

## **Orçamento do Estado para 2025: 5 oportunidades para a Nutrição em Portugal**

O mês de outubro é de grande importância para todos os portugueses. O Governo irá apresentar o Orçamento do Estado para 2025 e ficaremos a conhecer as prioridades políticas, os compromissos com a sociedade e as políticas económicas e sociais.

O Orçamento do Estado para 2025 surge num contexto de crescente exigência e complexidade no setor da saúde, onde a prevenção e o controlo de todas as formas de malnutrição, em particular do excesso de peso (incluindo obesidade) se assume como um dos maiores desafios para o Serviço Nacional de Saúde (SNS). Portugal continua a registar uma elevada prevalência de excesso de peso, com custos económicos e sociais significativos; no entanto, Portugal é também um dos países da União Europeia que menos investe em cuidados de saúde preventivos (apenas 3% da despesa total<sup>1</sup>). Ainda mais se destaca que, de acordo com o relatório *The Heavy Burden of Obesity – The Economics of Prevention* da OCDE, em Portugal, 10% da despesa total da saúde é utilizada para o tratamento de doenças relacionadas com o excesso de peso, uma percentagem superior à média dos países da OCDE (8,4%), valor que representa 3% do Produto Interno Bruto (PIB)<sup>2</sup>. Os ganhos em saúde e, também a nível económico, seriam potencialmente mais elevados se a intervenção fosse mais focada na prevenção da doença e na promoção da saúde da população. Mais ainda, o sistema de saúde português revela fragilidades na acessibilidade e distribuição de serviços, com disparidades regionais que impactam diretamente o acesso equitativo a cuidados de saúde.

A evidência científica continua a demonstrar que o contributo dos nutricionistas na resposta aos desafios sociais é uma medida custo-efetiva. Contudo, os dados mais recentes revelam que o número de nutricionistas no SNS continua a ser francamente insuficiente.

Por outro lado, no passado dia 29 de setembro, foi publicado o Despacho n.º 11241-D/2024, que define as orientações estratégicas para a Contratualização de Cuidados de Saúde no SNS para 2025. O combate e controlo da obesidade foi considerado como uma das áreas a contemplar na proposta de constituição dos sistemas locais de saúde, representando uma oportunidade singular para reforçar o número de nutricionistas no SNS. É premente que a Ordem dos Nutricionistas aproveite esta oportunidade para reforçar e justificar, junto dos decisores, a necessidade de integrar mais nutricionistas no sistema de saúde português.

A Comissão de Jovens Nutricionistas revê-se enquanto plataforma de diálogo para encontrar soluções para as dificuldades enfrentadas pelos recém-licenciados e jovens nutricionistas, frequentemente marcada por obstáculos no acesso e inserção no mercado de trabalho e condições de trabalho inadequadas. Assim, a Comissão de Jovens Nutricionistas assume como missão lutar por melhores condições para os colegas mais novos, e aproveita o atual contexto político em torno do debate e aprovação do Orçamento do Estado para 2025, para apresentar à Ordem dos Nutricionistas, e a todos os colegas, cinco propostas que, no seu entender, merecem a devida reflexão.

### **5 propostas que consideramos ser da maior importância para reflexão:**

1. **Garantia de estágios de acesso à Ordem dos Nutricionistas no setor público.** Facilitar o acesso à profissão e a aquisição de experiência profissional, através da disponibilização de estágios profissionais, no SNS e outras entidades públicas.

<sup>1</sup> OECD. Health at a Glance 2023, <https://doi.org/10.1787/7a7afb35-en>.

<sup>2</sup> OECD. The Heavy Burden of Obesity: The Economics of Prevention, 2019, <https://doi.org/10.1787/67450d67-en>.

2. **Garantia da acessibilidade, continuidade e qualidade dos cuidados especializados de nutrição no SNS.** Promover a contratação de nutricionistas para reforçar o SNS, especialmente em regiões geográficas com maiores desigualdades no acesso aos cuidados de saúde.
3. **Integração de nutricionistas nas Autarquias.** Promover a integração de profissionais com competências técnicas e capacidade de intervir de forma sistémica e integrada na melhoria dos ambientes alimentares e promoção da alimentação saudável, estilos de vida e saúde da comunidade.
4. **Redução de contribuições regulatórias e fiscais para jovens profissionais de saúde.** Aplicar benefícios fiscais para os jovens nutricionistas nos primeiros anos de carreira, incentivando e apoiando a formação contínua e o empreendedorismo.
5. **Valorização do exercício profissional.** Reconhecer as competências diferenciadas dos nutricionistas, promovendo o seu desenvolvimento profissional e a sua integração em diferentes contextos e equipas multidisciplinares.

