

projectos
transformar
experiências
parcerias
novo ciclo



HABITAÇÃO
E DESENVOLVIMENTO
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

Programa Parcerias Locais

BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2020

FICHA DE CANDIDATURA

Refª: 008

+Saúde no Bairro



BAIRROS e ZONAS
de Intervenção
Prioritária de Lisboa

Grupo de Trabalho dos Bairros e Zonas de Intervenção Prioritária (BIP/ZIP)

Rua Nova do Almada, nº 2 - 3º Andar 1100-060 Lisboa | Telefone: 21 322 73 60 | Email - bip.zip@cm-lisboa.pt

ENTIDADES PROMOTORAS

Designação Escola Superior de Saúde Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa

ENTIDADES PARCEIRAS

Designação Junta de Freguesia de Alcantara

Designação Alzheimer Portugal

IDENTIFICAÇÃO DO PROJECTO

Designação +Saúde no Bairro

BIP/ZIP em que pretende intervir 3. Qta. Cabrinha / Qta. Loureiro / Av. Ceuta Sul

Síntese do Projecto

Fase de execução

Inclui a criação de uma clínica académica com atendimento individual e atividades que visam envelhecimento ativo e promoção da literacia em saúde. A clínica será um serviço comunitário de cuidados de saúde de proximidade e personalizados, com cariz social e vocacionada para atender as necessidades da população do BIP 3. Atua como agente de saúde pública, ao disponibilizar recursos para identificar e encaminhar situações de risco, inclusive as relacionadas com a pandemia devido à COVID-19.

Fase de sustentabilidade

A clínica permanecerá a funcionar após o período de execução, mantendo as valências e parcerias iniciais. É objetivo da ESSCVP - Lisboa disponibilizar este serviço de saúde comunitário durante largos anos, uma vez que está em linha com a sua missão e porque integra a vertente pedagógica. Está previsto o alargamento a outros Bairros limítrofes e à comunidade, ainda durante o período de execução, bem como a rede de parceiros, por forma a alicerçar esta fase de sustentabilidade.

DESCRIÇÃO DO PROJECTO

Objetivo Geral de Projeto

Diagnóstico

O BIP 3 tem uma tipologia com uma predominância de agregados de 1 elemento, ou seja, isolados sendo que, de acordo com a Consulta Pública, a solidão dos idosos surge em 5º lugar como o mais preocupante. Para além disso, o



número de famílias de isolados com mais de 65 anos é crescente neste território. Não sendo um Bairro maioritariamente idoso, a faixa etária "+65" é a segunda mais importante, constituindo um grupo de risco. Assume-se assim a importância de ações que visem a redução do isolamento social e o envelhecimento ativo.

Relativamente

aos níveis de escolaridade dos residentes, cerca de 33% dos idosos não sabe ler nem escrever, o que representa mais uma forma de exclusão social. Praticamente 60% da população residente não tem mais do que o 1º ciclo do ensino básico, valor acima da média BIP/ZIP e de Lisboa. Neste sentido, ações que visem a promoção da literacia em saúde e a capacitação desta população em questões relacionadas com o cuidar de si e de outros, assumem uma particular pertinência.

As valências da Clínica (Enfermagem, Fisioterapia, Osteopatia e Podologia) reforçam as da UCSP de Alcântara, não havendo duplicação de oferta, à exceção da Enfermagem que terá um papel preventivo e de cuidados básicos de proximidade. A criação desta Clínica vai fomentar o acesso aos cuidados de saúde pela sua proximidade, promovendo também ações preventivas e de mitigação de situações que afetem a saúde decorrente da COVID19.

