

Plano Anual de Atividades

“Em Covid_19”

2021

Diretora de Serviços *Paula Nogueira*
Animadora SC *Liliana Jerónimo*



Paula Nogueira
Liliana Jerónimo
Albino

Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

O Plano Anual de Atividades (PAA) para 2021 contemplará para além das atividades específicas para este ano, a continuidade de atividades e projetos delineados em 2020, tendo em conta a otimização ao nível de Recursos Humanos e Materiais, nomeadamente, na uniformização de procedimentos através, entre outros, das Tecnologias de Informação, que ganham, hoje, visibilidade e expansão sem precedentes.

O planeamento e gestão de atividades perante o risco e a incerteza no contexto que atravessamos de Pandemia vem, sublinhar, a importância de selecionar apenas as ações que se tornem uma mais valia para a Qualidade de Vida da população que servimos.

Optou-se por criar um plano anual integrativo de Animação Sociocultural e Formação o mais sistematizado possível.

"Menos é, sem dúvida, mais."

Seguidamente, no Esquema 1, apresentam-se de forma resumida, na coluna da direita, as atividades e principal parceria no período Pré-Pandemia e que se espera a qualquer momento possam ser reativadas.

Do lado esquerdo estão apresentadas as atividades que propomos realizar, com a incerteza como pano de fundo, adaptando a aplicação e ritmo das mesmas às restrições que forem emanadas pela DGS e entidades competentes, cumprindo com a Lei em vigor para as IPSS.

As atividades essenciais mantêm-se.

Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

Esquema1



Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

Handwritten signatures and initials on the right margin, including the name 'Alpinas' at the bottom.

Devido a Pandemia SARS-CoV-2 instalada mundialmente, encontramos-nos limitados na nossa forma habitual de atuação. Assim, procuramos cumprir as normas vigentes facultadas pela Direção Geral de Saúde e outras entidades competentes, bem como, ir ao encontro das necessidades dos utentes/associados.

A proposta da calendarização semanal das atividades tem os seguintes objetivos:

- Prevenir o Isolamento Social;
- Prevenir quedas nos domicílios;
- Lidar com as emoções durante a Covid-19,/ Apoio e Bem-Estar Emocional;
- Criação de estratégias de auto-cuidado adequadas ao contexto de pandemia.

No quadro 1 foram selecionadas as atividades consideradas prioritárias pelos utentes e que decorreram no âmbito do projeto – ***O suporte Social das Pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária*** – (vide anexo 1).

Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

CRPI
[Signature]

No que respeita à **qualificação dos(as) funcionários(as)** procurar-se-á, ainda, incluí-los em formações pontuais e outras na sua área de ação. **A formação** será maioritariamente interna através de parcerias e/ou protocolo com entidades certificadas na área da formação. As temáticas a trabalhar serão no âmbito da Gerontologia Social, abrangendo temas como: **Segurança e Saúde no Trabalho – Situações Epidémicas e Pandemias; Comunicação Interpessoal e Institucional; Liderança e Motivação de Equipas; Introdução à Utilização e Proteção dos Dados Pessoais.** E contaremos, ainda, com a participação do Enfermeiro responsável pelo Programa de Apoio à Medicação do Utente e para a habitual formação contínua no âmbito das temáticas na Saúde.

[Signature]
[Signature]
[Signature]
Alfaias

Durante o ano de 2021, pretende-se implementar o Projeto CRPI_SAD+: Psicomusicalidade que tem sido adiado, com o objetivo principal de aliar a psicologia e a música como instrumentos de Estimulação Cognitiva e Emocional com vista à promoção do Bem-Estar, nos seniores que se encontram nos domicílios, sem possibilidade de saída.

Atividades 2021: COVID_19

Quadro 1

Horário previsível	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
10:00 - 11:00	Apoio Emocional	Atividades Ocupacionais Grupo 1	Apoio Emocional	Atividades de Motricidade Grupo 1	Apoio Emocional
11:30 - 12:30		Atividades Ocupacionais Grupo 2		Atividades de Motricidade Grupo 2	
13:30 - 14:30	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
15:00 - 16:00	Apoio Emocional	Atividades de Motricidade Grupo 1	Apoio Emocional	Atividades Ocupacionais Grupo 1	Apoio Emocional
16:30 - 17:30		Atividades de Motricidade Grupo 2		Atividades Ocupacionais Grupo 2	

Handwritten signature in blue ink.

