

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

A Saúde em Portugal - Um Aviso aos Governantes deste país

Publicado em 2026-04-17 18:56:22



BOX DE FACTOS

- Portugal não enfrenta apenas uma crise visível nas urgências; enfrenta também uma erosão mais silenciosa nos cuidados primários e na prevenção.

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

- O perfil de saúde da OCDE para Portugal refere um aumento de 51% nas horas extraordinárias dos médicos do SNS entre 2018 e 2022.
- O mesmo perfil estima que seriam necessários mais 6.100 médicos e 3.900 enfermeiros para reduzir a dependência de soluções de recurso.
- A transformação digital em saúde continua condicionada por fragmentação, governação complexa e insuficiente integração entre sistemas.

Portugal Está a Falhar Onde a Saúde Devia Começar

Um país pode sobreviver algum tempo com urgências saturadas. O que não sobrevive muito tempo é um país que deixa adoecer os cuidados primários, despreza a prevenção e mantém sistemas digitais demasiado

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

O debate público sobre a saúde em Portugal concentra-se demasiadas vezes no que é mais visível: urgências fechadas, ambulâncias desviadas, tempos de espera escandalosos, listas de cirurgia, falta de resposta imediata. Tudo isso é grave. Mas por baixo dessa superfície há uma falha ainda mais funda e mais perigosa: o desgaste dos cuidados primários e o abandono relativo da prevenção. Quando um sistema de saúde começa a falhar onde devia começar — no acompanhamento regular, na continuidade clínica, no rastreio precoce, na vigilância e na gestão antecipada da doença — o colapso das urgências deixa de ser acidente. Passa a ser consequência.¹⁰

A própria OCDE e o Observatório Europeu da OMS mostram que Portugal ainda conserva alguns resultados importantes, nomeadamente mortalidade evitável e tratável abaixo da média da UE, em parte graças à qualidade histórica dos cuidados primários e de algumas políticas preventivas. Mas o mesmo retrato sublinha um paradoxo inquietante: os resultados resistem enquanto a estrutura se desgasta. O perfil de saúde do país refere que a prevenção absorve apenas cerca de 2% da despesa em saúde e que as horas extraordinárias dos médicos do SNS aumentaram 51% entre 2018 e 2022. Acrescenta ainda que o sistema precisaria de mais 6.100 médicos e 3.900 enfermeiros para reduzir a dependência de expedientes de recurso.¹¹

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

falhar no coração silencioso do cuidado: os centros de saúde, o seguimento de doentes crónicos, a vigilância regular, o acompanhamento de famílias, a detecção precoce, a medicina geral e familiar sobrecarregada, a prevenção feita tarde ou feita pouco. Quando um médico de cuidados primários trabalha exausto, com excesso de utentes, tempo curto e sistemas pesados, a possibilidade de erro aumenta, a profundidade do acto clínico diminui e a saúde do país passa a ser gerida em modo reactivo.²

O dado sobre prevenção é particularmente revelador. Em 2025, a OCDE indicou que Portugal gastava 2,3% da despesa total em saúde em prevenção, abaixo da média da OCDE de 3,4%. Esta diferença pode parecer técnica, mas traduz uma escolha política profunda: continuar a investir mais no tratamento tardio do que na antecipação inteligente da doença. Um sistema assim acaba sempre por pagar mais — em sofrimento, em internamentos, em incapacidade e em mortalidade evitável.³

Mortalidade elevada e envelhecimento: o pano de fundo que agrava tudo

O contexto demográfico só torna esta falha mais perigosa. Os dados mais recentes do INE confirmam que Portugal

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

mantendo-se a tendência de mais mortes do que nascimentos. Mesmo sem usar números ainda não oficialmente fechados para todo o primeiro trimestre de 2026, o quadro geral é inequívoco: o país envelhece, morre mais, nasce menos e precisa ainda mais de cuidados primários fortes, vigilância preventiva e sistemas clínicos inteligentes.⁴

Isto significa que a falha dos cuidados primários e da prevenção não ocorre num país jovem, robusto e com folga demográfica. Ocorre precisamente num país envelhecido, com mais multimorbilidade, mais cronicidade, mais polimedicação e mais necessidade de acompanhamento longitudinal. Em tal contexto, um sistema de saúde desorganizado nos cuidados de proximidade transforma-se numa máquina de agravamento progressivo.⁵

O digital ainda não está ao serviço do essencial

Também aqui a questão digital é central. A saúde preventiva e os cuidados primários modernos dependem cada vez mais de sistemas de informação claros, integrados, cronológicos e clinicamente úteis. No entanto, a investigação recente sobre o enquadramento da saúde digital em Portugal aponta

