

Estado das políticas de atividade física em Portugal

Índice de políticas MOVING



Esta panorâmica nacional apresenta resultados detalhados para o **índice de políticas MOVING** [1] para Portugal. Realça os pontos fortes e fracos na conceção de políticas relativas à atividade física por parte do governo nacional. Esta panorâmica complementa os resultados do índice de políticas, com uma perspetiva aprofundada da qualidade da conceção das políticas em cada país. Os resultados completos do índice de políticas são descritos no resumo de políticas MOVING, que compara Portugal a outros 29 países europeus.

Mensagens principais

- 1 Portugal implementa ações de políticas em todos os seus domínios do quadro MOVING. Uma área de política, aconselhamento sobre atividade física, avaliação e prescrição de cuidados de saúde (G), recebeu uma boa avaliação. Três outras áreas de política receberam uma avaliação moderada: iniciativas que promovem a atividade física nas escolas, na comunidade e no âmbito do lazer (M), aumento da atividade física através de comunicação pública que desenvolve competências com vista à mudança dos comportamentos (N), e oportunidades para a prática de atividade física no local de trabalho e promoção junto de várias profissões (O).
- 2 Nas áreas de política, foram identificados pontos fracos relativamente a medidas de segurança rodoviária, incluindo a segurança de peões e ciclistas (I), bem como ao nível do desenvolvimento e comunicação de orientações em matéria de atividade física e campanhas de sensibilização do público. Foram identificadas lacunas ao nível dos incentivos financeiros para promover a atividade física (M), da atividade física no local de trabalho (O) e das campanhas para promover os transportes ativos (I).
- 3 Registou-se uma avaliação medíocre ao nível das estruturas e ambientes envolventes que promovam a atividade física (V). Por conseguinte, esta área de política deve ser prioritária. É necessário fazer muito mais para melhorar as políticas que promovem os transportes públicos e ativos (I), onde foi alcançada uma avaliação razoável. A tomada de medidas e uma boa conceção de políticas nestas duas áreas são essenciais para melhorar os ambientes gerais que promovem a atividade física.

Panorama da situação política

	NENHUMA POLITICA IDENTIFICADA	MEDÍOCRE	RAZOÁVEL	MODERADO	BOM	EXCELENTE
M Criar oportunidades e iniciativas que promovem a atividade física nas escolas, na comunidade e no âmbito dos desportos e lazer				MODERADO		
O Oferecer oportunidades de praticar atividade física no local de trabalho e formação na promoção da prática de atividade física em várias profissões				MODERADO		
V Visualizar e implementar estruturas e ambientes envolventes que promovam a atividade física		MEDÍOCRE				
I Implementar uma infraestrutura de transportes e oportunidades que apoiem sociedades ativas			RAZOÁVEL			
N Normalizar e aumentar a atividade física, através de comunicações públicas que motivem e desenvolvam competências para mudar os comportamentos				MODERADO		
G Dar formação, assessoria e aconselhamento em matéria de atividade física em contextos de cuidados de saúde					BOM	

Esta panorâmica baseia-se apenas em políticas de nível nacional. As políticas emitidas pelos governos a nível provincial, regional ou local estão fora do âmbito deste projeto.

Métodos

Os métodos do índice de políticas MOVING são explicados em pormenor no **resumo de políticas** associado. Em suma, o índice de políticas combina valores para a) a presença de políticas e b) a conceção de políticas quanto a 23 critérios de referência.

Os critérios de referência são aplicados a políticas na **base de dados MOVING** [2], recolhidas através de uma análise exaustiva em 30 países europeus, incluindo Portugal.

QUADRO DE REFERÊNCIA: conjunto de ações políticas abrangentes em **3 domínios:**

SOCIEDADES ATIVAS

AMBIENTES ATIVOS

PESSOAS ATIVAS

BASE DE DADOS:

biblioteca de políticas relacionadas com a atividade física

M O V I N G

ÍNDICE DE POLÍTICAS: compara os resultados dos países e das áreas das políticas gerados pela ferramenta de avaliação comparativa

FERRAMENTA DE AVALIAÇÃO COMPARATIVA: avalia a qualidade de conceção das políticas, com base nos critérios estabelecidos

Ferramentas políticas utilizadas para produzir os resultados do índice político

Discriminação dos resultados do índice de políticas

(Para detalhes completos sobre os critérios de conceção das políticas, consultar o [resumo de políticas](#))

 Nenhuma política identificada	 Cumpre até 75% da conceção das políticas
 Cumpre até 25% da conceção das políticas	 Cumpre até 99% da conceção das políticas
 Cumpre até 50% da conceção das políticas	 Cumpre todas as normas ambicionadas

	Atividade física nas escolas e educação física	
	Atividade física dentro e fora das salas de aulas	
	Atividade física fora do horário escolar	
	Iniciativas destinadas à comunidade e à participação em massa	
	Atividade física para pessoas de todas as idades e níveis de aptidão	
	Incentivos financeiros para promover a atividade física	
	Formação para profissões fora do âmbito dos cuidados de saúde	
	Atividade física no local de trabalho	
	Orientações de conceção e regulamentação para edifícios	
	Orientações de conceção ativa no exterior dos edifícios	
	Orientações de conceção ativa nos espaços abertos/verdes	
	Infraestruturas para caminhar e andar de bicicleta	
	Conceção urbana integrada e políticas de ordenamento do território	
	Acesso a espaços abertos e a áreas verdes públicos e de qualidade	
	Políticas para apoiar os transportes públicos	
	ções em matéria de segurança rodoviária, incluindo a segurança dos peões, ciclistas, etc.	
	Campanhas nos meios de comunicação social para promover os transportes	
	Políticas para promover transportes ativos	
	Campanhas nos meios de comunicação social e marketing social para promover a atividade física	
	Desenvolver e comunicar orientações em matéria de atividade física	
	Formação antes e durante o trabalho no âmbito dos cuidados de saúde	
	Cuidados primários (avaliação, aconselhamento e prescrições de atividade física)	
	Ambientes de cuidados de saúde e ambulatório	

Nota: o panorama das políticas em qualquer país evolui ao longo do tempo. Estas conclusões refletem os nossos conhecimentos em maio de 2023. Para ver os resultados mais recentes e informações técnicas adicionais sobre os índices de políticas, consulte o nosso sítio Web: wcrf.org/our-policy-work.

Para dar feedback ou sugerir atualizações, envie um e-mail para policy@wcrf.org. Estão disponíveis mais informações sobre o projeto CO-CREATE em co-create.eu

[1] Índice de políticas: wcrf.org/physical-activity-policy-index [2] Base de dados de políticas: policydatabase.wcrf.org