

Atividade de Micro-Aprendizagem  
LITERACIA DA SAUDE

**CITIZENS**  **ACCELERATOR**

# Atividade 1: Procurar, Entender, Usar!

## Objetivo:

- Incentivar os participantes a procurar na Internet, de forma autónoma, informações relacionadas com a saúde, estimar a compreensão das informações encontradas e avaliar a sua fiabilidade e qualidade

## Materiais:

- Computador /telemóvel
- papéis
- canetas
- descrição de situações
- checklists

## Duração:

- 30 minutos

## Descrição:

Divida os participantes em três grupos. A cada grupo é atribuída uma situação (ver "Situações" abaixo) em que têm de encontrar determinadas informações relacionadas com a saúde através de uma pesquisa na Internet. Durante a pesquisa, os participantes devem seguir a checklist (ver 'Checklist' abaixo) para os ajudar a avaliar a fiabilidade e a qualidade das páginas web e da informação que fornecem.

Para resolver a situação, os participantes devem:

- **Encontrar** a informação relevante para a situação e verificar se é fiável e de boa qualidade.
- **Compreender** a informação procurando mais explicações ou definições, discutindo a informação com outros colegas do grupo ou pedindo esclarecimentos ao facilitador/a.
- **Usar** a informação para resolver a situação.



## Situações

### Situação 1: Dor de estômago

Esteve num restaurante mexicano e tem agora uma dor de estômago moderada devido à comida picante que não costuma comer. Em vez de ir ao médico, quer pesquisar na Internet para encontrar informações sobre o que pode ter na sua casa para ajudar a reduzir a dor.

1. Procure informações utilizando o seu telemóvel ou um computador portátil.
2. Quando encontrar informações que possam ser úteis, verifique a fiabilidade das informações e da página Web utilizando a check list.
3. No seu grupo, verifique que todos compreendem a informação que encontrou. Se precisarem de mais esclarecimentos, procurem definições e explicações ou peçam ajuda ao facilitador/a.
4. Escreva o que farias e como usarias a informação para reduzir a dor de estômago.

### Situação 2: Ibuprofeno

Tem uma forte dor de costas e quer tomar um medicamento que o ajude a reduzir a dor. Em casa, encontrou apenas Ibuprofeno, mas não tem a certeza para que serve e se o ajudará a aliviar a dor.

1. Procure informações utilizando o seu telemóvel ou um computador portátil.
2. Quando encontrar informações que possam ser úteis, verifique a fiabilidade das informações e da página Web utilizando a check list.
3. No seu grupo, verifique que todos compreendem a informação que encontrou. Se precisarem de mais esclarecimentos, procurem definições e explicações ou peçam ajuda ao facilitador/a.
4. Se achar que este medicamento não é bom para a sua dor de costas, pesquise na Internet para encontrar outro que possa tomar.
5. Escreva qual é o melhor medicamento para a situação.

### Situation 3: Family doctor

Mudou-se para um país diferente por causa de um novo emprego (por exemplo, Augsburg, Alemanha) e quer encontrar um médico de família, mas não sabe a quem pedir ajuda. Decidiu procurar um médico através de uma pesquisa na Internet.

1. Procure informações utilizando o seu telemóvel ou um computador portátil.
2. Quando encontrar informações que possam ser úteis, verifique a fiabilidade das informações e da página Web utilizando a check list.
3. No seu grupo, verifique que todos compreendem a informação que encontrou. Se precisarem de mais esclarecimentos, procurem definições e explicações ou peçam ajuda ao facilitador/a.
4. Escreve qual medico de família iria escolher e porque.

## Checklist

<b>Autor/fornecedores</b>	Os autores das informações têm a(s) sua(s) qualificação(ões) profissional(ais) indicada(s).	<input type="checkbox"/>
<b>Objetivo</b>	A informação é clara em relação a quem se destina e para que fins.	<input type="checkbox"/>



<b>Atualizações</b>	É possível verificar a atualização das informações sobre saúde, uma vez que é apresentada a data de criação das informações.	<input type="checkbox"/>
<b>Compreensibilidade</b>	A informação sobre saúde é compreensível e clara. Os termos técnicos são explicados e os factos são apresentados de forma neutra.	<input type="checkbox"/>
<b>Financiamento</b>	O financiamento da informação (através de financiadores, clientes publicitários, etc.) é divulgado.	<input type="checkbox"/>

# CITIZENS ACCELERATOR