Temática preferencial

Promover a Inclusão e a Prevenção

Destinatários preferenciais

Idosos

Objectivo geral

A ESSCVP - Lisboa e os seus parceiros pretendem, através do projeto "+Saúde no Bairro", promover a inclusão dos idosos do território BIP3 e prevenir o aparecimento de doença (física e mental), atuando a 3 níveis, que se complementam:

- Redução de desigualdades e barreiras no acesso dos idosos a cuidados de saúde, através de uma clínica académica criada para o efeito e integrada no território BIP3, com várias áreas de intervenção, promovendo a igualdade de oportunidades, a acessibilidade a cuidados de saúde e a identificação e o encaminhamento de situações de risco, o que se considera de especial pertinência em período de pandemia e pós pandemia COVID-19;
- Identificando e intervindo em situações patológicas ou de risco, através da prestação de cuidados diretos individuais; de ações que visem o envelhecimento ativo; da identificação de necessidades de saúde (rastreios e outras); e de ações de formação e informação que promovam a literacia em saúde e consequentemente a capacitação dos utentes para responder eficazmente a situações de saúde individual e/ ou pública;
- Redução do isolamento social, dado que modelo de cuidados de saúde proposto assenta em momentos de contacto intergeracional próximo e no desenvolvimento/partilha de experiências e competências que, acreditamos, ser essencial para promover a saúde mental e a redução do isolamento social dos idosos destes bairros, provocado ou exacerbado pela pandemia COVID19.



Os participação dos utentes é essencial para o envolvimento dos mesmos, pelo que será solicitado em várias ocasiões a identificação de necessidades de saúde e informação/ formação em saúde, bem como a avaliação de parâmetros clínicos e de satisfação com os cuidados e atividades.

Objetivos Específicos de Projeto

Objetivo Específico de Projeto 1

Descrição

Tendo por objetivo a promoção da igualdade de oportunidades e a acessibilidade a cuidados de saúde especializados, pretende-se reforçar a rede de cuidados de saúde locais dos residentes do BIP3, em especial dos idosos (mas não só) através da prestação de cuidados de saúde em diferentes áreas da saúde, nomeadamente Enfermagem, Fisioterapia, Osteopatia e Podologia.

A existência destes serviços no território BIP3 reduz a barreira da deslocação e reduzirá desigualdades no acesso dos idosos (e outros) a cuidados de saúde, uma vez que algumas destas áreas de intervenção são de difícil acesso por parte dos mais desfavorecidos por não estarem incluídos no Sistema Nacional de Saúde (Podologia e Osteopatia) ou pela oferta existente no sistema público e convencionado estar sobrelotada (Fisioterapia).

Para a consecução deste objetivo será necessário executar a remodelação do espaço onde funcionará a Clínica Académica (atividade 1) e a prestação de cuidados individualizados e de grupo em várias áreas da Saúde (atividade 2 e 3).

Sustentabilidade

Todos os utentes idosos residentes no território BIP3 têm acesso privilegiado e gratuito à Clínica Académica.

Os restantes residentes do BIP 3 poderão utilizar os serviços da clínica de modo gratuito, desde que tenham referenciação de serviços de saúde e mediante avaliação de um profissional de saúde da clínica.

No entanto, para além destes utentes, a Clínica Académica será aberta a toda a comunidade, com intervenções individualizadas a custo reduzido face ao custo de mercado. O pagamento de um valor, apesar de baixo (entre 5 e 10 euros) face aos preços de mercado, permite regular a procura (reduzindo a procura dos serviços por parte de quem não precisa deles) e reduzir os custos associados ao funcionamento da clínica, assegurando, em parte, a sua sustentabilidade futura.



A ESSCVP -

Lisboa, de acordo com os princípios humanitários da Cruz Vermelha, Portuguesa assegurará os restantes custos do funcionamento da Clínica, para além do período de execução. Todas as ações desenvolvidas terão em conta as orientações sanitárias e de segurança da Direção Geral de Saúde, face à situação epidemiológica no período de intervenção.

