



editorial

Portugal, a par dos países europeus, vive hoje um envelhecimento demográfico. No fundo, significa que existem mais pessoas idosas do que pessoas jovens. Este enquadramento obriga a muitas preocupações sociais, de saúde e financeiras, uma vez que é necessário haver respostas específicas para esta "nova" geografia populacional. A verdade é que se têm vindo a fazer bons trabalhos na área do envelhecimento, não só na nossa região, mas por todo o país. No entanto, não podemos apenas centrar-nos na pessoa idosa sem olhar para o contexto, para a família e para a sociedade em que vive. Por conseguinte, a sua intervenção também deve ser pensada deste modo, e não isoladamente. A demência é uma das condições que maior dependência causa nas pessoas, quer ao nível pessoal, como ao nível financeiro, e que tem um grande impacto na vida do indivíduo e da família. Cuidar de uma pessoa com demência é uma tarefa complexa e de grande sobrecarga psicológica. Como tal, é fundamental que este cuidador tenha os conhecimentos e as competências necessárias para cuidar bem da pessoa doente. Este é o papel do projeto Cuidar de Quem Cuida: ajudar os cuidadores informais a cuidar da pessoa com demência, promovendo a saúde e bem-estar de ambos.

A consciência desta necessidade surgiu em 2009, quando o Castiis abraçou o projeto Cuidar de Quem Cuida, em parceria com a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira e a UNIFAI - ICBAS.UP, na criação de respostas específicas ao cuidador informal de pessoas com doença de Alzheimer, através de um programa psicoeducativo, da formação e criação de bolsas de cuidadores formais e voluntários de apoio a este público. Término do financiamento deste projeto, decorrido entre 2009 e 2013, e perante os resultados positivos na saúde e qualidade de vida dos cuidadores informais de pessoas com doença de Alzheimer, o Castiis manteve o seu total empenho e compromisso em dar continuidade ao projeto Cuidar de Quem Cuida, em criar respostas inovadoras e, cá estamos nós! O novo Cuidar de Quem Cuida vem complementar as respostas anteriores com a criação de Gabinetes de Apoio ao Cuidador na Região EDV e levar o programa psicoeducativo para os restantes municípios da Área Metropolitana do Porto, replicando e partilhando as nossas melhores práticas.

Madalena Malta
Diretora Técnico e Pedagógica do Castiis
Coordenador do projeto CQC

destaque

Apresentação do projeto Cuidar de Quem Cuida

O projeto *Cuidar de Quem Cuida* assume-se como uma nova resposta dirigida aos cuidadores informais que prestam apoio a pessoas com demência.

O promotor do *Cuidar de Quem Cuida* é o CASTIIS - Centro de Assistência Social à Terceira Idade e Infância de Sanguêdo, tendo como parceiros a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, o Centro Hospitalar de Entre o Douro e Vouga, EPE e o CASO50+, Associação. O projeto é financiado pelo

Programa Cidadania Ativa, cujos fundos são provenientes do Mecanismo Financeiro do Espaço Económico Europeu (EEA Grants), em Portugal geridos pela Fundação Calouste Gulbenkian.

O projeto *Cuidar de Quem Cuida* decorrerá entre fevereiro de 2014 e 2016, sendo constituído por duas componentes de ação que abrangem o território da região EDV e da Área Metropolitana do Porto. Mantendo um carácter inovador e de procura pela sustentabilidade das suas ações, o projeto *Cuidar de Quem Cuida* pretende capacitar o CASTIIS no âmbito da criação do Gabinete de Apoio ao Cuidador (GAC), numa intervenção personalizada e multidisciplinar ao cuidador informal de pessoas com demência na região EDV; assim como, no âmbito da Área Metropolitana do Porto, capacitar uma ONG

de cada município para a implementação do programa psicoeducativo do CQC e, deste modo, alargar o âmbito de ação e apoio a estes cuidadores informais a 17 municípios da região Norte de Portugal.



Evento lançamento do projeto (3 abril)



No dia 3 de Abril o projeto *Cuidar de Quem Cuida* foi apresentado ao público no auditório do Centro Hospitalar de Entre o Douro e Vouga. Na sessão de lançamento estiveram presentes mais de 85 pessoas das quais se destacam representantes dos municípios da região EDV, das unidades de saúde, de profissionais das diversas áreas e de cuidadores informais de pessoas com demência. A sessão contou com a participação de ilustres personalidades, entre as quais, o Sr. Presidente da Câmara de Santa Maria da Feira, o Sr. Presidente do Conselho de Administração do Hospital, a Diretora da UNIFAI (ICBAS_UP), os Diretores Executivos do ACES EDV I



– Feira/ Arouca e ACES EDV II – Aveiro Norte e o representante do Programa Cidadania Ativa – Fundação Calouste Gulbenkian.

Participações nacionais

Neste primeiro semestre, o projeto *Cuidar de Quem Cuida* teve o prazer de participar e apresentar o seu trabalho nos eventos:

- Seminário "Há vida depois do Alzheimer?" realizado a 30 abril 2014, promovido pela Associação Profundamente (Lisboa), numa oportunidade de discutir temas relaciona-

dos com a doença de Alzheimer, como por exemplo, os direitos das pessoas em situação de dependência, alguns projetos e práticas inclusivas nesta área, como é o exemplo do CQC.

