

INTERVIMOS. AQUI, TAMBÉM.

O nossos novos projectos
de intervenção em Portugal

O balanço do que
fizemos em 2016

A defesa dos Direitos Humanos
das pessoas migrantes



25º
ANIVERSÁRIO
OPORTUNA

VIII Trovadores

Extra-concurso
HOMEM AO MAR

CIENTUNA

A concurso
LOONEY TUNA

AFONSINA

TUNA TS

TUCP

23 DE ABRIL
NOITE DE SERENATAS
CESPU - ENTRADA LIVRE

24 DE ABRIL
FESTIVAL DE TUNAS
TEATRO SÁ DA BANDEIRA
APRESENTADOR: PEDRO PEDROSA

FESTIVAL

5

1. REVERTE
A FAVOR DA



FACE

—ÍNDICE

04 Editorial

05 Os nossos compromissos
2016 em números

06 Entrevista
Estilos de vida saudáveis minimizam riscos de AVC

08 Entrevista
É urgente criar uma Estratégia ou Plano Nacional para a Demência

10 Hepatites
Hepatites B e C são problemas graves de saúde pública

12 Projectos Nacionais
O que estamos a fazer?

16 Rede Internacional
Uma questão de Direitos Humanos



ABR. 2017
Revista FACE
DISTRIBUIÇÃO GRATUITA
Publicação
Semestral

Edição nº
09

QUEM SOMOS

A Médicos do Mundo é uma organização não-governamental de ajuda humanitária e de cooperação para o desenvolvimento. Há 17 anos que promovemos o acesso das populações vulneráveis a cuidados básicos de saúde e combatemos a sua discriminação, através da consciencialização, formação e capacitação de pessoas e instituições. Em pleno século XXI, há um grande número de pessoas, em Portugal e no estrangeiro, que não tem direito a cuidados básicos de saúde. É para colmatar essa lacuna e denunciar as desigualdades que continuamos no terreno.

**“Lutamos contra todas as doenças,
até mesmo a injustiça...”**

EDITOR

Médicos do Mundo, Av. de Ceuta (Sul), Lote 4, Loja 1
1300-125 Lisboa

CONTACTO GERAL

Telefone: 213 619 520 Fax: 213 619 529

E-mail: mdmp-lisboa@medicosdomundo.pt

Website: www.medicosdomundo.pt

APOIO AO DOADOR

Telefone: 21 361 95 20

E-mail: doadores@medicosdomundo.pt

REPRESENTAÇÃO NORTE

Rua dos Mercadores, 140, 1º e 3º andar

4050-374 Porto

Telefone: 229 039 064 | 934 784 654

Fax: 229 039 066

E-mail: mdmp-porto@medicosdomundo.pt

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Departamento de Comunicação & Mobilização (DCM)

Rosa Pereira - rosapereira@medicosdomundo.pt

EDIÇÃO E REVISÃO

DCM e Catarina Névoa

REDACÇÃO E REVISÃO

DCM, Equipa, Direcção e Parceiros da Mdm

FOTOGRAFIA

Arquivo MdM, Parceiros e Voluntários

(créditos indicados nas respectivas fotografias)

PAGINAÇÃO

Ophelia, Design e Publicidade

IMPRESSÃO

Lidergraf | Sustainable Printing

TIRAGEM

6300 exemplares

DEPÓSITO LEGAL

326890/11

Nota de Redacção: O Comité Editorial da Revista FACE não segue, por opção, o novo Acordo Ortográfico na publicação dos seus conteúdos



APOIOS



“Estamos Aqui”

EDITORIAL

Fernando Vasco, médico, Vice-Presidente da delegação portuguesa da Médicos do Mundo



importantes: Liderança, Comunicação e Motivação, sendo que a primeira não é um exclusivo da Direcção. A liderança exerce-se, formal ou informalmente, a nível das estruturas intermédias e no seio das equipas. Pode ser-se chefe e não se ser líder.

Para estabelecer um ambiente organizacional mais adequado e estimulante para todos, a Direcção fez um esforço claro no sentido de tornar mais efectiva a sua presença junto das chefias intermédias e da linha da frente. A comunicação bilateral – ascendente e descendente – é, mais do que nunca, uma realidade.

A par desta mudança foram dados passos em prol da implementação de uma política de “gestão de pessoas” com contrato de trabalho, definindo-se e aprovando-se Termos de Referência para todos os colaboradores e definidos os processos de avaliação de atitude e desempenho, com enfoque na qualidade e no mérito. Pretende-se, assim, fomentar uma política que vise a progressão de carreira e que também estimule o sentimento de pertença.

Já estão em curso medidas que têm por objectivo proporcionar apoio psicológico a quem dele necessitar, foram auscultadas as necessidades de formação para a elaboração de um plano interno de reforço de competências dos colaboradores com contrato de trabalho. Criou-se a oportunidade para que toda a organização possa frequentar acções de *Coaching* (desenvolvimento pessoal) e a prática do *Home Office* (teletrabalho) encontra-se em vigor, tendo vindo a surtir resultados positivos e motivadores.

Procurámos melhorar a política de comunicação, não só através dos diversos dispositivos *online*, mas também mediante indicações claras que incentivem os elementos da organização a privilegiarem uma interacção de proximidade. A comunicação ascendente, descendente e transversal é, mais do que nunca, uma realidade na nossa organização.

No fundo, Estamos AQUI; uma Organização feita Para, Por e Com Pessoas.

Em 2016, a Médicos do Mundo (Mdm) alcançou aquele que considerava ser um dos seus principais objectivos – a construção do Plano Estratégico (PE) 2016-2020. A sua elaboração surgiu de um trabalho colectivo, sério, de baixo para cima, da linha da frente para a Direcção e de quem executa para quem orienta e dirige.

O PE é revelador das preocupações da Organização como um todo, estando estas focadas na satisfação das necessidades da população que servimos. Contudo, as nossas práticas recentes e a forma como se construiu o PE configuram a grande preocupação com as pessoas que integram a Associação.

A Direcção acredita que a Mdm é aquilo que as pessoas que a compõem são enquanto colectivo. Para isso, há que satisfazer as expectativas de todos, desde o Colaborador à Direcção, não esquecendo os Voluntários e todos aqueles que nos apoiam. Gerir uma organização implica utilizar três instrumentos

Queremos que saiba o que fizemos com a sua ajuda...

