

**MOSAICO SOCIAL**  
santa maria da feira



# MOSAICO TALKS

13 JUNHO '19

14:30 > 17:30  
centro escolar de lobão

**SUBTEMAS**

- // apoio aos cuidadores
- // recursos de saúde, animação, nutrição e acompanhamento psicológico
- // segurança, mobilidade e bem-estar
- // intervenção na vida da comunidade
- // gerotecnologias e investigação



## **VI MOSAICO SOCIAL**

### **Mosaico Talks**

*13 de junho de 2019 | 14h30»17h30*

#### **Centro Escolar de Lobão**

*Rua Heróis do Ultramar*

*União de Freguesias de Lobão, Gião, Louredo e Guisande – Santa Maria da Feira*

*(Lat: 40°59'05.8"N | Long: 8°29'11.8"W)*

---

O Município de Santa Maria da Feira, através da sua Rede Social Concelhia, em parceria com a ADRITEM – Associação de Desenvolvimento Regional Integrado das Terras de Santa Maria, promovem a **VI edição do Mosaico Social** que decorrerá entre **13 e 16 de junho**, na **União de Freguesias de Lobão, Gião, Louredo e Guisande – Santa Maria da Feira**, sendo o tema desta edição *A Longevidade – Desafios e Oportunidades*.

Decorridos 10 anos desde a primeira edição, aquela que é a maior montra de serviços e projetos sociais do concelho de Santa Maria da Feira, pretende continuar a celebrar, homenagear, e capacitar todos quantos diariamente trabalham na área social, colocando este ano em discussão os desafios presentes e futuros, que todos temos entre mãos, para que se possa viver mais e melhor.

Consulte o [Programa](#) do **VI Mosaico Social**

Consulte informação relativa às [edições anteriores](#) do Mosaico Social

Acompanhe o evento no [Facebook](#)

### **MOSAICO TALKS – COMUNICAÇÕES LIVRES**

As Mosaico Talks são um dos espaços privilegiados para encontrar, conhecer, difundir, contactar e trabalhar em conjunto e para um futuro próximo. O modelo são as comunicações livres, onde os oradores apresentarão a sua comunicação num tempo máximo de 10 minutos. Depois da apresentação, seguir-se-á o debate alusivo a cada área em discussão.

## ÁREAS TEMÁTICAS

1. Recursos de Saúde, Animação, Nutrição e Acompanhamento Psicológico.
2. Apoio aos Cuidadores.
3. Gerotecnologias e Investigação.
4. Intervenção na Vida da Comunidade.
5. Segurança, Mobilidade e Bem-Estar.

## PROGRAMA

### Espaço 1 - Recursos de Saúde, Animação, Nutrição e Acompanhamento Psicológico

**Moderador:** Dr.ª Suzie Leandro | Unidade de Saúde Familiar Famílias

- Beyond Silos - Cuidados Integrados ao Domicilio | Santa Casa da Misericórdia da Amadora
- Projeto "Saúde + Perto de Si" - Unidade Móvel de Saúde e Apoio Psicológico e Social | Associação de Socorros Mútuos Mutualista Covilhanense
- Agentes Vitamina - Missão Sadia | Câmara Municipal da Chamusca
- Nutrition UP 65 – Estratégias nutricionais para uma demografia envelhecida | FCNAUP
- A USF Famílias e humanização dos cuidados | A importância da comunicação na centralidade do cidadão – uma experiência local | USF Famílias

### Espaço 2 - Apoio aos Cuidadores

**Moderador:** Dr.º Bernardo Gomes | Agrupamentos Centros de Saúde de Entre Douro e Vouga

- Cuidar de Quem Cuida | CASTIIS
- +CUIDAR, Projeto de Apoio ao Cuidador Informal | Município de Gondomar
- Café Memória | Delegação Norte da Associação Alzheimer Portugal
- VOAGR Municípios | Pista Mágica - Escola de Voluntariado

### **Espaço 3 - Gerotecnologias e Investigação**

**Moderador:** Dr.<sup>a</sup> Rita Tavares de Sousa | ICBAS.UP – Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar da Uniservidade do Porto

- Cogweb e Brain On Track | Universidade de Aveiro / Neuroinova LDA
- Projeto VirtuALL (Simbiose entre Inovação, Envelhecimento e Qualidade de Vida) | ADELO Associação de Desenvolvimento Local da Bairrada e Mondego
- Impacto do Delirium no Idoso, na Família e no Profissional de Saúde | Centro de Investigação em Tecnologia e Serviços de Saúde (CINTESIS). Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP). Centro Hospitalar Universitário de S. João (CHUSJ) do Porto
- ConfortBanho - Negócio de Impacto Social | ConfortBanho

### **Espaço 4 - Intervenção na Vida da Comunidade**

**Moderador:** Dr.<sup>a</sup> Maria João Mota | PELE Contacto – Associação de Contacto Social e Cultural

- Lar Aldeia | Sport Club Operário de Cem Soldos - Cem Soldos, Tomar
- Ser Mais Valia | Associação Ser Mais Valia
- Projeto O CRESCER DO LER | FAPFEIRA
- Projeto Envolve e Grupo de teatro AceiTe | CEI, Lda.
- Nylons & Popelinas | Município da Chamusca | Rede Social do Concelho da Chamusca

