



PLSBA

PLANO LOCAL DE SAÚDE DO BAIXO ALENTEJO

Plano de Comunicação

Conteúdo

1. Introdução.....	3
2. Objetivos do Plano de Comunicação	4
3. Público-Alvo	6
3.1. Público-Alvo - Internos	6
3.1.1. Profissionais de Saúde.....	6
3.2. Público-Alvo - Externos	6
3.2.1. População Geral	6
3.2.2. Grupos Vulneráveis.....	7
3.2.3. <i>Stakeholders</i> e Parceiros Institucionais fora do setor da saúde	7
3.2.3. <i>Stakeholders</i> e Parceiros Institucionais dentro do setor da saúde	7
4. Mensagens-Chave	9
5. Canais de Comunicação	10
5.1. Meios Digitais	10
5.1.1. Website Institucional – www.plsba.ulsba.min-saude.pt	10
5.1.2. Redes Sociais.....	10
5.1.3. Newsletter Digital – E-mail.....	10
5.1.4. Aplicações e Plataformas Interativas.....	10
5.2. Meios Tradicionais	11
5.2.1. Rádio Local e Regional.....	11
5.2.2. Jornais e Revistas Regionais	11
5.2.3. Cartazes, Folhetos e Brochuras	11
5.2.4. Comunicação Direta por SMS e Chamadas Telefónicas	11
5.3. Eventos e Ações Presenciais	11
5.3.1. Sessões Informativas e Workshops	11
5.3.2. Feiras de Saúde e Eventos Comunitários	11
5.3.3. Visitas Domiciliárias e Atendimento de Proximidade	12
5.3.4. Encontros com <i>Stakeholders</i> e Fóruns de Participação.....	12
5.4. Comunicação Omnichannel.....	12
6. Estratégias de Comunicação	13

6.1. Comunicação Direcionada e Personalizada	13
6.2. Linguagem Clara, Acessível e Inclusiva.....	13
6.3. Abordagem Multicanal e Sinergia entre Plataformas	13
6.4. Campanhas Temáticas e Sensibilização Contínua	14
6.5. Envolvimento da Comunidade e Comunicação Participativa	14
6.6. Parcerias Estratégicas para Amplificação das Mensagens	14
6.7. Monitorização e Ajuste Contínuo da Comunicação	14
7. Conclusão	16

1. Introdução

A comunicação desempenha um papel fundamental na promoção da saúde, especialmente em contextos locais, onde a proximidade com a comunidade permite uma abordagem mais direcionada e eficaz. O Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo (PLSBA) constitui um instrumento estratégico essencial para a identificação das prioridades de saúde da região, bem como para o planeamento e implementação de ações que visam melhorar o bem-estar da população.

O presente Plano de Comunicação surge como uma componente essencial para apoiar a execução do PLSBA, assegurando que a informação relevante seja disseminada de forma clara, acessível e adequada. Este plano visa não apenas informar, mas também sensibilizar e mobilizar os diferentes públicos-alvo para a importância das ações previstas, fomentando uma participação ativa e colaborativa na promoção da saúde no Baixo Alentejo.

Face ao diagnóstico realizado, o Plano de Comunicação reflete o compromisso com a transparência, a inclusão e a partilha de responsabilidades entre as entidades envolvidas e a comunidade. Ao garantir que as mensagens-chave do PLSBA alcancem todos os segmentos da população, procura-se criar um ambiente de confiança e corresponsabilidade.

2. Objetivos do Plano de Comunicação

O Plano de Comunicação do Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo (PLSBA) foi concebido para garantir que as estratégias e ações de saúde alcancem os diferentes públicos de forma eficaz e impactante. Para tal, este plano estabelece um conjunto de objetivos gerais e específicos que orientam as atividades de comunicação, assegurando a mobilização da comunidade e o alinhamento com as metas globais do PLSBA.

