

## GLOSSÁRIO

**Ácidos graxos trans (gorduras trans):** Ácidos graxos insaturados com pelo menos uma ligação dupla entre átomos de carbono na configuração trans. O ácidos graxos trans podem ser produzidos industrialmente pela hidrogenação de óleos vegetais e de peixe, mas também ocorrem naturalmente na carne e nos produtos lácteos de animais ruminantes (p. ex., bovinos, carneiros, cabras e camelos). Os ácidos graxos trans produzidos industrialmente podem ser encontrados em alimentos assados e fritos, lanches e refeições pré-embalados, e óleos e gorduras alimentares parcialmente hidrogenados frequentemente usados em casa, nos restaurantes ou no setor alimentício informal (como os vendedores ambulantes), e constituem a principal fonte de consumo de ácidos graxos trans em muitas populações.

**Açúcares livres:** Monossacarídeos e dissacarídeos adicionados aos produtos alimentares pelo fabricante, cozinheiro ou consumidor, e açúcares naturalmente presentes no mel, xaropes, sucos de fruta e concentrados de sucos de fruta.

**Alimentação saudável:** Uma alimentação saudável ao longo da vida ajuda a prevenir a má nutrição em todas as suas formas, assim como um conjunto de afecções e doenças não transmissíveis (DNT). A composição exata de uma alimentação saudável e equilibrada varia de acordo com as necessidades individuais (p. ex., idade, sexo, estilo de vida, nível de atividade física). Para os adultos, uma alimentação saudável deve incluir fruta, legumes, leguminosas, frutos secos e cereais integrais, poucos açúcares livres, sal, gordura total, gorduras saturadas e nenhuma gordura trans industrial.

**Auto-regulamentação:** Neste contexto, diz respeito a quando um grupo ou entidade do setor privado se rege ou se tutela a si mesmo sem ajuda ou influência externa.

**Bebidas açucaradas:** As bebidas açucaradas são definidas como todas os tipos de bebidas que contêm açúcares livres, e incluem os refrigerantes gaseificados ou não, sumos e bebidas de fruta/legumes, concentrados líquidos e em pó, água aromatizada, bebidas energéticas e bebidas para desportistas, chá e café pronto a beber e leite aromatizado. Os açúcares livres incluem monossacarídeos e dissacarídeos adicionados aos produtos alimentares e às bebidas pelo fabricante, cozinheiro ou consumidor, e açúcares naturalmente presentes no mel, xaropes, sucos de fruta e concentrados de sucos de fruta.

**Câncer:** Termo genérico para designar um amplo conjunto de doenças que podem afetar qualquer parte do corpo. Outros termos usados são tumor ou neoplasia maligna. Uma característica determinante do câncer é o rápido desenvolvimento de células anormais que crescem para além dos seus limites habituais e que podem invadir tecidos vizinhos do corpo e propagar-se a outros órgãos.

**Cobertura do rastreamento:** A percentagem de pessoas na população visada pelo programa que realmente fizeram o rastreamento no prazo definido pelo programa. (Por exemplo, se um país recomendar a mamografia de dois em dois anos para as mulheres dos 50 aos 60 anos de idade. A cobertura do rastreamento é o número de mulheres dos 50 aos 60 anos de idade que fizeram a mamografia graças ao programa nos últimos dois anos, dividido pelo número total de mulheres dos 50 aos 60 anos de idade no país.)

**Colaboração:** Uma relação reconhecida entre diferentes grupos com uma finalidade definida.

**Colaboração multisectorial:** Colaboração/acção dentro e entre os sectores governamentais (p. ex., ministério da saúde, ministério da educação). As acções intersectoriais ou transectoriais ou o programa “A saúde em todas as políticas” (HiAP) são tipos de colaboração multisectorial.

**Comportamento saudável:** Qualquer atividade levada a cabo por uma pessoa, independentemente do estado de saúde real ou aparente, com o intuito de promover, proteger ou manter a saúde, quer este comportamento seja ou não objetivamente eficaz para atingir esse fim.

**Comunidade:** Um grupo específico de pessoas que muitas vezes vivem numa zona geográfica definida e que partilham a mesma cultura, valores e normas, estando organizadas numa estrutura social baseada em relações desenvolvidas pela comunidade ao longo de um período de tempo. Os membros de uma comunidade demonstram alguma consciência da sua entidade enquanto grupo e partilham as mesmas necessidades e um empenho em satisfazê-las.