### **Espaço 5 - Segurança, Mobilidade e Bem-Estar**

**Moderador:** Sr. Horácio Sá | Grupo de Reflexão Sénior de Santa Maria

- Humanidade | O Abrigo - Centro de Solidariedade Social de São João de Ver
- Casinhas Autónomas - Aldeia Sénior | IPSS - Os Pioneiros - Associação de Pais de Mourisca Do Vouga
- Programa Chave de Afetos | Santa Casa da Misericórdia do Porto
- Pontes Entre Nós | USF Famílias

---

## **Espaço 1- Recursos de Saúde, Animação, Nutrição e Acompanhamento Psicológico**

---

**Orador:** Adriano César Nascimento Teixeira Fernandes

**Projeto | Entidade:** Beyond Silos - Cuidados Integrados ao Domicílio - Santa Casa da Misericórdia da Amadora

**Endereço Eletrónico:** [adrianofernandes@misericordia-amadora.pt](mailto:adrianofernandes@misericordia-amadora.pt)

**Resumo:**

A Santa Casa da Misericórdia da Amadora está focada no desenvolvimento de metodologias de prestação de serviços que sirvam o perfil de necessidades/expetativas/ limites dos seus utentes, colocando um esforço significativo na desmaterialização e descentralização da prestação de cuidados junto da população mais idosa, melhorando os serviços prestados em ambiente domiciliário. O projeto Beyond Silos – Cuidados Integrados ao Domicílio coloca o foco na atualização do Serviço de Apoio Domiciliário através da telemonitorização e teleassistência, promovendo um trabalho colaborativo e em parceria entre duas equipas de prestação de cuidados: a da área social e a da área da saúde. Trata -se de um projeto europeu de cooperação entre vários países que pretende integrar a intervenção social e a saúde, com o propósito final de aumentar a qualidade de vida, o conforto e a segurança dos idosos que vivem nas suas casas.

O projeto assenta numa solução tecnológica desenvolvida pela ALTICE onde se cruzam a teleassistência, a telemonitorização de sinais vitais, uma plataforma online para registo de dados dos utentes e uma plataforma de formação e -learning para cuidadores formais e informais. Esta ferramenta permite um acompanhamento em permanência da condição de saúde dos utentes e suporta a tomada de decisões com maior segurança, dado o acesso imediato a informações pertinentes.

Deste modo é possível, nomeadamente, reduzir o número de hospitalizações e prevenir recorrências. Para os cuidadores, a monitorização e o controlo remoto dos sinais vitais reduz a ansiedade associada à prestação de cuidados e favorece uma atenção centrada na promoção do bem-estar dos idosos.

---

**Orador:** Isabel Alexandra Ramos Duarte Mineiro Fazendeiro

**Projeto | Entidade:** Projeto "Saúde + Perto de Si" - Unidade Móvel de Saúde e Apoio Psicológico e Social | Associação de Socorros Mútuos Mutualista Covilhanense

**Endereço Eletrónico:** [isabel.fazendeiro@mutualistacovilhanense.pt](mailto:isabel.fazendeiro@mutualistacovilhanense.pt)

**Resumo:**

Após seis meses iniciais a percorrer diversas freguesias rurais do concelho da Covilhã, visando dar a conhecer o serviço e auscultar as necessidades das populações, a Unidade Móvel de Saúde e de Apoio Psicológico e Social da Mutualista Covilhanense começou em abril de 2017 a levar serviços com regularidade a uma das localidades mais remotas, Trigais. Atualmente, serve 10 localidades do concelho da Covilhã. A escolha destas localidades teve em atenção um conjunto de critérios: densidade populacional, percentagem de população idosa, acessibilidades, distância da sede de concelho e inexistência ou escassez de serviços de saúde, entre outros. Um enfermeiro, uma psicóloga, uma farmacêutica e uma técnica social constituem a equipa, à qual se junta um médico para as deslocações a Trigais (desde abril de 2017) e a Barroca Grande, Casal de Santa Teresinha, Vale de Cerdeira, Cambões e Minas da Panasqueira, povoações onde a Mutualista presta serviço médico (todas desde o início de 2018). Existem itinerários fixos, com uma deslocação pelo menos quinzenal a cada povoação. Os serviços prestados são diferenciados consoante as necessidades avaliadas em cada localidade; para poder aceder aos serviços é necessário ser associado da Mutualista, havendo condições próprias para os residentes nas localidades abrangidas pela Unidade Móvel.

Este projeto conta com 25 parceiros, entre os quais a Câmara Municipal da Covilhã (fornece o motorista e o combustível), juntas de freguesia, instituições e associações locais, Centro Hospitalar da Cova da Beira, Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior (UBI), Laboratório NetGNA (afeto ao Instituto de Telecomunicações), e dois núcleos de estudantes da UBI que têm acompanhado as ações em regime de voluntariado (MedUBI – Núcleo de Estudantes de Medicina e UBIPharma – Núcleo de Estudantes de Ciências Farmacêuticas).

Prémios atribuídos ao projeto: Inovar para Melhorar (União das Mutualidades Portuguesas; 2016); 1º lugar BPI Seniores (Banco BPI; 2016); Fidelidade Comunidade (Grupo Fidelidade; 2018); Prémio Boas Práticas Envelhecimento Ativo e Saudável da Região Centro na categoria "Saúde +" (Ageing@Coimbra e CCDRC; 2018).

