

Newsletter

Internos de Saúde Pública

EDITORIAL

Olá a todos.

O mês de abril é um período marcante para muitos internos por este país fora, ano após ano, em virtude de coincidir com o exame final e a conclusão do internato. Este ano não foi exceção, e mais cinco internos de Saúde Pública concluíram a sua especialização. Parabéns aos novos especialistas, e muitas felicidades para esta etapa que agora iniciam!

Em Saúde Pública, o primeiro passo para uma intervenção passa por realizar um diagnóstico de situação, que pode ser baseado, entre outras possíveis fontes de informação, em dados recolhidos através de atividades de monitorização e observação do estado de saúde da população. É neste contexto que se insere o 1.º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF) – 2013/2016, desenvolvido pelo Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge (INSA), que permitirá estimar com maior rigor a prevalência de doenças e determinantes de saúde em Portugal. Nesta edição da *Newsletter*, a Professora Dr.ª Sónia Namorado e o Professor Dr. Baltazar Nunes, do Departamento de Epidemiologia do INSA, falam-nos sobre este estudo, fazendo o seu

enquadramento no contexto atual e abordando a metodologia utilizada. A ambos, deixamos o nosso obrigado pelo contributo.

A Bárbara Aguiar, que se encontra a fazer o seu Doutoramento em Medicina pela Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior, conta-nos a sua experiência no Espaço do Interno Doutorando. Na secção “Curtas” divulgamos mais dois acontecimentos relevantes, e como sempre contamos com as oportunidades formativas de interesse.

Por último, um novo passatempo – no mês em que se comemorou o Dia Mundial da Saúde, dedicado ao tema “Segurança Alimentar”, servimos uma sopa... de letras.

Nota: na última publicação lançámos um questionário onde vos pedimos que nos revelassem as vossas preferências e sugestões em relação à *newsletter*. Para quem ainda não teve a oportunidade, mas mantém o interesse em participar, lembramos que ainda o pode fazer, até ao próximo dia 10 de maio, através do link <http://goo.gl/forms/14XgVFDLlb>.

João Gonçalves

Pontos de interesse especiais:

- EDITORIAL
- 1.º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (INSEF)
- Espaço do Interno Doutorando
- Curtas
- Oportunidades Formativas
- Passatempo - Sopa de Letras

Envie a sua sugestão para:

newsletter.cmisp@gmail.com

Responsáveis Newsletter 2015

Bárbara Aguiar
João Gonçalves

Colaboradores Newsletter 2015

Andreia Leite
João Valente
Sara Letras

Contacto:

newsletter.cmisp@gmail.com

Bárbara Aguiar
ACES Baixo Mondego

João Gonçalves
ACES Pinhal Interior Norte

Médicos do Internato Médico de Saúde Pública

Membros da Comissão de Médicos Internos de Saúde Pública da Zona Centro

1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (Parte 1)

Os inquéritos nacionais de saúde de base populacional, por colherem informação integrada sobre vários aspetos sociais, comportamentais e do estado de saúde da população, constituem uma fonte de informação única para o conhecimento aprofundado do estado de saúde e doença da população e seus determinantes, assim como sobre a utilização de cuidados de saúde, permitindo ainda identificar fatores de desigualdade entre e dentro dos diferentes grupos da população [1].

Em Portugal foram realizados quatro inquéritos nacionais de saúde (INS) por entrevista: 1987/88, 1995/96, 1998/99 e 2005/06 [2]. Estes inquéritos representam ferramentas de planeamento e intervenção em saúde pública, tendo sido peças essenciais no desenvolvimento dos Planos Nacionais de Saúde e na sua monitorização [3].

No contexto dos inquéritos de saúde, os inquéritos de saúde com exame físico, onde a informação colhida por entrevista é aliada a informação objetiva medida por exame físico e testes laboratoriais, fornecem informação mais exata e de melhor qualidade do que os inquéritos por entrevista [4]. Alguns exemplos desta mais-valia são as prevalências de hipertensão, hipercolesterolemia e diabetes, que se apresentam habitualmente subestimadas quando apenas auto reportadas. No mesmo sentido, estimativas do índice de massa corporal calculadas com base no peso e na altura auto reportados tendem a estar enviesadas, dado que o peso e a altura auto reportados tendem a ser, respetivamente, sub e sobrestimados [4].

Em Portugal, já foram desenvolvidos estudos epidemiológicos com componente de exame físico, nomeadamente estudos de base populacional para medir a prevalência da obesidade, diabetes e hipertensão [5-7]. Apesar de muito relevantes do ponto de vista científico e da saúde pública, estes estudos são específicos para certo tipo de doença. adicionalmente, nenhum destes estudos seguiu a metodologia do Inquérito Europeu com Exame Físico. Em 2010 o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) desenvolveu o piloto do Inquérito Europeu com Exame Físico em São Brás de Alportel [8].

