

Propostas do Conselho Português para a Saúde e Ambiente para o Plano Nacional de Saúde 2030 (PNS2030)

Comissário: Luis Campos (presidente)

Enquadramento

Quais são as maiores ameaças ambientais para a saúde humana?

A superpopulação, as alterações climáticas, a degradação ambiental, a perda da biodiversidade e o esgotamento dos recursos naturais são as maiores ameaças ambientais que mais vão determinar a saúde humana nas próximas décadas.

Demoramos 200 mil anos para atingir os primeiros mil milhões de pessoas e apenas 220 anos para chegarmos aos oito mil milhões, o que aconteceu em 15 de novembro de 2022 e, desde 1970, excedemos a capacidade de regeneração do planeta.

As alterações climáticas estão a evoluir segundo os cenários mais pessimistas: a Terra já sofreu um aumento de temperatura de 1,2º C e, se as políticas atuais não se modificarem, estima-se que a temperatura do planeta sofrerá um aumento de 3º C até 2100. Estas alterações já fazem parte do nosso quotidiano: o ano de 2023 será o ano mais quente alguma vez registado, no Canadá, também este ano, já ardeu uma extensão de florestas equivalente a 17 milhões de campos de futebol, na Líbia morreram 11.300 pessoas pelas inundações.

Em relação à degradação ambiental cerca de 75% da superfície terrestre livre de gelo já foi significativamente alterada e os microplásticos estão presentes em 75% do peixe que comemos.

Relativamente à perda da biodiversidade, em média, 150 espécies são extintas por dia e existem um milhão de espécies em risco de extinção.

No que concerne ao esgotamento dos recursos naturais, cerca de 55 milhões de pessoas já são afetadas pela seca e estima-se que esta afete 75% da população mundial em 2050.

A pegada ecológica do sector da Saúde

O aquecimento é causado por níveis crescentes de emissões de gases de efeito estufa: entre 1970 e 2020, a emissão de gases de efeito estufa duplicou. Esses gases incluem dióxido de carbono, metano, protóxido de azoto e gases fluorados. Além do dióxido de carbono, é particularmente preocupante a emissão de metano, que para além da produção animal está a ser libertado à medida que o gelo derrete. Os F-Gases, que têm um efeito de aquecimento global até 25.000 vezes maior que o dióxido de carbono (CO₂), são libertados por refrigeradores, sistemas de ar condicionado e produção de espuma.

Para atingir a meta do acordo de Paris, teríamos que reduzir as emissões globais de gases de efeito estufa em cerca de metade até o final desta década. Atualmente,

estamos no caminho para aumentá-los em cerca de 16% até 2030 em relação aos níveis de 2010.

O sistema de saúde é fundamental para responder à mudança epidemiológica que está a acontecer e ao aumento de risco de eventos inesperados, no entanto, também é responsável por 4,4% da emissão de gases com efeito de estufa. Se o sector da saúde fosse um país, seria o quinto maior emissor do planeta. Em Portugal, essa taxa é ainda superior: 4,8%.

No sector da saúde a maior contribuição para esta emissão vem do fornecimento de bens e serviços, como os medicamentos e equipamentos, mas também dos transportes, da energia, dos sistemas de aquecimento e de refrigeração, da iluminação, e de outras múltiplas causas.

A eficiência energética, com a difusão de painéis fotovoltaicos, a evolução da frota de transporte para veículos elétricos, a transição para lâmpadas LED, uma melhor utilização da água e a redução dos plásticos são algumas das medidas de elevado impacto, mas a nível de cada sector e cada serviço há muito para fazer em termos de sustentabilidade ambiental.

Os gases anestésicos são responsáveis por cerca de 5% das emissões do sector da saúde, e podem deixar de ser utilizados porque existem alternativas anestésicas a estes gases.

O uso de cateteres remanufacturados como alternativa a cateteres de uso único reduz em cerca de 50% o impacto no aquecimento global.

O chamado *blue wrap*, que serve para embrulhar as caixas e os fatos nos blocos operatórios, e que vai diretamente para o lixo, por imposição legal, pode perfeitamente ser reciclado para roupa ou equipamentos.