**Cuidados de saúde e tratamento:** O diagnóstico e tratamento de doenças.

**Cuidados de saúde primários:** Dizem respeito às funções essenciais do sistema de saúde de um país. Englobando a prestação de serviços de saúde de primeira linha (cuidados primários), assim como a estrutura do sistema de saúde, a governança e o financiamento, o ambiente intersectorial das políticas, e os determinantes sociais da saúde, os cuidados primários de saúde levam a cabo intervenções essenciais de saúde de acordo com as necessidades e as expectativas de uma comunidade.

**Cuidados paliativos:** Os cuidados paliativos são uma abordagem que melhora a qualidade de vida dos doentes (adultos e crianças) e das suas famílias que estão enfrentando problemas associados a uma doença potencialmente fatal. Previnem e aliviam o sofrimento através da identificação precoce e da correta avaliação e tratamento da dor e de outros problemas, sejam físicos, psicossociais ou espirituais.

**Declaração de nutrientes:** Uma declaração ou listagem normalizada do teor nutritivo de um produto alimentar.

**Desenvolvimento das capacidades:** O desenvolvimento de conhecimentos, competências, responsabilidades, estruturas, sistemas e liderança que permitam agir de forma eficaz.

**Deteção precoce / rastreamento:** Medidas tomadas para identificar indivíduos que estejam na fase inicial de uma doença (com sintomas aparentes no caso da deteção precoce e sem sintomas no caso do rastreamento).

**Diabetes:** Doença que ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o corpo não consegue usar eficazmente a insulina que produz.

**Doadores internacionais:** Organizações que se estendem para além das fronteiras nacionais e que financiam projetos de desenvolvimento.

**Doenças cardiovasculares:** Grupo de patologias do coração e dos vasos sanguíneos que incluem doença cardíaca coronária, doença cérebro-vascular, doença arterial periférica, cardiopatia reumática, cardiopatia congénita, trombose venosa profunda e embolia pulmonar.

**Doenças não transmissíveis (DNT):** Os quatro principais tipos de doenças não transmissíveis são as doenças cardiovasculares (como os ataques cardíacos e os AVC), os Cânceres, as doenças respiratórias crónicas (como a doença pulmonar obstrutiva crónica e a asma) e a diabetes.

**Doenças respiratórias crônicas:** Patologias das vias respiratórias e de outras estruturas do pulmão. Algumas das mais comuns são: asma, doença pulmonar obstrutiva crônica, doença pulmonar ocupacional e hipertensão pulmonar.

**Em desenvolvimento:** Algo que ainda está a ser desenvolvido ou finalizado, e que ainda não está a ser implementado no país.

**Espirometria:** Um espirômetro é um dispositivo complexo que fornece uma série de diferentes medições da função pulmonar. O doente exala prolongada e energicamente para uma boquilha ligada a uma máquina que gera um resultado na forma de gráfico. A espirometria exige um técnico formado para supervisionar o teste e interpretar os resultados.

**Estratificação do risco cardiovascular:** Uso de tabelas de previsão do risco para indicar o risco de um acidente cardiovascular importante fatal ou não fatal nos próximos 5 a 10 anos. Com base na avaliação, as pessoas podem ser estratificadas em diferentes níveis de risco, o que irá ajudar na gestão e no acompanhamento.

**Fatores de risco associados às doenças não transmissíveis:** Os quatro principais fatores de risco das DNT são o tabagismo, o consumo nocivo do álcool, a má alimentação e os baixos níveis de atividade física.

**Gorduras saturadas:** Gorduras encontradas em produtos de origem animal, incluindo carne e produtos lácteos com alto teor de gordura, assim como alguns óleos vegetais como o óleo de palma, do caroço de noz de palma e de coco.

**Impostos destinados a fins específicos:** Impostos que são cobrados e utilizados para fins específicos.

**Imprensa escrita:** Comunicação com o público através de materiais impressos, como revistas, jornais e cartazes.

**Incentivos tributários para promover a atividade física:** Envolvem a supressão do imposto (ou de parte do imposto) para promover o aumento do uso de bens ou serviços para incentivar prática de atividade física.