É neste contexto que surge o INSEF 2013-2016: Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico, parte integrante do projeto *“Improvement of epidemiological health information to support public health decision and management in Portugal. Towards reduced inequalities, improved health, and bilateral cooperation”* que tem como parceiro o Instituto Norueguês de Saúde Pública (FHI) e conta com a colaboração das Administrações Regionais de Saúde (ARS) e das Secretarias Regionais de Saúde e dos Assuntos Sociais (SRAS) das Regiões Autónomas dos Açores e Madeira. Este projeto é financiado a 85% pelo Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu 2009-2014 através das EEA Grants e será desenvolvido entre 2014 e 2016.

[1] Malta DC, Leal MdC, Costa MFL, Morais Neto OLD. Inquéritos Nacionais de Saúde: experiência acumulada e proposta para o inquérito de saúde brasileiro. *Revista Brasileira de Epidemiologia*. 2008;11:159-67.

[2] Dias CM. 25 anos de Inquérito Nacional de Saúde em Portugal. *Revista Portuguesa de Saúde Pública*. 2009;Número Especial 25 anos da RPSP - (2009):51-60.

[3] Microsite do Plano Nacional de Saúde 2012-2016. <http://pns.dgs.pt/pns-2012-2016/>.

[4] Recommendations for the Health Examination Surveys in Europe. In: Tolonen H, Koponen P, Aromaa A, Conti S, Graff-Iversen S, Grøtvedt L, et al., editors. Helsinki: National Public Health Institute; 2008.

[5] Sardinha LB, Santos DA, Silva AM, Coelho-e-Silva MJ, Raimundo AM, Moreira H, et al. Prevalence of overweight, obesity, and abdominal obesity in a representative sample of Portuguese adults. *PLoS One*. 2012;7:e47883.

[6] Gardete-Correia L, Boavida JM, Raposo JF, Mesquita AC, Fona C, Carvalho R, et al. First diabetes prevalence study in Portugal: PREVADIAB study. *Diabet Med*. 2010;27:879-81.

[7] Polonia J, Martins L, Pinto F, Nazare J. Prevalence, awareness, treatment and control of hypertension and salt intake in Portugal: changes over a decade. *The PHYSA study*. *J Hypertens*. 2014.

[8] Inquérito de Saúde com Exame Físico - Relatório do estudo realizado em São Brás de Alportel In: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge IP, editor.: Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, I. P.; 2012.

1º Inquérito Nacional de Saúde com Exame Físico (Parte 2)



O INSEF é assim um estudo nacional transversal de prevalência, de base populacional. Pretende-se assim, durante o ano de 2015, observar uma amostra aleatória da população Portuguesa com representatividade ao nível regional. Esta amostra será constituída por 4200 indivíduos, estratificados de forma homogénea pelas 7 regiões do País (Norte, Centro, Lisboa e Vale do Tejo, Alentejo, Algarve e Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira).

Em cada região foram selecionadas de forma aleatória 7 áreas geográficas, estratificadas por área urbana e rural, com probabilidade de seleção proporcional à dimensão da população. Numa segunda fase estão a ser selecionados aproximadamente 215 indivíduos das listas de utentes das Unidades de Saúde das áreas geográficas selecionadas, de forma a obter aproximadamente 90 participantes em cada área geográfica selecionada. Os indivíduos selecionados são convidados por carta e posteriormente contactados por telefone para apresentação do estudo e agendamento da entrevista e exame físico.

Após assinatura de um Consentimento Informado, será recolhida informação sobre características demográficas e socioeconómicas; estado de saúde, doença e incapacidade; determinantes e fatores de risco e cuidados de saúde, usando para o efeito questionários validados e anteriormente utilizados nos Inquéritos Nacionais e Europeus de Saúde por entrevista e no piloto do Inquérito Europeu com Exame Físico.

O exame físico envolve a medição da pressão arterial, do peso, da altura e do perímetro da cintura e da anca. É colhida uma amostra de sangue para análise (colesterol total, HDL, LDL, triglicéridos e hemograma), e caso o participante assim o autorize é também colhido sangue para armazenamento sobre a forma de soro, plasma e DNA num biobanco que está a ser constituído no INSA.

Em 2016, e com os resultados finais do INSEF esperamos contribuir para a melhoria da saúde dos Portugueses, apoiando as atividades nacionais e regionais de observação e monitorização do estado de saúde da população, a avaliação dos programas de saúde e a investigação em saúde de risco e cuidados de saúde, usando para o efeito questionários validados e anteriormente utilizados nos Inquéritos Nacionais e Europeus de Saúde por entrevista e no piloto do Inquérito Europeu com Exame Físico.

