



O papel do cidadão na Saúde Digital

Apresentação

Com o avanço da tecnologia, a forma como cuidamos da nossa saúde tem mudado bastante. Consultas marcadas pela internet, acesso ao histórico de vacinação pelo celular e o uso de aplicativos para acompanhar exames já fazem parte da rotina de muitas pessoas.

No Sistema Único de Saúde (SUS), esse movimento tem um nome: **Saúde Digital**.

Neste material, exploraremos como a Saúde Digital pode facilitar o cuidado com a sua saúde, além de apresentar orientações para o uso seguro da internet e destacar ações que você, como usuário do SUS, pode adotar para aproveitar melhor as ferramentas digitais disponíveis.

Vamos lá?



OBJETIVO DE APRENDIZAGEM

A partir deste material, você irá promover a conscientização sobre o papel ativo do cidadão na Saúde Digital, capacitando-o a utilizar ferramentas e tecnologias disponíveis no SUS de forma segura, eficiente e responsável, e incentivando a participação informada e colaborativa na construção de um sistema de saúde mais acessível, integrado e centrado no usuário.



1. Conhecendo a Saúde Digital

Nos últimos anos, a tecnologia tem mudado rapidamente a maneira como vivemos, trabalhamos e nos comunicamos. Hoje, a internet e o mundo digital estão cada vez mais presentes no dia a dia, e entender como navegar nesse ambiente se tornou, muitas vezes, uma necessidade.



Por isso, é muito importante saber diferenciar informações verdadeiras de falsas, proteger seus dados pessoais e aproveitar os benefícios das ferramentas digitais sem cair em golpes ou desinformação.

Fonte: Canva.com ©2025. Uso permitido sob licença Pro.

A Organização Mundial da Saúde, em 2021, definiu a Saúde Digital como:

“

O campo do conhecimento e da prática associado ao desenvolvimento e ao uso de tecnologias digitais para melhorar a saúde¹.

”

Na prática, pode ser vista como o uso de tecnologias como internet, aplicativos e sistemas digitais para melhorar o acesso e a qualidade do cuidado em saúde.

É cada vez mais frequente que você possa marcar consultas on-line ou ter seus dados de atendimento registrados em um computador, não é mesmo? Esses são exemplos de incorporação de tecnologias que visam ao aprimoramento dos processos de cuidado.



Fonte: Freepik.com.

Em resumo, a Saúde Digital propõe uma nova forma de promover a saúde a partir da incorporação de tecnologias. Mas a Saúde Digital vai muito além do uso de computadores e tecnologias: ela está transformando a maneira como cuidamos da nossa saúde no dia a dia².

2. Ferramentas digitais e o conceito de Saúde Móvel

Você já viu celulares que têm funções de aferir frequência cardíaca ou registrar passos e atividades diárias? Ou relógios inteligentes capazes de aferir sinais vitais ou monitorar o sono?

Esses aplicativos e dispositivos fazem parte de uma área da Saúde Digital chamada "Saúde Móvel" (do inglês, *mHealth*).



Fonte: Canva.com ©2025.
Uso permitido sob licença Pro.

Além dessa área de Saúde Móvel, a Saúde Digital também incorpora os serviços de telessaúde, teleconsulta e telemedicina, que permitem apoio ao diagnóstico e ao tratamento feito a distância, com suporte de tecnologias de comunicação.


Esses são apenas alguns dos inúmeros exemplos possíveis da aplicação das Tecnologias da Informação e Comunicação na saúde.

A incorporação dessas tecnologias visa melhorar o acesso aos serviços de saúde, ajudar na prevenção e no tratamento de doenças, oferecer suporte especializado para áreas remotas etc.

No entanto, ainda existem desafios, como o alto custo, a falta de acesso à internet rápida, a dificuldade de integração entre diferentes sistemas e a necessidade de garantir que os dados dos pacientes estejam protegidos contra vazamentos³.

Além disso, é importante ressaltar que os aplicativos e/ou dispositivos móveis não substituem o atendimento realizado por profissionais de saúde.

Eles funcionam como um complemento para tornar o acompanhamento mais eficiente e podem auxiliar os profissionais de saúde no acompanhamento de informações do paciente³.



Lembre-se: o uso da tecnologia na saúde deve sempre estar acompanhado da orientação de profissionais.

A Saúde Digital transforma o atendimento no SUS, tornando-o mais ágil, seguro e acessível.

Com o uso de ferramentas digitais, a equipe de saúde pode acessar rapidamente informações essenciais dos pacientes, evitando erros, agilizando diagnósticos e reduzindo a repetição desnecessária de exames, por exemplo.

