



## Candidatura aos Órgãos Regionais - Região do SUL

### Lista A

**Mandatário:** Fernando Eduardo Barbosa Nolasco

**Delegado:** Ricardo Filipe Barreiros Mexia

#### **Mesa da Assembleia Regional**

**Presidente:** António José Gonçalves Martins Baptista

**Vice-Presidente:** Isabel Maria Rodrigues do Nascimento

**Secretários:** Miguel Nuno Peixeiro Cardoso Lourenço

João Manuel Espinheira Magalhães Pina

**Suplente:** João Miguel de Sousa Falcão Estrada

#### **Conselho Regional**

**Presidente:** Paulo Cristiano do Nascimento Simões

**Vice-Presidente:** Mónica Sofia Cruz Fonseca

**Secretário:** Sandra Raquel do Carmo Pereira

**Tesoureiro:** Luís Manuel Viegas Campos Pinheiro

**Vogais:** Fernando Manuel Godinho Pereira

Inês Gonçalves Nogueira Nunes da Fonseca

João André Carracha Frutuoso

João Pedro Dias Ferreira

Maria João Carlos Mateus

Mariana da Cruz Alves

Miguel Gil Martins Roxo

**Suplentes:** Pedro Manuel do Nascimento Barreira; Joana Filipa Ferreira Simões; José

Carlos Barreto Bandeira e Costa

#### **Conselho Fiscal**

**Presidente:** Maria Susana de Freitas Gonçalves da Costa Cadilha

**Vogais:**

João Gancho de Figueiredo

António Pedro de Figueiredo Hipólito de Aguiar

**Suplente:** Catarina Alexandra Santos de Morais Antas

## **Conselho Disciplinar**

Ana Luísa Teixeira de Sousa Jardim  
Ana Paula Parreira Figueiredo  
Catarina Duarte Rodrigues Antunes  
Diogo de Freitas Branco Pais  
João Bebiano de Sacadura Botte Corte Real  
João Carlos Santana Mairós  
João Real Caetano Dias  
Luís Filipe Leitão da Costa Froes  
Luísa Jerónimo Alves  
Luisa Maria Duarte Sousa Rocha Vaz  
Manuel Xavier Bleck da Silva Ferreira Coelho  
Maria da Graça Rocha Oliveira  
Maria José Rigó de Albuquerque Guimarães Colaço  
María Suárez Gómez  
Paula Elisa Folgado da Silva Ambrósio Rebelo Duarte  
Paulo António Soares Mira  
Paulo Duarte Vieira de Sousa  
Pedro Ferreira Moniz Pereira  
Vítor Manuel Guerreiro da Rocha

**Suplentes:** Ana Cristina Gomes de Azevedo; Carlos Manuel Sousa Santos de Sousa Cyrne; Vasco Andresen Guimarães de Herédia

## **Programa de ação**

“Uma Ordem com Futuro”

*Nos últimos anos os médicos têm sido alvo de um processo de erosão das suas competências, de ataque à sua diferenciação, de discriminação na sua progressão profissional. É fundamental que o Médico seja defendido no seu prestígio profissional e social, preservando a sua autonomia e promovendo a sua carreira no sistema de saúde.*

*Os médicos têm de ter voz em todos os sectores de atividade e essa voz deve ser liderada pela Ordem dos Médicos.*

Definimos como principais temas para a nossa intervenção:

- Dignificar a profissão médica;
- Representar todos os médicos, no sector público, privado ou social;
- Promover a qualidade da medicina e apostar na formação específica dos jovens médicos.

A nossa motivação é a promoção de uma nova visão para a Ordem, mais inclusiva e participativa, onde todos queiram estar e colaborar. Uma Ordem que seja a nossa casa, onde todos se sintam representados, onde a inovação e a qualidade sejam uma preocupação constante como forma de promover a formação dos médicos e a excelência dos cuidados de saúde em Portugal.