Objetivo Específico de Projeto 2

Descrição

Tendo por objetivo a prevenção / mitigação de situações de saúde (física e mental), pretende-se desenvolver um conjunto de intervenções, quer de carácter individual, com prestação de cuidados de Enfermagem, Fisioterapia, Osteopatia e Podologia; quer de carácter coletivo, visando a identificação de necessidades de saúde, promoção do envelhecimento ativo e da literacia em saúde, capacitando os idosos para responder eficazmente a situações de saúde individual e/ ou pública e gestão da sua própria saúde. Para a consecução deste objetivo será necessário executar a remodelação do espaço onde funcionará a Clínica Académica (atividade 1), a prestação de cuidados individualizados e coletivos em várias áreas da Saúde (atividade 2 e 3) e a as sessões de informação e formação dos idosos em várias temáticas da saúde (atividade 4) Todas as ações desenvolvidas terão em conta as orientações sanitárias e de segurança da Direção Geral de Saúde, face à situação epidemiológica no período de intervenção.

Sustentabilidade

A sustentabilidade da prestação de cuidados individuais será assegurada como já referido no objetivo específico 1, quer pela receita da Clínica Académica, como pela ESSCVP-Lisboa As sessões coletivas no âmbito do envelhecimento ativo e da literacia em Saúde serão, em parte, enquadradas nos planos de estudos das diferentes Licenciaturas, Pós-Licenciaturas e Pós-graduações da ESSCVP - Lisboa, mantendo as sessões a um custo mais reduzido e com conteúdos atualizados anualmente.

Objetivo Específico de Projeto 3

Descrição

Tendo por objetivo a redução do isolamento social dos idosos destes bairros, provocado ou exacerbado pela pandemia COVID19, todas as atividades associadas à prestação de cuidados (coletivas e individuais) realizados no âmbito da Clínica Académica serão principalmente dinamizados por estudantes da ESSCVP-Lisboa (sempre supervisionada por professores ou profissionais de saúde contratados para o efeito). Este modelo pressupõe momentos de contacto intergeracional próximo e desenvolvimento /

partilha de experiências e competências com os estudantes, profissionais de saúde e com os outros utentes (no caso das intervenções coletivas) que acreditamos, ser essencial para promover a saúde mental e a redução do isolamento social dos idosos destes bairros

Para a consecução deste objetivo

será necessário executar a remodelação do espaço onde funcionará a Clínica Académica (atividade 1), a prestação de cuidados individualizados e coletivos em várias áreas da Saúde (atividade 2 e 3) e a as sessões de informação e formação dos idosos em várias temáticas da saúde (atividade 4), pois são todas estas atividades que asseguram o contacto intergeracional e o desenvolvimento / partilha de experiências e competências entre os intervenientes neste processo.

Todas as ações desenvolvidas terão em conta as orientações sanitárias e de segurança da Direção Geral de Saúde, face à situação epidemiológica no período de intervenção.

Sustentabilidade

Face ao exposto na descrição do objetivo, a sustentabilidade deste objetivo é inerente à sustentabilidade dos objetivos 1 e 2, pois como referido no objetivo geral, os objetivos específicos complementam-se uns aos outros.

CALENDARIZAÇÃO DO PROJECTO

Actividade 1

Espaço Clínica Académica

Descrição

Esta atividade está associada à remodelação do espaço destinado à Clínica Académica da ESSCVP - Lisboa, que é fundamental para o desenvolvimento das restantes atividades.

Será utilizado um espaço já existente no piso 0 da ESSCVP - Lisboa com cerca de 230 m², mas que necessita de obras de remodelação, nomeadamente ao nível do acesso para acesso de utentes com mobilidade reduzida ao espaço da clínica, implantação de divisórias para 6 gabinetes individuais, sala de espera, sala de arrumos e de "sujos", WC adaptado para pessoas com mobilidade reduzida, colocação de chão antiderrapante, iluminação e pintura.

A

ESSCVP-Lisboa assegura a manutenção e decoração do espaço.

