



Projectos Nacionais da Médicos do Mundo

PROJECTO

Duração: 12 meses

País: Portugal

Localização: Concelho de Castanheira de Pera

Área de Intervenção: Promoção da Saúde e do Envelhecimento Activo

Contexto

O processo de envelhecimento desencadeia mudanças físicas, funcionais, psicológicas e socioeconómicas que podem comprometer a sua autonomia, verificando-se que viver mais não significa viver melhor. A ausência de retaguarda familiar e redes de solidariedade enfraquecidas, a baixa literacia, a insuficiência económica, as necessidades decorrentes das doenças crónicas, entre outros, promovem o isolamento do idoso, impedindo-o de exercer o seu direito de cidadania e aceder às estruturas da rede social de suporte (DGS). O combate ao estigma associado ao envelhecimento – idadismo – é uma preocupação em que se pretende dotar a sociedade para um novo olhar sobre “ser velho” (DGS). As condições de saúde são determinantes no envelhecimento activo e saudável, que segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) é definido como “o processo de optimização das oportunidades para a saúde, participação e segurança, para a melhoria da qualidade de vida à medida que as pessoas envelhecem, bem como o processo de desenvolvimento e manutenção da capacidade funcional, que contribui para o bem-estar das pessoas idosas, sendo a capacidade funcional o resultado da interacção das capacidades intrínsecas da pessoa (físicas e mentais) com o meio”.

O concelho de Castanheira de Pera (CP) apresenta características de interioridade: pouca população, dispersão geográfica e índice de dependência de idosos de 229. As doenças crónicas têm um peso crescente na população envelhecida, tais como os actuais estilos de vida que revelam dinâmicas comportamentais associadas a fatores de risco (FR). Na região os problemas de saúde prioritários são a elevada prevalência de doenças crónicas e FR associados, tal como o isolamento e a dificuldade no acesso aos cuidados de saúde. A mortalidade associada a doenças crónicas atinge 30% nas doenças cardiovasculares e 15% nas perturbações depressivas, valor superior à média nacional (10%). Os FR marcam na região com 11% dos inscritos no Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) com diagnóstico de excesso de peso, 7% abuso do tabaco e 2% abuso crónico do álcool. São determinantes de saúde modificáveis através desta intervenção, cujas actividades terão impacto e ganhos em saúde. Tal como melhoria da justiça e prevenção social, isolamento, e dependência dos idosos, agravado pela pandemia COVID-19.



A intervenção do projecto, enquadrada na Estratégia Nacional para o Envelhecimento Activo e Saudável, está focada num modelo de proximidade, com realização de visitas domiciliárias (VD) e sinalização/resolução das necessidades e problemas identificados em articulação com os agentes locais públicos e privados, e encaminhamento para o Serviço Nacional de Saúde (SNS) enquadrado nos antecedentes clínicos ou na pandemia da COVID-19. Tal como num modelo de Envelhecimento Activo, dinamizando actividades comunitárias onde os beneficiários serão agentes do planeamento (em articulação com o mediador comunitário da Médicos do Mundo (MdM) e Terapeuta Ocupacional (TO) de actividades de seu interesse no âmbito da promoção da saúde e prevenção da doença (sessões temáticas – literacia, ateliers, actividade física, sessões culinárias, horta), na Escola do Troviscal – transporte assegurado pela viatura da MdM. Pretende-se promover momentos de socialização e envolvimento comunitário, intersectorial, contributo essencial para capacitação física e emocional dos idosos.

População-alvo

Pessoas idosas não institucionalizadas residentes no concelho de Castanheira de Pera, em situação de isolamento social e vulnerabilidade económica.

Objectivo Geral

Promover um envelhecimento saudável e activo da população idosa residente no concelho de Castanheira de Pera. Melhorar a qualidade de vida desta população através da humanização dos cuidados prestados, aumento do acesso aos cuidados básicos de saúde e fidelização SNS, disponibilização de serviços promotores da autonomia, promoção da saúde e prevenção da doença no contexto das Doenças não Transmissíveis (DNT) e da COVID-19.