Handwritten signature in black ink.

Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

Anexo 1

lins
SA

SA
SA
SA
Alfonso



CATÓLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

13º Curso de Mestrado em Enfermagem na Área de
Enfermagem de
Saúde Comunitária e Saúde Pública

Estágio Final e Relatório na UCC “Saúde a Seu Lado”

**O Suporte Social das Pessoas Idosas em tempo de
pandemia –**

Sob Orientação da Enfermeira Mestre e EESCSP Olívia
Serra
e da Professora Doutora Elisa Garcia

Lisboa, 12 de novembro de 2020

Sónia Coelho



O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia –

FINALIDADE

- ✓ Contribuir para o processo de capacitação dos idosos que frequentavam os Centros de Dia (IPSS) para o uso otimizado das redes de suporte social formal.
- ✓ Colaborar, em parceria comunitária, no processo de construção de respostas de suporte social adaptadas ao contexto de Pandemia

Metodologia – Planeamento em Saúde

Orientações Metodológicas - Imperatori e Giraldes (1982)

Competências Específicas da OE para a EESCSP (2010)

Alves
J
R
A
D
Alves



Diagnóstico
da
Situação

O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de
pandemia –

Caraterização do Suporte Social Formal

População e Amostra

Instrumentos de colheita de Informação

Apresentação e Análise de Informação

Stressores e Diagnósticos de Enfermagem

Definição de Prioridades

Luís

Al

Al

Al
Al





Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia –

A intervenção da Enfermagem Comunitária

Suporte Social
Formal
IPSS

Função da Rede Social Formal	Acesso a Novos contatos	Informações de recursos na comunidade
	Ajuda de Material e Serviços	Serviços de alimentação, higiene e limpeza sumária da casa, tratamento de roupa, transporte, controlo de medicação, gabinete de imagem, confeção de refeições ligeiras (peq-alm)
	Companhia social	Atividades com a Animadora Sociocultural (partilha e momentos através de atividades ou presença)
	Guia cognitivo e de conselhos	Partilha de informações pessoais, opinião e orientação
	Regulação social	Supervisionar comportamentos adequados
Capacidade da Rede	Capacidade Formal	Acordo com a Segurança Social - 42
	Capacidade Real	Atualmente, 42 utentes em regime de centro de dia.
Acessibilidade à rede Social Formal	Critério Geográfico	Ser residente na Freguesia de Póvoa de Santo Adrião
	Critério clínico e idade	Pessoas independentes ou parcialmente dependentes.
	Critério social	Impossibilidade de a família dar apoio no dia-a-dia, Mas têm de ter uma pessoa de referência, familiar ou amigo.
	Critério Financeiro	Não é critério
	Critério de Ligação à instituição	Sim, em particular os utentes em regime de SAD

Luis
[Signature]

[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]



O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Handwritten signature

População – (N= 42) Pessoas Idosas que frequentavam o Centro de Dia, antes da pandemia

Handwritten signature

Handwritten signature

Handwritten signature
AlPires

População
E
Amostra

• A amostra é não probabilística, por conveniência (N=16)

CrITÉRIOS de inclusão:

- Ter frequentado o Centro de dia, antes da pandemia;
- Idade \geq 65 anos;
- Aceitar participar livremente no questionário e assinar o consentimento

CrITÉRIOS de Exclusão:

- Ter doença psiquiátrica ou demência diagnosticada;
- Recusar participar no projeto.





CATÓLICA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA · PORTO

Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Lines
J

Colheita de
Informação
Questionário

R
R
Al Pinus





CATÓLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

Caraterização
Sociodemográfica

Características	N	%
<u>Sexo</u>		
Masculino	8	50%
Feminino	8	50%
<u>Idade</u>		
65-75	3	19%
76-85	9	56%
86-95	4	25%
<u>Estado Civil</u>		
Casados	3	19%
Solteiros	5	31%
Viúvos	6	38%
Divorciados	2	13%
<u>Escolaridade</u>		
não sabe ler e escrever	1	6%
sabe ler e escrever	2	13%
1º Ciclo	7	44%
2º ciclo	2	13%
Secundário	4	25%
<u>Com quem vive</u>		
Cônjuge	3	19%
Sozinho	9	56%
Outros	3	19%
Filhos	1	6%