---

**Orador:** Ana Santos

**Projeto | Entidade:** Agentes Vitamina - Missão Sadia | Câmara Municipal da Chamusca

**Endereço Eletrónico:** [asantos@cm-chamusca.pt](mailto:asantos@cm-chamusca.pt)

**Resumo:**

O Município da Chamusca incorpora as orientações da Agenda 2030 nas suas estratégias e planos municipais e considera a saúde um bem público que nos compete defender, com políticas ativas de promoção de hábitos de vida saudáveis. Para todos, com todos. Com pequenos gestos. Em casa, na nossa rua, na escola, no trabalho, nos nossos lazers, na nossa terra. Para cumprir a Missão Sadia, foram destacados os Agentes Vitamina, o João Agrião e a Angelina Tangerina. São agentes de corpo inteiro. Cabeça, corpo e coração, os três pilares para uma vida saudável. Equipados com muita informação, os Agentes Vitamina vão partilhar novos hábitos de vida saudável com toda a comunidade.

Eles são os impulsionadores da Missão Sadia, mas cabe a cada um de nós ser o agente da sua própria mudança. Tal como os exploradores espaciais, os agentes Vitamina vão partir à descoberta de uma nova forma de viver, com novos hábitos. João Agrião é verde da cor dos vegetais das nossas hortas, das árvores da nossa floresta, das plantas dos nossos jardins, dos campos plantados da lezíria e da charneca. Angelina Tangerina é laranja da cor do sol, da energia dos frutos, da alegria dos dias passados ao ar livre em família, dos finais de tarde junto ao rio Tejo. São dois agentes altamente treinados, que não têm preguiça física nem mental para cumprirem, com sucesso, as missões que têm pela frente.

---

**Orador:** Teresa Amaral

**Projeto | Entidade:** Nutrition UP 65 – Estratégias nutricionais para uma demografia envelhecida | FCNAUP

**Endereço Eletrónico:** [tamaral@fcna.up.pt](mailto:tamaral@fcna.up.pt)

**Resumo:**

Este projeto teve como finalidade reduzir as desigualdades nutricionais na população idosa Portuguesa, melhorando o conhecimento sobre a desnutrição, obesidade, fragilidade, sarcopenia, vitamina D, hidratação e ingestão de sódio. Com base nesta informação, pretende-se aumentar o seu reconhecimento e as capacidades e competências dos profissionais de saúde, cuidadores, produtores de refeições e das próprias pessoas idosas para uma abordagem mais qualificada.

---

**Orador:** José António Nunes Sousa

**Projeto | Entidade:** A USF Famílias e humanização dos cuidados | A importância da comunicação na centralidade do cidadão – uma experiência local | USF Famílias

**Endereço Eletrónico:** [jansousa@arsnorte.min-saude.pt](mailto:jansousa@arsnorte.min-saude.pt)

**Resumo:**

A USF Famílias foi criada em 2006 no âmbito da reforma dos cuidados de saúde primários. Sendo pioneira do novo modelo assistencial que se propunha para os cuidados de saúde de proximidade e uma das primeiras unidades do país a aderir àquela reforma, desde cedo teve a preocupação de orientar toda a sua estratégia de intervenção para uma prestação de cuidados centrada no cidadão que rompesse com o modelo existente virado para si mesmo, hostil ao cidadão e pouco solidário. Para tal, definiu o cidadão como centro dos seus cuidados e desenvolveu uma estratégia de intervenção baseada em quatro princípios orientadores do seu desempenho: a comunicação com o utente, a formação do cidadão, a educação e literacia em saúde e a intervenção na comunidade; esta estratégia foi desenhada pela equipa de Profissionais e Internos da USF Famílias e coordenada por um Grupo de Trabalho constituído por um representante de cada um dos sectores profissionais. O presente trabalho visa apresentar os seus resultados bem como o impacto que teve na comunidade de Lourosa, num momento em que um dos seus projetos recebeu uma distinção a nível nacional e os seus resultados operacionais a colocam como uma das melhores do país, propondo um modelo de intervenção que poderá ser replicado pelas restantes unidades de saúde.

.....

---

## **Espaço 2 - Apoio aos Cuidadores**

---

**Orador:** Ana Pinheiro

**Projeto | Entidade:** Cuidar de Quem Cuida | CASTIIS

**Endereço Eletrónico:** [cuidardequemcuida@castiis.pt](mailto:cuidardequemcuida@castiis.pt)

**Resumo:**

O Cuidar de Quem Cuida (CQC) consiste num programa de capacitação das redes sociais locais para a implementação de respostas de apoio a cuidadores informais. Foi implementado em 14 municípios da área metropolitana do Porto. As respostas centrais do CQC são o Gabinete de Apoio ao Cuidador (apoio psicológico, social, jurídico...), os Programas Psicoeducativos que visam a formação e apoio emocional dos cuidadores e os Grupos de Ajuda Mútua (grupos de suporte para cuidadores). Em 2019 foi aprovado como Título de Impacto Social, estando prevista a replicação do programa na zona norte do país, com o apoio da Fundação Calouste Gulbenkian e do Grupo Mello Saúde.

