Projectos Nacionais da Médicos do Mundo

Projecto VIVA+ Lisboa

Duração: Finalizado

País: Portugal

Localização: Concelho de Lisboa - Bairro da Picheleira, Bairro Carlos Botelho, Bairro João Nascimento Costa, Bairro Quinta do Lavrado, Bairro Belo Horizonte e Bairro das Olaias

Área de Intervenção: Promoção da Saúde e do Envelhecimento Activo

Contexto

Segundo o Plano de Desenvolvimento Social da Rede Social de Lisboa (2017/2021), os idosos são um dos grupos mais vulneráveis no que refere ao acesso a condições de habitação condigna, de saúde, de segurança e de cuidados sociais. As condições de habitabilidade, de mobilidade e de acessibilidade são alguns dos aspectos mais referidos como inibidores da sua participação social e como reforço do isolamento e da solidão. Desta forma, é necessário criar e/ou manter as práticas/dinâmicas de proximidade sociocomunitária, desenvolvidas numa lógica de articulação entre instituições, serviços e redes de voluntariado social, associado à divulgação de informações sobre direitos/serviços e capacitação para o exercício dos mesmos. De acordo com Carta Estratégica da Rede Social de Lisboa 2010/2024 “o bairro deve ser a unidade estruturante, no espaço e no tempo, definidor do orgulho e do prazer da cidadania”, devendo ter uma escala humana. No contexto das consequências e desafios que a maior longevidade acarreta, a Organização Mundial da Saúde adoptou, no final dos anos 90, o modelo de Envelhecimento Activo, entendido como um processo de cidadania plena, em que se optimizam oportunidades de participação, segurança e uma maior qualidade de vida à medida que as pessoas vão envelhecendo. Neste sentido, o envelhecimento activo exige uma abordagem multidimensional e constitui um desafio para toda a sociedade, implicando a responsabilização e a participação de todos, no combate à exclusão social e à discriminação, na promoção da igualdade entre homens e mulheres, e da solidariedade entre as gerações.

De acordo com o Instituto Nacional de Estatística (INE) o envelhecimento demográfico é uma realidade mundial. Portugal é o quinto país mais envelhecido do mundo e o quarto país europeu com maior proporção de idosos, tendo-se atingido o valor de 165 idosos por cada 100 jovens em 2020, comparativamente a 2001 que era de 115 idosos por cada 100 jovens (INE, 2021). Desta forma, aumentam as preocupações quanto ao "saber envelhecer com qualidade de vida", surgindo associado o conceito de "envelhecimento activo”, não como um conceito específico das pessoas com idade igual ou superior a 65 anos de idade, mas como um processo ao longo da vida. Neste sentido, e partilhando das principais preocupações do município (in Plano Intervenção para a área do Envelhecimento da Rede Social de Lisboa), a Médicos do Mundo intervém junto à população idosa segundo os pressupostos teóricos e directrizes europeias,

nacionais e municipais sobre a área do envelhecimento activo e saudável, e melhoria da qualidade de vida, assegurando os direitos e deveres da pessoa idosa.

População-alvo

Pessoas com idade igual ou superior a 55 anos, residente no Bairro da Picheleira e arredores – Bairro Carlos Botelho, Bairro João Nascimento Costa, Bairro Quinta do Lavrado, Bairro Belo Horizonte e Bairro das Olaias.

Objectivo Geral

Promover a melhoria da qualidade de vida e um envelhecimento activo e saudável da população idosa residente no bairro da Picheleira e bairros limitiformes.

Objectivos Específicos

OE1. Promover o acesso a actividades físicas;
OE2. Promover a aproximação e articulação ao SNS;
OE3. Promover o empoderamento e autonomia junto dos idosos e cuidadores;
OE 4. Reforçar a monitorização e rede de apoio aos idosos e cuidadores;
OE5. Aumentar a literacia em saúde, capacitação e estratégias de auto-gestão da sua saúde aos idosos e cuidadores;
OE6. Promover a relação de proximidade aos serviços da comunidade.

Actividades

1. Realização de classes de movimento;
2. Realização sessões de fisioterapia individual;
3. Realização de sessões de literacia em saúde;
4. Monitorização do estado de saúde dos utentes por telefone;
5. Prestação de apoio social e encaminhamento de saúde e social;
6. Prestação de apoio de enfermagem;
7. Distribuição de material informativo e de estimulação cognitiva;
8. Cedência de Ajudas Técnicas;
9. Realização de aulas de literacia digital;
10. Comemoração de efemérides.

Indicadores de medida - resultado

1. 100% dos utentes têm acesso a classes de movimento;
2. 100% dos utentes têm acesso a sessões de fisioterapia individual e apoio de enfermagem quando necessário;
3. 100% dos utentes têm acesso a sessões de literacia em saúde e material informativo;
4. 100% dos utentes têm acesso a prestação de apoio social e encaminhamento de saúde e social quando necessário;
5. 100% dos utentes têm acesso a ajudas técnicas disponíveis quando necessário.

Parceiros

Junta de Freguesia do Beato

Junta de Freguesia da Penha de França

Paróquia Espírito Santo

Vitória Clube de Lisboa

Associação de Moradores Bairro Belo Horizonte

Associação de Moradores Viver Melhor no Beato

Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

Clube Intercultural Europeu

Café Marinho

Santa Casa da Misericórdia

Instituto da Segurança Social

PSP – 12ª Esquadra

Centro de Saúde de São João

Agrupamento de Escolas das Olaias

Recursos Humanos

1 Fisioterapeuta/ Coordenador(a)

Voluntários

Financiador

Câmara Municipal de Lisboa (CML)