**Instituições acadêmicas:** Instituições de ensino, sobretudo as de ensino superior.

**Intervenção:** Qualquer medida cuja finalidade é melhorar a saúde ou alterar o curso de uma doença.

**Intervenções fiscais:** Medidas tomadas pelo governo como impostos e subvenções.

**IVA / Imposto sobre as vendas:** O “imposto sobre o valor acrescentado” (IVA) é um imposto de «etapas múltiplas» sobre todos os bens de consumo e serviços, aplicado proporcionalmente ao preço que o consumidor paga pelo produto. Apesar de os fabricantes e atacadistas também participarem na aplicação e pagamento do imposto ao longo da cadeia de fabricação/distribuição, são todos reembolsados através de um sistema de crédito de imposto, de maneira que a única entidade que acaba por pagar este imposto é o consumidor final. A maior parte dos países que aplicam o IVA fá-lo de forma a incluir qualquer imposto especial sobre o consumo e direitos aduaneiros. Exemplo: IVA que representa 10% do preço de venda ao público. No entanto, alguns países aplicam impostos sobre as vendas ao invés do IVA. Ao contrário do IVA, os impostos sobre as vendas são cobrados no ponto de venda sobre o valor total dos bens e serviços comprados.

**Legislação:** Lei ou leis promulgadas pelos órgãos políticos de um país.

**Marketing:** Qualquer forma de comunicação ou mensagem comercial concebida para, ou que tem por efeito, aumentar o reconhecimento, a atratividade e/ou o consumo de determinados produtos e serviços. Inclui tudo aquilo que anuncia ou promove um produto ou serviço.

**Marketing transfronteiriço:** *Marketing* com origem num país, que atravessa as fronteiras nacionais através de meios de radiodifusão e internet, imprensa escrita, patrocínio de eventos e programas, ou de qualquer outro meio ou canal de comunicação. Inclui o *marketing* transfronteiriço importado e exportado.

**Medição do débito expiratório máximo instantâneo:** Um fluxômetro é um dispositivo simples e portátil que mede a velocidade mais rápida a que uma pessoa pode expirar ar dos seus pulmões. O doente sopra rapidamente e com força através de uma boquilha numa das extremidades e é tirada uma medição através de uma escala numerada incorporada no dispositivo. A medição do débito expiratório máximo instantâneo pode ser feita por um doente em casa ou numa unidade de saúde.

**Meios de radiodifusão:** Meios de comunicação social de difusão através da rádio e da televisão.

**Meta:** Uma finalidade específica a ser alcançada, que deve ser calendarizada e definir um nível de realização «desejado», «prometido», «mínimo» ou «ambicionado».

**Multilateral:** Que envolve intervenientes de todo o setor público, sociedade civil, ONG e setor privado.

**Multissetorial:** Envolvendo diferentes sectores governamentais, como a saúde, a agricultura, a educação, as finanças, as infra-estruturas, os transportes, o comércio, etc.

**Não vigente:** Qualquer política, estratégia ou plano de ação que foi anteriormente elaborado e que já não está a ser elaborado, mas que, por vários motivos, não está a ser implementado.

**ONG:** Organização não governamental.

**Operacional:** Uma política, estratégia ou plano de ação que está a ser usado e implementado no país e que tem recursos e financiamento disponíveis para a sua implementação. Também se aplica a uma comissão/mecanismo multissetorial que funciona e se reúne regularmente.

**Pacote de benefícios prioritários da cobertura universal de saúde:** Um pacote de benefícios prioritários da cobertura universal de saúde (UHC-PBP) consiste num conjunto de intervenções, serviços e programas de saúde priorizados com base em dados atuais, incluindo medidas intersetoriais e políticas fiscais, e definidos através de um processo deliberativo que reflete as realidades económicas e as preferências sociais. Todas as pessoas devem ter acesso a um pacote de benefícios prioritários da cobertura universal de saúde, que seja de boa qualidade, que esteja disponível nas plataformas adequadas de prestação de serviços, através de uma abordagem integrada e centrada nas pessoas, e que esteja coberto por mecanismos pertinentes de proteção financeira.

**Parcerias para a saúde:** Um acordo entre dois ou mais parceiros para trabalharem em cooperação, com vista a obterem um conjunto de resultados comuns em saúde.