-----



**Orador:** Cláudia Vieira

**Projeto | Entidade:** +CUIDAR, Projeto de Apoio ao Cuidador Informal | Município de Gondomar

**Endereço Eletrónico:** maiscuidar@cm-gondomar.pt

**Resumo:**

A Câmara Municipal de Gondomar e o CLAS de Gondomar concertaram, em sede de rede social local com cerca de 20 instituições da comunidade, um projeto que visa apoiar os cuidadores informais de pessoas com demência residentes no município. O + Cuidar, Projeto de Apoio ao Cuidador Informal do Município de Gondomar, contempla três iniciativas: (i) os Gabinetes de Apoio ao Cuidador (GAC), materializados nos territórios de Foz do Sousa, Gondomar (S. Cosme) e Rio Tinto, localizados em instalações cedidas pelos ACES de Gondomar e geridos pelas ligas de amigos existentes no território em estreita articulação com o Banco Local de Voluntariado de Gondomar, visam informar, orientar e encaminhar pessoas e entidades parceiras que necessitem de ajuda neste âmbito; são também os GAC as estruturas responsáveis pela operacionalização do Programa Psicoeducativo para Cuidadores Informais; (ii) os Grupos de Ajuda Mútua, que pretendem garantir apoio e suporte aos cuidadores informais na pós-frequência do Programa Psicoeducativo para Cuidadores Informais (PPCI); (iii) Apoio ao Beneficiário de Cuidados, traduzido na agilização de parcerias e mecanismos que facilitem o apoio a estas pessoas durante o tempo em que os cuidadores informais se encontrem a frequentar tanto o PPCI como os Grupos de Ajuda Mútua. Este conjunto de iniciativas articuladas entre si é coordenado pela Câmara Municipal.

---

**Orador:** Patrícia Sofia Esteves de Sousa

**Projeto | Entidade:** Café Memória | Delegação Norte da Associação Alzheimer Portugal

**Endereço Eletrónico:** patricia.sousa@alzheimerportugal.org

**Resumo:**

O Café memória é um serviço disponibilizado à pessoa com demência em fase inicial e aos cuidadores e familiares de pessoas com demência. Tem por objetivo orientar para a preparação da nova experiência que será lidar com a demência. São disponibilizadas informações, serviços e recursos na comunidade que podem contribuir para uma melhor qualidade de vida da pessoa com demência e do seu familiar e cuidador.

O Café memória realiza-se todos os meses, sendo um local de encontro destinado a pessoas com problemas de memória ou demência, aos seus familiares, amigos e cuidadores, para partilha de experiências e suporte mútuo. Aqui poderá encontrar um ambiente acolhedor, reservado e seguro onde se facilita a interação entre todos, onde se oferece apoio emocional, informação útil e promove

a participação das pessoas em atividades lúdicas e estimulantes, com o apoio de profissionais de saúde ou de ação social, num contexto informal.

A missão consiste em reduzir o isolamento social em que muitas das pessoas com demência e os seus familiares e cuidadores se encontram, contribuindo para a melhoria da sua qualidade de vida. Pretende ainda sensibilizar a comunidade para a relevância crescente do tema das demências, diminuindo, assim, o estigma que lhe está associado. A participação é gratuita e sem marcação prévia.

---

**Orador:** Sónia Fernandes

**Projeto | Entidade:** VOAGR Municípios | Pista Mágica - Escola de Voluntariado

**Endereço Eletrónico:** [sonia.fernandes@pista-magica.pt](mailto:sonia.fernandes@pista-magica.pt)

**Resumo:**

Da necessidade de dinamizar o voluntariado ao nível local, nasceu o VOAGR Municípios na AMP. É uma iniciativa que pretende aumentar o impacto do voluntariado ao nível municipal através da formação, consultoria e auditoria. Envolver-se-ão todos os agentes de voluntariado (voluntários, organizações da economia social, setor público, empresas e entidades educativas). O voluntariado dinamizado pelas estruturas municipais não se pode limitar a um simples emparelhamento entre a oferta de oportunidades de voluntariado e a procura de voluntários. É necessário que se criem oportunidades de voluntariado inclusivas e se consiga construir uma rede entre todos os seus parceiros na comunidade. Só assim é possível dinamizar e potenciar o voluntariado a nível local que resulta num efetivo combate aos problemas locais. Por isso a iniciativa está assente em três grandes pilares, isto é, conjuntos de atividades: APOIO ÀS ESTRUTURAS MUNICIPAIS DE VOLUNTARIADO; CAPACITAÇÃO DOS AGENTES DE VOLUNTARIADO (metodologia CADEI); VOLUNTARIADO INCLUSIVO.

Os produtos da iniciativa serão o veículo por excelência para prolongar os impactos sociais positivos, a saber: Manual de implementação/reestruturação das estruturas municipais de voluntariado; Manual de implementação do processo CADEI; Manual de implementação de projetos de voluntariado inclusivo.

---

---

### Espaço 3 - Gerotecnologias e Investigação

---

**Orador:** Ana Isabel Martins

**Projeto | Entidade:** Cogweb e Brain On Track | Universidade de Aveiro / Neuroinova LDA

**Endereço Eletrónico:** [anaisabelmartins@gmail.com](mailto:anaisabelmartins@gmail.com)

**Resumo:**

com o aumento da esperança média de vida e o envelhecimento da população muitas doenças do sistema nervoso central têm-se tornado mais prevalentes, exigindo novas abordagens que permitam a manutenção da Saúde Cognitiva ao longo da vida dos cidadãos. A monitorização e treino cognitivo são fundamentais para a prevenção de declínio cognitivo e manutenção de uma cognição saudável com implicação direta no aumento da qualidade de vida e envelhecimento bem-sucedido.

Nesta apresentação pretende-se abordar a temática da utilização de produtos e serviços tecnológicos na saúde cognitiva, nomeadamente os programas Cogweb e Brain on Track. O COGWEB é uma ferramenta que permite a implementação de programas personalizados de treino cognitivo, disponibilizando aos profissionais e aos doentes um vasto conjunto de exercícios de computador dirigidos a diferentes domínios cognitivos (e.g. atenção, memória, linguagem, cálculo e funcionamento executivo). Por sua vez, o Brain on Track é uma ferramenta digital na área da medicina preventiva, que através de uma monitorização realizada de forma periódica, sem deslocações, através da internet e a partir de qualquer local.