Ainda no sistema de saúde, estima-se que os serviços de alimentação sejam responsáveis por cerca de 6% das emissões totais. Alimentos mais saudáveis, sazonais e de origem local podem melhorar o bem-estar e reduzir essas emissões.

Que impacto estão a ter na saúde humana estas alterações?

As alterações climáticas e a degradação ambiental vão ser uma das mais importantes determinantes da saúde das populações nas próximas décadas e, impactarão particularmente as populações mais vulneráveis, que em muitos casos já são penalizadas pelas suas condições socioeconómicas.

Um relatório da OMS afirma que um quarto da carga global de doenças se deve a fatores ambientais modificáveis. As doenças mais influenciadas pelo ambiente são as doenças cardio e cerebrovasculares, a diarreia, as infeções respiratórias, a asma, a doença pulmonar obstrutiva crónica e o cancro. Estima-se que mais de cinco milhões de mortes possam ser atribuídas a temperaturas extremas. As doenças relacionadas com a qualidade da água e as consequências da sua escassez, assim como a falta de alimentos, estão em crescendo. A degradação do meio ambiente e dos ecossistemas está a acentuar os movimentos migratórios, os conflitos e as doenças mentais. A ocorrência cada vez mais frequente de ciclones, inundações, secas e incêndios é a origem de muitas vítimas. A ecologia das doenças transmitidas por vetores também está a mudar e é provável que se inverta a tendência de redução da prevalência destas doenças, que estávamos a conseguir. Atualmente estas doenças, nas quais se inclui a Malária, o Dengue, a infeção por Zika e por West Nile Virus e a Chikungunya já são responsáveis pela morte de cerca de 800.000 pessoas anualmente, a nível global. O risco de pandemias provocadas por zoonoses (doenças que são transmitidas pelos animais), que são

responsáveis por quase 100% das pandemias, vai ser cada vez maior, pela desflorestação progressiva e pelo comércio ilegal de animais selvagens.

Impacto da poluição atmosférica

Globalmente, 9 em cada 10 pessoas respiram ar que contém altos níveis de poluentes que excedem os limites das diretrizes da OMS. Nas últimas duas décadas, as mortes causadas por formas modernas de poluição aumentaram 66% e a poluição continua a causar mais de 9 milhões de mortes por ano em todo o mundo. Mais de 90% das mortes relacionadas com a poluição ocorrem em países de baixo e médio rendimento.

Os estudos de prevalência estimam que 29% das mortes de cancro do pulmão, 17% das mortes por infeção respiratória baixa, 24% por AVC, 25% por Doença isquémica cardíaca e 43% das mortes por DPOC possam ter a poluição como fator causal. O mecanismo fisiopatológico é multisistémico e está ligado à aceleração do processo aterogénico, fenómenos inflamatórios, trombóticos, epigenómicos e relacionados com o stress oxidativo, entre outros.

Em 2020, 2600 pessoas morreram de forma prematura em Portugal devido à exposição prolongada a partículas finas, que conseguem entrar para a corrente sanguínea. Apesar de estarmos longe dos valores de outros países, existe uma grande variabilidade geográfica no impacto da poluição.

Propostas do CPSA para reduzir o impacto na saúde das alterações climáticas e da degradação ambiental

As nossas propostas centram-se em cinco objetivos: reduzir o impacto na saúde da população das alterações climáticas e da degradação ambiental; aumentar a consciencialização dos profissionais de saúde e do público em relação a estes temas; introduzir o ensino destas matérias no ensino pré e pós graduado dos profissionais de saúde, assim como nas reuniões científicas; reduzir a pegada ecológica do sector da saúde e preparar o sistema de saúde para a transição epidemiológica em curso e para o maior risco de catástrofes climáticas, incluindo uma nova pandemia.