Objectivos Específicos

- OE1. Prestar cuidados básicos de saúde;
- OE2. Promover a aproximação e fidelização dos idosos ao SNS;
- OE3. Contribuir para a permanência dos idosos nos seus contextos domiciliários, através da promoção/manutenção da funcionalidade;
- OE4. Estimular as competências físicas, cognitivas, emocionais e a participação social, combatendo o isolamento, através de sessões colectivas de terapia ocupacional e práticas artísticas, culturais e comunitárias na Escola do Troviscal;
- OE5. Reforçar a monitorização e rede de apoio aos idosos e cuidadores;
- OE6. Promover literacia em saúde, capacitação e estratégias de auto-gestão da sua saúde;
- OE7. Promover a relação de proximidade aos serviços dos parceiros e comunidade.



Actividades

1. Atualização da georreferenciação com sinalização dos idosos que necessitam VD;
2. Realização de VD para avaliação do estado de saúde dos idosos sinalizados e prestação de cuidados básicos de saúde se necessário;
3. Referenciação e articulação com o SNS dos idosos sinalizados para VD com necessidade de prestação de cuidados de saúde;
4. Realização de Treino de Funcionalidade [Actividades de Vida Diária (AVD) e Actividades de Vida Diária e Instrumentais (ADVI)] em contexto domiciliário;
5. Realização de Educação Terapêutica e Treino de Práticas de Segurança em contexto domiciliário;
6. Introdução de Ajudas Técnicas e Adaptações Domiciliárias;
7. Realização de Apoio Medicamentoso;
8. Realização de acções de gestão e adesão ao regime terapêutico;
9. Dinamização das actividades da Escola do Troviscal;
10. Disponibilização de serviços promotores da autonomia e socialização na Escola do Troviscal: Terapia Ocupacional, actividades lúdico-pedagógicas e comunitárias, sessões de literacia em saúde;
11. Realização de actividades com envolvimento comunitário (horta, sopa comunitária) em articulação com os agentes locais públicos e privados;
12. Realização de sessões temáticas para aumento da literacia em saúde por profissionais da MdM/parceiros/convidados/voluntários;
13. Realização de actividades extra/comemoração de efemérides;
14. Articulação institucional.

Indicadores de medida - resultado

1. N.º de idosos a quem é realizada VD, no concelho de CP/ Total da população idosa do concelho de CP com necessidade de VD;
2. N.º de idosos avaliados em consulta no SNS após sinalização de equipa que realiza VD, no concelho de CP/ Total de idosos encaminhados para consulta no SNS após sinalização de equipa que realiza VD, no concelho de CP;
3. N.º de idosos que participa em 1 ou mais actividades da Escola do Troviscal/ Total de idosos autónomos, no concelho de CP;



4. N.º de actividades comunitárias realizadas/ Total de actividades comunitárias planeadas;

5. N.º de sessões temáticas realizadas/ Total sessões temáticas planeadas.

Parceiros

ACES Castanheira de Pera

Associação Portuguesa de Terapeutas Ocupacionais

Centro Paroquial de Solidariedade Social de Castanheira de Pera

CERCICAPER – Coop. p/ Educação e Reabilitação de Cidadãos Inadaptados

Confederação Portuguesa do Voluntariado

Equipa de Saúde Mental Comunitária Pinhal Interior Norte

Guarda Nacional Republicana, Posto Territorial de Castanheira de Pera

Instituto Politécnico de Leiria

Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Castanheira de Pera

Recursos Humanos

1 Enfermeiro(a)/ Coordenador(a)

1 Mediador(a) Cultural e logístico(a)

1 Terapeuta Ocupacional

Voluntários

Financiador

Banco Português de Investimento (BPI)