---

## 1. Garantia de estágios de acesso à Ordem dos Nutricionistas no setor público

A Comissão de Jovens Nutricionistas tem sido contactada por vários recém-licenciados que expõem as suas dificuldades em encontrar entidades que reúnam as condições necessárias, em particular no que diz respeito à remuneração obrigatória em vigor desde março de 2024, para a realização do estágio de acesso à Ordem dos Nutricionistas. Esta dificuldade é ainda maior no setor público, onde as oportunidades de estágio são escassas e, muitas vezes, não oferecem condições para a fixação dos jovens profissionais no sistema de saúde.

Facilitar o acesso à profissão e aquisição de experiência profissional, através da disponibilização de estágios profissionais no SNS e outras entidades públicas, através:

- a. Da disponibilização imediata de 100 estágios de acesso à Ordem dos Nutricionistas nos diferentes níveis de prestação de cuidados de saúde do SNS (Cuidados de Saúde Primários, Cuidados Hospitalares e Cuidados Continuados Integrados).
- b. Do aumento do número de protocolos de estágio de acesso à Ordem dos Nutricionistas com outras entidades públicas como, por exemplo, autarquias, serviços sociais e ministérios.

## 2. Garantir a acessibilidade, continuidade e qualidade dos cuidados especializados de nutrição no SNS

De acordo com os dados mais recentes<sup>3</sup>, num universo perto de 5.780 nutricionistas efetivos apenas **497 nutricionistas (8,6%) integram os serviços públicos de saúde**, dos quais 138 atuam nos Cuidados de Saúde Primários e 320 nos Cuidados de Saúde Hospitalares. Este valor representa uma clara insuficiência do número de profissionais disponíveis para dar resposta às necessidades da população na área da alimentação e nutrição.

Ainda no âmbito dos Cuidados de Saúde Primários, apelamos também ao reforço de nutricionistas nas Equipas de Cuidados Continuados Integrados (ECCI). Infelizmente, pouco se discute publicamente sobre as necessidades das ECCI, que têm vindo a acompanhar um crescente número de utentes, na sua maioria, idosos e, por isso, com risco nutricional acrescido. Em 2023, Portugal consagrou apenas 5% do seu orçamento da saúde aos cuidados

---

<sup>3</sup> Observatório da Profissão – Serviços Públicos de Saúde, publicado pelo Departamento da Qualidade da Ordem dos Nutricionistas em outubro 2024.

continuados<sup>4</sup>, o que revela a dependência do país em relação a serviços de cuidados informais para a sua prestação. Considerando o inequívoco papel que o estado nutricional desempenha no tempo de convalescença e/ou minimização das complicações clínicas, e que grande parte das ECCI não tem os recursos suficientes, quer em número de nutricionistas, quer em número de horas de dedicação destes profissionais aos Cuidados Continuados, torna-se fulcral a definição de uma estratégia centrada no acesso a estes cuidados de saúde em matéria de alimentação e nutrição.

Ao nível dos Cuidados de Saúde Hospitalares, é reconhecido que a prestação de cuidados especializados de nutrição tem um impacto significativo na melhoria dos desfechos clínicos dos utentes, reduzindo o risco de reinternamentos e de complicações clínicas, além de aumentar a taxa de sobrevivência e a qualidade de vida. Apesar do ligeiro aumento do número de nutricionistas em contexto hospitalar nos últimos anos, o cenário permanece insuficiente, com uma distribuição geográfica desigual que não responde adequadamente às necessidades do sistema. É fundamental que os Conselhos de Administração das Unidades Locais de Saúde reúnam sinergias para mobilizar os recursos necessários ao reforço da contratação de nutricionistas nos hospitais. É igualmente importante que os rácios nutricionista/cama sejam ajustados à realidade de cada Unidade Local de Saúde e características da população abrangida.

