



CÂMARA MUNICIPAL DO SEIXAL

**PROJECTOS DE PROMOÇÃO
E DE DESENVOLVIMENTO DA SAÚDE
DO MUNICÍPIO DO SEIXAL**





CÂMARA MUNICIPAL DO SEIXAL

PROJECTOS DE PROMOÇÃO E DE DESENVOLVIMENTO DA SAÚDE DO MUNICÍPIO DO SEIXAL



ÍNDICE

7 | Mensagem do Presidente da Câmara Municipal do Seixal

9 | Mensagem da Coordenadora Técnica do Projecto Seixal Saudável

11 | O Município do Seixal - Breve Caracterização

13 | O Estado de Saúde no Seixal - Alguns Dados e Indicadores

21 | Os Projectos de Promoção e de Desenvolvimento da Saúde do Município do Seixal

25 | As Áreas de Actuação

27 | Actuar nos Condicionantes

29 | Reduzir as Desigualdades em Saúde

59 | Garantir um Ambiente Físico de Qualidade

73 | Elevar o Nível da Saúde

75 | Mais Saúde

77 | Promover Estilos de Vida Saudáveis

83 | Promover a Segurança

89 | Promover a Higiene e a Qualidade Alimentar

93 | Fomentar a Actividade Física

113 | Promover a Saúde Ocupacional

117 | Menos Males

119 | Actuar nas Doenças Cardiovasculares e Diabetes

123 | Prevenir as Toxicodependências e as Doenças Transmissíveis

129 | Viver a Vida: Mais e Melhor

131 | Promover a Saúde das Crianças, Adolescentes e Famílias

143 | Melhorar a Saúde dos Idosos

149 | Promover a Sustentabilidade em Saúde

151 | Promover a Colaboração Intersectorial e a Participação dos Cidadãos para a Saúde

155 | Fomentar Sistemas de Informação e Avaliação em Saúde

159 | Anexos

159 | Listagem Geral dos Projectos de Acordo com os Grupos-Alvo

169 | Outras Acções no Âmbito da Promoção e do Desenvolvimento da Promoção da Saúde

173 | Projectos Futuros



MENSAGEM DO PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DO SEIXAL

Caros munícipes,

O Município do Seixal tem vindo a desenvolver, desde 1991, um conjunto de programas e iniciativas no âmbito da sua integração na Rede de Cidades Saudáveis da Organização Mundial de Saúde.

Daqui nasceu o Projecto Seixal Saudável, que assenta numa base de parceria bastante alargada, contemplando instituições das mais diversas áreas.

São já 120 aqueles que se tornaram parceiros do Projecto e que assumiram o compromisso de pugnar pela concretização dos programas de promoção da saúde que integram o Plano de Desenvolvimento de Saúde do Município do Seixal. A saber: órgãos da administração local e regional, empresas, instituições de saúde, associações de ambiente, de educação, de reformados, de jovens, de deficientes, de imigrantes, de moradores, de cultura e recreio, de profissionais, de emprego e formação, de segurança e solidariedade social e de protecção e segurança civil.

As questões da parceria e da participação da comunidade são centrais neste projecto municipal de promoção de saúde urbana, do qual a estrutura deste projecto é exemplo: nas Comissões Directiva e Coordenadora e no Fórum de Saúde do Seixal estão representadas as

diversas instituições parceiras do Projecto. Este último é o órgão mais alargado de participação da comunidade onde podem estar ainda representadas estruturas de âmbito nacional ligadas ao Governo Central, Associações de Municípios, Universidades, Organizações Não Governamentais, entre outras.

A concretização do Plano de Desenvolvimento de Saúde do Seixal é um dos objectivos centrais deste Projecto, que se tem vindo a transformar numa realidade através do compromisso de todos os que, desde o início, se envolveram no desafio de converter as acções e as estratégias em ganhos em saúde.

São essas acções e estratégias que aqui designamos por Projectos de Promoção da Saúde e que constituem o âmago desta publicação, a qual procura servir de testemunho ao meritório trabalho que as instituições intervenientes têm vindo a desenvolver em prol da saúde dos nossos munícipes.

Porque a saúde vai para além das questões relacionadas com o bem-estar físico, e nela têm influência factores sociais, culturais, psicológicos e de ordem ambiental, é fundamental a intervenção e o contributo de profissionais de diversas áreas para que, em conjunto, possamos definir estratégias e programas que elevem o estado de saúde neste concelho.

