

projectos  
transformar  
experiências  
parcerias  
novo ciclo



HABITAÇÃO  
E DESENVOLVIMENTO  
LOCAL Câmara Municipal Lisboa

# Programa Parcerias Locais

## BIP/ZIP

Programa BIP/ZIP 2023  
Dimensão: Dimensão Ignição  
**FICHA DE CANDIDATURA**

Refª: 042

PARES



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](mailto:bip.zip@cm-lisboa.pt)

**ENTIDADES PROMOTORAS**

Designação APDP - Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal

**ENTIDADES PARCEIRAS**

Designação Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França

Designação Junta de Freguesia da Penha de França

**IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO**

Dimensão Dimensão Ignição

Designação PARES

BIP/ZIP em que pretende intervir 37. Alto da Eira

46. Quinta do Lavrado

47. Horizonte

ODS 2030 Saúde de Qualidade

Reduzir as Desigualdades

Cidades e Comunidades Sustentáveis

Síntese do Projeto

Fase de execução Implementação de um programa estruturado de educação terapêutica e motivação para a gestão sócio emocional da pessoa com diabetes tipo (DT2), melhorando as capacidades de autogestão da doença e de prevenção das complicações. Rastreios de diabetes tipo 2 e sensibilização para os benefícios de alterar os comportamentos associados aos riscos modificáveis

Fase de sustentabilidade A continuação da dinamização das atividades comunitárias e a capacitação de pessoas da comunidade e do território. O promotor e os parceiros asseguram os custos com recursos humanos e disponibilidade de locais para continuar a dar continuidade às atividades dinamizadas no ano de execução.

**DESCRIÇÃO DO PROJETO**



**Objetivo Geral de Projeto**

Diagnóstico	<p>A Diabetes Tipo 2 (DT2) é uma doença crónica que ocorre habitualmente na idade adulta, sendo considerada um dos maiores desafios globais de saúde pública. Esta doença é caracterizada por uma insensibilidade crescente à ação da hormona insulina, que num estado mais avançado origina a própria falha da sua produção.</p> <p>O principal objetivo do tratamento da pessoa com DT2 é conseguir um ótimo controlo metabólico, para que esta possa ter uma vida com qualidade, evitando ou atrasando as complicações crónicas desta doença. Tratando-se de uma doença crónica, o tratamento é desenvolvido em continuidade, ao longo da vida, exigindo-se à pessoa com diabetes a vigilância da sua evolução. De facto, um controlo bem-sucedido da diabetes depende em grande parte da adesão efetiva da pessoa com diabetes a um conjunto de opções farmacológicas, práticas diárias de autocuidado e hábitos de vida.</p> <p>Esforços consideráveis têm sido feitos nas últimas décadas para melhorar a qualidade da gestão da diabetes, mas cerca de metade das pessoas diagnosticadas em Portugal apresentam ainda um controlo glicémico inadequado e um impacto determinante na sua qualidade de vida, sendo este o problema social que este projeto pretende resolver.</p> <p>Adicionalmente, lidar com todas as exigências do tratamento e gestão da diabetes gera uma considerável carga psicológica nas pessoas com diabetes e nos seus cuidadores próximos, para além de causar desgaste nos profissionais de saúde que os acompanham.</p>
Destinatários preferenciais	Adultos (população em idade ativa)-
Temática preferencial	Promover Competências e Empreendedorismo
Objectivo geral	<p>O projeto PARES visa a implementação de um programa estruturado de educação terapêutica e motivação para a gestão sócio emocional da pessoa com diabetes tipo (DT2), melhorando as capacidades de autogestão da doença e de prevenção das complicações.</p> <p>O principal objetivo do tratamento da pessoa com DT2 é obter um bom controlo metabólico, que contribua para uma vida com qualidade, evitando ou atrasando as complicações crónicas desta doença. Sendo uma doença crónica, o tratamento é desenvolvido em continuidade, ao longo da vida, exigindo-se à pessoa com diabetes a vigilância da sua evolução. Um controlo bem-sucedido da diabetes depende em grande parte da adesão efetiva da pessoa com diabetes a um conjunto de opções farmacológicas, práticas diárias de autocuidado e hábitos de vida.</p> <p>O PARES contempla a educação terapêutica permitindo às pessoas com DT2 desenvolver melhor as suas potencialidades e capacidades de adaptação na resolução dos seus problemas de saúde, proporcionando o desenvolvimento de competências para a autogestão dos cuidados. Esta intervenção está</p>





Descrição	<p>Realizar o rastreio da diabetes através da avaliação de dados antropométricos e a aplicação do questionário para a avaliação do risco de desenvolver diabetes tipo 2, recomendado pela DGS, e o aconselhamento individualizado sobre os fatores modificáveis identificados.</p> <p>Estas pessoas serão encaminhadas para o apoio biopsicossocial e a intervenção de apoio à resiliência emocional (PARES).</p> <p>Realização de oito ações de rastreio em eventos realizados em bairros sociais da Penha de França, para a identificação e encaminhamento de pessoas com pré-diabetes e diabetes mal controlada e/ou necessidades de apoio biopsicossocial. Esta atividades será articulada com as atividades do objetivo 1, ou seja, Programa de Apoio à RESiliência emocional na Auto-gestão da diabetes- PARES</p>
Sustentabilidade	<p>A sustentabilidade deste objetivo será mantida através da dinamização regular das atividades de rastreio, realizados pelos recursos humanos locais destes bairros, formados com este projeto, e profissionais da APDP. Desta forma, poderá ser garantida a continuidade da realização destas atividades para a população.</p>