**Patologias músculo-esqueléticas:** As patologias músculo-esqueléticas incluem mais de 150 patologias que afetam o aparelho locomotor das pessoas. Vão desde lesões que surgem e são

temporárias, como fraturas, luxações e entorses, a patologias associadas com limitações funcionais e incapacidades de longo prazo, como lombalgia e osteoartrite. As patologias músculo-esqueléticas são geralmente caracterizadas por dor (muitas vezes persistente) e limitações na mobilidade, destreza e no nível geral de funcionamento, reduzindo a capacidade das pessoas para realizarem as suas atividades do dia-a-dia.

**Plano nacional de ação integrado** Uma abordagem concertada para lidar com uma multiplicidade de problemas no âmbito de um quadro de prevenção das doenças crônicas e de promoção da saúde, visando os principais fatores de risco comuns às principais doenças crônicas, incluindo a integração da prevenção primária, secundária e terciária, e dos programas de promoção da saúde e de prevenção das doenças em todos os setores e disciplinas.

**Plano nacional de políticas, estratégia e ação:**

- i. **Política:** Uma decisão oficial específica ou um conjunto de decisões concebidas para executar uma linha de ação aprovada por um órgão político, que inclui um conjunto de objetivos, prioridades e principais orientações para atingir estes objetivos. O documento de política pode incluir uma estratégia para se efetivar a política.
- ii. **Estratégia:** um plano de longo prazo concebido para se alcançar um objetivo específico.
- iii. **Plano de ação:** Um esquema de linha de ação que pode corresponder a uma política ou estratégia, com atividades definidas, indicando quem faz o quê (tipo de atividade e pessoa responsável pela implementação), quando (prazo), como e com que recursos para alcançar um objetivo.

**Ponto focal nacional, unidade ou departamento:**

- i. **Ponto focal nacional:** pessoa responsável pela prevenção e luta contra as doenças crônicas no ministério da saúde ou instituto nacional.
- ii. **Unidade ou departamento:** uma unidade ou departamento responsável pela prevenção e luta contra as DNT no ministério da saúde ou instituto nacional.

**Prevenção e luta contra as doenças não transmissíveis:** Todas as atividades relativas à vigilância, prevenção e gestão das doenças não transmissíveis crônicas.

**Prevenção primária:** Medidas dirigidas à prevenção da ocorrência inicial de uma doença ou perturbação.

**Programa de sensibilização do público:** Um esforço cabal que inclui múltiplos componentes (mensagens, sensibilização das bases, relações com a comunicação social, assuntos governamentais, orçamento, etc.) para ajudar a aumentar o entendimento do público sobre a importância de uma questão.

**Programa nacional de rastreamento do Câncer:** Programa de rastreamento aprovado pelo governo. Programas dirigidos por ONG ou recomendações nacionais para fazer o rastreamento a expensas próprias não se qualificam como programas nacionais de rastreamento.

**Promoção da saúde:** Processo através do qual se capacita as pessoas para terem um maior controlo e melhorarem a sua saúde.

**Protocolos/orientações/normas nacionais para as doenças e afecções crônicas:**

Uma linha de ação baseada em dados atuais recomendada para prevenir uma doença ou afecção crônica ou para tratar ou gerir uma doença ou afecção crônica, com o intuito de prevenir complicações e melhorar os resultados e a qualidade de vida dos doentes.

**Rastreamento:** Medidas tomadas numa população aparentemente saudável para identificar indivíduos que têm um risco elevado ou que estão na fase inicial de uma doença, mas que ainda não desenvolveram sintomas.

**Receita geral do Estado:** Dinheiro obtido a partir dos impostos, e de outras fontes, como a privatização de activos do Estado, para ajudar nas despesas financeiras.

**Registo eletrónico de saúde:** Um registo eletrónico de saúde é uma versão eletrónica interna das fichas tradicionais em papel que recolhem, guardam e apresentam informações dos usuários.

**Reabilitação:** A reabilitação aborda o impacto de um problema de saúde na vida diária das pessoas, otimizando o seu funcionamento e reduzindo a sua experiência de incapacidade. A reabilitação alarga o foco da saúde para além dos cuidados preventivos e curativos, para garantir que as pessoas com um problema de saúde possam manter-se o mais independentes possível e participar na educação, no trabalho e desempenhar papéis significativos da vida.