Estes objetivos tiveram por base os propósitos gerais do Plano Nacional de Saúde que consistem em: fazer as melhores escolhas, focando no que é mais importante; alinhar cada parte interessada, no sentido do trabalho conjunto, orientando e facilitando a construção de um compromisso social; potenciar o PNS para a governação em saúde.

Objetivos Gerais

- **Informar** sobre a existência do documento e a sua natureza de base populacional e quais as suas linhas de atuação.
- **Motivar** os diferentes intervenientes, incluindo-os plenamente em todas as fases.
- Facilitar o acesso à informação sobre o estado da saúde da população, garantindo que todos os grupos populacionais tenham as ferramentas necessárias para tomar decisões informadas sobre a sua saúde.
- **Envolver** e promover a consciencialização dos diferentes públicos-alvo na implementação do PLSBA, assegurando que todos compreendem e valorizam o impacto das ações desenvolvidas.
- Reforçar a transparência e a confiança entre a população e os órgãos responsáveis pela execução do PLSBA, através de uma comunicação clara, consistente e acessível.
- **Avaliar** o progresso de cada etapa garantindo a natureza cíclica e evolutiva do PLSBA.

Objetivos Específicos

- **Informar** sobre a existência do documento, bem como a sua natureza de base populacional e linhas de atuação.
- **Divulgar** as prioridades e metas do PLSBA de forma clara e compreensível, promovendo o alinhamento entre todos os públicos-alvo.
- **Promover** a adoção de comportamentos saudáveis e a prevenção de doenças, através de campanhas de sensibilização adaptadas aos principais determinantes de saúde da região.

- Garantir a **inclusão** de todos os segmentos da população, com especial atenção aos grupos mais vulneráveis, como idosos, crianças, pessoas com doenças crónicas ou comunidades em risco de exclusão.
- Criar redes colaborativas e relações de confiança.
- **Mobilizar** a participação ativa da comunidade em eventos e iniciativas relacionadas com o PLSBA, estimulando o sentimento de responsabilidade partilhada na melhoria da sua saúde.
- Criar e fortalecer parcerias estratégicas e **motivar** os diferentes intervenientes na participação ativa do projeto colaborativo, para ampliar o alcance das mensagens e ações.
- **Monitorizar** a eficácia das estratégias de comunicação, utilizando indicadores quantitativos e qualitativos para avaliar o impacto das atividades e ajustar as abordagens conforme necessário em cada etapa.

Estes objetivos refletem a ambição de implementar uma comunicação integrada e participativa, que vá além da simples disseminação de informação. O foco reside na construção de um diálogo contínuo e bidirecional entre os diferentes atores envolvidos, promovendo um ambiente colaborativo e orientado para a melhoria da saúde e qualidade de vida no Baixo Alentejo, alinhados com os princípios orientadores do Plano Nacional de Saúde (PNS).

3. Público-Alvo

O sucesso do Plano de Comunicação para o PLSBA depende da identificação precisa e da segmentação adequada dos públicos-alvo.

Assumindo-se como um instrumento de gestão, de mudança, colaborativo e de comunicação interna e externa este plano deverá ser capaz de criar sinergias e parcerias relevantes.

Cada grupo tem necessidades, interesses e níveis de acesso à informação distintos, o que exige uma abordagem personalizada e estratégias adaptadas para garantir a eficácia da comunicação.

3.1. Público-Alvo - Internos

O Público-Alvo interno está segmentado em vários grupos como o Ministério da Saúde, Direção Geral da Saúde, Coordenação do PNS, Profissionais de Saúde entre outros.

3.1.1. Profissionais de Saúde

- Descrição: Médicos, enfermeiros, técnicos de diagnóstico, assistentes sociais e outros profissionais que trabalham na rede da ULS do Baixo Alentejo.
- Necessidades de comunicação: Atualização constante sobre as ações do PLSBA, recursos disponíveis e formação específica para melhorar a capacidade de comunicação com os utentes.
- Objetivo: alinhar os profissionais com os objetivos do PLSBA, reforçar a colaboração entre equipas e aumentar a eficácia na prestação de cuidados.