**CALENDARIZAÇÃO DO PROJETO**

Actividade 1	Programa PARES
Recursos humanos	<p>Para a implementação do PARES serão mobilizados recursos humanos qualificados, com competências e experiência prévia na temática, ao mesmo tempo serão alocados recursos materiais, nomeadamente,</p> <p>a APDP conta com uma equipa multidisciplinar experiente na área dos cuidados à diabetes, educação, e apoio social, assim como na formação de profissionais de saúde, pessoas com diabetes, e cuidadores formais e informais (contando cerca de 30 cursos diferentes ministrados anualmente, alguns deles com mais do que uma edição nesse período).</p>
Local: entidade(s)	Instalações da Junta de Freguesia, Centro Paroquial e rede de parceiros
Valor	18942 EUR
Cronograma	Mês 1, Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 5, Mês 6, Mês 7, Mês 8, Mês 9, Mês 10, Mês 11, Mês 12
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	60
Objectivos específicos para que concorre	1



Actividade 2	Rastreios de Diabetes tipo 2
Recursos humanos	2 enfermeiros por rastreio Profissionais para o apoio administrativo, contabilístico, Gestão de projetos e supervisão.
Local: entidade(s)	Junta de Freguesia de Penha de França, Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França
Valor	4820 EUR
Cronograma	Mês 2, Mês 3, Mês 4, Mês 7, Mês 8
Periodicidade	Mensal
Nº de destinatários	150
Objectivos específicos para que concorre	2

#### MONITORIZAÇÃO DE PROJETO

	Rede (resultados)
Nº de parceiros mobilizados	3
	Constituição da equipa de projeto
Função	Supervisão - Diretor Clínico
Horas realizadas para o projeto	36
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Coordenação geral de formação e enfermagem
Horas realizadas para o projeto	48
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
	Função
	Gestor de projetos
Horas realizadas para o projeto	420



Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Enfermeiro 1
Horas realizadas para o projeto	189
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Enfermeiro 2
Horas realizadas para o projeto	189
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Psicóloga
Horas realizadas para o projeto	126
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Assistente Social
Horas realizadas para o projeto	168
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Nutricionista
Horas realizadas para o projeto	84
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Administrativa



Horas realizadas para o projeto	36
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	Financeira
Morador no bairro do projeto	Não
Função	Técnica Oficial de Contas
Horas realizadas para o projeto	36
Tipo de afetação ao BIP/ZIP	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%)	0
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)	60
Nº total acumulado de destinatários de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	150
Nº de atividades onde não é possível a identificação clara dos participantes	6
	Equidade
Nº de destinatários com deficiência / doença mental	0
Nº de destinatários mulheres	0
Nº de destinatários desempregados	0
Nº de destinatários jovens (- de 30 anos)	0
Nº de destinatários idosos (+ de 65 anos)	0



Nº de destinatários imigrantes	0
adultos com diabetes tipo 2	60
participantes nos rastreios, com mais de 45 anos	150
Produtos/Elementos tangíveis da intervenção	
Nº de produtos concebidos para venda / demonstração	0
Nº de intervenções em edificado para criação de serviços ou atividades dirigidas à Comunidade	0
Nº de intervenções no espaço público	0
Nº de publicações criadas	4
Nº de páginas de Internet criadas	1
Nº de páginas de facebook criadas	2
Nº de vídeos criados	3
Nº de artigos publicados em jornais / revistas	2
Nº de novas organizações criadas (associações / empresas, outros)	0
Folhetos	2

**ORÇAMENTO TOTAL DO PROJETO**

Financiamento BIP/ZIP solicitado

Encargos com pessoal interno	15313 EUR
Encargos com pessoal externo	0 EUR
Deslocações e estadias	480 EUR
Encargos com informação e publicidade	5590 EUR
Encargos gerais de funcionamento	1353 EUR
Equipamentos	1026 EUR
Obras	0 EUR
Total	23762 EUR

Montante de apoio financeiro por entidade promotora



**FORMULÁRIO DE CANDIDATURA**

Entidade	APDP - Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal
Valor	23762 EUR
	Outras fontes de financiamento e respectivos montantes
Entidade	Junta de Freguesia de Penha de França
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	50 EUR
Descrição	Disponibilização de instalações
Entidade	Centro Social e Paroquial de Nossa Senhora da Penha de França
Tipo de apoio	Não financeiro
Valor	50 EUR
Descrição	Disponibilização de instalações

**TOTAIS**

Total das Actividades	23762 EUR
Total de Outras Fontes de Financiamento	100 EUR
Total do Projeto	23862 EUR
Total dos Destinatários	210

