

A Cáritas Diocesana de Beja

A Missão da Cáritas Diocesana de Beja é dar a conhecer o Amor de Deus através da nossa acção capacitando os mais pobres e excluídos da sociedade a encontrar novos caminhos de esperança.

A Visão da Cáritas Diocesana de Beja é contribuir para um mundo mais justo e para o respeito da dignidade integral de todo o ser humano.

Os Valores que a Cáritas Diocesana de Beja tem por base são:

- Subsidiariedade: Permitir máxima participação e a melhor ordenação da actividade de todos na construção da sociedade;
- Caridade: Amar o próximo com gratuidade;
- Justiça: Contribuir para o respeito da dignidade integral do ser humano e para o reconhecimento dos seus direitos;
- Bem Comum: Contribuir para um conjunto de condições sociais que permitam tanto aos grupos como a cada um dos seus membros, alcançar mais plena e facilmente o desenvolvimento integral da personalidade humana;
- Profissionalismo: Desenvolver a nossa acção com competências éticas e técnicas permitindo uma intervenção em consonância com a nossa Missão.

RELATÓRIO ELABORADO POR:

Márcio Guerra | Mariana Côco | Sara Lopes

Relatório submetido a aprovação
da Direção da Cáritas Diocesana de Beja.

Fotografias gentilmente cedidas por: Andersson Sousa

Design / Paginação: Alengráfica | João Pinto

Entidade Promotora:



Financiado por:



FUNDAÇÃO
CALOUSTE
GULBENKIAN



SECURICA 2020



Parceiros:



HUMANAMENTE @CTIVOS.