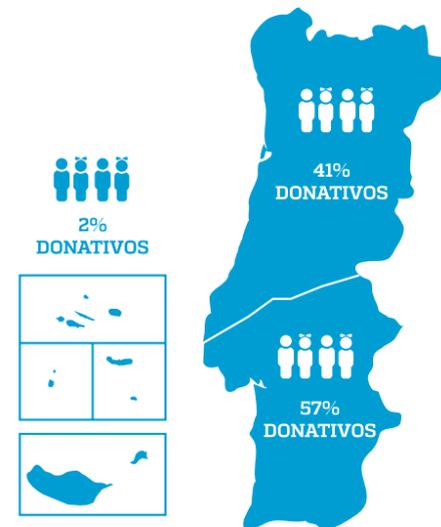
OS NOSSOS COMPROMISSOS

Alguns dados da intervenção da delegação Portuguesa da Médicos do Mundo

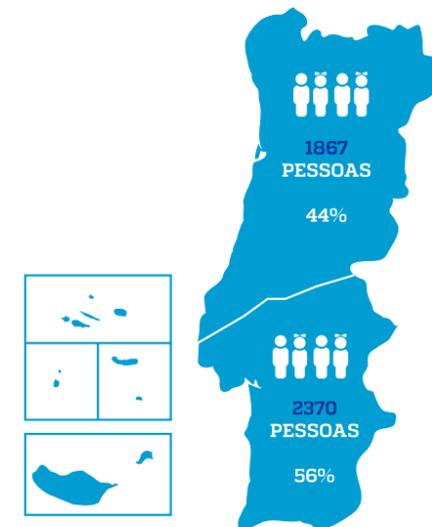
Esta mensagem foi escrita em especial para si, que nos continuou a ajudar em 2016. No ano passado, aperfeiçoámos os nossos processos de controlo e transparência mediante a aplicação de procedimentos mais eficazes, reforçando, assim, as auditorias internas e externas de forma a que a sua ajuda chegue a quem mais precisa. A si, que continua a acreditar no nosso trabalho, estamos gratos e devemos clareza, pelo que queremos que saiba até onde levámos o nosso apoio, tudo graças à sua ajuda.

Perante todos, sem excepção (desde doadores, voluntários, sócios, mecenas, parceiros), fica o compromisso de que continuaremos a trabalhar para manter a sua confiança e a de quem apoiamos.

MEDIANTE A SUA AJUDA:



CHEGÁMOS A:



EM 2016



5232 DOADORES



955 DOADORES RECUPERADOS



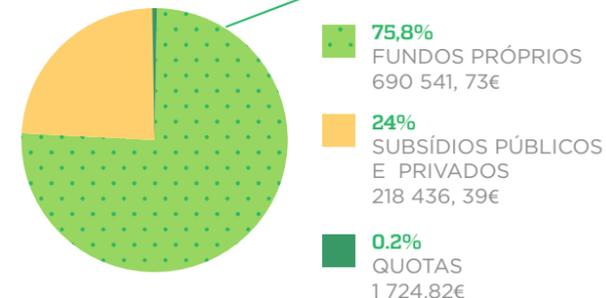
153 NOVOS DOADORES



14 NOVOS SÓCIOS

Visão geral:

FUNDOS ANGARIADOS EM 2016: 911 MIL EUROS



TIPOS DE FUNDOS PRÓPRIOS EM 2016



Estilos de vida saudáveis minimizam riscos de AVC

ENTREVISTA

ENTREVISTA

A prevenção é muito importante para combater o acidente vascular cerebral



Professor Doutor Miguel Viana Baptista, Director do Serviço de Neurologia do Hospital Egas Moniz, Centro Hospitalar de Lisboa Ocidental ©SPAVC

A FACE esteve à conversa com o Professor Doutor Miguel Viana Baptista, Director do Serviço de Neurologia do Hospital Egas Moniz, que nos explicou as questões mais relevantes e os principais riscos sobre o acidente vascular cerebral (AVC).

O acidente vascular cerebral (AVC) é a maior causa de mortalidade e incapacidade em Portugal, mas a nível nacional, ainda pouco se sabe sobre esta doença.

FACE - Por hora, três portugueses sofrem um AVC, dos quais um não vai sobreviver. O que é que se deve fazer perante os sintomas de AVC e qual o tratamento disponível?

Prof. Dr. Miguel Viana Baptista - Quando falamos de acidente vascular cerebral como problema, falamos daquele que

corresponde a 85% dos casos e que é um acidente vascular isquémico, que resulta da oclusão de um vaso e da privação de sangue para uma parte do cérebro. As manifestações de um AVC são várias, mas a comunidade científica identificou um conjunto de sinais que estão muito representados, designados por 3 F's, e que se referem a Face, Força e Fala.

Perante a instalação súbita de assimetria da face, falta de força num braço ou dificuldade em falar, deve-se ligar de imediato para o 112, porque é quem dispõe da chamada rede de referência hospitalar para colocar o doente no sítio certo. Depois, numa primeira fase, é feita terapêutica trombolítica, que permite desfazer o trombo que está a entupir a artéria e, numa segunda fase, e em alguns casos, o doente pode ser candidato a trombectomia, ou seja, fazer a remoção do trombo com um cateter.

FACE - Todos os doentes que foram diagnosticados com AVC podem ser submetidos a essa terapêutica?

Prof. Dr. Miguel Viana Baptista - Os doentes que forem admitidos até às 4 horas e meia podem ser candidatos para terapêutica trombolítica e depois têm uma margem até às 6 horas para fazer a trombectomia.

FACE - Quais os factores de risco associados ao acidente vascular cerebral?

Prof. Dr. Miguel Viana Baptista - Aqueles sobre os quais vale a pena investir o nosso esforço são os factores de risco modificáveis. Eles deveriam começar a ser trabalhados desde cedo nas escolas, com um ensino de um estilo de vida saudável, combatendo o tabagismo, o abuso do álcool, dos açúcares, ou do consumo de sal, da importância de uma dieta mediterrânica, rica em fibras e em ácidos gordos polinsaturados, e fomentando a realização de exercício físico. Depois, existem os factores de risco que podem estar associados a estilos de vida menos saudáveis, como a obesidade, diabetes mellitus, hipercolesterolemia, hipertensão arterial, o qual é seguramente o factor de risco modificável mais prevalente e o que tem mais repercussões. Mas esses mesmos factores de risco podem surgir porque as pessoas têm um terreno genético que predispõe a que sejam hipertensas ou diabéticas, por exemplo.

FACE - Já que os factores de risco têm um grande impacto nesta doença, podemos dizer que a prevenção é uma arma chave no combate a este problema?