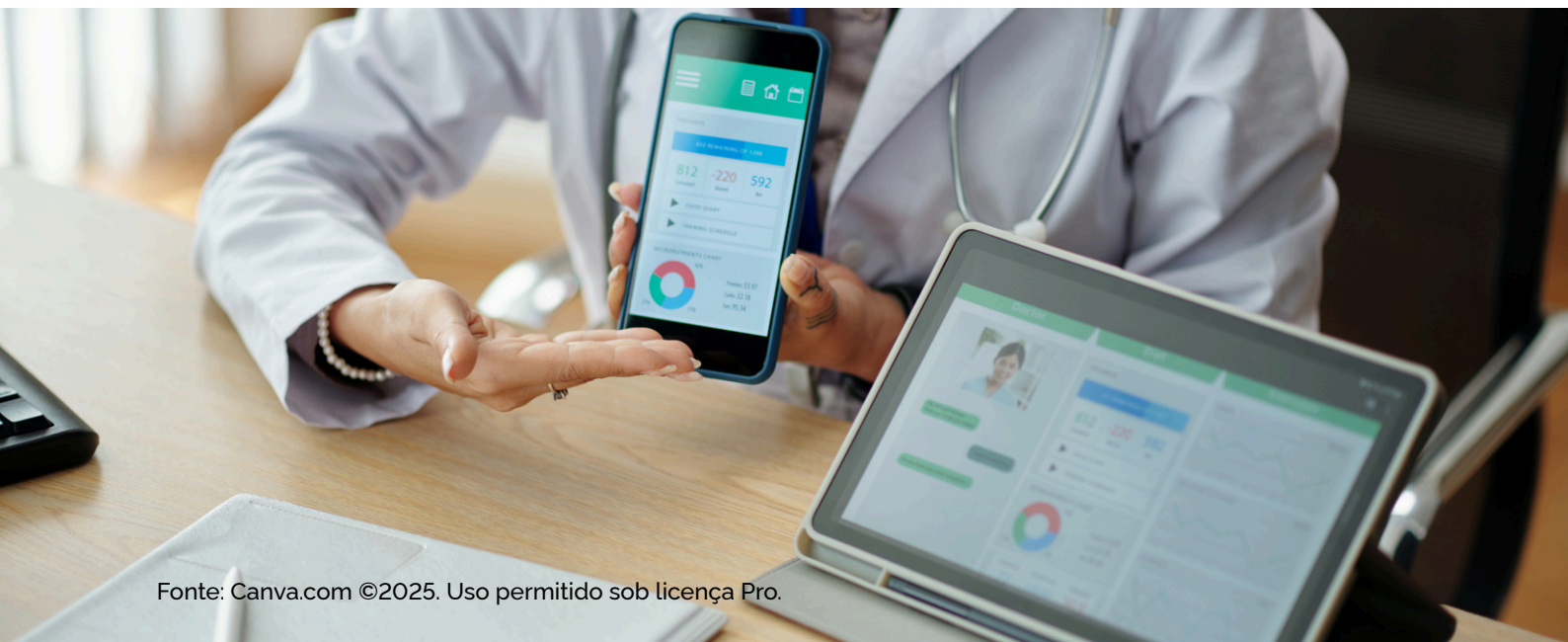
01

Dessa forma, a tecnologia não apenas moderniza o sistema de saúde, mas também garante que mais pessoas recebam um atendimento de qualidade, de maneira eficiente e segura.

02

3. O papel do cidadão na Saúde Digital

O uso de aplicativos de saúde oferece uma oportunidade valiosa para que os usuários do SUS tenham mais autonomia no cuidado com a própria saúde. O fortalecimento da Saúde Digital depende de fatores organizacionais, de infraestrutura, da participação dos profissionais da saúde e da adesão dos usuários do SUS.



Você sabe o que pode fazer pela sua saúde com o apoio da tecnologia?
Confira abaixo:

Ações para usuário do SUS no uso das ferramentas digitais

Monitorar sua própria saúde

- Acompanhe sinais vitais, como pressão arterial, glicemia e batimentos cardíacos, e utilize aplicativos para fazer o registro das informações.
- Registre hábitos diários, como alimentação e nível de atividade física.
- Utilize lembretes para tomar medicamentos no horário certo.

Acessar suas informações de saúde

- Consulte o seu histórico de atendimento e imunização pelo aplicativo **Meu SUS Digital**.
- Verifique se na sua cidade ou região existem serviços de agendamento de consultas ou exames de forma on-line.

Participar ativamente da melhoria do SUS

- Dê sua opinião: utilize a Ouvidoria do SUS para relatar sua experiência, sugerir melhorias e ajudar a aprimorar os serviços.
- Relate problemas: se notar dificuldades no uso das ferramentas digitais, informe à Unidade de Saúde ou à secretaria de saúde do seu município, para que os erros sejam corrigidos.