AVALIAÇÃO FINAL
DO PROJETO


Cáritas
DIOCESANA DE BEJA



 humanamente@ctivos

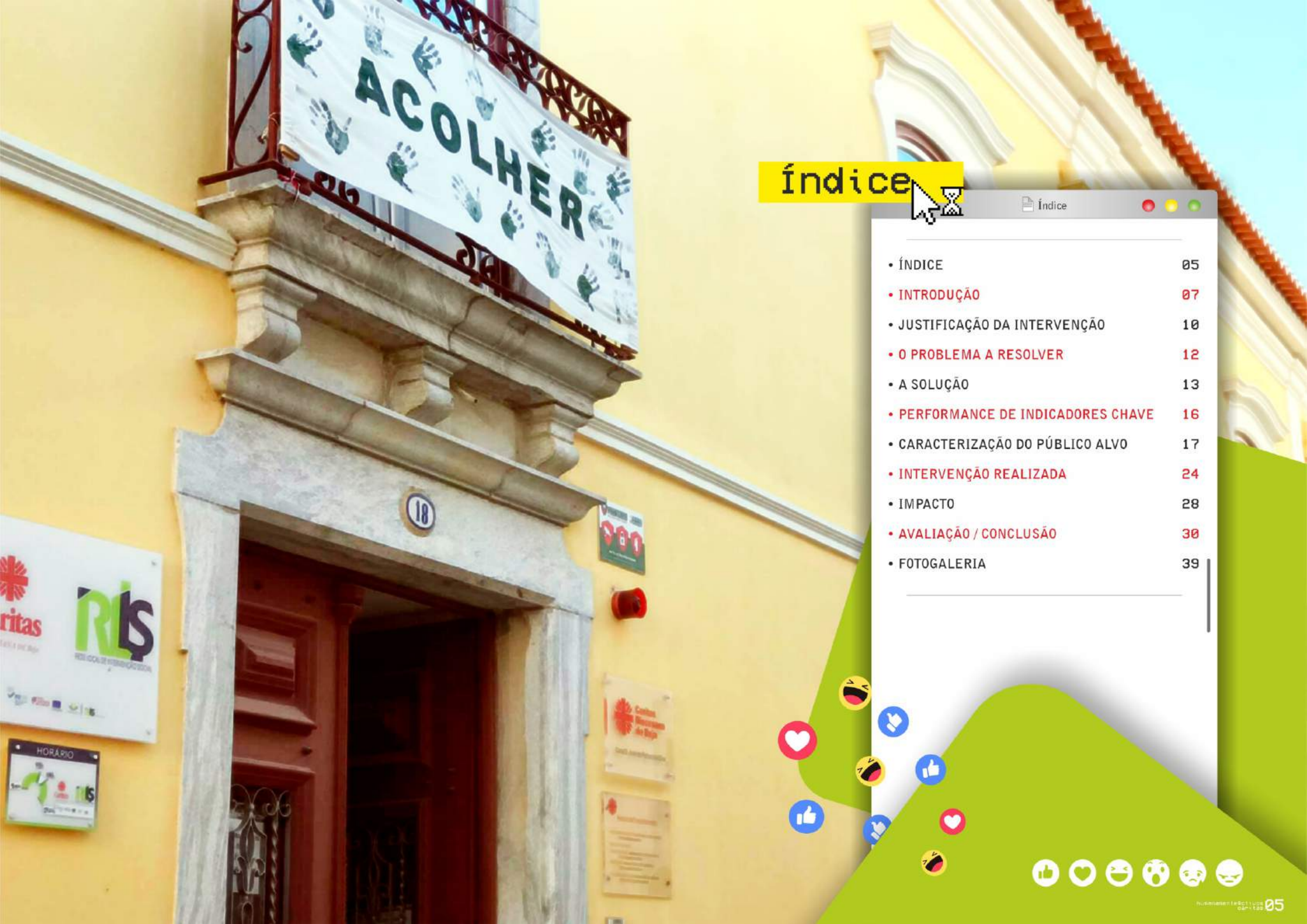


☒ Remember me

[Forgot Password?](#)

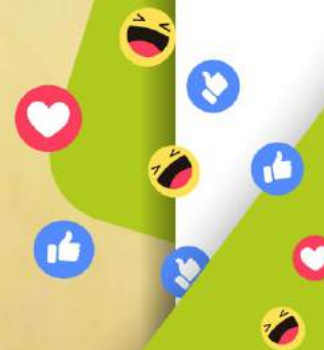
LOGIN





Índice

Índice	
• ÍNDICE	05
• INTRODUÇÃO	07
• JUSTIFICAÇÃO DA INTERVENÇÃO	10
• O PROBLEMA A RESOLVER	12
• A SOLUÇÃO	13
• PERFORMANCE DE INDICADORES CHAVE	16
• CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO ALVO	17
• INTERVENÇÃO REALIZADA	24
• IMPACTO	28
• AVALIAÇÃO / CONCLUSÃO	30
• FOTOGALERIA	39



Introdução

O presente documento constitui o Relatório Final dos Resultados do Projeto humanamente @ctivos, no âmbito do programa CUIDA 2.0 e foi produzido pela equipa de projeto em resultado da avaliação que foi feita ao longo dos 12 meses de intervenção. O actual relatório final contém a versão final da resposta às questões de avaliação, colocadas aos participantes e voluntários do projeto, bem como a avaliação da equipa técnica e parceiros, concretizando a metodologia de avaliação definida pela equipa.

A intervenção proposta para o ano de 2021 com o projecto humanamente @ctivos visou promover a prevenção de demências de 25 idosos, sendo que 15 transitam do ano de 2020, e 10 são estreantes absolutos no projecto.

Os 25 participantes de 2021 foram sinalizados pelo Serviço de Apoio Domiciliário e parceiros do projecto, permitindo dar uma resposta estruturada e testada em 2020, que entre maio e dezembro do passado ano, concretizou 448 visitas domiciliárias e mais de 225 atividades de terapia ocupacional, motora e sensorial, junto de três dezenas de idosos do concelho, entre os 74 e os 89 anos e deu uma resposta positiva.

Para o ano de 2021 e no âmbito do programa Gulbenkian

CUIDA 2.0, a equipa propôs a inclusão de aspetos inovadores, mantendo a base da intervenção no uso das novas tecnologias. As atividades complementares e inovadoras passaram pelo regresso do voluntariado num formato digital e à distância, com a realização de “sessões de nutrição e alimentação saudável”, justificada pelo facto de alguns dos idosos possuírem diabetes e doença coronária, entre outras. Nestas sessões de voluntariado digital, incluíram-se igualmente sessões de cante e leitura, que tiveram por base as tradições orais e a promoção do património imaterial da humanidade que é o Cante. Esta nova edição do Humanamente @ctivos contemplou igualmente a elaboração de um um “kit pedagógico” em formato de jogo de tabuleiro com um conjunto de exercícios e vídeos, que será disponibilizado às famílias e aos cuidadores informais, uma vez que muitos idosos não têm condições socioeconómicas para comprar um tablet e é uma forma de ficar com os exercícios e continuar após o fim do projeto, numa lógica igualmente de intergeracionalidade, uma vez que este jogo é acessível crianças com idades a partir dos 8 anos.