Recursos humanos

Coordenadora do projeto
Arquiteto
Equipa para execução da obra (pedreiro, servente, electricista, canalizador)

Local: morada(s)

Avenida de Ceuta, Edif. Urbiceuta, n.º1

Local: entidade(s)

Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa -



	Lisboa
Resultados esperados	Espaço totalmente remodelado, com acessibilidade para pessoas com mobilidade reduzida e condições de segurança e conforto adequadas à receção e atendimento de utentes nas áreas de Enfermagem (cuidados básicos), Fisioterapia, Osteopatia e Podologia, com capacidade para receber em simultâneo 6 utentes individuais ou grupos de 10 utentes para intervenções coletivas.
Valor	20000.00 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4
Periodicidade	Pontual
Nº de destinatários	0
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 2	+Saúde em mim
Descrição	<p>Esta atividade refere-se à prestação serviços de saúde especializados e individuais com acesso privilegiado e gratuito para os habitantes idosos dos Bairros do Cabrinha, Loureiro e Ceuta Sul (BIP3), reforçando a rede de cuidados de saúde locais com várias áreas de intervenção em saúde, nomeadamente cuidados básicos de Enfermagem, Fisioterapia, Osteopatia e Podologia.</p> <p>As intervenções individualizadas serão também gratuitas para outros habitantes do território BIP3, que tenham indicação/referenciação por parte de serviços de saúde ou sociais.</p> <p>Os serviços prestados na Clínica Académica serão abertos à comunidade a um custo reduzido face ao praticado no mercado (5 a 10 euros).</p> <p>A abertura da Clínica Académica à comunidade servirá para alicerçar a sua sustentabilidade, contribuindo para manter as consultas gratuitas para quem mais precisa.</p> <p>Esta atividade é patrocinada pelo Grupo Vitalino SA que irá oferecer equipamento de Podologia e será divulgada pela ESSCVP - Lisboa, Cruz Vermelha Portuguesa, Junta de Freguesia de Alcântara, Associação Alzheimer Portugal, Projeto Alcantara, Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson e a Associação Nacional de Doentes Linfáticos.</p>
Recursos humanos	<p>Docentes da ESSCVP - Lisboa</p> <p>Estudantes da ESSCVP - Lisboa</p> <p>Profissionais de saúde especializados nas áreas de prestação de serviços (Enfermagem, Fisioterapia, Osteopatia e Podologia)</p> <p>Administrativa / rececionista</p>

<i>Local: morada(s)</i>	Avenida de Ceuta, nº 1, 1300-125 Lisboa
<i>Local: entidade(s)</i>	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa
<i>Resultados esperados</i>	Realização de cerca 900 consultas até ao final do prazo de execução nas diferentes áreas de intervenção propostas, podendo as mesmas ser de continuidade. Qualitativamente pretende-se a melhoria na condição clínica e funcionalidade dos utentes, avaliados por intermédio de indicadores clínicos e com avaliação positiva na satisfação dos utentes, avaliada por questionário de satisfação breve, com indicação de propostas de melhoria.
<i>Valor</i>	23700.00 EUR
<i>Cronograma</i>	Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
<i>Periodicidade</i>	Diário
<i>Nº de destinatários</i>	300
<i>Objectivos específicos para que concorre</i>	1, 2, 3
<i>Actividade 3</i>	+Saúde em Comunidade
<i>Descrição</i>	<p>Prestação de cuidados de Fisioterapia de carácter coletivo com acesso privilegiado para os residentes do BIP3, em especial para os idosos, tendo em vista a redução do isolamento social e o envelhecimento ativo, prevenindo o aparecimento ou agravamento de doença mental, cardiovascular e/ou musculoesquelética.</p> <p>Inclui a avaliação individual dos idosos e elaboração de programas que integram atividade física adaptada a idosos, atividades de mobilidade global adaptadas às necessidades de cada grupo de utentes, atividades de prevenção de quedas no domicílio e em via pública, entre outras.</p> <p>Inclui ainda a elaboração de um guia prático relativo à prevenção de quedas, elaboração de vídeos descritivos relacionados com os programas supramencionados, que podem ser disponibilizados aos idosos por telemóvel e ficarão disponíveis nas redes da Clínica Académica e da ESSCVP - Lisboa, identificadas com o logotipo do projeto e BIPZIP, conforme as normas definidas para o Programa BIPZIP 2020.</p> <p>A execução desta atividade será apoiada pelo Projecto Alcantara e pela Junta de Freguesia de Alcântara, nomeadamente na Universidade Sénior, o que permitirá uma maior abrangência na população alcançada, em número e diversidade sociodemográfica, o que poderá contribuir para a inclusão dos idosos dos Bairros BIP3 na restante comunidade de Alcântara.</p>