- Conferência "Envelhecer melhor, como?!" decorrida a 15 maio 2014, organizada pelo projeto Mais Proxi-

midade (Centro Social e Paroquial de São Nicolau - Lisboa). Um extraordinário momento de partilha de vários projetos nacionais no âmbito da intervenção das pessoas mais velhas.



Tertúlia: Aspetos Jurídicos no Cuidar (8 maio)

No dia 8 maio foi tempo para fazer uma Tertúlia sobre os **Aspetos Jurídicos no Cuidar**. A sessão foi orientada pela Dr.ª Paula Medeiros e pela Dr.ª Alexandra Tavares da Câmara Municipal Santa Maria da Feira (parceiro do projeto). O objetivo daquele encontro passou pela discussão e conhecimento dos aspectos jurídicos e legais relacionados com o envelhecimento e com o cuidado informal a pessoas

com demência, com especial atenção aos processos de interdição e inabilitação de pessoas com cognição diminuída, assim como o processo recente de testamento vital quanto à prestação de cuidados de saúde. A Tertúlia contou com a presença de 15 pessoas, entre Juristas e outros técnicos que compõem a equipa do Gabinete de Apoio ao Cuidador na região EDV.



Ação de formação: Gabinete de Apoio ao Cuidador (21 maio)



A 21 maio foi promovida uma ação de formação no âmbito do Gabinete de Apoio ao Cuidador (GAC). Estiveram presentes 26 profissionais de diversas áreas de intervenção (Psicólogos, Enfermeiros, Gerontólogos, Técnicos Serviço Social, Juristas) do Castiis e de parceiros locais (ex. Câmaras Municipais, ACES, instituições sociais) que participam no GAC, uma resposta dirigida ao cuidador informal de pessoas com demência dos cinco municípios da região EDV. O GAC pretende capacitar o cuidador informal para a prevenção de situações de conflito e sobrecarga, e promover a qualidade de vida e saúde do cuidador e do receptor de cuidados. A formação contou com a participação

das formadoras: Margarida Sotto Mayor, Enfermeira no Serviço de Psicogeriatría do Hospital Magalhães Lemos e uma das responsáveis pela Consulta de Enfermagem ao Cuidador Informal; e a Dra. Mafalda Duarte, Psicóloga e, entre várias atividades, docente do ensino superior e investigadora na área da Gerontologia na UNIFAI (ICBAS_UP).



Gabinetes de Apoio ao Cuidador

Inicialmente, o projeto *Cuidar de Quem Cuida* tinha prevista a capacitação do Castiis na criação do Gabinete de Apoio ao Cuidador de resposta às necessidades do cuidador informal da região EDV. Num cenário de motivação e interesse por parte dos parceiros locais, decidiu-se criar um GAC no centro de cada município, facilitando, deste modo,

o acesso dos cuidadores informais a esta resposta. O GAC pretende apoiar o cuidador informal de pessoas com demência (ex. doença de Alzheimer) na prevenção de situações de conflito e sobrecarga e promover a qualidade de vida e saúde do cuidador e do receptor de cuidados. A partir de maio já se encontram em funcionamento os GAC

no Castiis e em São João da Madeira. Brevemente entrarão em funcionamento os GAC em Santa Maria da Feira, Oliveira de Azeméis, Vale de Cambra e Arouca. O cuidador informal terá ao seu dispor, e de forma gratuita, profissionais de várias áreas como sejam a Psicologia, Gerontologia, Serviço Social, Jurídica entre outros, que darão resposta às

suas necessidades. Para ser atendido no GAC basta entrar em contacto com a equipa do projeto através de e-mail cuidardequemcuida@castiis.pt ou telemóvel **938 343 804**.

gac gabinete de apoio ao cuidador

Reunião na AMP (6 junho)

A apresentação do projeto *Cuidar de Quem Cuida* na reunião do Conselho de Vereadores da AMP surge como o primeiro passo no desenvolvimento da componente de ação do "CQC na AMP". Através da capacitação para a implementação do programa psicoeducativo do CQC de (pelo menos) 1 ONG em cada município da AMP, ambiciona-se o alargamento da ação e apoio aos cuidadores informais de pessoas com demência a 17

... ambiciona-se o alargamento da ação e apoio aos cuidadores informais de pessoas com demência a 17 municípios da região Norte de Portugal.

municípios da região Norte de Portugal. A reunião contou com a participação dos representantes de todos os municípios da AMP, Vereadores, Chefes de Divisão Social e outros técnicos. A estes foi solicitado o apoio na identificação de uma ONG com interesse, motivação e capacidade para abraçar o projeto CQC. Não obstante, reconhecendo o potencial desta área, ficou clara a intenção de replicação do programa psicoeducativo junto do maior número de ONG's possível, superando em muito as expectativas iniciais do Castiis.

contactos

Cuidar de Quem Cuida

Rua dos Castiis, 133
4505-582 Sanguedo
tel 227 471 800
telm 938 343 804
fax 227 471 889
e-mail cuidardequemcuida@castiis.pt
site www.cuidardequemcuida.com

Programa Cidadania Ativa - Fundação Calouste Gulbenkian

tel 217 823 000
site www.gulbenkian.pt

promotor



parceiro



financiador