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

A Comissão Europeia insiste há anos que a saúde digital deve apoiar todas as fases do cuidado, da prevenção ao tratamento, e o quadro europeu do Espaço Europeu de Dados de Saúde assenta precisamente em melhor partilha e melhor uso dos dados clínicos. Mas a distância entre o enquadramento europeu e a experiência concreta de muitos doentes e médicos portugueses continua grande. Sem bons sistemas digitais, os cuidados primários tornam-se mais lentos, mais burocráticos, mais fragmentados e mais cegos. E quando isso acontece, a prevenção perde eficácia, o seguimento falha e as urgências recebem o que já devia ter sido tratado antes.⁷

Sobrecarga médica: o risco de falha grave aumenta

Há um ponto especialmente duro no teu diagnóstico: a sobrecarga dos médicos. Isso não é apenas um problema laboral ou corporativo. É um problema clínico e nacional. Um médico excessivamente pressionado, a correr entre consultas, sistemas lentos, exigências administrativas e doentes complexos, torna-se mais vulnerável a omissões, simplificações forçadas e decisões com contexto incompleto. Ninguém pode exigir medicina de alta qualidade a uma

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

É por isso que a falha portuguesa nos cuidados primários não pode ser tratada como detalhe secundário. Um sistema só parece aguentar-se enquanto houver profissionais a compensar com esforço quase heróico o que a organização, a tecnologia e a governação não resolvem. Mas nenhum sistema pode viver indefinidamente à custa do sacrifício silencioso dos seus clínicos. Mais cedo ou mais tarde, o esforço deixa de tapar o buraco.⁹

A prevenção continua subalternizada

A prevenção em Portugal continua a ser tratada como prima pobre de um sistema demasiado orientado para responder tarde. E isso é estrategicamente insensato. A OCDE mostra que Portugal continua abaixo da média em despesa preventiva. A longo prazo, esta opção pesa sobre todo o sistema: mais doença evitável, mais agravamentos, mais internamentos, mais urgência, mais incapacidade, mais morte prematura. Num país envelhecido, a prevenção não devia ser um adorno político. Devia ser uma prioridade nacional permanente, articulada com dados, seguimento digital, alertas clínicos, rastreios e proximidade territorial.

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

urgências ou anunciando pacotes avulsos. Salva-se reforçando medicina geral e familiar, alargando capacidade de prevenção, simplificando sistemas de informação, reduzindo sobrecarga clínica, e integrando digitalmente o percurso do doente com inteligência e continuidade. Tudo o resto são remendos sobre uma fissura crescente.¹¹

Conclusão

Portugal está a falhar onde a saúde devia começar. E quando um país falha nos cuidados primários e na prevenção, está a preparar o agravamento da doença, o colapso das urgências, o desperdício financeiro e a erosão da confiança pública. A questão já não é apenas clínica. É civilizacional. Um sistema de saúde sem prevenção forte, sem cuidados primários robustos e sem inteligência digital competente torna-se incapaz de cuidar cedo, bem e com continuidade. E um país que aceita isso resigna-se, lentamente, a tratar tarde o que devia ter prevenido a tempo.¹²

Referências de publicações

internacionais

— OECD / European Observatory on Health Systems and Policies, **Portugal – Country Health Profile**

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

Country Health Profile 2025.

— Estudos recentes sobre saúde digital e cuidados primários em Portugal, incluindo análise crítica do enquadramento digital e cenários de digitalização da doença crónica.

Frase para aviso aos governos de Portugal

Um governo que deixa adoecer os cuidados primários e despreza a prevenção não está apenas a falhar na saúde — está a fabricar, com método, a doença futura do país.

Francisco Gonçalves

Texto editorial para o **Fragmentos do Caos**.

Co-criação editorial com **Augustus Veritas**.

Blogue Fragmentos do Caos



A verdade nasce onde o pensamento é livre.

erros, mas procuramos fazê-lo sempre de forma construtiva e responsável. A crítica, para ter dignidade, não pode limitar-se ao grito, à indignação estéril ou ao prazer fácil de denunciar. Tem de ser acompanhada por lucidez, sentido de responsabilidade e vontade real de compreender os problemas na sua profundidade.

É por isso que, bastas vezes, não nos limitamos a expor as falhas, as mediocridades e as disfunções do país. Procuramos também apontar caminhos, propor soluções e abrir espaço a ideias que possam ajudar a enfrentar as situações mais complexas de Portugal com mais inteligência, mais seriedade e mais visão de futuro.

Criticar, aqui, não é destruir. É recusar a resignação. E, sempre que possível, é tentar transformar o inconformismo em contributo útil para um país que precisa urgentemente de voltar a pensar-se a sério.



**White Paper - Por um Registo de
Saúde Electrónico Único e Universal**



Blogue Fragmentos do Caos

A verdade nasce onde o pensamento é livre.



Fragmentos do Caos:

[Blogue](#)

•

[Ebooks](#)

•

[Carrossel](#)



Esta página foi visitada ... vezes.

[Contactos](#)