Recursos humanos	Docentes da ESSCVP - Lisboa Estudantes da ESSCVP - Lisboa
Local: morada(s)	Avenida de Ceuta, nº 1, 1300-125 Lisboa Projecto Alkantara - Bairro do Loureiro Projecto Alkantara - Bairro do Cabrinha
Local: entidade(s)	Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa
Resultados esperados	Realização de 25 sessões coletivas com avaliação positiva na satisfação dos utentes (avaliada por questionário breve) e melhoria em índices de saúde/risco específicos. Elaboração de um guia prático relativo à prevenção de quedas e elaboração de 8 vídeos relativos a atividades de mobilidade geral.
Valor	2900.00 EUR
Cronograma	Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9
Periodicidade	Semanal
Nº de destinatários	40
Objectivos específicos para que concorre	1, 2, 3
Actividade 4	Saber +Saúde
Descrição	Capacitar a população para responder eficazmente a situações de saúde individual e/ ou pública, aumentando a sua literacia em diversas temáticas de saúde, através de sessões dinâmicas de esclarecimento ou de formação, nomeadamente: COVID 19 - O que ainda não sei?; Situações de emergência - Sinais de alerta e atuação (AVC, Enfarte, Paragem Cardiorrespiratória, Quedas e Traumatismos, Queimaduras, etc); Eu e os Pés - Cuidados com os pés; Gestão de Doença Crónica (Diabetes, Hipertensão arterial, Doença respiratória, etc.); Cuidar de outro - Estratégias; Saúde Mental, do que se fala tanto?; Na saúde também sou cliente. Quais são os meus direitos e os meus deveres? Alimentação saudável e económica; Automedicação: porque é que não posso tomar o medicamento da minha vizinha? As temáticas das restantes sessões serão indicadas pelos residentes do BIP3 participantes nas outras atividades ou por sugestão das Entidades parceiras. Inclui ainda a elaboração de guias práticos e elaboração de vídeos descritivos relacionados com algumas das temáticas abordadas. Os vídeos podem ser disponibilizados aos idosos por telemóvel e ficarão disponíveis nas redes sociais da



Clínica Académica e da ESSCVP - Lisboa, identificadas com o logotipo do projeto e BIPZIP, conforme as normas definidas para o Programa BIPZIP 2020.

A execução desta atividade e divulgação é apoiada, Junta de Freguesia de Alcântara, Associação Alzheimer Portugal, Projecto Alkantara e Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson.

Recursos humanos

Docentes da ESSCVP - Lisboa
Estudantes da ESSCVP - Lisboa
Profissionais de Saúde
Técnicos da Junta de Freguesia de Alcântara,
Técnicos da Alzheimer Portugal
Técnicos do
Projecto Alkantara

Local: morada(s)

Avenida de Ceuta, nº 1, 1300-125 Lisboa

Local: entidade(s)

ESSCVP - Lisboa
Junta de Freguesia de Alcântara,
Alzheimer
Portugal
Projecto Alkantara

