

## Projecto "VALE a Pena Prevenir"

---

<b>Duração</b>	Renovado anualmente
<b>País</b>	Portugal
<b>Localização</b>	Bairros do Vale de Alcântara, Lisboa: nomeadamente Bairro da Liberdade, Bairro do Cabrinha, Bairro da Bela Flor e Bairro da Av. de Ceuta (sul).
<b>Área de Intervenção</b>	Saúde e Prevenção

---

### Contexto

A actual zona que cobre os bairros da Quinta da Cabrinha, Avenida de Ceuta Norte (Bairro do Loureiro) e Avenida de Ceuta Sul, Rua Maria Pia e Casal do Evaristo incluía o bairro do Casal Ventoso, que foi parcialmente demolido. Esta zona era caracterizada por problemas de exclusão social, agravados por toxicodependência e tráfico de droga. Este bairro estava igualmente marcado pela degradação habitacional e ambiental.

Não existe até ao momento, um diagnóstico de saúde, desta população, no entanto, do conhecimento resultante da intervenção dos técnicos de saúde de MdM, verifica-se que subsistem problemas ligados à desconhecimento das respostas existentes (Centros de saúde, Santa Casa da Misericórdia, Apoio social) e ausência de competências individuais ao nível protecção pessoal, nomeadamente higiene, vacinação e estilos de vida saudáveis, associado, no caso de indivíduos de alto risco, para as doenças cardiovasculares, da falta de auto controlo em doenças específicas, nomeadamente a diabetes e a hipertensão.

As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte no nosso país e são igualmente uma importante causa de incapacidade. Numa população excluída em termos de acesso aos medicamentos e tratamento, e caracterizada por famílias muitas vezes dependentes do elemento mais velho (normalmente a avó) a existência de uma situação de doença cardiovascular ou associada pode ser determinante.

Ao longo destes 4 anos de trabalho nos bairros verificamos que subsistem problemas ligados ao desconhecimento das respostas existentes (Centros de saúde, Santa Casa da Misericórdia, Apoio social) e ausência de competências individuais ao nível protecção pessoal, nomeadamente higiene, vacinação e estilos de vida saudáveis.

### Objectivo Geral

Contribuir para a diminuição da incidência das doenças cardiovasculares na população dos bairros agindo directamente sobre os factores de risco, nomeadamente: obesidade, tensão arterial elevada, o tabagismo, o consumo excessivo de álcool, a diabetes e o colesterol elevado.

### Objectivos Específicos

- Reduzir os comportamentos de risco na população.

- Aumentar o conhecimento dos indivíduos sobre o seu estado de saúde (ou doença).
- Aumentar o controlo da doença, aos indivíduos diagnosticados.

### **População Alvo**

Os moradores dos bairros do Vale de Alcântara que tinham em 2002 uma população total de 2105 moradores. Cerca de 60% (1253) da população encontrava-se em idade activa, mas verifica-se que desse grupo, mais de metade (55%) estava desempregada, além de 342 pessoas com idade superior a 65 anos.

### **Parceiros**

Projecto Alcantara.

### **Financiadores**

Gebalis e FP.

### **Actividades**

Em média, são realizados, por semana, 70 rastreios nos diferentes bairros do Vale de Alcântara. Paralelamente e para além dos beneficiários que recorrem ao nosso apoio nos Bairros, visitamos semanalmente, no domicílio, 3/4 pessoas idosas, prestando o mesmo tipo de apoio, ao nível dos rastreios.