-----

**Orador:** Mónica Sousa

**Projeto | Entidade:** Projeto VirtuALL (Simbiose entre Inovação, Envelhecimento e Qualidade de Vida) | ADELO Associação de Desenvolvimento Local da Bairrada e Mondego

**Endereço Eletrónico:** [virtuall@adelo.pt](mailto:virtuall@adelo.pt)

**Resumo:**

O projeto VirtuALL (Simbiose entre Inovação, Envelhecimento e Qualidade de Vida) iniciou a Abril/19 e pretende desenvolver respostas inovadoras e distintivas a nível nacional, que agregam uma visão global do complexo biopsicossocial da população idosa com o mais recente conhecimento científico e tecnológico, contribuindo para o “ageing in place” e para o combate ao idadismo. Este projeto assume uma intervenção abrangente, integrada, coordenada a implementar em 6 concelhos (Cantanhede, Montemor-o-Velho, Mealhada, Penacova, Figueira da Foz e Mira), pertencentes à NUT

II – Centro, privilegiando a transferência tecnológica e a replicação de boas práticas na área do envelhecimento ativo e saudável.

A concretização do projeto passa pela criação e pelo desenvolvimento de uma Rede de Espaços/Salas de Atividades (de abrangência municipal), suportada por compromissos institucionais e técnicos, partilhados pela combinação de diversas áreas do saber, constituindo-se como uma ação inovadora em termos locais, regionais e até nacionais. Numa lógica de proximidade, os diferentes objetivos do VirtuALL, potenciam a criação de vantagens, para as diversas partes envolvidas, com maior ênfase para os destinatários finais diretos, as pessoas idosas, e até para os destinatários indiretos, os cuidadores (in)formais e a comunidade.

Deste modo, o projeto VirtuALL assume uma responsabilidade social ao promover a saúde individual a par com a saúde pública, promovendo o empowerment e dotando o idoso de recursos que lhe permita prolongar o mais possível os níveis de qualidade de vida e bem-estar pessoal. O projeto promove a saúde e o bem-estar, numa intervenção positiva de proximidade e de elevado impacto social, integrando a especificidade do território e reconhecendo as singularidades de cada indivíduo, propondo-se contribuir para uma mudança de comportamentos que leve a um Envelhecimento Saudável, Participativo e Interativo.

---

**Orador:** Sónia Martins

**Projeto | Entidade:** Impacto do Delirium no Idoso, na Família e no Profissional de Saúde | Centro de Investigação em Tecnologia e Serviços de Saúde (CINTESIS). Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP). Centro Hospitalar Universitário de S. João (CHUSJ) do Porto.

**Endereço Eletrónico:** soniapvm@gmail.com

**Resumo:**

O delirium (ou estado confusional agudo) é definido como uma perturbação neuropsiquiátrica aguda, grave e frequente, sobretudo em idosos hospitalizados, muitas vezes não reconhecido, com repercussões não apenas na morbidade psicológica do idoso, mas também no seu familiar e/ou cuidador. A elevada prevalência desta patologia na fase mais avançada da vida contribui para a diminuição da capacidade individual das pessoas mais velhas, comprometendo a sua independência e autonomia, e aumentando e complexificando os cuidados prestados pela retaguarda familiar e/ou rede social mais próxima. O projeto de investigação «Impacto do delirium no idoso, familiar e profissional de saúde», financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (financiamento FCT/SFRH/BPD/103306/2014), surge de uma colaboração em rede já estabelecida desde 2010 entre a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP) e o Centro Hospitalar de S. João

do Porto (CHSJ), envolvendo uma equipa multidisciplinar de médicos e enfermeiros do CHSJ, docentes da FMUP e investigadores do Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde (CINTESIS). O projeto decorre no Serviço de Medicina Intensiva do CHSJ e envolve uma caracterização clínica e psicológica dos idosos hospitalizados nas Unidades de Cuidados Intermédios deste Serviço, bem como dos seus familiares/ cuidadores e enfermeiros responsáveis pela prestação de cuidados. Esta caracterização estende -se para além da hospitalização, ao contexto domiciliário, uma vez que se garante o acompanhamento em avaliação de follow-up (um mês) de todos estes idosos e familiares.

Recentemente, este projeto foi selecionado para integrar o Guia de Boas Práticas de Ageing in Place (Coord. A. Fonseca, 2018; F. Calouste Gulbenkian e Univ. Católica Portuguesa), que incluiu um conjunto de iniciativas de promoção da inclusão social dos cidadãos mais velhos nas respetivas comunidades.

---

**Orador:** Arthur Pugliese

**Projeto | Entidade:** ConfortBanho - Negócio de Impacto Social | ConfortBanho

**Endereço Eletrónico:** [arthur@e-humano.com.br](mailto:arthur@e-humano.com.br)

**Resumo:**

ConfortBanho é uma iniciativa de impacto social na área da saúde, que permite um banho completo de água corrente e terapias, gerando mais qualidade na vida de pessoas acamadas e seus cuidadores.

O produto foi inventado por um profissional da enfermagem que, a partir de uma realidade prática enxergou que poderia melhorar a vida dos utentes bem como ajudar na qualidade de vida no cotidiano de quem cuida.