Resultados esperados

Realização de 16 sessões de esclarecimento / formação coletivas com avaliação positiva na satisfação dos utentes. Elaboração de 8 guias práticos relativos às temáticas abordadas, disponibilizados às pessoas que integrarem as sessões e elaboração de 8 vídeos disponibilizados nas redes sociais da Clínica académica e da ESSCVP - Lisboa

Valor

3400.00 EUR

Cronograma

Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12

Periodicidade

Mensal

Nº de destinatários

160

Objectivos específicos para que concorre

2, 3

MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

Rede (resultados)

Nº de parceiros mobilizados

9

Constituição da equipa de projeto



FORMULÁRIO DE CANDIDATURA

<i>Função</i>	Coordenador (projecto)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	700
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Coordenador (Clínica académica)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	350
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Não Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Outro elemento (Administrativa / Rececionista)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	1386
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Sim
<i>Função</i>	Outro elemento (Docentes ESSCVP - Lisboa)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	200
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Outro elemento (Enfermeiro)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	350
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não
<i>Função</i>	Outro elemento (Fisioterapeuta)
<i>Horas realizadas para o projeto</i>	350
<i>Tipo de afetação ao BIP/ZIP</i>	Financeira
<i>Morador no bairro do projeto</i>	Não



Função Outro elemento (Osteopata)

Horas realizadas para o projeto 700

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Outro elemento (Podólogo)

Horas realizadas para o projeto 700

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Função Voluntários (Estudantes ESSCVP -Lisboa)

Horas realizadas para o projeto 5280

Tipo de afetação ao BIP/ZIP Não Financeira

Morador no bairro do projeto Não

Criação de emprego (Impacto)

Nº de novos postos de trabalho criados com a constituição da equipa de projeto (com uma afetação >= 75%) 3

Nº de novos postos de trabalho criados como resultado da intervenção do projeto 0

Destinatários (Resultados)

Nº de moradores no bairro BIP/ZIP destinatários de atividades em que é possível a identificação dos participantes (formativas, pedagógicas, lúdicas) 400

Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 0

Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes 0

Equidade

<i>Nº de destinatários com deficiência / doença mental</i>	20
<i>Nº de destinatários mulheres</i>	200
<i>Nº de destinatários desempregados</i>	30
<i>Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)</i>	0
<i>Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)</i>	250
<i>Nº de destinatários imigrantes</i>	20

Produtos/Elementos tangíveis da intervenção

<i>Nº de produtos concebidos para venda / demonstração</i>	16
<i>Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade</i>	1
<i>Nº de intervenções no espaço público</i>	0
<i>Nº de publicações criadas</i>	0
<i>Nº de páginas de Internet criadas</i>	1
<i>Nº de páginas de facebook criadas</i>	3
<i>Nº de vídeos criados</i>	16
<i>Nº de artigos publicados em jornais / revistas</i>	0
<i>Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)</i>	0

ORÇAMENTO TOTAL DO PROJECTO

Financiamento BIP/ZIP solicitado

<i>Encargos com pessoal interno</i>	7200.00 EUR
<i>Encargos com pessoal externo</i>	14800.00 EUR
<i>Deslocações e estadias</i>	0.00 EUR
<i>Encargos com informação e publicidade</i>	1000.00 EUR
<i>Encargos gerais de funcionamento</i>	3000.00 EUR



Equipamentos 4000.00 EUR

Obras 20000.00 EUR

Total 50000 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora

Entidade Escola Superior de Saúde Cruz Vermelha Portuguesa - Lisboa

Valor 50000.00 EUR

Outras fontes de financiamento e respectivos montantes

Entidade Grupo Vitalino

Tipo de apoio Financeiro

Valor 3000.00 EUR

Descrição Equipamento de Podologia para a prestação de cuidados de saúde individualizados na Clínica Académica

TOTAIS

Total das Actividades 50000 EUR

Total de Outras Fontes de Financiamento 3000 EUR

Total do Projeto 53000 EUR

Total dos Destinatários 500