3.2. Público-Alvo - Externos

O Público-Alvo externo está segmentado em vários grupos como a população geral, grupos vulneráveis, *stakeholders* e parceiros fora do setor da saúde, *stakeholders* e parceiros dentro do setor da saúde e a Comunicação Social.

3.2.1. População Geral

- Descrição: inclui todos os residentes da região do Baixo Alentejo, abrangendo diferentes faixas etárias, condições socioeconómicas e níveis educacionais.
- Necessidades de comunicação: Acesso a informações claras e acessíveis sobre saúde, serviços disponíveis e eventos comunitários.
- Objetivo: promover estilos de vida saudáveis, aumentar a adesão às ações de saúde e incentivar a participação ativa nas iniciativas locais.

3.2.2. Grupos Vulneráveis

- Descrição: Subgrupos da população que enfrentam maiores desafios no acesso à saúde e à informação, incluindo:
 - Idosos, especialmente aqueles com mobilidade reduzida ou isolamento social.
 - Crianças e jovens em idade escolar.
 - Pessoas com doenças crónicas ou deficiência.
 - Comunidades em situação de risco de exclusão social ou económica.
- Necessidades de comunicação: Materiais adaptados em linguagem simples, recursos visuais, formatos acessíveis e campanhas direcionadas.
- Objetivo: garantir inclusão, aumentar o acesso à informação e promover o uso de serviços específicos para cada grupo.

3.2.3. Stakeholders e Parceiros Institucionais fora do setor da saúde

- Descrição: Entidades públicas, privadas e da sociedade civil que desempenham um papel importante na execução e divulgação do PLS, incluindo:
 - Autarquias;
 - Escolas e instituições de ensino geral;
 - Associações comunitárias e culturais;
 - Organizações não governamentais (ONGs);
 - Empresas locais.
- Necessidades de comunicação: Informações detalhadas sobre como colaborar no plano, bem como acesso a materiais de apoio para replicação de mensagens e iniciativas.
- Objetivo: fomentar parcerias estratégicas e garantir o alinhamento com as ações de saúde do PLSBA.

3.2.3. Stakeholders e Parceiros Institucionais dentro do setor da saúde

- Descrição: Entidades públicas, privadas e da sociedade civil que desempenham um papel importante na execução e divulgação do PLS que atuam dentro do setor da saúde, incluindo:
 - Farmácias;
 - Clínicas;
 - Escola Superior de Saúde de Beja.
 - Organizações não governamentais (ONGs) como a Liga Portuguesa Contra o Cancro.
- Necessidades de comunicação: Informações detalhadas sobre como colaborar no plano, bem como acesso a materiais de apoio para replicação de mensagens e iniciativas.
- Objetivo: fomentar parcerias estratégicas e garantir o alinhamento com as ações de saúde do PLSBA.

A segmentação do público-alvo permite criar uma comunicação direcionada e eficiente, garantindo que as mensagens do PLSBA cheguem a todos os grupos de forma inclusiva, acessível e impactante.

4. Mensagens-Chave

As mensagens-chave desempenham um papel central no sucesso do Plano de Comunicação, pois são a base para informar, sensibilizar e mobilizar os diferentes públicos-alvo.

Essas mensagens devem ser claras, consistentes e adaptadas às características e necessidades de cada segmento do público.

As mensagens serão definidas em função de cada um dos objetivos definidos, das características e necessidades de cada público alvo, podendo ser ainda mais personalizadas.

As mensagens-chave, deverão estar em linha com as mensagens-chave associadas ao PNS 2030 e que devem ser amplamente transmitidas, como por exemplo:

- O PNS é um processo colaborativo em construção, mesmo durante a sua implementação;
- É um instrumento que orienta e influencia as políticas públicas;
- Participar no PNS é poder influenciar o estado da saúde em Portugal nos próximos 10 anos;
- Todos somos atores de saúde e temos a possibilidade e a responsabilidade de participar na sua construção;
- A participação de todos é essencial para alcançar ‘Saúde Sustentável: de Todos para Todos.

