

EDITORIAL

EDITORIAL JIM DEZ 2022

EDUCAÇÃO, TECNOLOGIA E SAÚDE, O QUE PODEMOS MELHORAR? AS COMPETÊNCIAS, MAS NÃO SÓ.

Cristina Vaz de Almeida  & Diego Viana Gomes 

Editores-chefes

Não é por acaso que 2023 será o Ano Europeu das Competências. Das competências “soft” e das “hard” onde as aprendizagens, o aumento do conhecimento, das capacidades e dos atributos pessoais contam tanto, seja no desenvolvimento das competências comunicativas, como na resiliência ou na resolução de conflitos e mesmo na obrigatória aprendizagem de competências digitais.

Existem diferentes formas de aprendizagens de competências. Aquele que aprende pela negativa, reagirá normalmente pela negativa. E no mesmo sentido, sujeitos submetidos a modelação positiva, terão potencial positivo. Os novos desafios dos próximos tempos exigem diversidade, criatividade, capacidade de ação rápida, motivação, consciência e autorregulação.

O mundo pede-nos mais competências, e estas não estão disponíveis em prateleiras. Estão encapsuladas num processo que precisa ser desdobrado. Em saúde continua a ser gritante os frágeis níveis de literacia em saúde das pessoas. Elas precisam aquilo que a Europa clama: “as competências”. Mas enquanto não se desdobrarem o que é realmente este constructo, será difícil avançar. Quando a linguagem não é uniforme, a capacidade de compreensão da ação esvai-se em entendimentos diversos.

E por isso é que é preciso definir-se muito bem o que está por detrás deste termo: competências. Interessam à saúde, pois as competências são, de facto, o motor da mudança. E significa que o paciente tem de ter conhecimento, o tal “saber” naturalmente assim também como o profissional. Significa em segundo lugar as capacidades, e isto quer dizer que o paciente tem de ter autoeficácia, ou saber fazer o que pedem que ele

faça, e ,em terceiro lugar perceber os seus atributos pessoais, a pessoa, o “ser” que é para o levar a agir. E para isso devemos perguntar e avaliar a sua memória, a sua idade, as suas influências, as suas crenças, o seu contexto.

São esses os fatores do constructo competências que permitirão depois desdobrarem-se as várias ações formativas, de sensibilização e de avaliação que permitem o desenvolvimento desse conhecimento, capacidades e atributos pessoais. E os efeitos da recompensa ou reforço no comportamento anterior dependem em parte se a pessoa percebe a recompensa como um contingente ao seu próprio comportamento, ou independente dele (Rotter, 1966). E isto significa também o poder da motivação intrínseca do indivíduo e do seu locus de controlo interno e da sua auto regulação para manter aquele comportamento (Deci & Ryan, 2002). E isto obtém-se com mais competências e com a sensação de autoeficácia (Bandura, 1977), pela sensação de vitória e de se conseguir ir atingindo passo a passo o que nos propomos fazer.

As competências são importantes, mas a motivação interna e a auto realização, quando feita com vontade, levam-nos a caminhos mais longínquos e profundos.

Segundo Diener, um maestro da psicologia positiva (Diener, 1984; Diener & Lucas, 1999; Diener et al., 2002) as pessoas precisam de objetivos a longo prazo, de propósito e significado nas suas vidas, assim como precisam uns dos outros. As pessoas gostam de mestria e do fluxo.

À medida que desenvolvem as suas competências, as pessoas também precisam de tipos adicionais de felicidade (eudaimônica, hedónica), e todos estes ingredientes da vida incluem uma necessidade (contínua de preferência) de bem-estar psicológico.

Nesse sentido, o Jornal de Investigação Médica tem procurado trazer à luz essas competências dos seus investigadores. Criando portas abertas para uma investigação-ação, que traga métodos, investimentos no terreno, ao mesmo tempo rico de emoções e de razões, numa perspetiva biopsicossocial (Engel, 1981), ecológica e social (Mcleroy et al., 1989) e holística.