Assumimos como principais compromissos:

1. Promoção da relação médico-doente e da sua essência humanista.
2. Apoio incondicional aos princípios definidos na Ética Médica e expressos no Código Deontológico.
3. Defesa do Ato Médico e da sua implementação.
4. Defesa da Medicina e dos doentes de práticas sem validade científica comprovada, do exercício ilegal da medicina e de publicidade enganosa.
5. Avaliação das capacidades formativas pré e pós-graduadas que garantam a qualidade da formação e incremento do Fundo de Apoio à Formação da Ordem dos Médicos.
6. Melhorar o acesso a uma diferenciação específica para todos os jovens médicos com programas de formação que ultrapassem os constrangimentos atuais das idoneidades dos serviços públicos.
7. Promoção de programas de desenvolvimento profissional contínuo certificados e creditados pela Ordem dos Médicos em associação com organizações médicas europeias e integrados na Carreira Médica.
8. Defesa intransigente da Carreira Médica como um dos pilares fundamentais da qualidade dos Cuidados de Saúde em Portugal.
9. No ensino pré-graduado, devem ser criados mecanismos de cooperação com as Universidades, de forma a estimular novas competências clínicas e áreas de formação associadas que permitam melhorar a integração dos jovens médicos no mercado de trabalho.
10. Nas relações nacionais e internacionais é fundamental que a Ordem dos Médicos participe de forma ativa e colaborativa com as sociedades científicas e as organizações nacionais e europeias médicas na defesa da qualidade em saúde, das condições do exercício profissional e da formação em medicina.
11. A promoção da qualidade em Saúde requer condições para o exercício da atividade com dignidade, integrando equipas coesas, em serviços estruturados e onde a prestação de cuidados de Saúde acrescente saúde aos cidadãos.
12. As carreiras médicas baseadas no mérito e na diferenciação técnico-científica requerem o apoio incondicional das organizações de saúde, públicas e privadas, garantindo, uma

melhoria do desempenho e diferenciação, a investigação e avaliação dos resultados clínicos como forma de obter cuidados de saúde de excelência.

13. Na estruturação dos serviços, as tecnologias de informação não podem ser esquecidas como auxílio ao ato médico, através do apetrechamento tecnológico e digital das unidades de saúde.
14. A definição de novos modelos organizativos para as Unidades de Saúde deve ser um objetivo primordial.
15. De igual modo, deve ser promovida a multidisciplinaridade e integração de cuidados de saúde, valorizando-se a liderança médica das equipas de Saúde.
16. Melhoria contínua dos serviços da Ordem dos Médicos prestados à população e aos médicos.
17. Promoção de uma comunicação assertiva entre os médicos e a comunidade.

A relação médico-doente deve ser promovida e valorizada como uma peça fundamental da Medicina do século XXI, de proximidade e centrada na Pessoa. Para isso, é essencial reforçar o papel do Médico e da comunidade como suporte dos cuidados de saúde em Portugal.

Por uma Ordem com Futuro, pelos médicos e por todos os cidadãos.



## Candidatura aos Órgãos Regionais - Região do SUL

### Lista B

**Mandatário:** Victor Manuel Borges Ramos

**Delegado:** Joaquim Pedro Ferreira Canas Mendes

**Mesa da Assembleia Regional**

**Presidente:** João Manuel Varandas Fernandes

**Vice-Presidente:** Paula Cristina de Carvalho Vidal Reis Leiria Pinto

**Secretários:** Maria de Fátima Ferreira Pinto Fernandes Pereira

Diogo Filipe Ribeiro Martins

**Suplente:** Sílvia Cristiana Azevedo Gomes

### **Conselho Regional**

**Presidente:** Mário Jorge dos Santos Neves

**Vice-Presidente:** Patrícia Paula Correia Pacheco

**Secretário:** João Tiago Fernandes Serra

**Tesoureira:** Dora Maria Vaz

**Vogais:** Ana Rita de Matos Amaro da Mata

Andreia Filipa Dias Fonseca

Carlos Manuel dos Santos Moreira

Francisco João Salvado e Silva

Hernâni Casaca Sousa

Paulo Jorge Valejo Coelho

Sara Costa Ramalho

**Suplentes:** Carlos Silva Russo; Hugo Luiz Fonseca Rodrigues; Patrícia Sofia Ferreira Lopes Couto da Rocha

### **Conselho Fiscal**

**Presidente:** João Manoel da Silva Moura dos Reis

**Vogais:** José Alberto Noronha Marque Robalo

Isabel Correia Barahona

**Suplente:** Francisco Manuel da Costa Domingues

### **Conselho Disciplinar**

Ana Filipa Miranda Duarte

Ana Farinha Rosa Mota

Celeste Lopes Gonçalves

Deolinda Maria Gomes Rodrigues Silva Diniz

Maria Emília Mendes Galinha Ferreira da Fonseca

Fernando Manuel Pimentel dos Santos

Fortunato António Oliveira Salazar Ferreira de Barros

Gonçalo Nuno Coimbra Castanheira

Maria Leonor Araújo de Carvalho

Ludovina dos Santos Barata de Pina e Brito

Luís Fernando Freitas Cortez

Luís José Ribeiro Peniche Rosa  
Luísa Maria Martins Raimundo Tato Marinho  
Mafalda Carmona Ribeiro  
Maria de Lourdes Marques dos Santos  
Marta Zegre Graça Oliveira Costa de Amorim  
Joaquim Pedro Ferreira Canas Mendes  
Rui Joaquim Barroso da Lama Relvas  
Victor Manuel da Trindade Ferreira