Prof. Dr. Miguel Viana Baptista - Seguramente. Até porque a terapêutica, apesar de em alguns casos ser eficaz, na maioria não significa o regresso à plena função, pois é administrada numa fase em que já existe lesão cerebral. É fundamental pois colocar a ênfase na prevenção. Mas estas são duas estratégias diferentes,

uma é para diminuir a prevalência, outra é destinada a ter um melhor tratamento do acidente vascular cerebral.

FACE - Em relação a esta patologia, a reabilitação é fundamental para reduzir a incapacidade e evitar que os sobreviventes de AVC se tornem permanentemente dependentes. Como é feita a abordagem à reabilitação e quais são os seus principais objectivos?

Prof. Dr. Miguel Viana Baptista - A reabilitação tem por objectivo restabelecer a função, mas isso nem sempre é possível nos doentes com AVC, pois a maior parte das pessoas fica com uma lesão cerebral. Assim, nestes casos, a reabilitação tem por objectivo torná-las independentes. Depois existem doentes que, apesar de não ficarem completamente bem, ficam autónomos, e há os doentes que ficam dependentes. A reabilitação tenta minorar estes problemas, mas esta é provavelmente a maior dificuldade que nós temos actualmente, porque os hospitais de reabilitação são muito poucos e têm dificuldade na resposta a muitos casos. Existe também uma grande dificuldade na transição do “hospital de agudos” para o “hospital de reabilitação”, ou para o ambulatório, onde o doente possa prosseguir a sua reabilitação e, por isso, existe uma limitação na possibilidade de prosseguir um tratamento de reabilitação em condições. Essa é, realmente, uma dificuldade grave em que se deveria investir.



© Fabrice Demoulin

Intervenção da Médicos do Mundo

Na Médicos do Mundo, temos como prioridade levar aos nossos beneficiários a mensagem da prevenção e promoção da saúde, sem nunca esquecer as doenças Cerebrovasculares, até porque os factores inerentes a estas doenças – hipertensão arterial, diabetes mellitus, obesidade, sedentarismo, hipercolesterolemia, tabagismo – são silenciosos. Além disso, a MdM actua no combate ao AVC, ao prestar Cuidados Primários de Saúde a populações em situação de vulnerabilidade, que incluem a educação para a saúde, rastreios, apoio medicamentoso à população carenciada e encaminhamento e integração da pessoa nos serviços comunitários de saúde do Serviço Nacional de Saúde. Com base nestes princípios, e reconhecendo a problemática do AVC, a MdM desenvolve a sua intervenção nesta área nos diferentes projectos: “Viver Saudável”, “Terceira (C)idade”, “Farmédicos”, “Banco de Medicamentos”, “Saber Viver”, “Porto Escondido”, “UHSA”, “CATR”, “Colocar Equipa Técnica de Rua para a Saúde (ETRS)”.

Com base na nossa experiência, torna-se também urgente educar a população para que as pessoas sejam agentes activos da sua própria prevenção. Neste âmbito, a intervenção passa também

por motivar e acompanhar os utentes na modificação de atitudes, hábitos e comportamentos que promovam a ocorrência, por vezes catastrófica, de um AVC. Ao trabalharmos nos factores de risco, estaremos a contribuir para a promoção de estilos de vida saudáveis e a reduzir o impacto em termos económicos e sociais deste problema maior de Saúde Pública.

MENSAGENS CHAVE

1. Sinais de alarme de um AVC: falta de Força num braço, dificuldade em Falar e assimetria da Face, normalmente conhecida como “boca ao lado”.

2. Na presença de, pelo menos, um dos sinais de alerta, contactar de imediato os serviços de emergência (112).

3. A identificação dos factores de risco modificáveis, o seu devido controlo e a adopção de estilos de vida saudáveis, minimizam o risco de AVC.

Pessoas com doença de Alzheimer

ENTREVISTA

ENTREVISTA

É urgente criar uma Estratégia ou Plano Nacional para a Demência



Dr. José Carreira, Presidente da Associação Portuguesa de Alzheimer © José Carreira

no presente e futuro da Alzheimer Portugal e quero contribuir, com trabalho de equipa, para a melhoria da qualidade de vida das pessoas doentes, familiares e cuidadores até que, como disse a Rainha Sofia de Espanha, o “Alzheimer seja apenas uma memória”.

FACE - Quais os grandes desafios da Associação?

Dr. José Carreira - Dada a insuficiência de serviços especializados, a Alzheimer Portugal assumiu a gestão de vários equipamentos - Centros de Dia, Lares, Apoios Domiciliários - com a consequente carga estrutural. A sustentabilidade dos serviços é uma preocupação constante e obriga a uma gestão rigorosa que permita conciliar a qualidade dos serviços prestados e o orçamento disponível.

FACE - Quais são as prioridades estratégicas no âmbito das demências?

Dr. José Carreira - Urge a criação de uma rede articulada de cuidados clínicos e sociais e de serviços especialmente concebidos para as pessoas com demência. Desde 2006 que a AP tem vindo a defender a criação de um Plano Nacional para as demências, com um enfoque em três áreas fundamentais: Cuidados, Investigação e Direitos.

Queremos ser agentes activos da mudança das consciências. Assim, o nosso trabalho centrar-se-á na sensibilização da comunidade e dos profissionais de saúde, da acção social e dos dirigentes de equipamentos e serviços para a importância do diagnóstico precoce e no combate ao estigma associado à doença.

A realização da Cimeira Mundial do Alzheimer em Lisboa, em 2017, será uma oportunidade para que se discutam estas questões, para que a doença de Alzheimer entre definitivamente na agenda política e se estabeleçam marcos jurídicos de protecção dos direitos das pessoas que convivem com a doença.

Direitos da Pessoa Com Doença de Alzheimer



Maria do Rosário Zincke dos Reis (Advogada, Membro da Direcção da Alzheimer Portugal) © M. Rosário Zincke dos Reis

Pessoas com demência Que direitos?