As mensagens-chave serão continuamente avaliadas e ajustadas com base no feedback da comunidade e nos resultados das campanhas, assegurando que permaneçam relevantes, eficazes e alinhadas com as necessidades da população e dos *stakeholders*.

5. Canais de Comunicação

Para garantir que as mensagens do Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo alcancem eficazmente todos os públicos-alvo, é fundamental utilizar uma abordagem multicanal. A escolha dos canais de comunicação deve considerar a acessibilidade, os hábitos de consumo de informação e a capacidade de adaptação das mensagens a diferentes formatos.

A seguir, apresentam-se os principais canais de comunicação a serem utilizados, organizados em três grandes grupos: **meios digitais**, **meios tradicionais** e **eventos e ações presenciais**.

5.1. Meios Digitais

Os meios digitais permitem uma comunicação rápida, acessível e interativa, facilitando o alcance de diferentes públicos e a disseminação de mensagens de forma eficaz.

5.1.1. Website Institucional – www.plsba.ulsba.min-saude.pt

- **Objetivo:** servir como repositório central de informações sobre o PLSBA, incluindo documentos, notícias, relatórios, materiais educativos e calendário de eventos.
- **Funcionalidades:**
 - Página de Perguntas Frequentes (FAQ) para esclarecer dúvidas da população.
 - Secção de downloads de materiais informativos.
 - Formulário de contato para sugestões e esclarecimentos.
 - Base de dados com a caracterização da região.

5.1.2. Redes Sociais

- **Plataformas:** Facebook, Instagram, LinkedIn e YouTube.
- **Objetivo:** Divulgação de campanhas de saúde, eventos, testemunhos, boas práticas e informações atualizadas sobre o PLS.
- **Formatos:** Publicações, vídeos curtos, transmissões ao vivo, infográficos e interações diretas com a comunidade.

5.1.3. Newsletter Digital – E-mail

- **Objetivo:** manter os *stakeholders* e a população informados sobre as atividades do PLS através de atualizações periódicas.
- **Público-alvo:** Profissionais de saúde, parceiros institucionais e cidadãos interessados.

5.1.4. Aplicações e Plataformas Interativas

- Utilizar plataformas digitais como a App MyULSBA para a divulgação de informações e envolvimento da população.

5.2. Meios Tradicionais

Embora os meios digitais sejam amplamente utilizados, os meios tradicionais continuam a ser essenciais para atingir públicos que não têm acesso regular à internet ou preferem formatos convencionais.

5.2.1. Rádio Local e Regional

- Parcerias com rádios locais e regionais para divulgar campanhas e entrevistas com profissionais de saúde.
- Formatos: Programas temáticos sobre saúde, testemunhos de utentes, esclarecimento de dúvidas sobre o PLSBA.

5.2.2. Jornais e Revistas Regionais

- Publicação de artigos, entrevistas e anúncios sobre os objetivos e ações do PLSBA.
- Distribuição de suplementos informativos focados em temas de saúde.

5.2.3. Cartazes, Folhetos e Brochuras

- Afixação de cartazes e distribuição de folhetos em locais estratégicos:
 - Centros de saúde e hospitais.
 - Escolas, universidades e bibliotecas.
 - Mercados, farmácias e espaços de comércio local.
 - Juntas de freguesia e outros edifícios públicos.

5.2.4. Comunicação Direta por SMS e Chamadas Telefónicas

- Envio de lembretes e notificações sobre campanhas de vacinação, rastreios e eventos de saúde.
- Canal útil para públicos vulneráveis, como idosos e pessoas com dificuldades no acesso digital.