**Suplentes:** Carla Cristina Gonçalves Coelho; Hugo Miguel Marques Prucha Nogueira dos Santos; Maria Inês Gonçalves de Freitas Passos

### **Programa de ação - A Honra de ser Médico**

Os médicos, em particular, e o setor da saúde, em geral, estão confrontados com a mais grave situação das últimas décadas, como resultado direto de sucessivas políticas governamentais.

Em situações igualmente graves, a experiência mostra claramente que sempre que os médicos se mobilizaram em defesa dos seus princípios e valores e conseguiram construir espaços de unidade e convergência no seu seio, no respeito pela natural diversidade, não houve nenhum poder político que tenha conseguido levar por diante os seus objetivos demolidores da nossa classe profissional.

Foi assim em plena ditadura com o desenvolvimento impetuoso da grande movimentação dos setores mais jovens em torno do Relatório sobre as Carreiras Médicas e tem sido assim em democracia com governos de maioria absoluta.

Em 1982, foi negociado o primeiro diploma das carreiras médicas (DL nº 310/82).

Em 1990, foi negociado um novo diploma das carreiras (DL nº 73/90).

Em 2009, foi negociada a revisão das carreiras médicas e o seu enquadramento na contratação coletiva (DL nº 176/2009 e DL nº 177/2009).

Se nesses momentos conseguimos opor-nos, com êxito, às tentativas iniciais de esvaziarem a nossa profissão, também agora estamos obrigados a ser inconformistas e construtivos nas ideias que permitirão melhorar a saúde em Portugal.

Os governos vão passando, mas os médicos continuam sempre, porque os doentes têm de contar connosco e são a nossa razão de existirmos como classe profissional.

Mais do que nunca, o momento é de articulação e convergência entre todas as estruturas médicas, como meio de manter a nossa autonomia e relevância na prestação dos cuidados de saúde.

Nesse sentido, e tendo presente as lições da nossa experiência, decidimos constituir esta Lista com colegas dos vários quadrantes políticos, de diferentes gerações, de diferentes níveis de experiência reivindicativa, de diferentes especialidades e desenvolvendo a sua atividade profissional nos setores público e privado.

Entendemos que uma lista que assuma o firme propósito de lutar com êxito pelos nossos valores e interesses não pode estar prisioneira de conceitos de tribalismo partidário e de hegemónias internas que nada têm a ver com a eficácia de intervenção em defesa da nossa profissão.

Assumindo a nossa diversidade, temos um inquebrantável denominador comum assente nos seguintes compromissos nucleares:

- Respeito rigoroso pelo nosso programa.
- Empenho no diálogo, mas com firmeza negocial.
- Transparência nas atividades desenvolvidas.

Os desafios que temos de enfrentar não se compadecem com improvisações ou com decisões adiadas.

Estamos aqui para trabalhar, com grande empenho e entusiasmo, cabendo aos médicos decidir nas próximas eleições para os órgãos dirigentes da Ordem dos Médicos o que pretendem para o seu futuro profissional.

Os nossos grandes objetivos programáticos assentam em princípios fundamentais que nos comprometemos a defender seja pela nossa ação direta, seja mediante a apresentação de propostas fundamentadas aos órgãos nacionais da Ordem dos Médicos.

Naturalmente, que até à entrega formal da lista e do seu programa podem surgir novos problemas que imponham tomadas de posição no plano programático, mas desde já apresentamos como eixos programáticos as seguintes matérias:

- 1 – A defesa da ética e da deontologia médicas de forma firme e atenta, no pressuposto de que devemos ser os primeiros a dar exemplo quanto à importância destes valores na respeitabilidade e na integridade da nossa profissão.
- 2 – Ter a qualidade da prática profissional como eixo central do desenvolvimento contínuo das nossas competências técnicas e científicas, numa perspetiva de humanização e de integração da prestação dos cuidados de saúde.
- 3 – Defesa intransigente do papel nuclear da Ordem dos Médicos na regulação da nossa profissão.
- 4 – Defesa intransigente do Regulamento nº 698/2019, publicado no DR, 2ª série, a 5 de setembro de 2019, da iniciativa da Ordem dos Médicos, que define os atos próprios dos médicos, como únicos e intransmissíveis.
- 5 – Não permitir, em circunstância alguma, a intromissão de interesses e de indivíduos estranhos à nossa profissão na definição das funções, deveres e direitos da Ordem dos Médicos.
- 6 – Defender a Carreira Médica como mecanismo de garantia da qualidade do nosso exercício profissional, assegurando um percurso de desenvolvimento contínuo de novas competências e de novos patamares de diferenciação científica.
- 7 – Desenvolver todos os esforços para garantir o acesso dos jovens médicos à formação nas diferentes especialidades, de acordo com os pressupostos de qualidade definidos pelos respetivos Colégios.
- 8 – Colocar na agenda da intervenção negocial o reconhecimento do Internato Médico como primeiro grau da Carreira Médica.
- 9 – Estabelecer um programa estruturado de consolidação da liderança médica na saúde, desenvolvendo e ampliando as componentes gestionárias e de enquadramento técnico e científico das equipas de saúde.
- 10 – Propor aos órgãos nacionais da Ordem dos Médicos medidas concretas para dinamizar a atividade autónoma e insubstituível dos Colégios das Especialidades, aprofundando vias de articulação regular entre eles e os órgãos nacionais e regionais e assegurando as condições mais adequadas e dignas para o desenvolvimento do seu trabalho.

- 11 – Propor aos órgãos nacionais da Ordem dos Médicos que sejam desenvolvidos todos os esforços para a diferenciação na prática clínica e científica de uma maior estruturação das competências de cada especialidade.
- 12 – Defender o SNS, como pilar central no acesso de todos os cidadãos aos cuidados de saúde, merecedor de uma particular atenção e intervenção.  
Exigir condições de trabalho dignas, uma Carreira Médica dinâmica e atrativa aos vários níveis, um investimento orçamental consentâneo com o papel constitucional deste serviço público, e incentivos facilitadores para a fixação dos médicos nos serviços de saúde do SNS.
- 13 – Desenvolver medidas permanentes de acompanhamento e correção das situações que conduzem ao esgotamento profissional dos médicos.
- 14 – Desenvolver medidas de valorização profissional contínua dos médicos do setor privado da saúde, com um enquadramento de carreira médica específica que assegure a progressão e diferenciação profissional contínua, reconhecendo o seu importante papel na atual estrutura de prestação dos cuidados de saúde.  
Uma estruturação profissional e uma organização do trabalho médico equitativas entre os dois setores prestadores, deve também permitir a circulação do setor privado para o público.
- 15 – Recuperar a importância institucional e de autonomia profissional dos diretores de serviço e dos diretores de departamento, nos serviços públicos e privados, para que a primazia clínica volte a ser o padrão gestor dos serviços.
- 16 – Insistir no retorno do processo de eleição dos diretores clínicos, baseada em planos de ação adequados e avaliáveis.
- 17 – Convocar Assembleias Regionais para discussão e tomadas de posição sobre problemas que nos afetam.  
Reconhecer o seu papel como um importante instrumento na dinamização da nossa vida democrática e participativa, sem a qual estaremos muito debilitados na recolha de contributos dos médicos na definição das soluções mais adequadas para os problemas existentes.  
As Assembleias Regionais têm de ser encaradas como espaços indispensáveis para um acrescido envolvimento dos médicos na defesa dos seus interesses.
- 18 – Desenvolver a prática de reuniões virtuais e presenciais, regulares, com os médicos das 2 regiões autónomas e das várias sub-regiões, com horários que permitam uma presença efetiva dos colegas.
- 19 - Proceder a uma avaliação financeira de modo a dedicar uma percentagem fixa do rendimento das quotas a um fundo de social ou de complemento de pensões dos médicos.
- 20 – Propor aos órgãos nacionais da Ordem dos Médicos a definição de uma política de relações internacionais, com a informação regular aos médicos das reuniões participadas, dos representantes presentes e dos assuntos aí discutidos.
- 21 – Promover a criação de canais de relacionamento regular com as várias sociedades científicas médicas existentes no nosso país.
- 22– As instalações e o património da Ordem dos Médicos devem possuir uma gestão criteriosa e transparente permitindo o seu conhecimento por todos os médicos e incentivando a renovação de todos aqueles que colaboram na sua gestão e manutenção.

23 - Desencadear, no plano imediato, a discussão sobre a concretização da Casa do Médico do Sul numa zona próxima à maior concentração geográfica de médicos, de modo a manter a proximidade às suas famílias.