A iniciativa oferece, de forma intencional, uma solução de impacto social que fortalece a dignidade pessoal e segurança de pessoas acamadas, democratizando o acesso a um produto de qualidade, 100% reciclável, e a preço justo, sobretudo para os grupos que mais demandam serviços de saúde: idosos e pacientes crônicos.

---

---

## Espaço 4 - Intervenção na Vida da Comunidade

---

**Orador:** Leonor Atalaia

**Projeto | Entidade:** Lar Aldeia | Sport Club Operário de Cem Soldos - Cem Soldos, Tomar

**Endereço Eletrónico:** leonor.a.atalaia@gmail.com

**Resumo:**

Lar Aldeia é um projeto de inovação social implementado pela Associação Sport Club Operário de Cem Soldos (SCOCS) que visa criar um sistema de apoio e integração da população mais idosa na vida comunitária de Cem Soldos. Pretende-se manter as pessoas idosas a residir em Cem Soldos pelo maior tempo de vida que for possível, mantendo a sua individualidade e privacidade, enquanto se fornecem serviços de apoio essenciais e se estimula o seu quotidiano.

Duas iniciativas estão já em curso: oficinas criativas – há dois grupos de mulheres com idade superior a 80 anos que diariamente organizam o seu quotidiano realizando atividades de costura em grupo, o que promove a manutenção da proximidade e ajuda a sinalizar dificuldades que alguma delas esteja a atravessar; fornecimento de refeições completas – podem ser encomendadas previamente na sede do SCOCS por um custo baixo (3,50€ por refeição) e levadas para casa. A longo prazo, pretende-se assegurar um leque variado de serviços e estruturas de apoio da gestão doméstica e do cuidado pessoal para acompanhar de forma diferenciada a população com diferentes níveis de mobilidade e vulnerabilidade, complementando as respostas já existentes. Por exemplo, no campo da saúde, há um médico que se desloca semanalmente a Cem Soldos, estando prevista a implementação de um serviço de emergência 24 horas. O objetivo é fazer de Cem Soldos um contexto de vida para todas as idades, proporcionando respostas sociais globais que podem ser afinadas especificamente para a população idosa sem ser através da criação das estruturas físicas habituais.

Um exemplo visível de concretização deste objetivo é o Festival Bons Sons, que decorre todos os anos em agosto e que é preparado com o envolvimento de toda a comunidade, incluindo a população mais velha. É na Oficina das Avós que se produz o merchandising mais acarinhado do festival, assumindo um grupo de senhoras com mais de 70 anos a elaboração de produtos como porta-chaves, pregadeiras em crochê ou lagartixas em feltro (mascote do festival). Esta participação das pessoas residentes na aldeia – e em partículas das pessoas mais velhas – na organização do Festival Bons Sons acabou por se tornar um dos grandes trunfos de diferenciação do festival e da sua singularidade.

---

**Orador:** Edite Maria da Silva Morujão

**Projeto | Entidade:** Ser Mais Valia | Associação Ser Mais Valia

**Endereço Eletrónico:** geral@sermaisvalia.org

**Resumo:**

A Associação Ser Mais Valia é uma associação de voluntariado sénior qualificado que, em parceria, participa em projetos de desenvolvimento comunitário e de cooperação para o desenvolvimento. A Associação foi criada em 2016 e teve a sua origem no Projeto “Mais Valia” da Fundação Calouste Gulbenkian, projeto integrado no Programa de Parcerias para o Desenvolvimento. Neste projeto, que decorreu entre 2012 e 2016, foram realizadas cerca de 40 missões nas áreas da educação, saúde, capacitação de formadores e reforço institucional, em vários países dos PALOP. As experiências vivenciadas e os conhecimentos adquiridos foram os catalisadores para a criação da Associação Ser Mais Valia, associação que articula voluntariado, envelhecimento ativo, cidadania e intervenção social.

Atualmente a associação dispõe de 62 voluntários, profissionais qualificados e experientes, com idade entre os 55 e 78 anos, que pretendem partilhar e rentabilizar os seus conhecimentos e competências profissionais, em projetos de cooperação e de desenvolvimento. O âmbito da associação abrange, para além de missões nos PALOP, projetos de desenvolvimento em Portugal. As parcerias em projetos de intervenção social, a nível nacional, são as ações da Ser Mais Valia que são apresentadas nesta comunicação:

- O Projeto Mulheres Africanas em Portugal.
- O Projeto ensino para estrangeiros - Centro S. Pedro de Claver
- O Projeto Mentoring Ser Mais Valia.

---

**Orador:** Heliana Sá

**Projeto | Entidade:** Projeto O CRESCER DO LER | FAPFEIRA

**Endereço Eletrónico:** ccap@fapfeira.pt

**Resumo:**

Prevenir e minimizar precocemente as dificuldades inerentes ao processo de aprendizagem, promovendo o desenvolvimento de competências de literacia emergente, é o objetivo do projeto O CRESCER DO LER que está a ser implementado nos Jardins de Infância da rede pública do concelho de Santa Maria da Feira, numa iniciativa da FAPFEIRA, em colaboração com a Câmara Municipal de

Santa Maria da Feira e a Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP).

Inúmeras investigações têm vindo a demonstrar que o desenvolvimento de competências de literacia em idades precoces, desempenham um papel importante e decisivo no posterior processo de aprendizagem e de aquisição da leitura e da escrita e é nesse assimilar de competências, conhecimentos e de experiências precoces sobre a linguagem oral e escrita por parte da criança que se focaliza e se alicerça o presente projeto O CRESCER DO LER.

