotadas de modo consistente em todos os países. (5).

No âmbito da Saúde 2020, da OMS, os Estados-Membros foram encorajados a imprimir celeridade na implementação dos compromissos assumidos com a adesão a esta Convenção Quadro. O Plano Global de Ação para a Prevenção e Controlo das Doenças Não Transmissíveis 2013-2020 propõe uma meta voluntária de redução, de pelo menos 30%, na prevalência do tabagismo, na população com 15 ou mais anos, até 2020. (6, 7)

Neste contexto, o tabagismo foi considerado um problema de saúde prioritário, consubstanciado pela criação do Programa Nacional para Prevenção e Controlo do Tabagismo. (8)

Este Programa assenta nas estratégias mais efetivas para controlar este problema, preconizadas pela OMS sob o acrónimo MPOWER: Monitorizar, Proteger da exposição, Oferecer apoio, (Warn) avisar sobre os riscos, (Enforce bans) proibição total da publicidade, (Raise taxes) aumentar os impostos. (9)

Assenta em três eixos nucleares (prevenir a iniciação, promover a cessação do consumo e proteger da exposição ao fumo ambiental) complementados por dois eixos transversais, orientados para a informação, educação, formação e investigação.

A sua plena implementação pressupõe um papel ativo por parte dos profissionais de saúde, dos outros sectores governamentais, da sociedade civil e dos próprios cidadãos.

Os médicos de saúde pública têm uma particular responsabilidade na monitorização deste problema, em particular do seu impacte nas iniquidades em saúde. Têm também uma responsabilidade acrescida na promoção de iniciativas que aumentem a consciência individual e coletiva sobre a importância deste problema e contribuam para a promoção da literacia e capacitação para escolhas promotoras de saúde, tendo em vista contribuir para a construção de um futuro livre de tabaco para as próximas gerações.

Emília Nunes (MD, PhD)

Assistente Graduada Sénior de Saúde Pública

Diretora do Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo



Referências (2)

5. WHO – WHO Framework Convention on Tobacco Control. Geneva: WHO Framework Convention on Tobacco Control. World Health Organization, 2003. Consultável em: http://www.who.int/fctc/text_download/en/

6. World Health Organization – Health 2020. A European policy framework and strategy for the 21st century. WHO Regional Office for Europe. Copenhagen, WHO, 2013. Consultável em: http://www.euro.who.int/data/assets/pdf_file/0011/199532/Health2020%E2%80%9090Long.pdf?ua=1

7. World Health Organization. Global action plan for the prevention and control of non communicable diseases. 2013-2020. Geneva: WHO, 2013. Consultável em: http://apps.who.int/iris/bit-stream/10665/94384/1/9789241506236_eng.pdf

8. Nunes E. Programa Nacional para a prevenção e Controlo do tabagismo 2012-2016. Lisboa: Direção-Geral da Saúde, 2013. Consultável em: <http://www.dgs.pt/programas-de-saude-prioritarios.aspx>

9. World Health Organization – Report on the global tobacco epidemic. The MPOWER package. Geneva: WHO, 2008. <http://www.who.int/tobacco/mpower/2008/en/>

O conceito que hoje abordamos é “*Risk Factor*” (Fator de risco):

“Qualquer aspeto do comportamento individual ou do estilo de vida, de uma exposição ambiental, ou de uma característica genética, que com base em evidência científica, se conhece como estando associado à ocorrência de determinada condição de saúde. O termo fator de risco popularizou-se após o seu uso por Dawber et al, em artigos que descreviam o estudo de Framingham. Os fatores de risco motivaram a pesquisa de causas para as doenças crónicas nos últimos cinquenta anos.”

Retirado de A Dictionary of Epidemiology, editado por M. Porta, 5ª edição. Tradução livre do Inglês

A Opinião dos Internos

Nome: Gustavo Tato Borges

ACES de colocação: Maia/Valongo

Estágio realizado fora do ACES/ENSP: Opcional

Local de realização do estágio: *Institute of Health and Society*—Universidade de Newcastle

Motivo escolha do local: Interesse pessoal pela área da Promoção da Saúde e aconselhamento por uma especialista em saúde pública sobre o trabalho desenvolvido no instituto

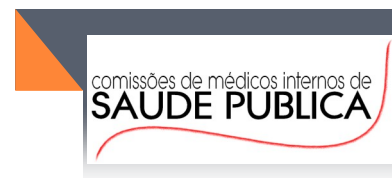
Pontos fortes: O facto de ser uma unidade académica dedicada à investigação de temas relacionados com a Saúde Pública, permitiu-me descobrir toda uma realidade que desconhecia. Participar na definição, preparação e execução de uma investigação académica sobre um tema de Saúde Pública foi uma grande mais valia. Também foi uma excelente oportunidade conhecer a realidade da organização da Saúde Pública em Inglaterra.

Pontos fracos: Apenas lamento não ter tido a oportunidade de passar mais tempo nos serviços de Saúde Pública locais. A realidade de uma instituição académica é muito diferente do trabalho do dia a dia que os profissionais de Saúde Pública desenvolvem. E teria sido interessante conhecer melhor como desenvolvem o seu trabalho no dia a dia e perceber melhor quais as mais valias de terem passado para a alçada dos City Councils (as nossas Câmaras Municipais).

Balanco em relação às expectativas: O estágio tem superado as minhas expectativas. Aprendi bastante, conheci pessoas muito interessantes e com imensos conhecimentos de Saúde Pública e trabalhei num grupo com uma mentalidade inclusiva e de cooperação. Tem sido um estágio muito interessante.

Conselho relativo ao estágio para os restantes internos: Creio que o meu melhor conselho é não te deixes esmorecer. Se existe alguma área da Saúde pública que te interessa, fala com as pessoas que trabalham nessa área pois elas podem ajudar-te a descobrir novas oportunidades para a tua formação. E depois entra em contacto com a instituição ou com a pessoa que te foi indicada, pois verás que elas te recebem de braços abertos. Ah! E procura preparar estas “aventuras” com tempo, pois há prazos para cumprir para obter autorização para realizar o estágio fora da tua unidade.

Oportunidades formativas



Nome	Local	Datas	Link
Congressos/Conferências			
14th World Congress on Public Health	Calcutá	11-15 Fevereiro 2015	http://www.14wcph.org/
14th Annual International Conference on Health Economics, Management & Policy	Atenas	22-25 Junho 2015	http://www.atiner.gr/health.htm
European Congress of Epidemiology 2015	Maastricht	25-27 Junho 2015	http://www.healthyliving2015.nl/
II Congresso Ibero-americano de Epidemiologia e Saúde Pública	Santiago de Compostela	2-4 Setembro 2015	http://www.reunionanualsee.org/
8th European Public Health Conference	Milão	14-17 Outubro 2015	ephconference.eu
Locais com cursos regulares			
Instituto de Higiene e Medicina Tropical - http://www.ihmt.unl.pt/?lang=pt&page=ensino-e-formacao&subpage=outros-cursos			
Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge - oferta formativa - http://formext.insa.pt/course/category.php?id=2			
Faculdade de Medicina do Porto - http://epidemiologia.med.up.pt/index.php?id=primaveraNext#			
Faculdade de Medicina de Lisboa - http://edu.uepid.org/scid/uepid/default.asp			
Johns Hopkins School of Public Health OpenCourseWare - http://ocw.jhsph.edu/index.cfm			
National Collaborating Centre for Methods and Tools - http://www.nccmt.ca/modules/index-eng.html			
Coursera - https://www.coursera.org/#courses			
Fall Institute— http://www.jhsph.edu/departments/health-policy-and-management/institutes/fall-institute/			