24 - Os funcionários e colaboradores técnicos da Ordem dos Médicos devem dispor de condições para a sua valorização profissional, na base de um acesso equitativo.

25 – Fazer da revista Medi.com um órgão informativo mais direto, com opiniões diversificadas e de ativa divulgação dos problemas que afetam os médicos.

26 – Estabelecer uma Agenda cultural e de iniciativas sociais que promovam uma maior aproximação entre os médicos fora do contexto laboral, como, por exemplo, exposições, momentos musicais, espaços de debate e de tertúlia sobre temas atuais.

### **Lista B - A Honra de ser Médico**



## **Candidatura aos Órgãos Regionais - Região do SUL**

### **Lista D**

**Mandatária:** Ana Maria Gomes de Almeida

**Delegada:** Isabel Glória de Abreu Fernandes Martins Guimarães

#### **Mesa da Assembleia Regional**

**Presidente:** Rui António Rocha Tato Marinho

**Vice-Presidente:** Ana Maria de Galiano Ventura Flores

**Secretários:** Catarina Aires Rebelo Cotta

José Eduardo Oliveira e Castro de Menezes Esteves

**Suplente:** Juan Batlle Cortina

### **Conselho Regional**

**Presidente:** Carla Micaela Mendes da Silva Araújo Pimentel

**Vice-Presidente:** Gustavo Nuno Pereira Nunes Graça de Jesus

**Secretário:** Isabel Glória de Abreu Fernandes Martins Guimarães

**Tesoureiro:** Ana Isabel Diogo Agapito Pedroso

**Vogais:** Anabela Furtados dos Santos Mendes de Oliveira

Diogo D'Agorreta D'Alpuim Santos Costa

Fernando João Penha Delgado

Filipa Maria Carmo de Barros

João Paulo de Mesquita Albuquerque Gonçalves

Óscar Rui Madeira Gaspar

Sara João Velho Moreira Machado Meirinhos

**Suplentes:** Joana Catarina Ferreira da Silva; Gonçalo Manuel Rocheta Cassiano Gomes dos Santos; Ana Margarida Dias da Graça Santos

### **Conselho Fiscal**

**Presidente:** Carlos Alberto Rodrigues Monteverde

**Vogais:** Anabela Gabriel Vicente Raimundo

Maria Cristina Borges Valadas

**Suplente:** Rita Maria Ramos Nortadas Pereira

### **Conselho Disciplinar**

António Alfredo Caldeira Ferreira

António José Calhabres Fiarresga

Clara Maria Porfírio Soares

Dionísio Medeiros Faria e Maia

Francisco José Espinha Ribeiro de Carvalho

Guilherme Nuno Tomé Vicente de Bastos Martins

Jorge Manuel Alves Draper Mineiro

Leonor Teresa de Almeida Manaças

Manuel Barros Caldas de Almeida

Maria Armanda Almaça Gamenhas

Maria da Conceição Aguiar da Costa Pedroso Botas

Maria do Céu Lourinho Soares Machado

Maria Helena Oliveira Vasconcelos Carreiro

Maria Leonor da Costa Duarte de Almeida

Maria Luísa Conceição Biscoito

Miroslava Gonçalves Gonçalves

Rute Marina Bastos Soares

Teresa Maria de Pinho e Melo Pereira Marques Viana Baptista

Tomé Manuel de Matos Lopes

**Suplentes:** Carlos Daniel Mateus Pimentel; Gonçalo Jorge Brojo Lopes de Oliveira Ramos; José Gabriel Monteiro de Barros Cabral

Programa de ação: **“DESPERTAR A MUDANÇA”**

Carla Araújo, médica especialista em Medicina Interna, pretende trazer uma liderança jovem e feminina para a Ordem dos Médicos. Ciente dos complexos problemas que a saúde atravessa em Portugal, tem sido uma voz crítica em relação às políticas de saúde em Portugal. Defende uma visão integradora para o Sistema de Saúde do país, o trabalho multidisciplinar e sem barreiras entre as Instituições que prestam cuidados aos doentes. Vivemos tempos desafiantes, com a presença das novas tecnologias, a inteligência artificial, acesso a novos fármacos e a meios complementares de diagnóstico altamente diferenciados. Não podemos continuar a trabalhar no SNS de há 40 anos atrás.