Neste âmbito, cerca de 800 crianças finalistas do Ensino Pré-escolar integradas 57 Jardins de Infância e 10 IPSS's, beneficiam deste projeto, resultado de uma parceria entre FPCEUP, os psicólogos dos Serviços de Psicologia e Orientação (SPO) e os Professores do Ensino Pré-Escolar de todos os Agrupamentos de Escolas, que contam com a colaboração de nove psicólogos com o objetivo de identificar e detetar precocemente dificuldades nos domínios da literacia emergente, de modo a se proceder, posteriormente, a uma intervenção mais dirigida e intensificada às características específicas de cada grupo e/ou criança.

---

**Orador:** Joaquim Sousa

**Projeto | Entidade:** Projeto Envolve e Grupo de teatro AceiTe | CEI, Lda

**Endereço Eletrónico:** a.gouveia@zipor.com

**Resumo:**

O projeto Envolve nasceu há 16 anos, no seio do grupo-CEI/Zipor, com o objetivo de estimular as competências nos colaboradores e a produtividade industrial, através da ligação com o meio social envolvente. O grupo de teatro "AceiTe" é uma das mais recentes iniciativas do "Projeto Envolve" e é na sua essência uma inovação social e empresarial. O grupo é constituído por pessoas de todas as gerações, dos 20 aos 75 anos, de vários departamentos da empresa, família e parceiros. Esta iniciativa tem contribuído para a formação e motivação da equipa e para a inovação.

O grupo de teatro "AceiTe" tem participado, nos últimos 4 anos, no maior evento cultural colaborativo desenvolvido em São João da Madeira, que envolve mais de 5000 pessoas, que é o Festival de Teatro. O teatro como ferramenta de transformação e crescimento das pessoas, das organizações e da comunidade, para além do carácter lúdico, pretende dar ênfase à sua dimensão social e cultural de resposta a preocupações concretas da vida de todos.

---



**Orador:** Cláudia Moreira

**Projeto | Entidade:** Nylons & Popelinas | Município da Chamusca | Rede Social do Concelho da Chamusca

**Endereço Eletrónico:** [cmoreira@cm-chamusca.pt](mailto:cmoreira@cm-chamusca.pt)

**Resumo:**

O Município da Chamusca, através da Rede Social, lançou o desafio às IPSS, Convívios, Academias e Universidades Sénior, para que formassem parcerias com voluntários com apetência para o design, a comunicação e o marketing.

Com essas parcerias, pretendia-se desafiar os participantes a criarem uma identidade e uma marca, criando produtos novos e apelativos, cruzando novos e velhos saberes das artes e ofícios. Resultante de um processo participativo e multidisciplinar, Nylons & Popelinas afirma-se como projeto de inovação e empreendedorismo social de aprendizagem, partilha e capacitação dos intervenientes, dando uma nova vida aos labores tradicionais e aumentando o poder de intervenção dos seniores, graças à conjugação do design com os valiosos saberes dos mais velhos, transportando e transformando os seus conhecimentos para a contemporaneidade.

Da primeira fase do projeto surgiram as marcas "Unversidade Senior", "Trilogia", "Picota", "Orrió", "Old taste", "Laranja Doce", "Flower Power", "Casa de Trava", "Campina", "As Loucuras das Avós" e "a.linha.vó". Hoje, o projeto Nylons & Popelinas evoluiu para um projeto de Hivework Social, (financiado no âmbito das Parcerias para o Impacto da iniciativa pública Portugal Inovação Social) promovido pela Associação Tempos Brilhantes, em que o Município se assume como investidor social, e onde cada uma das instituições encontra agora caminho para a sua marca e no âmbito do qual será criada uma oficina comunitária, para desenvolvimento de produtos artesanais. Pretende-se que este projeto seja também alargado a jovens e desempregados, com ações de formação e mentoria, para desenvolvimento de pequenos negócios que promovam as artes e ofícios locais, valorizando o património com uma abordagem contemporânea e inovadora.

---

---

## Espaço 5 - Segurança, Mobilidade e Bem-Estar

---

**Orador:** Marta Faria

**Projeto | Entidade:** Humanidade | O Abrigo - Centro de Solidariedade Social de São João de Ver

**Endereço Eletrónico:** geral@oabrigo.pt

**Resumo:**

Face à responsabilidade de cuidar de pessoas tornou-se imprescindível adotar uma filosofia e metodologia de trabalho capazes de constituírem instrumentos de trabalho que orientassem a construção da relação que queremos ver estabelecida entre o cuidador e a pessoa que recebe os cuidados.

Assim, a prestação de cuidados e as práticas de atuação dos profissionais obedecem aos princípios da filosofia Humanidade e à metodologia de cuidados Gineste-Marescotti. Os profissionais são formados e treinados para a aplicação no seu dia-a-dia dos procedimentos na prestação de cuidados que garantem o respeito e a consideração pela dignidade humana.

O Instituto Gineste-Marescotti Portugal reconheceu o Porto de Abrigo como Unidade Humanidade em dezembro de 2014 e o serviço de apoio domiciliário em Dezembro de 2015.

