

Quem será o doente de 2030? – Estudo descreve o doente do futuro e prevê mudança de paradigma

written by O Cidadão | 24 de Maio, 2026



Para o indivíduo de 2030, o foco desloca-se da doença para a saúde, o que o leva a fazer escolhas constantes sobre **sono, exercício e alimentação para evitar doenças**. Torna-se alguém ativo, bem conectado e com melhor qualidade de vida, que vê a morte e a doença como algo cada vez menos natural, procurando ativamente a longevidade.

No entanto, **a barreira económica** ameaça dividir os doentes em dois tipos distintos, criando uma dualidade entre aqueles que têm acesso pleno a estas ferramentas de prevenção e longevidade e os que permanecem excluídos deste novo

paradigma. Ao doente privilegiado, com acesso a serviços de saúde privados, altamente informado, com poder de compra para dispositivos de última geração, que procura ativamente longevidade (que o dinheiro pode comprar), junta-se um doente desfavorecido, com cada vez menos recursos, muita informação via redes sociais, **mas sem capacidade de gestão, sujeito a cuidados demorados no setor público.**

Um fosso que é também sociocultural, educacional e geográfico, o que se traduz no objetivo último: **enquanto um procura longevidade, o outro procura sobrevivência.**

No que diz respeito ao Serviço Nacional de Saúde (SNS), **o doente do futuro está frustrado**, ainda que mais consciente e capacitado. **A insatisfação com a prestação de cuidados de saúde em Portugal** vai continuar a existir, mas uma maior consciência do contexto e acesso a dados dotam o doente de ferramentas que tornam mais fácil ultrapassar os vários obstáculos que se lhe colocam e que lhe permitem tomar decisões mais informadas e com mais confiança.

A medicina de precisão será cada vez mais uma realidade, ainda que se faça a duas velocidades: temos o doente cada vez mais ligado a dispositivos com dados de saúde física, mental, carga genética, ADN, etc., com acesso a recursos e diagnóstico rápido; e o doente que, apesar de ter acesso à informação, não tem fácil acesso a diagnóstico e tratamento, **ficando perdido num “mar de informação” sem saída.**

Tudo isto terá profundas implicações para os sistemas de saúde, mas também abrirá **oportunidades importantes**. O SNS poderá simplificar processos administrativos e integrar verdadeiramente a jornada do doente através de sistemas interoperáveis, conectando **entidades públicas, privadas e sociais**. Os percursos clínicos tornam-se mais otimizados, enquanto os profissionais de saúde evoluem para um papel mais estratégico: atuar como decisores e intérpretes em casos complexos, **humanizando as escolhas clínicas.**

Os prestadores de cuidados e demais stakeholders têm agora a responsabilidade de curar a informação que publicam, garantindo qualidade e rigor através de parcerias estratégicas. As associações de doentes podem liderar a capacitação digital dos utentes, preparando-os para navegar com confiança na era da informação e do acesso digital, o que implica desenhar serviços híbridos que combinem o presencial e o digital de forma integrada, com navegação assistida, literacia reforçada e contacto humano sempre disponível.

Por fim, a comunidade, farmácias, cuidadores, associações, pode assumir-se como ponte essencial: facilitando o acesso à informação, ajudando a descodificá-la e apoiando os doentes ao longo de toda a jornada de cuidados.

O estudo identifica ainda vários tipos de doentes: o idoso frágil, que vive, muitas vezes, em contexto de isolamento social, precisa frequentemente de apoio e sente-se inseguro quanto ao futuro, sobretudo se surgir uma doença grave, porque antecipa esperas longas e dificuldade de acesso; a pessoa com doença crónica, que usa intensivamente a tecnologia, mas vive vários dilemas na gestão da informação e dos dados; o “doente ideal”, que é informado, preventivo e exigente, vive numa relação estreita com a IA e com dados, mas continua a precisar de profissionais e de um ecossistema regulado e colaborativo para que esse potencial seja seguro e real e, finalmente, a “pessoa saudável” e hiperconectada, preventiva, informada e que procura ativamente o bem-estar e o controlo total sobre a sua saúde.

OC/AJS