A abrangência da sua especialidade, e os diversos cargos que já liderou, como são exemplo a Coordenação do Núcleo de Internos da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna; a Presidência do Grupo Young Internist of the European Federation of Internal Medicine; membro fundador do Núcleo de Urgência e do Doente Agudo da SPMI; membro do Núcleo de Formação da SPMI; tem como principal área de interesse a Gestão em Saúde, tendo concluído a prestigiada pós-graduação de Gestão em Saúde da Nova SBE-School of Business and Economics; e ainda o curso de liderança também da Nova SBE. Integrou o Gabinete de Crise da Ordem dos Médicos durante a pandemia e é membro do Conselho Nacional da Pós-Graduação da Ordem dos Médicos.

Para Carla Araújo é essencial defender a formação médica de qualidade, pois os jovens são o garante do futuro. Valoriza o legado de quem construiu o SNS, mas os tempos mudaram, e após 2 anos de uma dura pandemia, é imperativo modernizar a forma de trabalhar. É urgente dar força às Carreiras Médicas e a uma base salarial justa e adequada ao grau de diferenciação da profissão. Defende segurança psicológica e bem-estar no trabalho, assim como motivação e crescimento pessoal. Tem que existir espaço para a inovação. A profissão médica tem que ser devidamente valorizada a todos os níveis, pois salvar vidas não tem preço.

Os pilares da sua Candidatura a Presidente da Secção Regional do Sul da Ordem dos Médicos assentam na representatividade, na equidade, na formação e na defesa da qualidade da prestação de cuidados à população. A OM é a casa de todos os Médicos, trabalhem eles no setor público, privado ou social. Irá dedicar especial atenção ao crescente número de médicos sem especialidade. Assume-se livre de barreiras ideológicas e de preconceitos. Sente que a Ordem dos Médicos tem que dar um salto geracional, incluindo nas suas lideranças.

Incentivada por centenas de colegas que lhe reconhecem capacidade de liderança, e apoiada numa equipa versátil, com vozes experientes mas também com novos protagonistas, pretende trazer para cima da mesa matérias como a literacia em saúde, proximidade com os utentes, defesa dos programas de formação das diversas especialidades, dando maior autonomia e relevo aos Colégios de Especialidade da Ordem dos Médicos.

Irá manter o seu estilo frontal, assertivo e transparente, capaz de dialogar com todos os intervenientes, incluindo o poder político, mas sem nunca abdicar de defender a qualidade e segurança na prestação de cuidados aos doentes.

Sob o lema “Despertar a Mudança” assume desejar afastar a imagem da Ordem dos Médicos de corporativistas ou sindicalistas. Cada um tem as suas funções, distintas mas complementares. Para Carla Araújo a Ordem dos Médicos é essencial na preservação da qualidade do exercício da profissão. Reconhece ser necessário criar mecanismos que agilizem todos os procedimentos internos, incluindo a articulação entre todos os órgãos que constituem a estrutura hierárquica da OM.

A Região Sul é a maior do país, com o maior número de médicos inscritos. Tem problemas próprios, que precisam de um olhar dedicado e cuidadoso. A adequada gestão de recursos será um ponto chave para o sucesso de todos os ambiciosos projetos a que se propõe.

Tem a forte convicção de ser o momento de virar a página e de trazer a tão necessária mudança à geração de médicos portugueses por quem sente um profundo orgulho. Certa está de ser capaz de recuperar a confiança e a esperança num futuro melhor.

## **PILARES DA LISTA “DESPERTAR A MUDANÇA”**

### **ORDEM DOS MÉDICOS REPRESENTATIVA**

Queremos ser abrangentes, representar os médicos mais jovens, mas também os médicos mais experientes. Representar os médicos do sector público, privado e social.  
Não deixar ninguém de fora.

### **ORDEM DA MUDANÇA**

Somos uma equipa jovem, motivada e determinada. Sem vícios do sistema. Queremos afastar a imagem da Ordem dos Médicos do seu papel político e sindicalista. Estamos cá para defender o exercício pleno da nossa profissão. Lutar pela progressão na carreira, por uma Ordem mais ágil, mais adaptada aos desafios do futuro.

Defender os nossos doentes sempre e em todo momento.

### **ORDEM COM CAPACIDADE DE COMUNICAR E DE ARTICULAR COM TODOS OS PARCEIROS E PROTAGONISTAS DA ÁREA DA SAÚDE EM PORTUGAL**

Ordem capaz de criar sinergias. Ordem ousada, com capacidade executiva. Ordem respeitada, credível. Queremos ser uma instituição de referência na área da Saúde em Portugal.

### **A Lista “Despertar a Mudança” propões a criação do Núcleo de Comunicação e Literacia em Saúde da Ordem dos Médicos - NCLS**

A comunicação em Saúde tem assumido um papel cada vez mais relevante na nossa Sociedade. As formas como comunicamos tornaram-se vastas e infinitas devido ao alcance do digital. Os Médicos não podem ficar de fora desta realidade, razão pela qual apoiamos a criação de um núcleo de comunicação que irá apoiar todos nesta área.