5.3. Eventos e Ações Presenciais

A comunicação presencial permite criar um envolvimento direto com a população, promovendo a proximidade e a participação ativa nas iniciativas do PLSBA.

5.3.1. Sessões Informativas e Workshops

- Objetivo: sensibilizar e educar a comunidade sobre temas de saúde prioritários.
- Público-alvo: População em geral, profissionais de saúde, escolas e empresas.
- Temas: Foco nos Problemas de saúde priorizados no PLSBA, alimentação saudável, atividade física, prevenção de doenças crónicas, saúde mental, entre outros.

5.3.2. Feiras de Saúde e Eventos Comunitários

- Organização de ações em locais de grande circulação para oferecer serviços gratuitos de rastreio, aconselhamento e promoção da saúde.

- Parcerias com autarquias, associações locais e empresas para aumentar o impacto.

5.3.3. Visitas Domiciliárias e Atendimento de Proximidade

- Estratégia voltada para idosos, doentes crónicos e populações vulneráveis.
- Informação personalizada sobre serviços de saúde e programas de apoio disponíveis.

5.3.4. Encontros com *Stakeholders* e Fóruns de Participação

- Reuniões periódicas para envolver autarquias, associações e profissionais na implementação e melhoria contínua do PLSBA.
- Criação de espaços de escuta ativa e construção de soluções com a comunidade.

5.4. Comunicação Omnichannel

Para maximizar o impacto da comunicação, os diferentes canais serão utilizados de forma integrada e em simultâneo, garantindo que as mensagens chegam ao maior número possível de cidadãos dentro do público-alvo.

A escolha diversificada de canais assegura que a comunicação seja eficaz, acessível e inclusiva, permitindo que todos os cidadãos do Baixo Alentejo tenham acesso à informação necessária para cuidar da sua saúde e participar ativamente no PLSBA.

6. Estratégias de Comunicação

A definição de estratégias de comunicação eficazes é essencial para garantir que as mensagens do Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo sejam transmitidas de forma clara, acessível e impactante. Estas estratégias devem considerar as características dos diferentes públicos-alvo, a diversidade dos canais de comunicação e a necessidade de adaptação contínua conforme o progresso da implementação do PLSBA.

A seguir, apresentam-se as principais estratégias que serão utilizadas para fortalecer a comunicação do plano.

6.1. Comunicação Direcionada e Personalizada

Para aumentar o impacto da comunicação, as mensagens serão ajustadas às necessidades e expectativas de cada público-alvo, utilizando uma linguagem e um formato adequados.

- **Exemplo:** para os idosos, serão utilizados materiais impressos com linguagem acessível e fontes de tamanho maior; para os jovens, a comunicação será mais dinâmica e visual, privilegiando as redes sociais.

6.2. Linguagem Clara, Acessível e Inclusiva

- Utilização de uma comunicação simples e objetiva, evitando linguagem técnica ou burocrática.
- Adaptação dos materiais para garantir acessibilidade, incluindo versões em braille, linguagem gestual e materiais em áudio para pessoas com deficiência visual.
- Tradução de materiais-chave para idiomas relevantes das comunidades migrantes na região.

6.3. Abordagem Multicanal e Sinergia entre Plataformas

- Integração de meios digitais (redes sociais, website, newsletter) e tradicionais (rádio, jornais, cartazes) para garantir um maior alcance.
- Criação de conteúdos adaptados a cada meio, por exemplo:
 - **Vídeos curtos e infográficos para redes sociais.**
 - **Artigos mais detalhados para o website e newsletter.**
 - **Testemunhos e entrevistas em rádio e televisão.**

6.4. Campanhas Temáticas e Sensibilização Contínua

- Lançamento de campanhas regulares sobre os problemas prioritizados, como:
 - Prevenção de doenças crónicas (diabetes, hipertensão arterial, obesidade).
 - Acidente Vascular Cerebral – AVC
 - Cancro do Pulmão, Traqueia e Brônquios
 - Saúde mental e bem-estar emocional.
 - Importância da vacinação e rastreios periódicos.
 - Promoção de hábitos saudáveis (alimentação e exercício físico).
- Utilização de datas comemorativas da saúde para reforçar mensagens (ex.: Dia Mundial da Saúde, Dia Mundial da Diabetes, etc.).