O CPSA propõe que o conceito do Ambiente em Todas as Políticas, seja implementado ao nível de todas as políticas públicas, transplantando o conceito da Saúde em Todas as Políticas, que nasceu na Finlândia, no meio dos anos 2000, e foi adotado pela Organização Mundial de Saúde para enfatizar a responsabilidade das políticas públicas dos vários sectores da governação na modificação dos principais determinantes da saúde e da equidade.

Para além das políticas públicas todos têm que estar implicados nesta luta, a nível de cada organização, de cada serviço e ao nível dos comportamentos individuais.

Todas as decisões sobre políticas públicas nestes âmbitos deveriam ser apoiadas pela ciência e baseadas em evidência.

Existem ações chamadas de mitigação, cujo objetivo é reduzir a emissão de gases com efeito de estufa (GEE) e a degradação ambiental, tais como acabar com a utilização de combustíveis fósseis, eficiência energética, transportes sustentáveis, entre outras, há ações de adaptação às alterações climáticas, como a gestão de desastres e a atualização das infraestruturas, outras ainda, são ao mesmo tempo de mitigação e adaptação tais como a otimização da utilização da água e parar a desflorestação.

Reduzir a pegada ecológica do sector da saúde deve ser uma prioridade e exige uma estratégia nacional. Muitas destas medidas podem implicar investimentos a curto prazo, mas resultam em avultadas poupanças a médio e a longo prazo.

Elaborar, publicar e implementar boas práticas de sustentabilidade ambiental nas instituições de saúde, envolvendo os profissionais de saúde, que nos seus serviços, estão em melhores condições de identificar os processos que geram mais emissões de GEE, mais desperdício e mais poluição. São muitas as oportunidades de melhorar a sustentabilidade no sector da saúde a começar pela eficiência energética, os sistemas de aquecimento e arrefecimento, a utilização da água, os transportes, mas também na área clínica existem muitas oportunidades. Citamos como exemplos a utilização de alternativas aos gases anestésicos com efeito de estufa, a reutilização de dispositivos ditos “de uso único”, a reciclagem do Blue Wrap, mas também medidas a nível de alguns dos sectores que contribuem mais para a emissão de GEE, o desperdício e a poluição ambiental, como o bloco operatório, os laboratórios, a hemodiálise, a endoscopias e outras.

Deve existir, em cada instituição de saúde, um Diretor de Sustentabilidade Ambiental, que apoie os serviços na definição e implementação de boas práticas de sustentabilidade ambiental.

Algumas leis obsoletas, que são um obstáculo à implementação de boas praticas e sustentabilidade ambiental no sector da saúde, como a lei dos resíduos ou a proibição de reutilização de dispositivos médicos, devem ser revistas com urgência.

Devem ser incluídos obrigatoriamente critérios *low-carbon* e/ou *zero emissions* nas contratações e adjudicações públicas de fornecedores e recomendação do mesmo para as entidades privadas do sistema de saúde português.

Entre outras medidas transversais no sector da saúde, apontam-se a necessidade de evitar a utilização de folhetos e documentos em papel; reduzir o impacto das viagens, promovendo reuniões virtuais e evitando viagens aéreas de curtas distâncias; incentivar os hospitais a adotarem a certificação “Hospitais Verdes”; promover um ambiente de cura no hospital; promover uma jornada cada vez mais híbrida dos doentes no sistema de saúde, com pontos de contato digitais e humanos; promover estilos de vida saudáveis na prática clínica; praticar uma medicina de proximidade; reduzir o excesso de rastreio, o sobrediagnóstico e o tratamento excessivo

Todos os intervenientes no Sistema de Saúde Português devem medir e publicar anualmente a sua pegada carbónica e apresentarem medidas de redução de acordo com o relatório sobre a “Pegada de carbono do sector da saúde português e caminhos para a mitigação - projeto *operation zero*” de 21 de dezembro de 2022.

Devem ser calculados e definidos indicadores e metas referentes aos principais objetivos de sustentabilidade ambiental no sector da Saúde, incluindo as energias renováveis, os sistemas de aquecimento e arrefecimento, a utilização da água, os transportes, o bloco operatório, a utilização de gases anestésicos com efeito de estufa, os inaladores pressurizados, a hemodiálise, os laboratórios de patologia clínica, a imagiologia em Portugal e a utilização de plásticos.