Compartilhar informações confiáveis

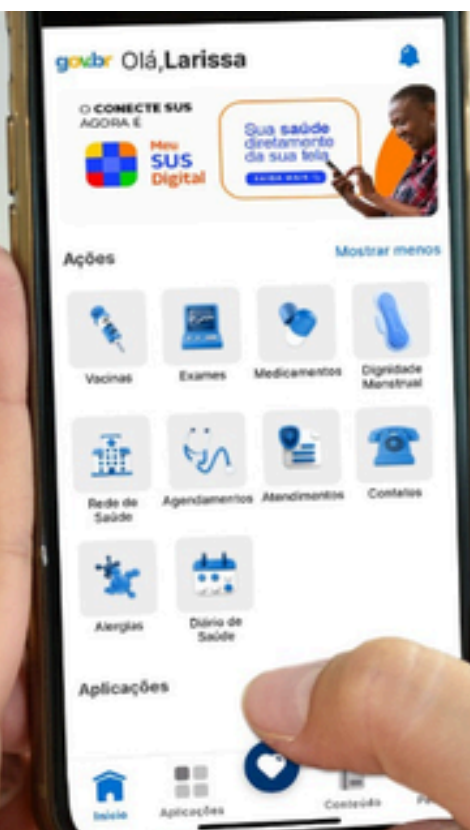
- Antes de repassar qualquer notícia sobre saúde, verifique se a informação veio de fontes confiáveis, como o site do Ministério da Saúde.
- Ajude a combater *fake news* (notícias falsas) divulgando apenas conteúdos verificados.

Incentivar o uso da tecnologia

- Se você tem facilidade com a tecnologia, ajude pessoas que encontram dificuldades para utilizar os aplicativos e serviços on-line.
- Ensine familiares e amigos a acessarem as ferramentas digitais do SUS.

A Saúde Digital no Brasil, no contexto do SUS, está transformando a forma como você pode cuidar da sua saúde.

Fonte: Brasil. Ministério da Saúde. Meu SUS Digital: aplicativo registra 2,5 milhões de downloads em duas semanas. Gov.br. 2024.



Com o uso de aplicativos e plataformas digitais, você tem acesso rápido às suas informações clínicas, pode acompanhar tratamentos de forma personalizada e adotar hábitos mais saudáveis com autonomia.

Além disso, essas ferramentas ajudam a superar barreiras geográficas, garantindo atendimento mesmo para quem está longe dos grandes centros. Ao se engajar nesse novo modelo de cuidado, você fortalece o SUS, contribui para um sistema mais eficiente e garante um atendimento mais ágil e humanizado.

Faça parte desse movimento! Informe-se, utilize os recursos disponíveis e assuma um papel ativo na sua saúde.

Referências

1. WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global strategy on digital health 2020–2025** [Internet]. Geneva: WHO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/documents/gS4dhdaa2a9f352b0445bafbc79ca799dce4d.pdf>. Acesso em: 30 abr. 2025.
2. HADDAD, A. E.; LIMA, N. T. Saúde Digital no Sistema Único de Saúde (SUS). **Interface – Comunicação, Saúde, Educação**, v. 28, p. e230597, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/interface.230597>. Acesso em: 30 abr. 2025.
3. LANDEIRO, L. *et al.* **Recursos tecnológicos como estratégias para o autocuidado.** Autocuidado: um foco central da Enfermagem. p. 99–110, 2021.



Créditos

Secretaria de Informação e Saúde Digital - SEIDIGI

Ana Estela Haddad

Coordenação do Projeto

Paola Trindade Garcia

Coordenação-Geral da UNA-SUS/UFMA

Elza Bernardes Ferreira

Vice-Coordenação da UNA-SUS/UFMA

Ana Emilia Figueiredo de Oliveira

Elaboração dos conteúdos

Isabelle Aguiar Prado

Recursos Educacionais

Helen Maysa Belfort Sousa

Letícia lane de Holanda Ribeiro

Designers Instrucionais

Jackeline Mendes Pereira

Priscila Penha Coelho

Designers Gráficas

Mizraim Mesquita Nunes

Talita Guimarães Santos Sousa

Revisoras Textuais

Interface Gráfica

Geovana Soares Silveira

Jackeline Mendes Pereira

Tecnologia da Informação

Osvaldo Silva de Sousa Junior

Coordenador

Heber de Padua Sousa

Desenvolvedor Mobile

Arthur Marinho dos Passos

Desenvolvedor Mobile

Antonio Marcos Vieira Sales

Desenvolvedor full stack

COMO CITAR ESTE MATERIAL

PRADO, Isabelle Aguiar. **O papel do cidadão na saúde digital**. São Luís, MA: UFMA; SEIDIGI/MS, 2025. 12 p. Material digital elaborado para compor o acervo da Biblioteca Digital da SEIDIGI/MS.

©2025 Secretaria de Informação e Saúde Digital (SEIDIGI) do Ministério da Saúde & Universidade Federal do Maranhão (UFMA). Esta obra é disponibilizada nos termos da Licença Creative Commons – Atribuição – Não Comercial – Compartilhamento pela mesma licença 4.0 Internacional. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.