Pretendemos criar um programa para promover a literacia em Saúde. Acreditamos que a evolução positiva do trabalho dos Médicos em Portugal passa pelo melhor entendimento da Saúde, pela população em geral e nós queremos ser parte ativa dessa evolução.

Queremos informar de forma acessível a população, mantendo o rigor e a ética que nos define como Médicos.

Acreditamos que criando iniciativas objetivas de formação vamos obter alterações de comportamento que irão melhorar o acesso da população aos serviços de saúde.

Iremos investir em meios, recursos e metodologias inovadoras para atingirmos os nossos objetivos.

Reconhecemos a importância da literacia digital nos dias de hoje e queremos oferecer meios para a desenvolver, tais como o desenvolvimento de plataformas digitais que nos sejam úteis.

Pretendemos trabalhar com entidades reguladoras das diversas formas de comunicação para estarmos protegidos contra o intrusismo médico, realidade que vivemos em diversas áreas da Medicina.

Num Mundo onde as *soft skills* são cada vez mais relevantes, compreendemos que a comunicação tem como alvo públicos diferentes, que requerem estratégias e objetivos distintos. Portanto, tencionamos melhorar as técnicas de comunicação entre pares e com o público em geral, promovendo espaços de aprendizagem das mesmas.

### **CRIAÇÃO DE ESTRATÉGIA DE SAÚDE MENTAL**

#### **E PREVENÇÃO DE BURNOUT NOS MÉDICOS**

A saúde mental saltou para as luzes da ribalta durante a pandemia por COVID-19 uma vez que, pela primeira vez de forma tão generalizada, todos fomos sujeitos a níveis elevados de stress, com longa duração e elevados níveis de imprevisibilidade e baixos níveis de controlo sobre a situação. Os profissionais de saúde, e em particular os médicos, foram dos grupos mais afetados em toda a população, pela

grande exposição a riscos de saúde e de vida, bem como pela elevação abrupta da carga de trabalho e alteração das suas características.

Paralelamente, a forma de trabalhar mudou em todas as organizações, com a generalização do teletrabalho, entre outros fenómenos. Estas novas formas de trabalhar trouxeram benefícios, mas também expuseram problemas, nomeadamente a dimensão do *burnout* como um problema sistémico. Não é certamente alheio a este problema o enorme crescimento recente do *quiet quitting*. Aliás, a formação e, sobretudo, a retenção de talento, tem-se revelado um dos principais problemas das empresas no presente.

Os médicos encontram-se na interseção destas duas realidades. Se por um lado são expostos às grandes exigências que os serviços de saúde têm vindo testemunhar, sendo por isso um grupo de particular risco no que diz respeito às consequências para a saúde mental da pandemia, são também colaboradores de organizações, públicas ou privadas, e por isso estão sujeitos a todos os fenómenos que afetam todas as empresas.

No entanto, enquanto se está a tornar cada vez mais generalizada a preocupação das empresas em medir os níveis de *engagement* dos seus colaboradores, os seus níveis de bem estar, monitorizar os riscos psicossociais, o risco ou a existência de *burnout*, e até mesmo facilitar o acesso ao diagnóstico de depressão ou perturbações de ansiedade, o mesmo não se tem verificado em relação aos médicos ou aos serviços de saúde.

Ora, sendo os médicos um grupo de risco, não deveria ser esta uma preocupação? Não só pela saúde mental (e não só) individual mas também pela preservação das equipas e retenção de talento - algo que seria particularmente relevante no SNS, onde se tem assistido à saída em massa de médicos, o que certamente estará relacionado, pelo menos em parte, com estes fenómenos.

Em linha com esta ideia, estão os números do estudo "Burnout na classe médica em Portugal: perspectivas psicológicas e psicossociais", de 2019, que revelavam que cerca de 66% dos médicos apresentava níveis de exaustão emocional elevados, cerca de 40% apresentavam elevados níveis de despersonalização e mais de 30% tinham elevados níveis da variável "baixa realização profissional". Todos estes valores são anteriores à pandemia, sendo escusado dizer que os níveis serão atualmente ainda mais preocupantes, atendendo a tudo o que se passou nos serviços de saúde nos últimos anos.