A intervenção teve como objetivos específicos:

- Desenvolver uma atitude empreendedora perante a vida, promovendo a autoestima e a confiança em si próprio;
- Desenvolver competências pessoais através do uso de novas tecnologias fundamentais para a ocupação de tempo livre de forma saudável;

- Promover a criação de uma atitude de compromisso e de relação terapêutica com vista à melhoria da qualidade de vida dos idosos, através da estimulação cognitiva.
- Facilitar a ligação entre os familiares e os idosos, e entre estes e seus pares, esbatendo o distanciamento social, vinculando a entidade financiadora ao mesmo.

Assim, este relatório tem como objetivo avaliar os impactos alcançados pelo projeto respondendo a quatro objetivos específicos definidos pela equipa e na candidatura proposta, nomeadamente:

- Fazer uma caracterização genérica dos idosos abrangidos pelo projecto;
- Fazer um diagnóstico das demências e capacidades de acesso à internet dos participantes;
- Construção de um itinerário de intervenção, proposto e negociado com o idoso;

Avaliação do impacto gerado antes e após a intervenção.

Este documento segue a estrutura prevista para o Relatório Final contemplando, para além desta nota introdutória, quatro pontos principais:

No primeiro ponto é apresentado um breve enquadramento teórico da terapia ocupacional e da teleterapia enquanto base teórica em que assenta a intervenção, sem deixar de referenciar aspectos relacionados com o voluntariado em tempo de pandemia, numa lógica de União entre Tecnologia e Solidariedade, o Voluntariado digital.

No segundo ponto os gráficos de diagnóstico e caracterização do público – alvo que estrutura a intervenção proposta e os principais métodos que foram implementados, avaliando o seu impacto;

No terceiro ponto são apresentadas as conclusões e recomendações da avaliação;

O documento é ainda complementado por um capítulo de anexos no qual se apresentam os guiões dos instrumentos de notação utilizados, designadamente:

- Questionários de caracterização dos utentes;
- O rastreio cognitivo MOCA (Montreal Cognitive Assessment)
- Questionário de avaliação de actividades de estimulação cognitiva ao idoso;
- Formulário de satisfação dos voluntários participantes do projeto humanamente @ctivos;
- Fotorreportagem
- Identificação das referências bibliográficas.

Para a elaboração deste documento foi essencial a colaboração dos idosos, familiares, parceiros e técnicos da Cáritas Diocesana de Beja envolvidos em todo o processo de intervenção. As conclusões e recomendações da avaliação resultam do processo metodológico seguido pela equipa de projecto, não vinculando a entidade financiadora ao mesmo.





Caritas Diocesana de Beja

@caritasbeja · Organ...

Através da iniciativa Gulbenkian Cuida, respondemos às necessidades de quem, subitamente, se viu fechado em casa, privado de contactos familiares e sociais, sem poder usufruir dos locais de apoio e de convívio habituais, neste caso, nas instalações da Cáritas de Beja". 🙏🙏❤️

Like

Comment

Share



Justificação da intervenção

Não deixar ninguém para trás!

Situada em Beja, onde o índice de envelhecimento tem vindo a aumentar significativamente, "em 2001 situava-se nos 139,5% e em 2021 nos 166,5%" de acordo com dados da PORDATA, a Cáritas Diocesana de Beja dispõe de um Serviço de Apoio Domiciliário desde 2008 com capacidade para acompanhar e cuidar de 65 idosos mais vulneráveis no concelho de Beja, que têm recursos financeiros limitados, dependência física e / ou social e / ou que não têm uma rede de apoio relacional.

O nosso propósito é que o idoso permaneça no seu ambiente o maior tempo possível com qualidade de vida. Por este motivo, os serviços de proximidade são cada vez mais necessários, desde cuidados ao domicílio, casas assistidas e serviços prestado no domicílio.

É a partir da opção preferencial pelos mais vulneráveis, que consideramos imprescindível integrar, como princípio em todo este trabalho no campo da velhice, a tendência para um modelo que incentive a participação, a convivência, a independência, a autorrealização, a autonomia e o empoderamento capacidades, a fim de que as pessoas atendidas tenham uma velhice digna.

