

Estratégia de empoderamento dos pacientes

Com a [mudança do perfil das doenças atuais](#) e o envelhecimento da sociedade, cada vez mais as **doenças crônicas** e **múltiplas** comorbidades são comuns, necessitando de cuidados redobrados, **acompanhamento regular**, vínculo com o profissional da saúde e auxílio no autocuidado.

Sendo assim, o empoderamento na saúde é quando a população passa a adquirir o domínio sobre suas vidas e é capaz de tomar decisões, promover o automonitoramento e cuidados com a saúde, a partir do desenvolvimento de novas habilidades e conhecimento. Dessa maneira, aumenta a autonomia pessoal, informação e proporciona novos significados e percepções sobre saúde.

Continue a leitura e saiba mais sobre o desenvolvimento do empoderamento e seja o protagonista da própria saúde.

Função da tecnologia

A [tecnologia](#) é capaz de **potencializar** ou **desenvolver** habilidades a fim de transformar o indivíduo como um todo na busca por melhorias na qualidade de vida.

Essas ferramentas são divididas na [saúde](#) em tecnologia dura, representada pelos equipamentos mais específicos; tecnologia leve-dura, que são os saberes estruturados na teoria científica; e a tecnologia leve, que consiste na formação do vínculo e relação para a implementação do cuidado.

A [distância](#) e o deslocamento para o serviço de saúde é um obstáculo para os pacientes com doenças crônicas e comorbidades associadas, que precisam de acompanhamento regular, sendo fator limitador para a adesão terapêutica e possibilita o surgimento de outras complicações.

Dessa forma, a [tecnologia](#) passa a ser uma ferramenta importante no cuidado à saúde, pois possibilita o **automonitoramento**, proporciona **novas informações** e desenvolve **competências** para o controle das comorbidades.

Desenvolvendo o pensamento crítico

O empoderamento ocorre a partir da aprendizagem dialógica, logo são ensinamentos horizontalizados, permitindo que o paciente seja o autor principal no cenário da sua saúde. Diante disso, o indivíduo passa a ser portador da informação e desenvolve posicionamento crítico capaz de ressignificar o próprio modo de viver.

Além disso, as **peçoas informadas** sobre a situação da sua saúde e **responsabilizadas** (empoderadas), se relaciona de forma mais eficaz com o profissional da saúde, com o **único** e **principal** objetivo de aprender novas ações para melhorar a qualidade de vida.

Relação médico-paciente

A criação do **vínculo entre médico e paciente**, geralmente garante **maior adesão** ao tratamento e cuidado com a saúde. Deve ser uma relação baseada em confiança e regada de respeito, estabelecendo as responsabilidades de cada pessoa durante o plano terapêutico e conseqüentemente melhora os resultados na saúde.

Com a população sendo protagonistas e corresponsáveis durante o acompanhamento, torna-se possível executar os mandamentos do SUS: universalidade, integralidade do cuidado e equidade.

O paciente deve ser **consciente** sobre como gerenciar sua vida apesar das enfermidades que possui, sendo o **único capaz** de construir uma melhoria na **qualidade da própria vida**.

Promoção e autocuidado com a saúde

A **tecnologia** é capaz de promover à saúde de forma remota e otimiza o tempo sem deslocamentos e filas nos postos de serviço de saúde.

Além disso, muitas das doenças crônicas como, por exemplo, Diabetes mellitus e hipertensão arterial precisam de cuidados para além do ambiente ambulatorial, devendo ser monitorado continuamente no domicílio.

Os pacientes **mais informados** e envolvidos no processo de saúde, são mais **atuantes** no cuidado e cumprem melhor a conduta feita em conjunto médico-paciente.

Os profissionais precisam construir uma integração entre si, com a finalidade de garantir o cuidado com abordagem não somente na doença, mas sim na pessoa, sabendo escutar todas as dificuldades enfrentadas no cotidiano com o convívio com a doença.

Portanto, sabe-se que baseando-se na relação dialógica, a prática do autocuidado possui infinitas vantagens tanto para os pacientes quanto para os profissionais. Sendo importante para troca de informações e experiências de cada caso, oferecendo uma assistência integral à saúde e valorizando a

[prática do autocuidado](#) como peça **fundamental** para o desenvolvimento do **bem estar**.

Telessaúde no processo de empoderamento na saúde

A **telemedicina** atua proporcionando **maior informação** e **comunicação**, além de ampliar a atenção e o cuidado com a saúde. Garante melhor **acesso**, **equidade** e **integralidade**, podendo auxiliar no **monitoramento** contínuo dos sinais vitais e outros parâmetros de saúde.

Assim, é um instrumento que pode ser utilizado para tirar dúvidas durante o cuidado e tratamento, ter maior controle na alimentação a partir de um acompanhamento do profissional, e até receber orientações no momento de descompensação dos sinais e sintomas da doença de base, diminuindo o intervalo de tempo entre as manifestações e a intervenção precoce.

Para manter-se informado, nada melhor do que acessar um conteúdo de qualidade, não é mesmo? Por isso, assine a nossa newsletter!