

«Tipo o Quê...»: novo canal digital quer aproximar ciência e saúde dos jovens

25 Setembro, 2026

Iniciativa, lançada a 15 de setembro, junta jornalismo e investigação em saúde pública para promover a literacia em saúde e ajudar os jovens a avaliar de forma crítica a informação que encontram nas redes sociais.

Novo canal digital de ciência e literacia em saúde para adolescentes e jovens adultos é lançado hoje, 15 de setembro, a partir das 18h no Instagram e no TikTok;

Combina jornalismo e investigação científica, avaliando também o impacto e a eficácia dos conteúdos junto dos jovens, numa abordagem pioneira na Europa;

Conta com o apoio da Fundação "la Caixa" e de entidades como o IHMT-NOVA, a EUPHA e a Ordem dos Psicólogos Portugueses.

Chama-se «**Tipo o Quê...**» e é um novo canal de informação de ciência e promoção da literacia em saúde dirigido a adolescentes e jovens adultos. Através de conteúdos curtos, acessíveis e sustentados em evidência científica, o projeto procura ajudar os jovens a compreender temas relacionados com a sua saúde e o seu quotidiano e a avaliar de forma crítica a informação com que se cruzam, sobretudo nas redes sociais.

Através do [Instagram](#) e do [TikTok](#), o «Tipo o Quê...» pretende levar informação científica rigorosa até aos canais e formatos mais utilizados pelas gerações mais jovens, abordando temas que fazem parte do seu dia a dia.

A programação organiza-se em torno de **um tema por semana**, explorado através de vídeos com figuras públicas, testemunhos de jovens, perguntas e respostas e publicações complementares. Entre os temas a abordar encontram-se **o sono, a saúde mental, a pressão para corresponder às expectativas, a utilização das redes sociais e a desinformação**.

O «Tipo o Quê...» é uma iniciativa da jornalista **Marta Atalaya** e de **Tiago Correia, professor de saúde pública**, e combina competências de jornalismo e comunicação com a produção e validação científica dos conteúdos.

“Sentimos que faltava, nas redes sociais que os jovens mais consomem, conteúdo de saúde que fosse ao mesmo tempo rigoroso e próximo da sua realidade. O «Tipo o Quê...» nasce para preencher esse espaço: juntar o rigor da ciência à linguagem e aos formatos que os jovens já usam todos os dias, para que possam tomar decisões mais

*informadas sobre a sua saúde”, explicam **Marta Atalaya e Tiago Correia, autores do projeto «Tipo o Quê...».***

Sobre o «Tipo o Quê...»

O «Tipo o Quê...» é um canal de informação de ciência e promoção da literacia em saúde dirigido a adolescentes e jovens adultos. Lançado a 15 de setembro de 2026 no Instagram e no TikTok, disponibiliza conteúdos curtos, acessíveis e sustentados em evidência científica sobre temas relacionados com a saúde e o quotidiano dos jovens. É uma iniciativa de Marta Atalaya e Tiago Correia, que alia comunicação de ciência e investigação com o objetivo de avaliar o impacto dos conteúdos na aprendizagem e identificar estratégias eficazes de promoção da literacia em saúde através das redes sociais.