Características	N	%
<u>O que gosta de fazer nos tempos livres?</u>		
Ver tv		
Jogos		
Conversar	10	14%
Trabalhos Manuais	9	13%
Caminhada	9	13%
Pintar	5	7%
Renda	8	11%
Ouvir música	4	6%
Ginástica	1	1%
Ler	11	15%
Escrever	3	4%
Passadeira	6	8%
Palavras cruzadas	2	3%
	1	1%
	1	1%
<u>Quantas vezes está com os filhos?</u>		
Diariamente	2	13%
Semanalmente	2	13%
Mensalmente	2	13%
Não tem	7	44%
dias alternados	1	6%
2 x semana	1	6%
Não tem relação	1	6%

Handwritten signature

Handwritten signature
Al Pires

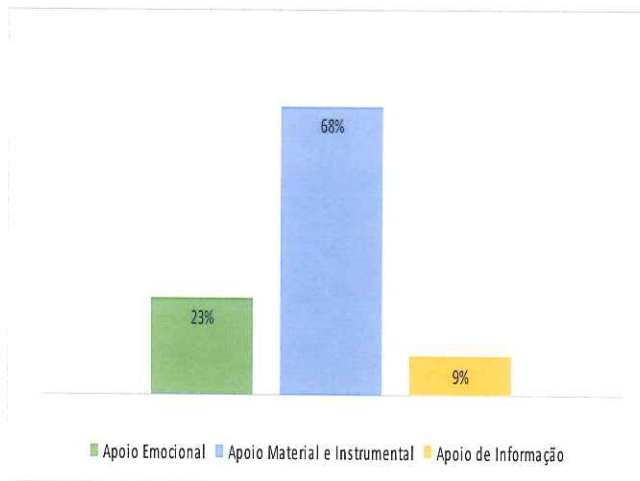
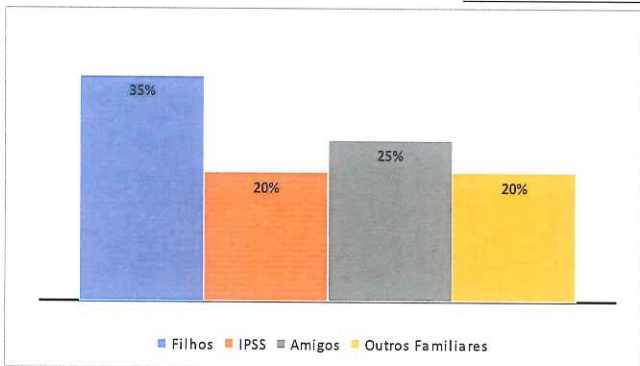


CATÓLICA

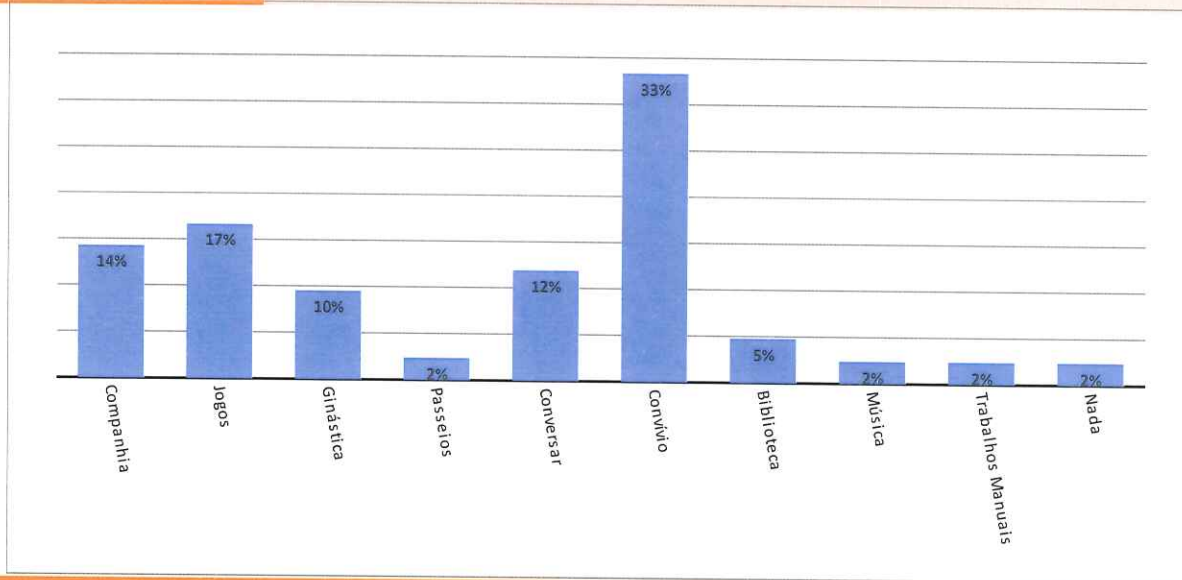
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA · PORTO