A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, adoptada em 2006, tem como objectivo promover e garantir o pleno e igual gozo de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais, por todas as pessoas com capacidade diminuída e promover o respeito pela sua dignidade eminente. De entre os Direitos consagrados nesta Convenção é de destacar o direito a viver de forma independente e a ser incluído na comunidade, assegurando que:

a) As pessoas com deficiência tenham a oportunidade de escolher o seu local de residência e onde e com quem vivem, em condições de igualdade com as demais, e não são obrigadas a viver num determinado ambiente de vida;

b) As pessoas com deficiência tenham acesso a uma variedade de serviços domiciliários, residenciais e outros serviços de apoio da comunidade, incluindo a assistência pessoal necessária para apoiar a vida e inclusão na comunidade;

c) Que os serviços e instalações da comunidade para a população em geral sejam disponibilizados, em condições de igualdade, às pessoas com deficiência e que estejam adaptados às suas necessidades;

Também a Constituição da República Portuguesa, no seu Artigo 26º, nº 1 prevê: “A todos são reconhecidos os direitos à identidade pessoal, ao desenvolvimento da personalidade, à capacidade civil, à cidadania, ao bom nome e reputação, à imagem, à palavra, à reserva da intimidade da vida privada e familiar e à protecção legal contra quaisquer formas de discriminação.”



© Catarina Névoa

É possível contribuir para que as pessoas com Alzheimer se sintam vivas

A ideia que se tem das pessoas com doença de Alzheimer está associada a um estigma social que não nos permite ver a pessoa antes do paciente. “As pessoas com demência têm um rosto e uma identidade” - Filipa Gomes, Directora Técnica dos Serviços de Lisboa e Núcleo do Ribatejo da Alzheimer Portugal.

A par do foco num modelo de cuidados que respeite a dignidade das pessoas com demência e dos seus cuidadores, a Alzheimer Portugal promove a sensibilização para a doença e, por conseguinte, combate o estigma associado. Segundo Filipa Gomes, “É preciso ultrapassar uma percepção das demências que se focaliza na doença (explorando tudo o que acontece com um

Olhar a demência? “Foco-me na existência do meu pai e não na sua sobrevivência”



Amo o meu Pai, cuido do meu Pai, vivo o meu Pai.

Sou filho e cuidador de uma pessoa com demência, o que me faz lembrar da importância de recordar o meu Pai, de que ele é uma pessoa válida e que há vida para além da doença.

Ser cuidador do meu Pai é acordar duas vezes, tomar banho duas vezes, cuidar duas vezes e continuar mesmo assim a amar duas vezes, a mim e ao meu Pai.

Enquanto cuidador estou menos focado naquilo que a demência provoca e mais

naquilo que tem promovido: a ligação, a compaixão e o compromisso. E com isto não quero dar uma visão romântica da doença e do que é ser cuidador. Muitas vezes é duro. Mas temos a capacidade de escolher a forma como olhamos a demência e eu foco-me na existência do meu Pai e não na sua sobrevivência.

Este olhar ajuda-me a nunca “cair” na tentação de o culpar, a não me focar naquilo que ele não é capaz de fazer. Faz-me viver o meu Pai.

Ser cuidador numa perspectiva de raiva e culpa faz com que nada seja o suficiente. Ser cuidador sob a perspectiva do amor faz com que tudo, até o mais pequeno gesto, seja importante.

Como disse Natalie Barney, “Ama-se com amor aqueles que não se podem amar de outro modo.”

Depoimento de Pedro Rui Carvalho, cuidador informal de uma pessoa com doença de Alzheimer © Pedro Rui Carvalho,

“É da doença”), nas incapacidades que provoca, num enfoque maioritariamente cognitivo, ignorando, muitas vezes o subjectivo, a pessoa, o sentir.”

A intervenção da Alzheimer Portugal junto dos seus pacientes tem por base a percepção das suas necessidades (de identidade, de amor, ocupação e de conforto), observando-se e monitorizando-se o ambiente e o contexto. Esta avaliação é necessária para que se evitem factores de risco ou sentimentos de mal-estar.

À semelhança do que defende a própria Organização Mundial de Saúde, os cuidados a prestar às pessoas com demência devem ser considerados num sistema integrado que envolva todos os intervenientes, nomeadamente os cuidadores informais. Para Filipa Gomes, “a decisão de cuidar (bem) de um ente querido implica a existência

de um sentido/vínculo familiar forte, a presença de valores e sentido ético apurados, mas é na sua essência um acto de generosidade e de amor.”

Na sua intervenção, a Alzheimer Portugal reconhece o desgaste e a mudança na rotina familiar dos cuidadores informais que, muitas vezes, tendem em adiar as suas vidas em prol da pessoa com demência. Nesse sentido, a Associação aposta na perspectiva do diálogo, da partilha e da comunicação constante com familiares. A partir destes momentos, são fomentadas outras crenças, assentes em pensamentos positivos e reais, que asseguram que nos é possível contribuir para que essas pessoas se sintam vivas.

Tal como afirma Filipa Gomes, “É possível que tenham momentos de prazer, gozo e felicidade. Momentos em que se sintam ligados à Vida, a Si, à Comunidade e aos Outros.”

Hepatites B e C são problemas graves de saúde pública

HEPATITES

HEPATITES

Em Portugal, calcula-se que apenas 30% dos doentes com Hepatite C estejam diagnosticados.



Dra. Patrícia Alves,
(Médica, Voluntária da Médicos do Mundo)
© Catarina Névoa

As Hepatites Virais são infecções causadas por diferentes tipos de vírus que têm afinidade para o fígado. Embora a Hepatite A (provocada pelo VHA) seja a mais frequente em todo o mundo, são as infecções provocadas pelo VHB e VHC (vírus das Hepatite B e C, respectivamente) as que mais preocupam a saúde pública.

A evolução para a cronicidade, ou seja, se a inflamação durar mais de 6 meses, é uma realidade em 70 a 85% dos casos de infecção por VHC, podendo ter consequências graves para a saúde, nomeadamente o aparecimento de cirrose e de cancro primitivo do fígado. A nível nacional, os estudos realizados nos últimos anos, mostram que entre 0,4 e 1,5% dos portugueses são portadores crónicos de VHB e de VHC, respectivamente.

Estas infecções são maioritariamente assintomáticas, mas podem ser facilmente confundidas com uma gripe. À semelhança desta última, as hepatites

podem manifestar-se por febre e cansaço. Nos casos típicos aparece icterícia e urina cor de vinho do Porto, além de falta de apetite e náuseas.

As infecções crónicas podem progredir de forma silenciosa por longos períodos de tempo e só se manifestarem em estádios avançados da doença, quando a par da inflamação, já existe cirrose ou cancro do fígado.

Uma vez que as infecções pelo VHB e pelo VHC são, na sua maioria, silenciosas e assintomáticas, é necessário fazer o diagnóstico precoce através de rastreios preventivos, que detectam a presença destes vírus no organismo. A existência de VHB e VHC em circulação é comprovada através de análises clínicas ao sangue (testes rápidos e outros), que permitem, caso sejam positivas, saber se a infecção é recente ou antiga. No caso do indivíduo ser negativo para o VHB e tiver um comportamento de risco deve vacinar-se. A vacina é eficaz.