Contactos:

Departamento de Epidemiologia
Instituto Nacional de Saúde Doutor
Ricardo Jorge, I.P.
Av. Padre Cruz, 1649-016 Lisboa
Telefone: +351217526487
Email: insef@insa.min-saude.pt

Prof.ª Dr.ª Sónia Namorado / Prof. Dr. Baltazar Nunes

Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge - Departamento de Epidemiologia

Espaço do Interno Doutorando

Nome: Bárbara Aguiar

USP de colocação: ACeS Baixo Mondego, Coimbra

Situação de internato: Em execução, a realizar o estágio de auditoria.

Programa Doutoral/Instituição: Doutoramento em Medicina, na Universidade da Beira Interior, Faculdade Ciências da Saúde. Especialidade em Saúde Pública

Razões que te levaram a iniciar um programa doutoral: A minha tese de Mestrado aliciou-me para o mundo académico e após a entrada na especialidade de Saúde Pública tornou-se mais evidente o quanto gostaria de me dedicar à investigação.

Razões que te levaram a escolher este programa: Escolhi o programa Doutoramento em Medicina, que tinha por base um tronco comum na parte letiva e que depois cada doutorando poderia optar pela área que lhe despertasse mais interesse.

Razões que te levaram a escolher esta instituição: Escolhi a Faculdade Ciências da Saúde-UBI, por ter sido o local onde me licenciiei, por ser uma instituição prestigiada que reconhece o valor da saúde pública e onde tinha a certeza que iria ter uma boa orientação.

Propinas: 2.000€ anuais

Bolsa/Financiamento: Financiamento próprio. Hoje penso que deveria, pelo menos, ter tentado candidatar-me a uma bolsa da Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT).

Balanço em relação às expectativas: Em relação à investigação propriamente dita é um balanço muito positivo, no entanto, se considerar os pormenores, as sensações são tipo “montanha russa”. Quando iniciei o Doutoramento tinha uma maior disponibilidade e não pensava que isso poderia mudar durante o processo, mas vem a família, o internato fica mais complexo, o dinheiro para pagar as propinas, as viagens, as autorizações que demoram uma eternidade, entre outras particularidades.

Conselho relativo ao estágio para os restantes internos: Ponderem bem todos os aspetos, tenham em conta que é um longo caminho e só teremos paciência e entusiasmo se gostarmos muito de fazer investigação, porque se forem fazer o doutoramento contrariados e só porque sim vai ser um processo doloroso. Há que considerar que atrasamos o internato quase de certeza... Entretanto se quiserem iniciar este desafio, procurem bem onde o vão fazer e informem-se sobre o preço das propinas, peçam o estatuto logo no início e procurem candidatar-se a bolsas de doutoramento FCT, ou insiram-se nas bolsas pré-existentes com temas já direcionados. Uma vantagem é que com o cartão de estudante temos desconto no cinema, a desvantagem é que não vão ter muito tempo para lá ir!

Curtas

- Foi publicado um estudo sobre o Tabagismo em Portugal e as desigualdades socioeconómicas. Está disponível em: <http://www.biomedcentral.com/1471-2458/15/311>
- O Dia Mundial da Saúde, a 7 de Abril de 2015, foi dedicado à segurança alimentar. Mais informações em: <http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2015/event/en/>

Oportunidades formativas

Nome	Local	Datas	Link
Congressos/Conferências			
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	www.reunionanualsee.org/
8th European Public Health Conference	Milão	14-17 Outubro 2015	ephconference.eu
American Public Health Association Annual Meeting	Chicago	31 Outubro a 4 Novembro 2015	https://www.apha.org/events-and-meetings/annual
ESCAIDE—European Scientific Conference on Applied Infectious Diseases Epidemiology	Estocolmo	11-13 Novembro 2015	http://ecdc.europa.eu/en/escaide/Pages/ESCAIDE.aspx
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 /ISPUP - http://ispup.up.pt/academics/short-courses/			
Faculdade de Medicina de Lisboa - http://edu.uepid.org/			
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/			

Oferta formativa em destaque

Este mês destacamos o curso “**Sistemas de informação geográfica aplicados à epidemiologia**”, que decorrerá no Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge de 20-05-2015 a 21-05-2015. O curso incluirá uma introdução à utilização dos Sistemas de Informação Geográfica, ferramenta essencial na descrição e análise de dados espaciais, aplicados à Epidemiologia. As inscrições estão abertas até dia 08-05-2015. Mais informações podem consultadas aqui—<http://formext.insa.pt/course/category.php?id=3>.