A motivação e efectiva participação dos diversos parceiros, através do seu envolvimento na prossecução do Plano de Desenvolvimento de Saúde e do trabalho intersectorial que o caracteriza, bem como o envolvimento da comunidade, constituem os eixos fundamentais que nos guiam na construção de um Seixal Saudável.

É com a experiência do passado e os olhos postos no futuro que continuaremos a fazer crescer este grande projecto que, tendo lançado sementes um pouco por toda a parte, hoje possui já vários frutos. Cabe, por isso, a cada um de nós, enquanto cidadão, zelar para que este ciclo de vida perdure.

Alfredo Monteiro



MENSAGEM DA COORDENADORA TÉCNICA DO PROJECTO SEIXAL SAUDÁVEL

A publicação sobre os *Projectos de Promoção e de Desenvolvimento da Saúde do Município do Seixal*, uma iniciativa do Gabinete do Projecto Seixal Saudável, reuniu actividades e projectos que decorrem neste âmbito. Apesar de não constituírem a sua totalidade, representam já um conjunto significativo, envolvendo várias estruturas, serviços e um grande número de pessoas, participantes e activas no processo da promoção da saúde.

O reconhecimento da promoção da saúde como um elemento essencial para o desenvolvimento em Saúde, por um lado, e a necessidade de aumentar as capacidades e intervenção das pessoas neste processo, por outro, levou a que há cerca de um ano o Gabinete do Projecto Seixal Saudável, dinamizando as estruturas do projecto, nomeadamente a Comissão Coordenadora e a Comissão Directiva, tivesse feito aprovar e iniciado um levantamento junto de todas as estruturas do Concelho com a finalidade de criar uma rede de projectos e actividades de promoção da Saúde.

Com esta Rede de Projectos, que se encontram em diferentes fases de desenvolvimento, pretendemos:

- ◆ Identificar as diversas iniciativas, desenvolvidas pelos diferentes sectores, a fim de melhorar a Saúde no Concelho do Seixal.
- ◆ Facilitar contactos e intercâmbio de informação

facilitadores à prossecução das actividades.

- ◆ Estimular novas experiências e também lançar um desafio à inovação, avaliação e investigação em Promoção da Saúde.

Promoção da Saúde é um dos conceitos que evocam significados diferentes, segundo o contexto onde se insere. Habitualmente relaciona-se com a saúde em sentido positivo, com a educação para a saúde, com o papel desempenhado pelos diferentes sectores, neste âmbito. É um processo orientado para que as pessoas tomem medidas. O que significa que não é dirigido passivamente às pessoas, mas sim ao fortalecimento de atitudes e ao aumento das capacidades dos indivíduos, para que se tomem medidas colectivamente para o controlo dos factores determinantes em Saúde.

Desenvolvimento da Saúde, parcerias em Saúde e participação dos cidadãos, foram dimensões essenciais na selecção dos projectos que agora se divulgam, e que se espera que seja lugar de encontro, em continuidade, para os diferentes grupos profissionais e da comunidade do Seixal.

O documento que se apresenta é o primeiro desta natureza, mas pretende-se a sua actualização periódica, através dos contributos vindos dos grupos de trabalho em funcionamento e de todos os promotores de saúde do Concelho, os quais desde já se convidam a participar.

Após uma breve caracterização do Município do Seixal e uma breve conceptualização da promoção da Saúde, apresentam-se os projectos em curso agrupados de acordo com a sua natureza, tendo em conta as áreas de intervenção apresentadas no Plano de Desenvolvimento de Saúde. Os contactos de referência constituem uma forma de facilitação de troca de informação sobre os projectos.

Esta publicação só foi possível com uma participação ampla daqueles que no dia-a-dia se empenham em prol da Saúde e bem-estar dos munícipes do Seixal e a quem, como coordenadora técnica do Projecto Seixal Saudável, não posso deixar de louvar e agradecer, na expectativa de que esta publicação se converta num instrumento útil para todos.

Dr.ª. Celeste Lopes Gonçalves

O MUNICÍPIO DO SEIXAL BREVE CARACTERIZAÇÃO

Fundado em 1836, o Concelho do Seixal possui uma superfície de 94 km². Localiza-se na margem sul do estuário do Tejo, na Península de Setúbal e integra a Área Metropolitana de Lisboa.

Na década de 60 ocorreu uma significativa evolução urbana no Seixal, o qual foi palco, na década seguinte, de uma das mais elevadas taxas de crescimento populacional do País. Os dados preliminares do Censos 2001 revelam que em todo o Concelho (constituído pelas freguesias de Aldeia de Paio Pires, Amora, Arrentela, Corroios, Fernão Ferro e Seixal) residem mais de 150 000 indivíduos.