---

**Orador:** Alexandra Alves

**Projeto | Entidade:** Casinhas Autónomas - Aldeia Sénior | IPSS - Os Pioneiros - Associação de Pais de Mourisca Do Vouga

**Endereço Eletrónico:** geral@ospioneiros.info

**Resumo:**

Nos anos 2010/2011 surgiu um novo conceito de acolhimento de idosos na Instituição, através da integração de idosos em residências autónomas e independentes - "Cohousing Institucional". Este projeto consegue receber idosos ainda autónomos, mas que sofrem de solidão. Idosos que recusam a institucionalização nas tradicionais respostas sociais, mas claramente necessitam de um apoio de retaguarda para alcançarem um envelhecimento mais ativo e saudável. São casas pré-fabricadas implementadas numa zona verde que fica nas traseiras da instituição, totalmente recuperado com criação de parque de merendas, parque infantil e percurso pedonal que facilita e promove a mobilidade dos utentes. Atualmente existem 4 módulos que correspondem a 8 habitações geminadas, e 2 casas isoladas que tem uma capacidade total para 19 pessoas. Os idosos que aderiram a este

conceito, mantem total privacidade e autonomia, têm liberdade de entrar e sair quando querem, de receberem os amigos e familiares nos dias e horários que bem entendem e estabelecer redes de vizinhança. Mas, simultaneamente podem beneficiar de alguns dos serviços que a Instituição proporciona mediante seus interesses e necessidades: atividades de animação sociocultural; serviço de lavanderia e higiene habitacional, entre outros. Com o crescimento e o envelhecimento da população a sociedade vê-se em mãos com a necessidade de agilizar respostas para fazer face às necessidades desta realidade.

A nossa experiência diz-nos que os idosos quando ainda nas suas totais faculdades mentais recusam a integração em ERPI porque não é só o estigma criado, mas é fundamentalmente o estado de doença gravíssimo dos idosos institucionalizados. Desta forma, combater este problema é uma responsabilidade de todos e a criação e desenvolvimento desta resposta inovadora face às valências já existentes, como por exemplo, o centro de dia, o centro de convívio, o serviço de apoio domiciliário e o lar são soluções importantes, mas que se encontram de certa forma saturadas e limitadas face a necessidades especiais que não encontram a solução adequada nestas respostas.

---

**Orador:** Teresa Barão

**Projeto | Entidade:** Pontes Entre Nós | USF Famílias

**Endereço Eletrónico:** [teresa.v.barao@gmail.com](mailto:teresa.v.barao@gmail.com)

**Resumo:**

Em 2008, foi criado o projeto Pontes Entre Nós que tinha como objetivo principal prestar apoio integrado no domicílio a pessoas com dependência, às suas famílias e cuidadores. Sendo a equipa constituída por Médicas, Enfermeira, Assistente Social e Psicóloga, a sua multidisciplinaridade tem permitido abordar de forma holística e integrada o doente, a família e os seus cuidadores. O projeto envolve os recursos disponíveis na comunidade, nomeadamente o Centro Social de Lourosa, que colabora na identificação dos utentes que poderão beneficiar desta intervenção.

O “Pontes Entre Nós” tem como população alvo os utentes inscritos na USF Famílias, nomeadamente os doentes com critérios de fragilidade, em isolamento social, que possuam doenças crónicas, condições das quais resulte dependência funcional, seja esta física, psíquica ou social. Em 2009, foi fundado o Grupo de Voluntariado que, orientado e supervisionado pelas responsáveis do projeto, tem desempenhado um papel fundamental, sobretudo ao nível do combate ao isolamento, resultando na criação “novas famílias”, unidas por “pontes” de afeto.

Ao longo destes anos, a experiência tem sido gratificante. Tem proporcionado ajuda, não só os utentes, mas também os seus cuidadores que, muitas vezes em burnout, necessitam eles próprios de apoio. Tem sido igualmente uma mais-valia para a equipa que, a cada visita domiciliária, sentem o carinho e reconhecimento do trabalho desenvolvido. Como esta intervenção, pretende-se continuar a otimizar os cuidados prestados e apoiar os cuidadores, estabelecendo “pontes” de proximidade entre os serviços de saúde, sociais, voluntários e a comunidade.

---

**Orador:** Catarina de Almeida Martins

**Projeto | Entidade:** Programa Chave de Afetos | Santa Casa da Misericórdia do Porto

**Endereço Eletrónico:** [catarina.a.martins@scmp.pt](mailto:catarina.a.martins@scmp.pt)

**Resumo:**

O programa Chave de Afetos, criado pela Misericórdia do Porto, é uma solução integrada com componente tecnológica e humana, que monitoriza as pessoas idosas de forma continua diminuindo o número de casos de isolamento social na área Metropolitana do Porto. O projeto promove a inclusão social e as relações afetivas, potenciando um sentimento de segurança subjetiva essencial para a permanência no seu domicílio, evitando ou retardando a instituição involuntária e custos associados.

O programa propõe três eixos de intervenção que se complementam e que beneficiam os utentes, a rede de suporte, o Estado e a sociedade:

- A sinalização de casos de idosos em risco e o diagnóstico social, é assegurado pelo trabalho de proximidade da rede de parceiros sinalizadores;
- O serviço de teleassistência com dispositivo conveniente e de fácil utilização, que dá acesso automático a um operador disponível 24 horas por dia e 365 dias por ano, com várias funções;
- O acompanhamento de voluntários (visitas semanais ou quinzenais). Tem por base o interesse e o perfil da pessoa idosa, com o objetivo de estimular a convivência e a participação em atividades dentro e fora do domicílio, promovendo a socialização e os afetos.

O Programa Chave de afetos pretende alcançar através do plano de crescimento, cerca de 1.700 pessoas idosas até ao final de outubro de 2021.