Caso se confirme a presença de VHB e/ou VHC, a pessoa deverá ter cuidados especiais para evitar a transmissão do vírus. As Hepatites B e C podem ser transmitidas por contacto com sangue de uma pessoa já infectada ou por via sexual.

Para evitar o contágio de qualquer uma destas hepatites virais, é necessário ter em atenção dois aspectos: os materiais utilizados para fazer tatuagens, piercings, acupuntura, perfuração das orelhas ou serviços de manicure devem estar devidamente esterilizados e todos os indivíduos infectados com VHB ou VHC devem utilizar preservativo, nas suas relações sexuais.

A partilha de seringas ou outros objectos não esterilizados e a não utilização de preservativos, por parte dos grupos vulneráveis e em qualquer relação sexual ocasional são realidades que a Médicos do Mundo tenta mudar através da intervenção junto de utilizadores de drogas e de trabalhadores do sexo

DIA INTERNACIONAL DO PRESERVATIVO



Preservativa-te: Médicos do Mundo consciencializa trabalhadores do sexo

De modo a consciencializar os utentes para o risco das relações sexuais desprotegidas, a Médicos do Mundo assinalou o Dia Internacional do Preservativo. Numa iniciativa mais lúdica e interactiva, a representação norte da MdM desafiou os trabalhadores do sexo a tirar uma fotografia original com os preservativos distribuídos, de modo a serem os próprios a sensibilizar para a importância deste método contraceptivo. Já em Lisboa, a equipa da MdM realizou acções de educação para a saúde colectiva e distribuiu kits com informações e preservativos, junto dos beneficiários.

SEMANA EUROPEIA DO TESTE VIH E HEPATITES



Médicos do Mundo promove a importância da prevenção e diagnóstico precoce

Entre os dias 18 e 25 de Novembro de 2016, a Médicos do Mundo participou na Semana Europeia do Teste VIH e Hepatites, promovendo a importância da prevenção e do diagnóstico precoce.

As equipas da Médicos do Mundo estiveram em Lisboa, no Porto e em Viseu, e realizaram 80 rastreios gratuitos de VIH, 65 de Hepatite C, 48 de Hepatite B, 52 de Sífilis e 5 sessões de informação. A par destas iniciativas foram distribuídos 100 kits alusivos à temática.

“TESTAR. TRATAR. PREVENIR”



Médicos do Mundo contribui para a percepção de comportamentos de risco

Numa iniciativa marcada pelo mote “Testar. Tratar. Prevenir.”, a Médicos do Mundo teve como principal preocupação a consciencialização para os comportamentos de risco, os quais diferem da percepção actual sobre grupos de risco. Nesta iniciativa foi destacada a importância da noção do estatuto serológico através da realização do diagnóstico precoce do HIV e das Hepatites B e C.

DIA INTERNACIONAL DA LUTA CONTRA A SIDA



Médicos do Mundo assinala Dia Internacional da Luta contra a SIDA

No dia 1 de Dezembro, a Médicos do Mundo assinalou o Dia Internacional da Luta contra a SIDA no Cais de Gaia, em parceria com a GAIURB - Gestão Urbanística e Paisagem Urbana de Gaia. Ao todo foram realizados 6 rastreios de VIH e 15 rastreios de Hepatites.

SEMINÁRIO EUROPEU DA HEPATITE C

Médicos do Mundo visita a primeira sala de consumo assistido

Em Novembro de 2016, as Directoras dos Projectos Nacionais da Médicos do Mundo, Carla Fernandes e Raquel Rebelo, marcaram presença no Seminário Europeu da Hepatite C. Organizado pela Correlation Hepatitis C Initiative, este Seminário foi destinado a membros da comunidade, trabalhadores de redução de danos, pesquisadores e activistas da Hepatite C, envolvidos na prevenção, tratamento e *advocacy*. Neste seminário, foram discutidas questões relacionadas com os testes e tratamentos de VHC, boas práticas na comunidade, comportamentos de redução de risco e foi feita a visita à primeira sala de consumo assistido de Paris, onde se abordaram conceitos relacionados com esta iniciativa e com a própria Hepatite C.



Graças à sua ajuda, chegámos a 4200 pessoas

Em 2016, a delegação portuguesa da Médicos do Mundo contou com 9 projectos que garantiram o apoio a mais de 4200 beneficiários. No decorrer de 2016, foram realizadas 4000 consultas de cuidados de saúde primários, 3500 apoios medicamentosos, mais de 3000 rastreios, 1200 visitas domiciliárias, mais de 300 sessões didáticas e ocupacionais e mais de 5000 apoios psicossociais.

Veja em detalhe os resultados de 2016:

IDOSOS

Saber Viver



Viver Saudável



Terceira (C) Idade

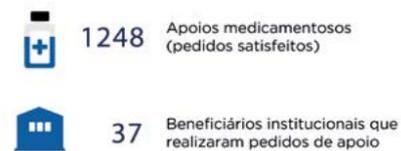


APOIO MEDICAMENTOSO

Farmêdicos (Lisboa)

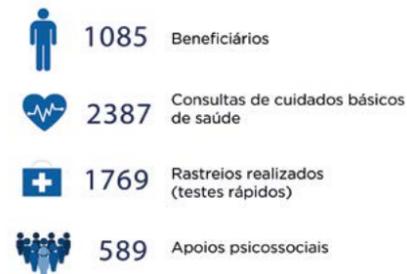


Banco de Medicamentos (Porto)



POPULAÇÃO EM RISCO DE EXCLUSÃO SOCIAL

Saúde Móvel



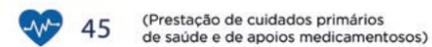
Porto Escondido



Unidade Habitacional de Santo António



CATR (Centro de apoio temporário de refugiados)



PLANO DE CONTINGÊNCIA PARA AS PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM ABRIGO

Médicos do Mundo contribuiu para o Plano de Contingência para as pessoas em situação sem abrigo

A delegação portuguesa da Médicos do Mundo (MdM) participou no Plano de Contingência para as pessoas em situação de sem abrigo. A iniciativa pretendeu atenuar os impactos negativos das baixas temperaturas na saúde desta população vulnerável e teve a colaboração de várias instituições em Lisboa e no Grande Porto. Em Lisboa, a equipa da MdM esteve no Pavilhão Casal Visto, entre os dias 18 e 21 de Janeiro, assegurando os cuidados básicos de saúde de 27 pessoas em situação de sem abrigo. Na cidade do Porto, uma equipa de voluntários da MdM esteve no abrigo de emergência da Câmara Municipal do Porto (antigo hospital Joaquim Urbano) para prestar cuidados de saúde gratuitos.