Em suma, o reforço de nutricionistas nos diferentes níveis de prestação de cuidados de saúde trata-se de uma medida urgente e essencial para promover uma maior acessibilidade e equidade no acesso aos serviços de Nutrição, para intervir e assegurar a prestação de cuidados especializados de nutrição de qualidade, reduzir os custos associados ao tratamento de doenças crónicas, melhorar os desfechos clínicos dos utentes, e promover o bem-estar e a qualidade de vida da população.

Promover a contratação de nutricionistas para reforçar o SNS, especialmente em regiões geográficas com maiores desigualdades aos acessos a cuidados de saúde, através:

- a. Do reforço imediato em, pelo menos, 731 nutricionistas nos Cuidados de Saúde Primários, progredindo no sentido do cumprimento do rácio de um nutricionista por cada 12.000 utentes<sup>5</sup>, priorizando as regiões com maiores desigualdades aos acessos a cuidados de saúde.
- b. Da definição de um rácio nutricionista/utente específico para as Equipas de Cuidados Continuados Integrados, de modo a assegurar a adequada identificação, avaliação e monitorização do estado nutricional e definição de medidas de suporte nutricional dos utentes nos Cuidados Continuados.
- c. Da sensibilização dos Conselhos de Administração das Unidades Locais de Saúde para a adoção de medidas que promovam o reforço do número de nutricionistas consoante as suas necessidades internas e os rácios nutricionista/cama e/ou nutricionista/utente.
- d. Do desenvolvimento, por parte da Ordem dos Nutricionistas, de uma avaliação do custo-benefício da contratação de mais nutricionistas no SNS.

### **3. Integração de nutricionistas nas Autarquias**

As autarquias, pela sua proximidade com a população ao longo do ciclo de vida, autonomia e pelo seu poder executivo, são locais privilegiados para a implementação de políticas e iniciativas de promoção de ambientes

---

<sup>4</sup> OECD. Portugal: Perfil de Saúde do País 2023.

<sup>5</sup> De acordo com o documento "Integração dos Nutricionistas no Serviço Nacional de Saúde", publicado pelo Departamento da Qualidade da Ordem dos Nutricionistas em 2022.

alimentares saudáveis e de intervenção local de prevenção e combate às doenças crónicas não transmissíveis, nomeadamente a obesidade, em prol da melhoria da saúde dos munícipes. Estas intervenções, integradas e adaptadas às especificidades locais, contribuem ainda para a diminuição dos custos em saúde.

A transferência de atribuições e competências nos domínios, entre outras, da Saúde, da Educação, da Ação Social, para as autarquias locais, bem como a delimitação da intervenção da administração central e da administração local, concretizando os princípios da descentralização administrativa e da autonomia do poder local, representa uma nova oportunidade com elevado potencial de intervenção dos nutricionistas nos diferentes domínios. Apesar da relevância desta área de atuação, os dados mais recentes indicam que **apenas 74 (24,0%) dos 308 municípios portugueses integram nutricionistas** nas suas equipas<sup>6</sup>, um número muito inferior ao desejado.

Promover a integração de profissionais com competências técnicas e capacidade de intervir de forma sistémica e integrada na melhoria dos ambientes alimentares e promoção da saúde da comunidade, através:

- a. Da capacitação das Autarquias de mais recursos e de melhores condições para a atividade, nomeadamente reforçando o número de nutricionistas nas suas equipas e assegurando a continuidade das suas intervenções, bem como a articulação destas equipas junto de outros serviços/comunidades.
- b. Da garantia que todos os Municípios tenham, pelo menos, um Nutricionista nos quadros de recursos humanos, priorizando os Municípios que apresentem maiores assimetrias populacionais e desigualdades no acesso aos cuidados de saúde, garantindo ainda que o número de nutricionistas seja proporcional à população de cada município.

#### **4. Redução de contribuições regulatórias e fiscais para jovens profissionais de saúde**

A integração dos jovens profissionais de saúde no mercado de trabalho enfrenta inúmeros desafios significativos, nomeadamente relacionados com a elevada carga fiscal e regulatória, dificultando o início de uma carreira estável e sustentável.

No caso dos nutricionistas, é obrigatório o pagamento de 75€ de quotas nos primeiros dois anos de profissão, passando para 150€ nos anos seguintes, e a inscrição na Entidade Reguladora da Saúde (ERS) para os nutricionistas que prestem atividade assistencial por conta própria. A **contribuição regulatória à ERS** depende da carga horária, podendo atingir os **1000€ no ato de inscrição e 500€ anuais** para aqueles com **horário superior a 28 horas semanais**. Estes encargos são acrescidos das contribuições obrigatórias para a Segurança Social após o primeiro ano de isenção.