É neste contexto que a Ordem dos Médicos deve mover esforços de forma a fornecer ferramentas que ajudem a lidar com este problema. Deverá ser feita uma avaliação atualizada dos níveis de *burnout* na classe médica, para ter uma noção realista da dimensão atual deste problema. Deverão também ser desenvolvidas ferramentas que possam ser utilizadas pelos serviços para despiste e monitorização dos riscos psicossociais, bem como suas consequências. Deverão ainda ser criados canais de acesso rápido e anónimo a cuidados de saúde mental, uma vez que a prevalência de doenças mentais comuns, tais como depressão e perturbações de

ansiedade, está a aumentar em toda a população, e não há nenhuma razão para a classe médica ser uma exceção - antes pelo contrário.

Sob as vozes dos médicos mais novos, em início de carreira, o sentimento é:

### **ESTAMOS PERDIDOS, MAS AINDA VAMOS A TEMPO!**

Os diagnósticos dos problemas dos cuidados de saúde em Portugal constituem pontos de partida já estabelecidos, tão repetidamente debatidos que se tornaram inócuos, numa realidade já de urgência adormecida porque, entretanto, nada se fez. O premente, em 2022, é estabelecer objetivos claros e mensuráveis no tempo, determinando metas palpáveis a alcançar durante o caminho. Já não é momento de receber convite à discussão, é a oportunidade para ser anfitrião da concretização.

A prioridade é o acesso equitativo aos cuidados de saúde, de forma geral e universal, independente da regalia das condições socioeconómicas. Mas sejamos honestos e deixemo-nos de falsas ingenuidades: somos nós que pagamos o Serviço Nacional de Saúde através dos nossos impostos e a premissa para a filantropia é que em primeira instância se tenha efetivamente dinheiro. Portanto, para o sucesso do acesso aos cuidados de saúde, temos de nos deixar de ineficiências e há que combater o desperdício. Não nos podemos focar nas quantias, mas na forma de gestão e execução dos orçamentos.

No que concerne aos recursos humanos, é essencial que haja uma nova cultura organizacional do sistema de saúde português. É fundamental mapear a nível nacional o número de profissionais de saúde que existem nas instituições de saúde dos setores público, privado e social, de forma que haja uma justa e equitativa distribuição de profissionais, de acordo com as necessidades das populações, também em função geográfica. Para os profissionais esta compreensão é igualmente premente, uma vez que leva ao desenvolvimento e implementação de políticas que desenvolvam as zonas do interior do país, favorecendo a sua fixação com ganhos em qualidade de vida e satisfação dos profissionais de saúde no exercício do seu ofício.

Temos de nos projetar para o final do século e perceber que as especialidades médicas que conhecemos sofrerão mudanças e alterações. Em termos de ciência de dados, tem de existir uma verdadeira interoperabilidade, capaz de garantir o processo clínico único para que os nossos dados de saúde nos acompanhem para onde quem que sejamos observados do ponto de vista da saúde, e a forma como são gerados, armazenados e utilizados estes dados tem de potenciar a investigação, a inovação e a qualidade.

Temos de nos deixar de burocracias inúteis e centralizar procedimentos, nunca descurando o direito e a ética de mãos dadas à cibersegurança, que nos imuniza perante a vulnerabilidade digital. Temos de perceber que há muitos atores no ecossistema de saúde e que há empregos que têm de remodelados, face às transformações implementadas pela tecnologia. Temos de atribuir novas funções de acordo às novas carências.

Não podemos esquecer a justiça climática, a instabilidade e variabilidade da geopolítica, a economia ou a sociedade e variações demográficas, mas o foco principal tem de ser o

salto tecnológico e a potencialidade da inteligência artificial através de machine learning, algoritmos de decisão, genómica, robotização. A telemonitorização, a telerreabilitação e a hospitalização domiciliária têm de ser a prioridade. Os hospitais são os maiores veículos de doença através das infeções intra-hospitalares e do contacto com os microorganismos multirresistentes.

O hospital do futuro tem de ser um espaço reservado para a última linha e o controlo sobre a porta de entrada que nunca encerra denominada de urgência não pode manter o modelo de triagem atual. Estamos perdidos, mas ainda vamos a tempo.

### **A LISTA DESPERTAR A MUDANÇA PRETENDE DESTACAR**

- **UM SISTEMA DE SAÚDE INCLUSIVO**
- **LIDERANÇA MÉDICA**
- **PROMOVER A MODERNIZAÇÃO DA ORDEM DOS MÉDICOS**
- **FORTALECER O PAPEL DOS COLÉGIOS DA ESPECIALIDADE**
- **MAIS INOVAÇÃO TERAPÊUTICA E TECNOLÓGICA**