

## Necessidades e expectativas face à terapia e aconselhamento online: um inquérito online a profissionais para o desenho do produto

Regina A Silva, Artemisa R Dores, Karin Drda-Kühn

Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico do Porto, Portugal

### RESUMO

**Introdução:** O projeto europeu THERAPY 2.0 - Counselling and Therapeutic Interactions with Digital Natives, financiado pelo programa ERASMUS+, tem como objetivo consciencializar terapeutas, conselheiros e orientadores sobre o potencial dos processos terapêuticos e aconselhamento suportados pelas Tecnologias da Informação e da Comunicação (TIC) e apoiar estes profissionais a integrar as TIC no aconselhamento e terapia, principalmente de população mais jovem e de refugiados. **Objetivos:** Explorar a utilização das TIC nos processos terapêuticos e de aconselhamento e identificar temas pertinentes a desenvolver em materiais formativos/informativos. **Material e métodos:** Terapeutas e conselheiros dos 7 países parceiros foram convidados a responder a um inquérito online, contendo questões para avaliar experiências, necessidades e expectativas relativas ao uso das TIC na terapia e aconselhamento. Os dados foram recolhidos, processados e analisados de forma anónima e confidencial. **Resultados:** Participaram 252 profissionais tendo 53% uma experiência de utilização de ferramentas online positiva ou muito positiva, sendo o email (74%) a

ferramenta mais utilizada e o computador (69%) o dispositivo mais usado. As principais vantagens que encontram no uso das TIC nos processos terapêuticos e de aconselhamento são a flexibilidade geográfica (75%) e temporal (67%), e a acesso facilitado a novos grupos alvo (56%). O principal receio é a falta de comunicação não verbal (72%). Principais necessidades e expectativas são: diálogo com colegas com experiência em ferramentas online; saber mais sobre proteção de dados, questões éticas e especificidades da comunicação com diferentes ferramentas online. **Conclusões:** Terapeutas e conselheiros estão muito recetivos à formação no âmbito de abordagens suportadas pelas TIC. A estratégia utilizada para aumentar significativamente as intervenções online será: a construção de uma plataforma online contendo um guia para apoiar os profissionais a transferir competências dos contextos presenciais para contextos online; um manual de boas práticas para fornecer uma visão do estado atual dos serviços online a nível mundial; e material formativo nos temas apontados como pertinentes para autoaprendizagem; além de chats para troca de experiências.

*Palavras-chave: Terapia, TIC, Refugiados*

## Smart Patients: diagnóstico de necessidades para a capacitação do cidadão em saúde

Sílvia Fernandes, Brígida Patrício, Cristina Melo, Ângelo Jesus, Martin Power, Smart Patients team & Regina Silva

Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico do Porto, Portugal

### RESUMO

**Introdução:** O projeto Smart Patients - Holistic Empowerment of Citizens to Become Experts in Their Own Health, financiado pelo programa ERASMUS+ tem como objetivo capacitar os cidadãos para atuar na prevenção e deteção precoce de doenças, comunicar com profissionais de saúde acerca dos problemas de saúde e na tomada de decisões, assim como entender o seu contributo para a sua saúde e para a recuperação de uma doença. Para tal, é necessário identificar/avaliar as necessidades dos grupos alvo do projeto: cidadãos e especialistas em cuidados de saúde face à saúde e comunicação do paciente com o profissional de saúde. **Objetivos:** Explorar a perceção dos dois grupos-alvo

relativamente à saúde, comunicação entre profissional de saúde e paciente e a nível de literacia do cidadão/paciente em saúde. **Material e métodos:** Aplicação de 2 inquéritos online nos 7 idiomas dos países parceiros direcionados para os grupos alvo. Os inquéritos apresentam questões sobre: a importância e nível de saúde do cidadão/paciente, medidas para melhorar/manter a sua saúde; qualidade de comunicação entre paciente e profissional de saúde e formas para a melhorar, e o nível de literacia em saúde do paciente. Os dados foram recolhidos, processados e analisados de forma anónima e confidencial. **Resultados:** Os resultados revelam que existe globalmente uma boa perceção da importância

da saúde, e do nível de saúde (física, mental e emocional) dos cidadãos; que o nível básico de literacia em saúde deve ser aumentado; que a comunicação entre paciente e profissional de saúde deve ser melhorada. Os resultados apontam ainda para um conhecimento aquém do esperado das plataformas online existentes acerca da saúde, apesar da maioria dos cidadãos já dispor de um dispositivo móvel e/ou fixo de acesso. **Conclusões:** Os resultados apontam para a

necessidade de desenvolver materiais de formação sob o mote Prevenir-Capacitar-Participar, capazes de promover a literacia em saúde dos cidadãos, e de os capacitar para comunicar com os profissionais de saúde e participar ativamente na gestão da sua saúde. Desta forma, serão Smart Patients-cidadãos com autoconfiança e com competências na prevenção da doença e na promoção da saúde, participando como um cidadão informado no seu sistema de saúde.

*Palavras-chave: comunicação, participação ativa, literacia em saúde*

## Therapy2.0: um facilitador para intervenções de aconselhamento e terapia online

Regina A Silva, Artemisa R Dores, Karin Drda-Kühn

Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico do Porto, Portugal

### RESUMO

**Introdução:** As Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) influenciam muitos aspetos das civilizações atuais, desafiando valores individuais, sociais e profissionais. As áreas da terapia e do aconselhamento não são uma exceção. A crise de refugiados, a mobilidade facilitada, e o surgimento de uma população jovem que utiliza as TIC como um meio complementar da sua comunicação desafiam os terapeutas, conselheiros e orientadores a utilizar as TIC como suporte para as intervenções de aconselhamento e terapia. O projeto europeu *THERAPY2.0-Counselling and Therapeutic Interactions with Digital Natives*, financiado pelo programa ERASMUS+, tem como finalidade apoiar estes profissionais a integrar as TIC nas intervenções, principalmente das populações jovens e de refugiados jovens. **Objetivos:** Com o desenvolvimento do projeto Therapy2.0 pretende-se aumentar a conscientização sobre o potencial dos processos terapêuticos e aconselhamento suportados pelas TIC, fornecer materiais formativos e informativos online como suporte para

intervenções online. **Material e métodos:** O questionário foi o tipo de instrumento utilizado para fazer o diagnóstico de necessidades nos países parceiros e para validar e melhorar os materiais e produtos desenvolvidos, tendo sido auscultados profissionais e *stakeholders* destas áreas. **Resultados:** Materiais produzidos- um guia para intervenções online, um manual de boas práticas e 9 módulos formativos *Therapy2.0*. Produtos desenvolvidos- uma plataforma online para disponibilizar os materiais elaborados e uma aplicação móvel para a consulta dos materiais em dispositivos móveis. Resultados obtidos no questionário para validação evidenciam um forte interesse em intervenções online e uma avaliação muito positiva dos materiais e ferramentas produzidos. **Conclusões:** As ferramentas e materiais do *Therapy2.0* produzidos permitirão aos terapeutas, conselheiros e orientadores alcançar na totalidade novos grupos alvo, principalmente jovens refugiados e nativos digitais.

*Palavras-chave: Terapia, TIC, Nativos digitais*