Com o surgimento da pandemia, originada pelo novo coronavírus denominado COVID- 19, declarada pela Organização Mundial da Saúde como pandemia internacional no dia 11 março de 2020, os nossos serviços tiveram que passar por um reajustamento. Nesse sentido através do programa CUIDA da Fundação

Calous te Gulbenkian, lançado em 2020 surgiu o projecto HumanaMente @ctivos, que permitiu responder ao "problema concreto" do isolamento social e suas consequências aquando do primeiro confinamento, e à "grande preocupação" de não deixar ninguém para trás, principalmente junto dos públicos mais vulneráveis que eram acompanhados, nomeadamente as pessoas idosas.

Assim, a intervenção da primeira edição do HumanaMente @ctivos permitiu complementar o Serviço de Apoio Domiciliário, uma vez que este não estava preparado para promover o envelhecimento ativo, ocupar o seu lazer, e promover a estimulação do ponto de vista cognitivo, motor e sensorial a partir da sua casa, através do acesso às novas tecnologias.

Face aos resultados obtidos em 2020, o projeto HumanaMente @ctivos teve continuidade em 2021 permitindo dar continuidade à intervenção iniciada, incorporando novos elementos, tais como, o voluntariado digital e a elaboração de um Kit Pedagógico, em formato de jogo de tabuleiro, que será disponibilizado a idosos, cuidadores informais e entidades parceiras do projecto.



O Problema a resolver



Se aquando do primeiro confinamento, o projecto HumanaMente @ctivos pretendeu dar uma resposta eficaz ao problema do isolamento físico e social dos idosos acompanhados pela Cáritas em virtude da pandemia COVID-19, a edição de 2021 através do programa CUIDA 2.0, pretendeu manter a resposta anterior e dar uma resposta ao problema da prática de voluntariado que foi interrompido durante a pandemia e à ausência de um kit pedagógico que permitisse a continuidade da intervenção após o fim da mesma.

Consideramos importante o problema identificado, na medida em que a ligação entre a equipa do HumanaMente @ctivos e as pessoas idosas que foram acompanhadas em

2020, havia permitido alcançar elevados índices de satisfação e de impacto na vida dos idosos e suas famílias e cuja interrupção colocaria em causa os imensos ganhos atingidos. Isto a par do facto de que grande parte do trabalho realizado pela Cáritas assentar na prática de voluntariado, sobretudo na área dos idosos, e que fora interrompido entre fevereiro e dezembro de 2020, sendo igualmente urgente retomar com uma resposta, também ela inovadora e possível de se realizar, com impacto e segurança para todos os intervenientes.

Sem a continuidade da intervenção, este problema continuaria negligenciado pelo facto de terem surgido novas variantes do vírus SARS-CoV-2, que obrigaram ao prolongamento de medidas sanitárias e de isolamento social e sem respostas que possibilitassem a continuidade da intervenção criada, bem como a ausência de um modelo de voluntariado assente num formato inovador, que possibilitasse aos idosos, o aproveitamento da capacitação obtida e das novas tecnologias disponibilizadas, com acesso a outras atividades a partir de casa.

Por fim a interrupção abrupta da intervenção gerada em 8 meses, provocaria externalidades negativas, porque não havia resposta idêntica que permitisse continuar o projeto HumanaMente @ctivos, num quadro de prolongamento da pandemia e das medidas de saúde pública, para além de que os idosos viam-se novamente isolados com a agravante de que poderíamos estar a contribuir para um sentimento de perda e de vínculo, associados a estados depressivos, a perda das capacidades motoras; limitações funcionais e cognitivas entretanto mitigadas durante os 8 meses.

Desta forma projecto "humanamente @ctivos", procurou testar um modelo de voluntariado digital na área sénior e compilar num Kit Pedagógico, em formato de jogo de tabuleiro com 50 desafios jogáveis, as melhores actividades de estimulação seleccionadas pela terapeuta ocupacional e com alguns vídeos dos voluntários, acedidos através da leitura de por um QR CODE, que permitirá prosseguir a partir de casa e num contexto familiar, reunindo avós, netos e cuidadores informais, o acesso àquele que foi o seu projecto HumanaMente @ctivos.