© MdM

SEMINÁRIO REDE INTERNACIONAL (TRABALHO SEXUAL)

Médicos do Mundo participou no Seminário sobre Trabalho Sexual

Entre os dias 27 e 28 de Outubro, a Médicos do Mundo (MdM) esteve presente em Bucareste, num Seminário sobre Trabalho Sexual, organizado no âmbito da Rede Europeia de Redução das Vulnerabilidades na Saúde. Entre os vários tópicos, discutiu-se a posição que todas as delegações da MdM poderiam adoptar sobre a saúde e os direitos dos trabalhadores do sexo. Em conformidade com os nossos valores, denunciámos qualquer forma de exploração, de coacção, de tráfico e de violência exercida contra seres humanos, sejam ou não trabalhadores do sexo. Por outro lado, e como o faz para qualquer população marginalizada e reprimida, a MdM destacou como prioridade a necessidade de também capacitar os trabalhadores do sexo, sejam menores ou não, para poderem exercer os seus direitos fundamentais previstos nas leis internacionais relativos à saúde e protecção das pessoas.



© MdM

Equipa Técnica de Rua Para a Saúde

PROJECTOS NACIONAIS

Novo projecto da Médicos do Mundo dá resposta a pessoas sem-abrigo



Em Outubro de 2016, a Médicos do Mundo (MdM) iniciou um novo projecto para acompanhar as pessoas em situação de sem abrigo na cidade de Lisboa. Especializada na área da saúde, a Equipa Técnica de Rua para a Saúde (ETRS), mais tarde apelidada de Saúde a Girar, foi criada com base no Programa Municipal para a Pessoa Sem Abrigo, da Câmara Municipal de Lisboa, que apresenta o Programa Saúde Próxima.

Neste novo projecto, que tem como foco a saúde e a pessoa em situação de sem abrigo, a MdM irá assegurar as intervenções médicas e de enfermagem, as articulações com as equipas técnicas de rua, no âmbito da intervenção integrada promovida pelo Núcleo de Planeamento e Intervenção Sem Abrigo (NPISA), os rastreios e testes rápidos de VIH, Hepatite B e C, Sífilis, Tensão Arterial e Diabetes. Vai ainda realizar acções de informação e sensibilização da pessoa em situação de sem abrigo, a colaboração com o NPISA e outras entidades de saúde, para a realização de um diagnóstico geral de saúde das pessoas em situação de sem abrigo.

Em termos operacionais, a Saúde a Girar terá horários fixos de paragem da Unidade Móvel para a realização de testes, consultas de cuidados básicos de saúde, troca de material de consumo, distribuição de material preventivo e levantamento de apoio medicamentoso. Por outro lado, terá horários de circulação pela cidade, que permitem dar resposta a pessoas sinalizadas que pernoitam na rua e que, por variados motivos, não se deslocam às estruturas de saúde. A ida da equipa ao

local, possibilita o despiste/avaliação da situação clínica e social. De forma complementar, a equipa disponibiliza transporte e acompanhamento técnico, às situações avaliadas e que requerem o encaminhamento para estruturas de saúde ou de apoio social.

Este é um projecto da Médicos do Mundo e pretende assegurar os cuidados básicos de saúde das pessoas em situação de sem abrigo na cidade de Lisboa.

Voluntários Sêniores são capacitados

Tem mais de 55 anos, tempo disponível e vontade de ajudar?



Faça parte do Grupo de Voluntariado Sénior da Médicos do Mundo

Contacte a nossa equipa técnica
964 444 766

www.medicosdomundo.pt



Para combater a exclusão e o isolamento social e fomentar o envelhecimento activo, a Médicos do Mundo implementou o projecto Grupo de Voluntariado Sénior. Neste grupo, alguns idosos do Bairro da Picheleira estão a ser formados e organizados em pares, para fazer visitas aos beneficiários dos cuidados domiciliários do projecto Viver Saudável. Entre os temas da formação destacam-se: Envelhecimento Activo, Relações Interpessoais, Escuta Activa, Empatia e Voluntariado.

Programa Troca de Seringas



Programa Troca de Seringas alerta para a prevenção de infecções por VIH e Hepatites

No âmbito do Grupo de Trabalho Perto LX, dinamizado pelo Departamento dos Direitos Sociais - Divisão para a Intervenção Social, da Câmara Municipal de Lisboa, foi realizada uma Acção de Sensibilização sobre o Programa Troca de Seringas (PTS), na qual a MdM esteve presente. A sessão foi dinamizada pela Dr.ª Carla Caldeira dos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde (SPMS) e contou com a participação das diferentes Equipas de Rua, organizações que intervêm com as pessoas que utilizam drogas e da Polícia Municipal. O PTS tem como objectivo a prevenção das infecções pelo VIH e pelos vírus das Hepatites B e C, por via sexual, endovenosa e parentérica, nas pessoas que utilizam drogas injectáveis.

Projecto Banco de Medicamentos em Viseu



© Fabrice Demoulin

Novo projecto de apoio medicamentoso chega a Viseu

No final de 2016, a Médicos do Mundo (MdM) iniciou um novo projecto em Viseu, o Banco de Medicamentos, que tem como objectivo aumentar a

equidade no acesso ao medicamento junto da população vulnerável ou em situação de precariedade económica. Este projecto foi delineado em parceria com as Obras Sociais do Pessoal da Câmara Municipal e dos Serviços Municipais de Viseu, do Programa Contratos Locais de Desenvolvimento Social 3G Viseu Igual e do Programa Redes Locais de Intervenção Social /Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social de Viseu.

Evento Porto.Saúde



Porto. Saúde conta com sessões de educação da Médicos do Mundo

Nos dias 19 e 20 de Novembro de 2016, a Médicos do Mundo (MdM) esteve presente no Evento Porto Saúde, no Pavilhão Rosa Mota, no Porto. Este evento foi organizado pela Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas (APLL) e pela Porto Lazer, em parceria com a Liga Portuguesa contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte, a Acreditar e a Europacolón. Esta iniciativa, direccionada para os doentes oncológicos e para o público em geral, contou com espectáculos de música, palestras, animação para crianças e workshops. Para além da presença institucional, a MdM realizou sessões de educação para a saúde, demonstrações de ajudas técnicas/ produtos de apoio e apresentou exemplos de adaptações domiciliárias.

