

OK telecoaching, boa tarde, fala a Ana Paula

Rafaela Lacerda · 03.10.2026

SAÚDE · POLÍTICA · ECONOMIA

Será a saúde mental um luxo apenas ao alcance de quem tem dinheiro para uma consulta no privado, ou uma necessidade de todos, que, provavelmente, evitaria o consumo desmedido de benzodiazepinas, tornando Portugal no primeiro país da Europa e terceiro do mundo no consumo destes medicamentos ansiolíticos?

Estamos num período peculiar da nossa vida, o PGEC. Não, não me enganei. É mesmo PGEC — processo de gustavização em curso. Passo a explicar. O Ministério da Saúde vai esbanjar, perdão, investir, cerca de 900 mil euros do erário público num programa de *coaching* de saúde do SNS, esperando resolver os problemas que o serviço nacional de saúde enfrenta. E quem serão estes *coaches*? São «especialistas em plataformas digitais de saúde» com «formação em mudança de comportamento e literacia». O que quer isto dizer?

Na realidade, ninguém sabe. O que se sabe é que não há obrigatoriedade de estes profissionais serem médicos, enfermeiros, psicólogos ou quaisquer outros técnicos de saúde devidamente reconhecidos pelas respectivas ordens. O caminho está, pois aberto aos Gustavos Santos deste mundo e às suas teorias. Será que a formação em mudança de comportamento e literacia preconiza ensinar o cidadão a aprender a fazer refeições saudáveis, não fumar, beber muita água, dormir oito horas e ir ao SPA para não ter cancro?

Assistimos ao cada vez mais flagrante desmantelamento do SNS e à tentativa de convencimento da população de que ir ao privado é uma inevitabilidade.

Vou falar-lhes da minha mãe. Em plena pandemia, foi diagnosticada com dois cancros malignos ao mesmo tempo. À data do diagnóstico, fazia isto tudo, excepto dormir oito horas e ir ao SPA, pois a vida de uma pessoa que trabalha de mais e ganha de menos não se coaduna com este estilo de vida tão «saudável» — será o proletariado a raiz da cancerigénese? Por sorte, foram cancros operáveis e foi devidamente acompanhada pelo SNS. Agora, é apenas mais uma doente oncológica esquecida pelo sistema, apesar dos outros dois tumores que surgiram entretanto. De vez em quando, lá a chamam para fazer um exame e medir o tamanho dos ditos, na esperança de que nenhum tenha a veleidade de crescer nem de malignizar. Mas, que tolice, para quê exames, se ela irá poder usufruir de um *coach*? Um *coach* que lhe dirá palavras de encorajamento e valorização da autoestima, e de motivação para ultrapassar mais um momen... Sim, sim, mas... e os exames? E as consultas com o médico? E o psicólogo? E o nutricionista? E tudo aquilo que é da responsabilidade do SNS providenciar aos utentes e que está a ser

alienado aos privados? Até quando vamos permitir que o governo desvie, não encontro outra palavra mais suave, fundos pagos pelos contribuintes, que deveriam ser usados para melhorar o funcionamento do serviço nacional de saúde, para as redes de prestadores privados?

O Estado português é o maior financiador dos operadores de saúde privados do nosso país graças às parcerias público-privadas. Sem a contribuição pública, decerto, estes já não existiriam, por isso, os sucessivos governos que vamos tendo continuam a alimentar o logro de fingir que ainda querem bem ao SNS. A actual governação está descaradamente a deixar cair esta máscara. Em vez disso, assistimos ao cada vez mais flagrante desmantelamento do SNS e à tentativa de convencimento da população de que ir ao privado é uma inevitabilidade.

Porém, qual a necessidade de gastar milhões em exames feitos em entidades privadas, se com esse dinheiro, ou, provavelmente, muito menos, se poderiam equipar os hospitais públicos e os centros de saúde com o material adequado à realização desses exames? Para quê entregar a gestão dos hospitais aos privados se poderiam contratar-se profissionais para fazer esse trabalho de forma competente e sem interesses corporativos a condicionar a sua actuação? É toda esta lógica mercantilista que está também por detrás da criação deste putativo serviço de *coaching*, que só irá cavar ainda mais o buraco orçamental do Ministério da Saúde e retirar verbas de onde elas são de facto essenciais: do reforço de profissionais de saúde qualificados no SNS, do aumento do número de camas disponíveis para internamentos, do aumento de equipamentos e recursos para tratamentos ambulatoriais.

O reforço de verbas no SNS seria também fundamental para incluir áreas basilares à saúde dos utentes que estão excluídas ou negligenciadas.

O reforço de verbas no SNS seria também fundamental para incluir áreas basilares à saúde dos utentes que estão excluídas ou negligenciadas. Quantos têm consultas de psicologia? Será a saúde mental um luxo apenas ao alcance de quem tem dinheiro para uma consulta no privado, ou uma necessidade de todos, que, provavelmente, evitaria o consumo desmedido de benzodiazepinas, tornando Portugal no primeiro país da Europa e terceiro do mundo no consumo destes medicamentos ansiolíticos?

E esse reforço de verbas seria também fundamental para incluir as terapias necessárias a pessoas neurodivergentes, como as no espectro do autismo, com perturbação de hiperactividade e défice de atenção, entre outras, que precisam de terapia ocupacional, terapia da fala, psicomotricidade, ou similares, no serviço nacional de saúde. Estas são as reais faltas no SNS, entre outras tantas que não cabe aqui enumerar.

Quanto aos *coaches*, é possível que tenham o alto patrocínio de um qualquer grupo farmacêutico. Ou agência funerária.