Nessa versão da revista, os investigadores trouxeram diferentes perspetivas na área da saúde, começando pelo trabalho da Rita Paraíso et al., com título “Do conhecimento à prevenção – Cancro da Mama”. Seguindo essa linha de literacia em saúde sobre a temática cancro, Muna Cabral Sidarus e colaboradores publicaram o trabalho “Literacia em Saúde:

Cancro da Pele no Algarve Central”. Ainda no contexto da literacia, Mara Solange da Costa Pinto, abordaram a questão familiar da saúde mental, cujo título é “Filhos de pessoas com doença mental e programas de intervenção multidisciplinar em literacia em saúde – uma revisão narrativa das experiências internacionais e portuguesas”.

Seguindo na área da literacia, a autora Sandra Laia Esteves trabalhou com a literacia na gestão, sob o título “A importância da literacia em saúde na gestão do regime terapêutico: perceções, dificuldades e estratégias”. Em complementação aos estudos da rica área de literacia, Pascoal Amaral Mouta et al. publicaram o título “Mindfulness: instrumento para a promoção da saúde e bem-estar na população portuguesa e desenvolvimento da literacia em Saúde”.

Uellerson Valva Silva realizou uma pesquisa sobre a frequência do uso de medicamentos com princípios psicoativos, com o trabalho intitulado “O uso de antidepressivos e benzodiazepínicos por alunos e funcionários de uma instituição de ensino superior”. A pesquisadora Carla Nascimento abordou a questão da incontinência urinária na pessoa idosa através de intervenção educativa, com trabalho intitulado “A intervenção educativa do enfermeiro na promoção do autocuidado da pessoa idosa com incontinência urinária”. Ainda com relação aos idosos, outro interesse relevante é o risco de quedas, Maria Luísa Vieira Andrade dos Santos apresentou esse debate no artigo “Adesão ao Regime Medicamentoso e Risco de Quedas em Idosos na Comunidade”.

Mariana Gomes de Azevedo Neto Brites abordou os “Cuidados Paliativos Domiciliários e o médico de família: revisão integrativa da literatura”. Marisa Viegas seguiu com um estudo exploratório sobre intervenções que visam aprendizado em idosos, sob o título “Perceção de grupos de adultos com mais de 65 anos sobre intervenções que visam a aprendizagem ao longo da vida: estudo exploratório. ”

No contexto da segurança alimentar, a autora Nathana Ciniglia e colaboradores publicaram o artigo “Qualidade da Proteína dos Pescados mais consumidos no Estado do Rio de Janeiro/Brasil – uma estratégia para mitigar a Insegurança Alimentar e Nutricional”. E para finalizar o volume, o pesquisador Thiago Ramos de Barros et al. estudaram o efeito do exercício físico e restrição do sono em diferentes contextos com o trabalho “Esforço físico e restrição de sono modificam marcadores bioquímicos e cognitivos em militares: uma revisão sistemática. ”

No contexto da Educação, Tecnologia e Saúde, o Jornal de Investigação Médica traz textos que promovem a educação na área da saúde com pesquisas inovadoras que buscam elucidar questões importantes do quotidiano.

BIBLIOGRAFIA

- Almeida, C. V. (2018). Literacia em saúde: Capacitação dos profissionais de saúde: O lado mais forte da balança. Em C. Lopes & C. V. Almeida (Coords.), *Literacia em saúde: Modelos, estratégias e intervenção* (pp. 33-42). Lisboa: Edições ISPA.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (org.). (2002). *The handbook of self-determination research*. Rochester: University of Rochester Press.
- Diener, E. (1984). Subjective Wellbeing. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575
- Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp.63-73). New York: Oxford University Press.
- Engel, G. L. (1981). The clinical application of the biopsychosocial model. *Journal of Medicine and Philosophy*, 6, 101-123.
- Mckinsey. (2021). Definindo as competências que os cidadãos precisarão no futuro mundo da work. <https://www.mckinsey.com/industries/public-and-social-sector/our-insights/defining-the-skills-citizens-will-need-in-the-future-world-of-work>
- McLeroy, K. R., Bibeau, D., Steckler, A. and Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, 15, 351-377.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
- Roter, D. L., Hall, J. A., & Katz, N. R. (1988). Patient-physician communication: A descriptive summary of the literature. *Patient Education and Counseling*, 12(2), 99-119. [https://doi.org/10.1016/0738-3991\(88\)90057-2](https://doi.org/10.1016/0738-3991(88)90057-2)