6.5. Envolvimento da Comunidade e Comunicação Participativa

- Promoção de espaços de diálogo, como fóruns comunitários e debates públicos, para ouvir as necessidades e sugestões da população.
- Incentivo à participação dos cidadãos na criação de conteúdos, como partilha de histórias e boas práticas na área da saúde.
- Criação de grupos de trabalho com organizações locais para definir estratégias conjuntas de comunicação e ação.

6.6. Parcerias Estratégicas para Amplificação das Mensagens

- Colaboração com autarquias, escolas, centros de saúde, farmácias e associações locais para divulgar mensagens do PLSBA.
- Envolvimento de figuras públicas e influenciadores locais para aumentar a adesão às campanhas.
- Estabelecer protocolos com a comunicação social para cobertura mediática das ações do PLSBA.

6.7. Monitorização e Ajuste Contínuo da Comunicação

- Acompanhamento do impacto das estratégias através de métricas como:
 - Número de interações nas redes sociais.
 - Participação em eventos e ações comunitárias.
 - Alcance das campanhas nos meios de comunicação.
- Aplicação de questionários e recolha de feedback para melhorar continuamente a abordagem comunicacional.

A adoção dessas estratégias garantirá que o Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo tenha uma comunicação eficaz, acessível e envolvente, promovendo o envolvimento da comunidade e facilitando o alcance dos seus objetivos.

7. Conclusão

O Plano de Comunicação do Plano Local de Saúde do Baixo Alentejo é uma ferramenta essencial para garantir a disseminação eficaz de informações sobre saúde, promovendo a sensibilização, o envolvimento da comunidade e a adoção de comportamentos saudáveis.

Através de uma estratégia bem estruturada, focada em públicos específicos, multicanal e com acompanhamento contínuo, este plano assegura que as mensagens do PLSBA sejam acessíveis, inclusivas e impactantes.

A implementação deste plano trará vários benefícios para a população e para os diversos *stakeholders* envolvidos:

- **Maior acesso à informação de qualidade** – Através da utilização de diferentes canais e formatos, será possível alcançar um público diversificado, garantindo que todos tenham acesso a conteúdos claros e relevantes sobre saúde.
- **Envolvimento da comunidade e *stakeholders*** – A comunicação participativa e o envolvimento de entidades locais fortalecerão a adesão às iniciativas de saúde e a criação de uma cultura de corresponsabilidade.
- **Promoção da literacia em saúde** – A aposta em conteúdos educativos e campanhas temáticas contribuirá para o aumento do conhecimento da população sobre prevenção de doenças e promoção do bem-estar.
- **Melhoria da articulação entre os diferentes atores do sistema de saúde** – O alinhamento das estratégias de comunicação facilitará a colaboração entre a ULSBA, autarquias, associações e outros parceiros locais.
- **Monitorização contínua e adaptação estratégica** – Através da análise de indicadores de desempenho e do feedback da comunidade, o plano será ajustado para garantir maior eficiência e impacto.

A comunicação eficaz é um dos pilares para o sucesso do PLSBA. Este plano permitirá não apenas divulgar informações sobre saúde, mas também mobilizar a população, incentivar mudanças de comportamento e fortalecer a rede de apoio comunitário.

Com um compromisso contínuo e um envolvimento ativo de todos os intervenientes, a comunicação desempenhará um papel crucial na **melhoria dos indicadores de saúde da região** e na construção de uma comunidade mais informada, consciente e saudável.



PLSBA

PLANO LOCAL DE SAÚDE DO BAIXO ALENTEJO