

## 10 RECOMENDAÇÕES PARA MELHORAR OS CUIDADOS DE SAÚDE ÀS MULHERES QUE VIVEM COM DOENÇAS CRÓNICAS, COM ATENÇÃO ESPECÍFICA ÀS PACIENTES COM PERCURSOS DE MIGRAÇÃO

- 1. Serviços de informação de fácil acesso devem ser promovidos nos municípios e bairros!**
- 2. O acesso aos prestadores de cuidados de saúde deve ser simplificado para as pacientes com doenças crónicas!**
- 3. A comunicação entre os profissionais de saúde e as pacientes com doenças crónicas precisa de ser melhorada!**
- 4. As primeiras consultas devem incluir informações biográficas!**
- 5. A participação, o conhecimento e as habilidades das pacientes que vivem com doenças crónicas devem ser fomentados em situações concretas de cuidados!**
- 6. Auto-ajuda, apoio e grupos de discussão devem ser encorajados!**
- 7. As estruturas existentes devem promover cuidados interprofissionais integrados que tomem em consideração as influências sociais, psicológicas, biomédicas e ambientais!**
- 8. Nos sistemas de cuidados integrados, a competência de acompanhamento, em especial dos médicos de família, deve ser promovida!**
- 9. Os municípios devem promover um ambiente socialmente responsável e reforçar as condições para a saúde ao nível dos bairros!**
- 10. Oportunidades de formações mais específicas devem ser desenvolvidas para as profissões da saúde e do setor social!**