Uma das características mais interessantes do Seixal é a sua extensa frente ribeirinha, que se desenvolve ao longo do braço do Tejo, formando uma baía natural. Este é um local privilegiado para o desenvolvimento de várias actividades, sobretudo ligadas ao Desporto e aos Tempos Livres e, como tal, um importante espaço de promoção da saúde.

Paralelamente à preservação dos valores naturais e patrimoniais, existe uma variada oferta de equipamentos, que dotam o Município de serviços essenciais, que visam proporcionar e garantir a qualidade de vida dos seus habitantes. A nível da saúde, o Concelho dispõe de 3 Centros de Saúde (em Amora, Corroios e Seixal) e respectivas extensões de saúde, assim como 21 farmácias. O número de equipamentos de

saúde privados é superior a 80, incluindo Centros Clínicos, Centros de Enfermagem, Centros de Fisioterapia, Centros Laboratoriais, Centros Médicos, Centros Policlínicos, Clínicas de Reabilitação, Clínicas Dentárias, Clínicas Veterinárias, Consultórios Dentários, Consultórios Médicos, Cruz Vermelha Portuguesa, Hospital Veterinário, Laboratórios de Análises Clínicas e Postos Médicos, entre outros.

Relativamente à área educativa, existem actualmente cerca de 90 equipamentos em funcionamento, de todos os níveis de ensino e encontra-se em curso o projecto para implementação de uma Universidade no Município do Seixal. Verifica-se uma crescente dinâmica a nível cultural e desportivo sustentada pela presença de 25 equipamentos culturais, tais como bibliotecas, arquivos, museus, galerias e auditórios, entre outros, e de 13 equipamentos desportivos municipais, nomeadamente um complexo de atletismo, um parque desportivo, pavilhões, piscinas e polidesportivos.



O ESTADO DE SAÚDE NO CONCELHO DO SEIXAL ALGUNS DADOS E INDICADORES

♦ DEMOGRÁFICOS

O estado de saúde do Concelho é avaliado através de um vasto conjunto de indicadores, nomeadamente de ordem demográfica, comportamental, ambiental, social, de saúde expressa e relativos aos sistemas de saúde. Os quadros seguintes sintetizam alguns dos aspectos mais significativos, cuja análise se torna essencial no processo de estruturação e desenvolvimento de acções e projectos de promoção da saúde.

O **crescimento populacional** no concelho do Seixal tem sido evidente, tal como se verifica

através da análise de alguns dados demográficos, relativamente aos dois últimos anos censitários:

	1991	2001
População	116 912	150 272
Homens	57 584	73 716
Mulheres	59 328	76 556
Jovens (15-24)	18 742	22 514
Idosos (65 ou +)	8115	15 258
Nascimentos	1476	1984

O ESTADO DE SAÚDE NO CONCELHO DO SEIXAL

ALGUNS DADOS E INDICADORES

♦ DE SAÚDE

♦ O **Programa Nacional de Vacinação** (que abrange as vacinas da tuberculose, hepatite B, difteria, tétano, tosse convulsa, poliomielite, doenças causadas por *haemophilis influenzae* tipo b, sarampo, papeira, e rubéola) possui, em 2002, uma cobertura de 95% a 98% da população infantil e uma cobertura de 75% a 80% da população adulta.

♦ As taxas de mortalidade no concelho do Seixal apresentaram, de forma geral, valores inferiores às verificadas para a Sub-Região de Saúde de Setúbal, no ano 2001.

TAXAS DE MORTALIDADE (p/100 000 habitantes)

	Seixal	Sub-Região de Setúbal
Taxa de Mortalidade	580	892
Taxa Mortalidade Homens	630	1001
Taxa Mortalidade Mulheres	540	791

PRINCIPAIS CAUSAS DE MORTE (p/100 000 habitantes)

	Seixal	Sub-Região de Setúbal
Tumores Malignos	131,1	188,5
Doenças Cérebro-Vasculares	113,1	165,1
Enfarte Agudo	66,5	69,9
Outras Doenças do Coração	56,6	85,9

♦ Os **Tumores Malignos** constituíram, em 2001, a 1ª causa de morte no Concelho. A tabela seguinte permite a comparação entre a mortali-

dade (p/ 100 000 habitantes) no Seixal e na Sub-Região de Saúde de Setúbal:

	Seixal		Sub-Região de Setúbal	
	Taxa Mortalidade	Óbitos	Taxa Mortalidade	Óbitos
Tumores				
Pulmão	20,6	31	29,9	235
Mama	14,6	22	14,9	117
Cólon	14,0	21	14,7	115
Estômago	8,7	13	18,2	143

♦ 97% da população inscrita nos Serviços de Saúde do concelho (do **Serviço Nacional de**

Saúde), dos quais cerca de 70% possuem médico de família, no ano de 2002.