Deve existir uma Base de Dados de Indicadores Ambientais e de saúde.

Deve ser criado um sistema de notificação das doenças e condições de saúde relacionadas (correlação e causalidade quando possível) com alterações climáticas: calor - falência cardíaca; mudança de habitat de vetores - quadros infecciosos; qualidade do ar - asma, qualidade da água - doenças infecciosas; etc;

Introdução e divulgação de alertas em função da ameaça na saúde pública de problemas de saúde relacionados com alterações climáticas, divulgando publicamente a relação entre saúde e ambiente.

Deve investir-se na consciencialização e literacia ambiental do público e dos profissionais de saúde, relativamente à importância das alterações climáticas e da degradação ambiental e ao seu impacto na saúde, assim como na modificação dos comportamentos individuais, através de ferramentas baseadas em evidência de gestão comportamental

Estes tópicos devem ser introduzidos na formação pré e pós-graduada dos profissionais de saúde

Deve ser estimulada a investigação destes temas, particularmente no conhecimento da sua repercussão a nível nacional.

Com o objetivo de aumentar a resiliência do sistema de saúde à atual transição epidemiológica e ao maior risco de catástrofes climáticas, incluindo a emergência de uma nova pandemia, devem existir planos de emergência a nível institucional, local, regional e nacional com gestão centralizada; os hospitais devem ter flexibilidade, escalabilidade e uma organização matricial; os diferentes níveis de cuidados devem ser integrados; em todas as reorganizações deve estar presente a necessidade de diminuir o trajeto dos doentes; a telemedicina deve ser disseminada; os sistemas de informação e comunicação devem ser robustos; os recursos humanos devem ser adequados e suficientes e é essencial manter no hospital especialidades generalistas como a Pediatria e a Medicina Interna, pela sua polivalência, versatilidade, eficácia e capacidade de coordenação.

A introdução da Economia circular numa lógica *One Health* deve ser transversal em todos os objetivos.

Devem existir metas explícitas para todos estes objetivos e um sistema de avaliação e de monitorização do cumprimento de cada um.

A responsabilidade dos profissionais de saúde

Nós, profissionais de saúde, tais como todos os outros cidadãos, não temos o direito de comprometer o futuro das próximas gerações que são as gerações dos nossos filhos e netos. Para além de cuidadores, somos também advogados dos doentes e gozamos de um capital elevado de confiança por parte do público que não podemos desperdiçar, pelo que temos a obrigação ética de nos envolver na luta contra as alterações climáticas e a degradação ambiental. Foi esta a motivação que nos levou à criação, em outubro de 2022, do Conselho Português para Saúde e Ambiente (CPSA), em conjunto com o Prof. João Queiroz e Melo e o José Vítor Malheiros.

Os nossos objetivos são dar uma voz comum às organizações de saúde para intervirem conjuntamente nas questões relacionadas com a saúde e ambiente; contribuir para a redução da pegada ecológica do setor da saúde; identificar, publicar e implementar boas práticas de sustentabilidade ambiental a nível dos vários setores de atividade; promover a sensibilização dos cidadãos e dos profissionais de saúde e a sua formação; apoiar a capacitação dos serviços de saúde para responder à transição epidemiológica induzida pelas alterações climáticas e pela degradação ambiental e a eventos inesperados de saúde pública e incentivar a investigação nestas áreas.

O CPSA já teve a adesão de 69 das mais importantes organizações ligadas à saúde, incluindo 13 associações, seis ordens profissionais, sete instituições académicas, 20 sociedades científicas, quatro grupos privados de saúde, duas associações de

doentes, e outras, como o Instituto Nacional Ricardo Jorge, o Instituto de Medicina Tropical, a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, o Montepio Rainha D. Leonor, o grupo AGEAS, os SUCH e a Valormed.

A nossa visão é que as próximas gerações tenham direito um ambiente limpo, saudável e sustentável.

Lisboa, 20 de dezembro de 2023