Apoio Social Recebido



TEMA	CATEGORIA	FREQUÊNCIA	%
Rede de suporte Social (Formal e Informal)	Filhos	7	35%
	Outros familiares	4	20%
	Vizinhos/amigos	5	25%
	IPSS	4	20%
Caraterização do Apoio Social (Formal e Informal)	Apoio emocional (amor, estima, afeto)	5	23%
	Apoio material e instrumental (problemas práticos do quotidiano)	15	68%
	Apoio de Informação (orientações, aconselhamento)	2	9%
Necessidades de Suporte Social Formal	Atividades Ocupacionais (trabalhos manuais, ginástica)	5	31%
	Atividades Socioculturais (convívio, jogos, dança)	15	93%
	Apoio psicológico (conversar, companhia)	10	62%



Pires
[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]
Al Pires



CATÓLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

Apoio Social Percebido

Escala de Satisfação com o Suporte Social (Ribeiro, 1999)

DIMENSÕES	ITENS
INTIMIDADE	1, 4,5,6
ATIVIDADES SOCIAIS	2,7,8
AMIGOS	3,13,14,15, 12
FAMÍLIA	9,10,11

DIMENSÕES			
Intimidade	Atividades Sociais	Satisfação com Amigos	Satisfação com Família
67.5	33.3	68.0	80.0

GRAU DE SATISFAÇÃO COM O SUPORTE SOCIAL	DIMENSÕES								SATISFAÇÃO SUPORTE SOCIAL	
	Intimidade		Atividades Sociais		Satisfação com Amigos		Satisfação com Família			
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Baixo (entre 0 e 33)	1	6%	10	63%	2	13%	2	13%	1	6%
Médio (entre 34 e 65)	7	44%	5	31%	1	6%	2	13%	10	63%
Alto (entre 66 e 100)	8	50%	1	6%	13	81%	12	75%	5	31%
Total	16	100%	16	100%	16	100%	16	100%	16	100%

Handwritten signatures and notes:
 Rui
 J
 H
 P
 D. Alpinus



CATÓLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

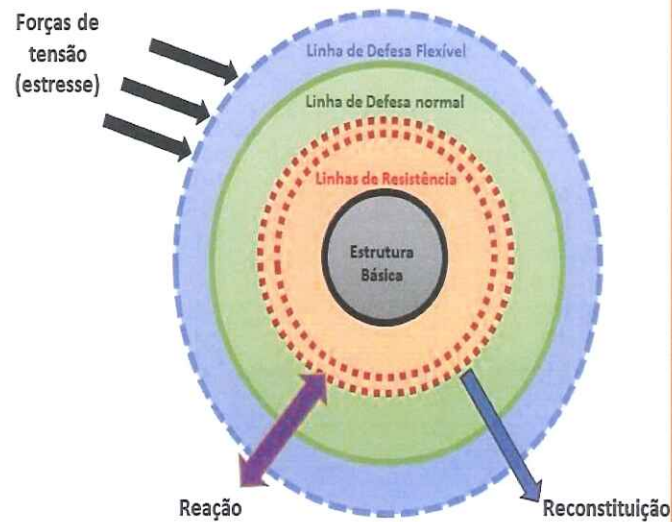
O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Modelo Concetual na Abordagem Comunitária

STRESSORES POSITIVOS ou NEGATIVOS

- **Intrapessoais:** forças que ocorrem no próprio indivíduo, como por exemplo, atributos físicos, atitudes ou grau de desenvolvimento pessoal.
- **Interpessoais:** forças que ocorrem entre um ou mais indivíduos, por exemplo na relação entre familiares.
- **Extrapessoais:** forças que ocorrem fora do indivíduo, por exemplo, a habitação e desemprego, **SUPOORTE SOCIAL.**

O Modelo de Sistemas de Betty Neuman



A **Enfermagem** é intervenção-preventiva para restaurar, realizar e manter a saúde ou bem-estar ótimos para o cliente-sistema. A intervenção-preventiva pode ser primária, secundária e terciária, conforme a linha que se pretende defender e/ou fortalecer face aos stressores (Rocha, 2013).