Evento Moda por uma Causa



Moda Por Uma Causa aquece os dias das pessoas em situação de sem abrigo da cidade do Porto

Organizado pela Associação Sorriso Solidário e pela Escola Superior de Artes e Design de Matosinhos (ESAD), em parceria com a Câmara Municipal do Porto e o Movimento Lírio Azul, o projecto Moda Por Uma Causa reuniu a moda e a solidariedade, para aquecer os dias e as noites das pessoas sem abrigo da cidade do Porto.

A esta iniciativa juntaram-se os lares de idosos da região, os quais disponibilizaram o tempo livre dos seus utentes para ajudar a confeccionar algumas capas, desenhadas com o apoio de crianças carenciadas, para posteriormente se realizar uma venda solidária. Os fundos conseguidos reverteram na totalidade para a distribuição de sacos-cama e colchonetes para as pessoas em situação de sem abrigo, beneficiárias das Associações Médicos do Mundo e CAIS.

10ª edição do prémio Boas Práticas em Saúde

Médicos do Mundo na 10ª edição do Prémio Boas Práticas em Saúde

A Médicos do Mundo participou na 10ª edição do prémio Boas Práticas em Saúde através da apresentação de um poster científico sobre o projecto Unidade Habitacional Santo António (UHSA). A exposição de posters esteve patente na sala de formação 361, no Hospital Distrital da Figueira da Foz, EPE, entre os dias 23 de Novembro e 8 de Dezembro de 2016.

A exposição de Posters Científicos do Prémio de Boas Práticas em Saúde é constituída pelos posters dos projectos nomeados para a categoria de "Melhor Projeto" no âmbito da 9ª Edição, realizada em 2015, bem como dos distinguidos com o 1º Prémio e com a Menção Honrosa, na categoria de "Poster Científico".

Uma questão de Direitos Humanos

REDE INTERNACIONAL

Médicos do Mundo denuncia a falta de acesso a cuidados básicos de saúde para migrantes indocumentados



© Marcos Moreno

A falta de acesso a cuidados básicos de saúde por parte dos migrantes indocumentados, é uma realidade nítida em várias partes do mundo. A falta de respostas ao longo das várias rotas migratórias é uma questão delicada, que se complica à medida que as fronteiras se fecham e que os governos europeus se desresponsabilizam.

Preocupada com o futuro destas pessoas e com as repercussões notórias na saúde dos migrantes, a Delegação Belga da Médicos do Mundo compôs um relatório que visa apelar às entidades competentes para que assumam a responsabilidade de assegurar o direito à saúde destas pessoas. Até ao momento, este tem sido o trabalho realizado por mais de 200 organizações humanitárias, voluntários e alguns membros da sociedade civil, que têm um papel importante nas rotas dos migrantes indocumentados. Mas as respostas não são suficientes.

As políticas anti-imigração, a falta de solidariedade internacional e a discriminação têm levado milhares de migrantes a escolher rotas perigosas, com acesso limitado a cuidados básicos de saúde, que se relacionam com o aumento da morbilidade, da mortalidade, dos

transtornos psicológicos, das complicações de saúde reprodutiva, dos casos de alcoolismo e da exposição a situações de risco, nomeadamente violência e tráfico humano.

Neste momento, é urgente contrariar as fracas condições de vida destas pessoas. É urgente criar meios móveis para assegurar os cuidados básicos de saúde dos migrantes e delinear rotas migratórias seguras, livres de violência e de outros perigos. É urgente que os países criem condições mínimas de recepção de migrantes, que incluam acesso à informação e a cuidados básicos de saúde. É urgente criar medidas de segurança para migrantes menores e desacompanhados e alargar os meios de resgate ao longo do Mar Mediterrâneo. É urgente aumentar a literacia dos refugiados sobre os seus direitos e pensar em espaços seguros, ao longo das rotas migratórias, para que as pessoas possam descansar e ter acesso a cuidados de saúde.

Todos os migrantes, assim como os restantes seres humanos, devem ter acesso ao Direito à Saúde, independentemente da sua condição ou legalização.

HAITI

Estamos a combater a cólera no Haiti. Durante a noite de 4 de Outubro, o Furacão Mathew atingiu o Haiti, provocando perdas mortais, danos infra-estruturais, inundações e deslizamentos de terras. Cerca de 80% das casas foram devastadas e várias plantações deixaram de existir.

No contexto pós-furacão, o ressurgimento da epidemia da cólera no sul do Haiti é uma das principais preocupações da Médicos do Mundo (MdM). As equipas da Rede Internacional da MdM têm estado envolvidas no tratamento e na prevenção da cólera desde 2010, mas os casos de infecção têm aumentado, com 50,000 casos confirmados em 2016. Actualmente, as equipas estão no terreno, em coordenação com outras autoridades de saúde na ilha, para fornecer equipamento médico e abastecimentos às áreas mais afectadas pelo furacão. Para tentar atenuar os impactos causados, a delegação portuguesa da MdM lançou uma campanha de angariação de fundos, de modo a ajudar a sustentar a estratégia de actuação das delegações no terreno. No total foram angariados 8929,50 euros que serão utilizados para providenciar cuidados básicos de saúde e para tentar combater os casos de cólera ainda existentes.



© Jean Marc Hervé Abélard

Campos de refugiados: quando o frio bate à porta

REDE INTERNACIONAL

Carla Paiva, Directora-Executiva da delegação portuguesa da Médicos do Mundo



© Marcos Moreno

A imagem que se tem dos refugiados está claramente marcada pelas imagens das suas chegadas à Europa. São as longas travessias, que tanto têm de desumano como de heróico. E também os campos em que foram acolhidos e nos quais trabalham diversas organizações de ajuda humanitária. Mas longe do imaginário comum está a sua situação actual que, mais uma vez, testa os limites da resistência humana.

As condições climáticas agrestes, marcadas pelo frio gelado e propício à doença, tornam a actual situação desesperante. É verdade que o Inverno é para todos, mas para alguns é mais Inverno do que para outros. A situação nos campos de refugiados tem-se complicado e as condições frágeis, que mais de 22 mil pessoas enfrentam, ameaçam gravemente a sua saúde.