Mais ainda, segundo o 2º Estudo do Percurso Socioprofissional, cerca de 63,6% dos nutricionistas com menos de 2 anos de carreira tinham uma remuneração bruta mensal inferior a 800 euros<sup>7</sup>. De acordo com estes dados e somando o investimento que os nutricionistas devem fazer na sua formação contínua, conforme inscrito no Código Deontológico da Ordem dos Nutricionistas, que também implica custos adicionais, torna-se urgente garantir condições que ofereçam sustentabilidade e estabilidade, principalmente para os profissionais em início de carreira, impedindo que esta seja uma barreira para a permanência na profissão.

---

<sup>6</sup> De acordo com o documento "Integração dos Nutricionistas nas Autarquias", publicado pelo Departamento da Qualidade da Ordem dos Nutricionistas em 2022.

<sup>7</sup> Documento "2º Estudo do Percurso Socioprofissional dos membros da Ordem dos Nutricionistas" publicado pelo Observatório da Profissão, em 2019.

Considerando a relevância da formação contínua para a progressão na carreira e a melhoria da prática profissional, apelamos à Ordem dos Nutricionistas que reúna as condições necessárias para a isenção dos custos associados à formação que é promovida pela Ordem a todos os membros.

Aplicar benefícios fiscais para jovens profissionais de saúde nos primeiros anos de carreira, incentivando e apoiando a formação contínua e o empreendedorismo, através:

- a. Do prolongamento para 5 anos do período de concessão de reduções das quotas.
- b. Da isenção a todos os membros dos custos associados à formação promovida pela Ordem dos Nutricionistas.
- c. Da redução das contribuições regulatórias e taxas no âmbito da Entidade Reguladora da Saúde.
- d. Do prolongamento da isenção de contribuições para a Segurança Social para 24 meses.
- e. Da majoração fiscal de despesas com a formação acreditada.

## **5. Valorização do exercício profissional**

A ausência de um ato de nutricionista que garanta a exclusividade no exercício profissional e a proteção das suas funções nas suas demais áreas de atuação tem sido um fator limitante na resposta às necessidades da sociedade. A falta de regulação clara permite a usurpação de funções por profissionais sem a formação necessária, comprometendo a qualidade dos cuidados nutricionais prestados e colocando em risco a saúde pública. A revisão e alteração do ato do nutricionista, dependente na sua execução de uma revisão do Estatuto da Ordem dos Nutricionistas, carece igualmente de uma revisão e reestruturação da(s) carreira(s) abrangente(s) da atuação do nutricionista, promovendo a criação de uma carreira única de Nutricionista, potenciando a devida contratação nos termos das suas necessidades e reconhecendo a exclusividade e individualidade das suas funções.

Adicionalmente, o Observatório da Profissão da Ordem dos Nutricionistas tem fornecido dados e informações relevantes, beneficiando não só os profissionais, mas também todos aqueles que usufruem dos serviços de nutrição. No entanto, consideramos que a utilidade desta ferramenta será potenciada com a sua aplicação anual. Uma auscultação regular e estruturada poderá ser essencial para uma monitorização adequada e para garantir o cumprimento dos rácios referidos anteriormente. A (re)definição do rácio nutricionista/utente (incluindo nas ECCI) ou nutricionista/cama, será um dos pontos a beneficiar de uma caracterização nacional atualizada, que considere também as necessidades reais e específicas das diferentes regiões do país, assegurando um serviço de qualidade e eficiente.

Reconhecer as competências diferenciadas dos nutricionistas, promovendo o seu desenvolvimento profissional e a sua integração em diferentes contextos e equipas multidisciplinares, através:

- a. Da revisão e alteração imediata da Lei n.º 78/2023 de 20 de dezembro, referente à segunda alteração ao Estatuto da Ordem dos Nutricionistas, em particular do Artigo 61.º-A.
- b. Da convergência para uma carreira única de Nutricionista.
- c. Da criação da carreira especial de Nutricionista.
- d. Da aplicação anual do Observatório da Profissão, permitindo a monitorização regular de indicadores relativos ao acesso e ao exercício da profissão, nos diferentes contextos.