Fonte: Google, Modelo adaptado de Neuman (1995) disponível em:
<https://docplayer.com.br/171222689-No-tratamento-do-estresse-percebido-por-academicos-de-enfermagem-a-luz-da-teoria-de-betty-neuman.html>

Lines
[Signature]

[Signature]
[Signature]
Al Pinaes



Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Stressores e
Diagnósticos de
Enfermagem

Stressor intrapessoal com alteração da variável Psicológica	CIPE® (2019)
Necessidades sentidas de Apoio Emocional (62%)	Falta de Apoio Emocional
Stressor interpessoal e extrapessoal com alteração das variáveis Psicológica e Sociocultural	CIPE® (2019)
<ul style="list-style-type: none"> - Limitação da perceção do suporte social, na dimensão das atividades sociais (33%); - Necessidades sentidas de atividades socioculturais (93%); - Necessidades sentidas de atividades ocupacionais (trabalhos manuais, ginástica) que condicionam a atividade física e motora (33%) 	Falta de Apoio Social
<ul style="list-style-type: none"> - 56% das pessoas idosas vivem sozinhas; - 44% não tem filhos 	Risco de Isolamento Social

Handwritten notes and signatures:
Luis
F
A.Pires





CATÓLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Definição de Prioridades

O método selecionado foi o **Método de Hanlon**, este é constituído por quatro critérios: (A) a amplitude ou magnitude do problema, (B) a gravidade do problema, (C) eficácia da solução ou a vulnerabilidade do problema e (D) a exequibilidade do projeto ou da intervenção (Tavares, 1990).
Valor de Prioridade = $[(A+B) \times C \times D]$.

Amplitude	Gravidade	Eficácia da solução	Exequibilidade
2 - 0-20%	4 - Pouca Gravidade	0,5 - Solução difícil	0 - Não exequível
4 - 21-40%	7 - Média Gravidade	1 - Solução razoável	1 - Exequível
6 - 41-60%	10 - Muita Gravidade	1,5 - Solução fácil	
8 - 61-80%			
10 - 81-100%			

Diagnósticos de Enfermagem	A	B	C	D	Valor da prioridade	Ordem Final
Falta de apoio social	10	4	0,5	1	$(10+4) \times 0,5 \times 1 = 7$	3º
Falta de apoio emocional	8	7	1	1	$(8+7) \times 1 \times 1 = 15$	2º
Risco de isolamento social	6	10	1	1	$(6+10) \times 1 \times 1 = 16$	1º

Handwritten signatures and notes on the right side of the slide.



CATOLICA

INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO

O Suporte Social das pessoas idosas em tempo de pandemia – A intervenção da Enfermagem Comunitária

Handwritten signature



Próximas Etapas: Objetivos e Seleção de estratégias

- Sessão de educação para a saúde sobre promoção do bem estar físico, psicológico e social;
- Sessão de educação para a saúde em parceria com uma professora de yoga;
- Sessão educação para a Saúde com a Animadora sociocultural;
- Parceria com a escola primária (que está ao lado da IPSS) para promover a relação intergeracional, através de cartas/desenhos das crianças para os idosos e de histórias escritas pelos idosos para as crianças
- Propostas para o futuro...

Handwritten initials and signature

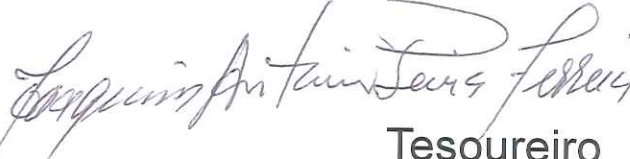


Plano Anual de Atividades 2021: COVID_19

Aprovado em reunião de Direção 23 de novembro de 2021


Presidente de Direção

Assinaturas:


Tesoureiro