O ESTADO DE SAÚDE NO CONCELHO DO SEIXAL

ALGUNS DADOS E INDICADORES

◆ SOCIOECONÓMICOS

◆ Em 1993 foram recenseadas, para efeitos de realojamento no âmbito do P.E.R. (**Programa Especial de Realojamento**), 635 famílias a residirem em 444 barracas. Até ao momento, já existe uma efectiva resposta para mais de 40% destas famílias, a qual compreendeu as seguintes medidas:

■ Realojamento de 34 famílias no Fogueteiro;

■ Aquisição de casa ao abrigo do P.E.R.-Famílias (programa que permite a aquisição de casa com comparticipação financeira do Instituto Nacional de Habitação) para 70 famílias;

■ Realojamento de 164 famílias em Cucena, Paio Pires (a decorrer no Verão de 2002).

◆ No ano lectivo 1999/2000, beneficiaram do apoio da **Ação Social Escolar** 2700 crianças. Durante o ano lectivo 2000/2001, foi atribuída uma verba superior a 90 milhões de escudos em subsídios de refeição e aquisição de livros e material escolar a 2100 crianças desfavorecidas.

◆ 478 requerentes e respectivos agregados familiares, residentes no concelho do Seixal, beneficiam actualmente de programas de inserção social, no âmbito do **Rendimento Mínimo Garantido**.

◆ No ano 2001 registaram-se, no Centro de **Emprego** do Seixal, 5942 casos de pessoas desempregadas das quais 647 foram colocadas directamente em empresas, pelo Centro de Emprego e 591 foram abrangidas em programas no âmbito do emprego. Os pedidos de emprego registados em maior número foram para Empregados de Escritório (950 casos), seguidos pelo Pessoal dos Serviços de Protecção e Segurança (697 casos) e, em terceiro lugar, pelos Trabalhadores Não Qualificados de Serviços e Comércio (653).

O ESTADO DE SAÚDE NO CONCELHO DO SEIXAL

ALGUNS DADOS E INDICADORES

◆ AMBIENTAIS

◆ Os parâmetros estatísticos resultantes das análises das medições revelam que as concentrações de **Dióxido de Enxofre** (SO²) e de **Partículas Totais em Suspensão** (PTS) não ultrapassaram, desde 1992, os valores-limite previstos pela legislação e, regra geral, têm tendência a decrescer.

◆ Foram efectuadas, no ano 2001, 2159 medições a um conjunto de parâmetros analisados na **Água** de abastecimento público do Concelho. Destas medições, constatou-se que 95,5% se encontrava dentro dos parâmetros definidos pela Organização Mundial de Saúde relativos à água de consumo humano.

◆ Existem presentemente mais de 120 **Espaços Verdes** de acesso público no Concelho, correspondentes a uma área superior a 24,27ha.

◆ Foram recolhidos, no ano 2001, 9523kg de **Resíduos Hospitalares**, produzidos pelas unidades de saúde públicas no concelho do Seixal, os quais foram alvo de transporte e tratamento adequado.

◆ 100% da população coberta pela recolha de **Resíduos Sólidos Urbanos**, em 2001.

◆ Em termos do **Sistema de Recolha Selectiva**, em 2001 existiam em todo o Concelho 327 ecopontos (correspondentes a 1 ecoponto por 459 habitantes), para recolha de papel/cartão, vidro e embalagens. Um artigo da revista *Proteste*, publicado em 2000, onde são avaliados 60 municípios em matéria de limpeza e recolha selectiva, considera que o Seixal é um dos concelhos onde o nível de satisfação dos seus munícipes é mais elevado.

Fontes: Câmara Municipal do Seixal; Instituto Nacional de Estatística; Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo - Sub-Região de Saúde de Setúbal; Direcção Regional do Ambiente de Lisboa e Vale do Tejo; Centro de Emprego do Seixal; Segurança Social; Centros de Saúde do Município do Seixal; Hospital Garcia de Orta; Centro Regional de Saúde Pública de Lisboa e Vale do Tejo