**Reformulação dos produtos pela indústria:** Diz respeito ao processo de alteração da composição dos produtos alimentares processados para serem mais saudáveis e reduzir o teor de sal.

**Registo oncológico:** Uma recolha sistemática de dados sobre os casos de câncer numa determinada região ou hospital. A principal finalidade é contabilizar os casos de câncer para se ter uma noção da dimensão do problema. A OMS aconselha a cobertura nacional através de um registo demográfico apenas em países pequenos.

**Rotulagem frontal da embalagem:** Sistemas de rotulagem contendo informação nutricional que são colocados na frente das embalagens dos produtos alimentares (no principal campo de visão) e que podem ser aplicados em toda a cadeia de abastecimento de alimentos embalados no setor varejista. A rotulagem frontal da embalagem contém um modelo do perfil nutricional de base que descreve a qualidade nutricional geral do produto e/ou os nutrientes de interesse para as DNT, apresentando informações simples, muitas vezes em forma de gráfico, sobre o conteúdo nutricional e/ou a qualidade nutricional dos produtos, para complementar as declarações de nutrientes pormenorizadas que são geralmente disponibilizadas no verso das embalagens dos produtos alimentares. Existem duas grandes categorias de rotulagem frontal da embalagem, que são os sistemas interpretativos e não interpretativos. Os sistemas não interpretativos baseados nos nutrientes apresentam um resumo da informação nutricional, mas não disponibilizam qualquer conselho sobre o valor nutricional geral do produto alimentar para facilitar a decisão no momento da aquisição. Os sistemas interpretativos podem não fornecer informação nutricional, mas apenas uma orientação visual sobre o valor do produto para a saúde.

**Rotulagem nutricional:** Uma descrição destinada a informar os consumidores acerca das propriedades nutricionais de um produto alimentar. A rotulagem nutricional tem dois componentes: a) a declaração de nutrientes; e b) informação nutricional complementar (p. ex., rotulagem frontal da embalagem).

**Saúde:** É um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou enfermidade. Um recurso para o quotidiano que permite às pessoas terem uma vida produtiva do ponto de vista individual, social e económico. Um conceito positivo que realça os recursos sociais e pessoais, bem como as capacidades físicas.

**Saúde móvel e-saúde:** O uso de tecnologias móveis e sem fios para apoiar a consecução dos objetivos de saúde.

**Setor da saúde pública:** Setor da saúde financiado pelo Estado.

**Sistema nacional de elaboração de relatórios de saúde, inquérito nacional e vigilância:**

- i **Sistema nacional de elaboração de relatórios de saúde:** Processo através do qual o ministério da saúde produz relatórios anuais de saúde que resumem dados sobre, por exemplo, recursos humanos no setor da saúde nacional, dados demográficos sobre a população, despesas com a saúde e indicadores da saúde como a mortalidade e a morbilidade. Inclui o processo de coleta de dados de várias fontes de informação sanitária, como por exemplo, registos de doenças e dados sobre internamentos e altas hospitalares.
- ii **Inquérito nacional:** Inquéritos realizados com um intervalo de tempo fixo ou não sobre as principais doenças crônicas ou os principais fatores de risco associados às doenças crônicas.
- iii **Vigilância:** Sistema de coleta de dados (através de inquérito ou registo) sobre os fatores de risco, as doenças crônicas e os seus determinantes, para análise, interpretação e *feedback* contínuos.

**Subvenções de preço:** Benefícios econômicos concedidos pelo governo (tais como dedução fiscal ou redução dos direitos) para manter baixo o preço dos alimentos saudáveis.

**Unidade de cuidados continuados:** As unidades de cuidados continuados podem variar de um país para outro. Os lares de idosos, lares com pessoal especializado, estabelecimentos de autonomia assistida, instalações residenciais e unidades residenciais de cuidados continuados são conjuntamente designados como unidades de cuidados continuados e prestam uma variedade de serviços, incluindo cuidados médicos e assistência a pessoas que não capazes de viver de forma independente na comunidade.

**Unidade de saúde:** Unidades que prestam cuidados de saúde. Podem incluir serviços móveis, farmácias, laboratórios, unidades de cuidados primários, clínicas especializadas e estabelecimentos privados e de índole religiosa.