

# Portugal: Um País Onde o Ibuprofeno Já Devia Ter Assento Parlamentar

written by Paulo Moreira | 27 de Maio, 2026

**OCIDADÃO**  
Journalismo Livre

**CRÓNICA**  
Paulo Moreira



Há países conhecidos pelo vinho. Outros pela tecnologia. Alguns pela inovação. Portugal, com persistência e visão estratégica, caminha rapidamente para se tornar uma potência farmacêutica emocional.

A despesa do SNS com medicamentos ultrapassou os 4,4 mil milhões de euros. Um novo máximo.

Mais 60% desde a pandemia. Uma conquista nacional que merecia, no mínimo, fogo-de-artifício patrocinado por uma multinacional suíça.

E, no entanto, continuamos a fazer a pergunta errada.

Não devíamos perguntar porque gastamos tanto em medicamentos.

Devíamos perguntar: como é que ainda há portugueses vivos sem medicação?

Vivemos na era dourada da saúde performativa. Nunca houve tantos especialistas em bem-estar.

O cidadão moderno acorda com um podcast sobre longevidade, bebe colagénio hidrolisado, faz jejum intermitente, corre dez quilómetros, mede o sono com um relógio de 400 euros e termina o dia ansioso porque não conseguiu atingir o equilíbrio emocional recomendado por um influencer divorciado três vezes.

Nunca se falou tanto de saúde.

E nunca estivemos tão medicados.

É extraordinário.

A televisão explica-nos diariamente que caminhar faz bem. A rádio diz para reduzir o stress. As redes sociais ensinam respiração consciente entre anúncios de apostas online e créditos pessoais. Tudo muito equilibrado.

Depois, claro, admiram-se que a oncologia dispare, que a ansiedade expluda, que a depressão aumente e que o SNS pareça uma espécie de Netflix farmacológica em subscrição permanente.

Mas sejamos justos: o problema não é viver mais. Isso é uma vitória civilizacional. Há 30 anos, muitas doenças eram praticamente um aviso fúnebre com papel timbrado. Hoje sobrevivemos a coisas que antes nos matavam rapidamente.

A medicina fez milagres.

Nós é que transformámos os milagres em modelo de negócio emocional.

Porque o cidadão contemporâneo não quer apenas viver mais. Quer viver eternamente jovem,

produtivo, magro, zen, hidratado, tonificado, sexualmente ativo, mentalmente estável, financeiramente sustentável e com intestino funcional. Tudo isto dormindo cinco horas por noite e respondendo a emails às 23h47.

Naturalmente, o corpo acaba por apresentar uma reclamação formal.

Depois há um detalhe magnífico nos números: as maiores despesas com medicamentos concentram-se em Lisboa, Coimbra e Porto.

Ou seja, precisamente nos sítios onde toda a gente vive “perto de tudo”.

Perto do trânsito.

Perto da poluição.

Perto da renda impossível.

Perto da ansiedade.

Perto de reuniões que podiam ser emails.

Perto de vizinhos que fazem obras ao domingo.

Talvez o interior do país esteja vazio não por abandono político, mas por excesso de saúde.

Talvez em Trás-os-Montes ainda exista a perigosa prática de dormir em silêncio. Talvez no

Alentejo haja pessoas a cometer o radicalismo cardiovascular de almoçar sem pressa. Talvez o

grande escândalo nacional seja existirem zonas onde o cortisol ainda não tem cobertura 5G.

E nós, urbanos sofisticados, olhamos para isso com superioridade enquanto tomamos um

ansiolítico para conseguir enfrentar a fila da Segunda Circular.

Entretanto, o SNS continua a gastar milhares de milhões. E gastará ainda mais. Porque

descobrimos uma verdade inconveniente: a medicina moderna consegue prolongar quase tudo,

menos o bom senso coletivo.

Criámos uma sociedade tão artificialmente acelerada que já não distinguimos sintomas de estilo de vida.

Estamos cansados? Medicação.

Ansiosos? Medicação.

Tristes? Medicação.

Solitários? Aplicações.

Exaustos? Café.

Insónia? Melatonina.

Efeitos secundários? Outra caixa.

Daqui a uns anos talvez o Ministério da Saúde e a indústria farmacêutica façam finalmente aquilo que o mercado exige: lançar um cartão de fidelização.

*“Acumule pontos na sua hipertensão e receba um antidepressivo grátis.”*

E no meio desta comédia clínica nacional continuamos a discutir a velha questão filosófica.

Quem nasceu primeiro: a doença ou a cura?

A este ritmo, arrisco uma terceira hipótese.

Nasceu primeiro o negócio.