Por exemplo, em Lesbos, onde a Médicos do Mundo tem operação, os relatos são preocupantes. Mais de 31% dos casos, que assistimos todos os dias nas nossas consultas, têm origem em doenças respiratórias – pneumonias, bronquites e asma – e afectam principalmente crianças, mulheres e pessoas idosas. Como se pode ajudar estas pessoas a resistir às condições climáticas?

As equipas de ajuda humanitária trabalham arduamente para prestar a sua missão social da melhor forma, mas a sobrelotação dos espaços, a falta de comida ou de condições de higiene ameaçam a saúde, não só dessas pessoas, mas de todos nós. São mais de 200 organizações que estão a intervir para evitar o agravamento, ainda maior, das condições. Mas, infelizmente, os cuidados médicos, a comida e os cobertores que distribuímos apenas atenuam a situação e não chegam para todos.

Para combatermos este flagelo necessitamos de estar conscientes desta situação. É um primeiro passo para querermos resolver uma situação que coloca em causa a dignidade de todos nós. Quando nos propomos a considerar o Humano, não somos alheios à noção do que nos une enquanto membros de uma comunidade global. E neste sentido não posso deixar de mencionar a importância que a Declaração Universal dos Direitos Humanos tem para toda a Humanidade.

Todos somos susceptíveis ao frio, à fome, à doença. O cuidado e acesso básico à saúde não é um cuidado desta ou daquela pessoa, mas de todos nós. E, hoje, enfrentamos todos um grande risco: o da indiferença.

Nem agora, nem nunca



© Olivier Papegnies

A Médicos do Mundo – Medecin du Monde (MdM) é uma rede humanitária internacional com voluntários e colaboradores que executam 440 programas em 80 países da Europa, África, Américas, Ásia, Médio Oriente e Oceânia. Todos os dias testemunhamos a luta pessoal de milhares de pessoas vulneráveis que são vítimas de circunstâncias que escapam ao seu controle, sem acesso a cuidados básicos de saúde.

Algumas políticas recentemente implementadas pelo Presidente Trump violam os direitos humanos fundamentais dessas pessoas, e de outras, que estão sob nosso cuidado. Essas políticas estão também em directa oposição aos valores da nossa Organização.

Nos últimos dias, o novo Presidente dos Estados Unidos da América, desafiou três dos nossos valores fundamentais:

1. Acreditamos na igualdade de direitos para as mulheres.

Esta não é a primeira vez que a Política da Cidade do México, também conhecida como a “Regra da Mordça Global”,

é instituída no primeiro dia de uma nova administração. Desde Reagan, todos os presidentes republicanos instituíram, e todos os presidentes democratas o revogaram com a mesma rapidez a lei que previa proibir o acesso a cuidados médicos sexuais e reprodutivos às mulheres. Mas, para o Presidente Trump, o que era uma lei dura, punitiva e prejudicial, que aparentemente foi contraproducente em seus propósitos. Resultou em mais abortos, e não menos, diminuindo apenas a segurança dos processos de aborto. A versão da “Regra da Mordça Global” do Sr. Trump pode afectar todos os aspectos do financiamento global da saúde, por parte de todas as agências do Governo dos EUA. No final, esta política é susceptível de anular e reverter muitos dos impressionantes ganhos que têm sido conquistados globalmente no sector da saúde nas últimas décadas. O impacto será maior nas mulheres e nos seus filhos. Acreditamos firmemente que toda a mulher, em sua condição de ser humano, tem o direito à igualdade social, à igualdade económica, à igualdade política e, talvez mais importante para nós, a uma igualdade de direitos a uma vida saudável e digna. A “Regra

REDE INTERNACIONAL

da Mordça Global” nega esse direito àqueles que mais necessitam dele, e nós opomo-nos vigorosamente a ela.

2. Acreditamos no tratamento humano dos prisioneiros de guerra e, em geral, de todas as pessoas detidas, presas e encarceradas.

Consideramos abominável e detestável que o Presidente dos Estados Unidos sugira que o Governo do seu país empregue meios bárbaros e ilegais para obter informações que julgue serem úteis, sem evidências que o apoiem, apenas porque acredita que “a tortura funciona”. Apoiamos firmemente a Convenção das Nações Unidas contra a Tortura e Outros Tratamentos ou Punições Cruéis, Desumanos ou Degradantes.

3. Acreditamos que todos os indivíduos que fogem do seu país em tempos de instabilidade política, conflito civil, guerra ou por medo de perseguição com base nas suas opiniões políticas, etnia, orientação sexual ou religião, têm o direito de solicitar o estatuto de refugiado.

Acreditamos que a recente Ordem Executiva de Trump que impõe uma proibição indefinida aos refugiados da Síria, severas restrições à imigração de sete países maioritariamente muçulmanos e que suspende toda a admissão de refugiados por quatro meses é injusta, desumana e terá consequências negativas para a saúde de muitos, que serão forçados a permanecer em áreas de conflito contra a sua vontade.

Por eles, elevamos as nossas vozes, tanto como médicos, trabalhadores de saúde e outros, em nome de todos aqueles que são alvo destas políticas injustas, não apenas em protesto, mas em afirmação clara e retumbante dos nossos próprios valores. Não vamos sacrificar ou desistir, nem agora, nem nunca.

G R U P O
PINTO & CRUZ



O GRUPO PINTO & CRUZ APOIA A
MÉDICOS DO MUNDO.

TUBAGENS E SISTEMAS • ELEVADORES • INSTALAÇÕES ELECTROMECÂNICAS
HOTELARIA • MANUTENÇÃO E ASSISTÊNCIA TÉCNICA • MOTORES E EQUIPAMENTOS

www.pintocruz.pt



AQUI

11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO	
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS DO IRS CONSIGNADO	NIPC
Instituições Religiosas <input type="checkbox"/>	1101 504 568 566
Instituições Particulares de Solidariedade Social <input checked="" type="checkbox"/>	

Ao longo destes 17 anos da missão portuguesa da Médicos do Mundo já estivemos em muitos sítios. Mas o nosso dia-a-dia é muito perto de si. **Em Lisboa, no Porto, em Viseu, a prestar cuidados de saúde básicos às pessoas excluídas, que vivem à margem dos recursos sociais a que têm direito.** Para si, não representa nenhum encargo adicional. Para as pessoas em situação de sem-abrigo, para os idosos, para os jovens significa que continuamos aqui com eles.

Um **X** no **quadro 11 do anexo H da sua declaração anual de IRS com o NIPC 504 568 566** permite que 0,5% do seu IRS já liquidado seja entregue à **Médicos do Mundo.**

WWW.MEDICOSDOMUNDO.PT