A Solução



Terapia Ocupacional e o voluntariado pelas novas tecnologias

Ainda que breve seja a reflexão e enquadramento teórico que permita situar a pertinência da intervenção e metodologia adotada com o projeto HumanaMente @ctivos, consideramos que não poderíamos deixar de referenciar aquela que foi parte da solução encontrada para a operacionalidade de todo o projeto e que passou pela terapia ocupacional, como ciência da saúde, aqui enquadrada em termos genéricos.

Sabemos ao dia de hoje que é certo que não se pode evitar o envelhecimento, mas podemos encontrar formas de como podemos envelhecer. Poucas são as pessoas que se preocupam na fase adulta com a prevenção de doenças e esta é sem dúvida, a melhor estratégia para atingir um envelhecimento saudável.

A Terapia Ocupacional fundamenta a sua intervenção através do envolvimento em ocupações significativas, sendo estas essenciais para a identidade e sentido de competência do utente, tendo como, objetivo final a promoção da saúde e participação ao longo da vida. O utente ao se envolver em ocupações/atividades significativas desempenhará competências de características motoras, sensorio perceptivas, cognitivas, sociais e de regulação emocional e outros, relacionados com o desempenho ocupacional, em determinados contextos, de forma, a envolver as mesmas nas suas atividades de vida diária e em ocupações significativas para si (Marques & Trigueiro, 2011).

Impacto/Importância que a Terapia Ocupacional tinha em contexto institucional e agora em contexto domiciliário com a pandemia SARS-CoV-2

A Terapia Ocupacional em contexto institucional permite obter um grande vínculo entre os utentes, ao longo do tempo. Oferecendo aos mesmos uma maior confiança, respeito e companhia, durante o processo de intervenção terapêutica. Ocorre uma conexão, entre o profissional e os idosos, através de um olhar, um toque, escuta ativa e de um apoio diferente (Missio, Wagner & Birck, 2027).

Nos dias de hoje, a intervenção da Terapia Ocupacional, sofreu algumas alterações, devido à situação pela qual estamos a passar. A pandemia trouxe uma grande alteração na vida dos idosos, o que implicou uma

mudança na intervenção desta área profissional. Esta mudança relaciona-se com as estratégias tomar, de forma, a continuar a intervenção terapêutica, junto da população idosa (Malfitano, Cruz & Lopez, 2020).

A Terapia Ocupacional teve assim, de se reinventar, passando a intervir, junto dos idosos, através da teleterapia, palavra designada pela Federação Mundial de T.O (WFOT), 2014. É uma intervenção, realizada através das novas tecnologias de informação e comunicação, de forma, acompanhada e individualizada em contexto habitacional do idoso.

A Terapia Ocupacional teve assim, de se reinventar, passando a intervir, junto dos idosos, através da teleterapia, palavra designada pela Federação Mundial de T.O (WFOT), 2014. É uma intervenção, realizada através das novas tecnologias de informação e comunicação, de forma, acompanhada e individualizada em contexto habitacional do idoso.

A Terapia Ocupacional e as novas tecnologias, através de Plataformas Online, permitem de certa forma, estimular, o cérebro ao nível do processamento visual, da área frontotemporal do cérebro, da tenção, linguagem, memória, concentração, raciocínio, resolução de problemas e planificação da atividade, funcionando assim como um ótimo potencializador terapêutico.

Neste sentido, a solução mista que foi proposta em sede de candidatura (Terapeuta ocupacional e novas tecnologias) permitiu adoptar um conjunto de medidas que minoraram o isolamento social no contexto atual. Sabemos que as tecnologias têm tido um papel muito relevante e pensamos que continuarão a ser uma importante ferramenta. Por um lado, permitiram o contacto regular com a família e amigos, diminuindo a solidão e aumentando o bem-estar dos idosos. Por outro lado, como ferramenta de teleterapia e de estimulação cognitiva, permitindo o contato terapeuta-idoso de uma forma interactiva, ainda que nalguns casos em condições que podiam não ser consideradas as ideais. No entanto, não esquecemos as grandes disparidades



que existem no acesso e capacidade de utilização destas ferramentas, por isso, apesar de ser sem dúvida uma ferramenta poderosa, pode não ser a resposta ideal para todos os idosos e preparámo-nos para as individualizar, adoptando medidas, particularmente no que diz respeito à componente de estimulação cognitiva, criando para o efeito alternativas de materiais que não dependessem única e exclusivamente da componente tecnológica.

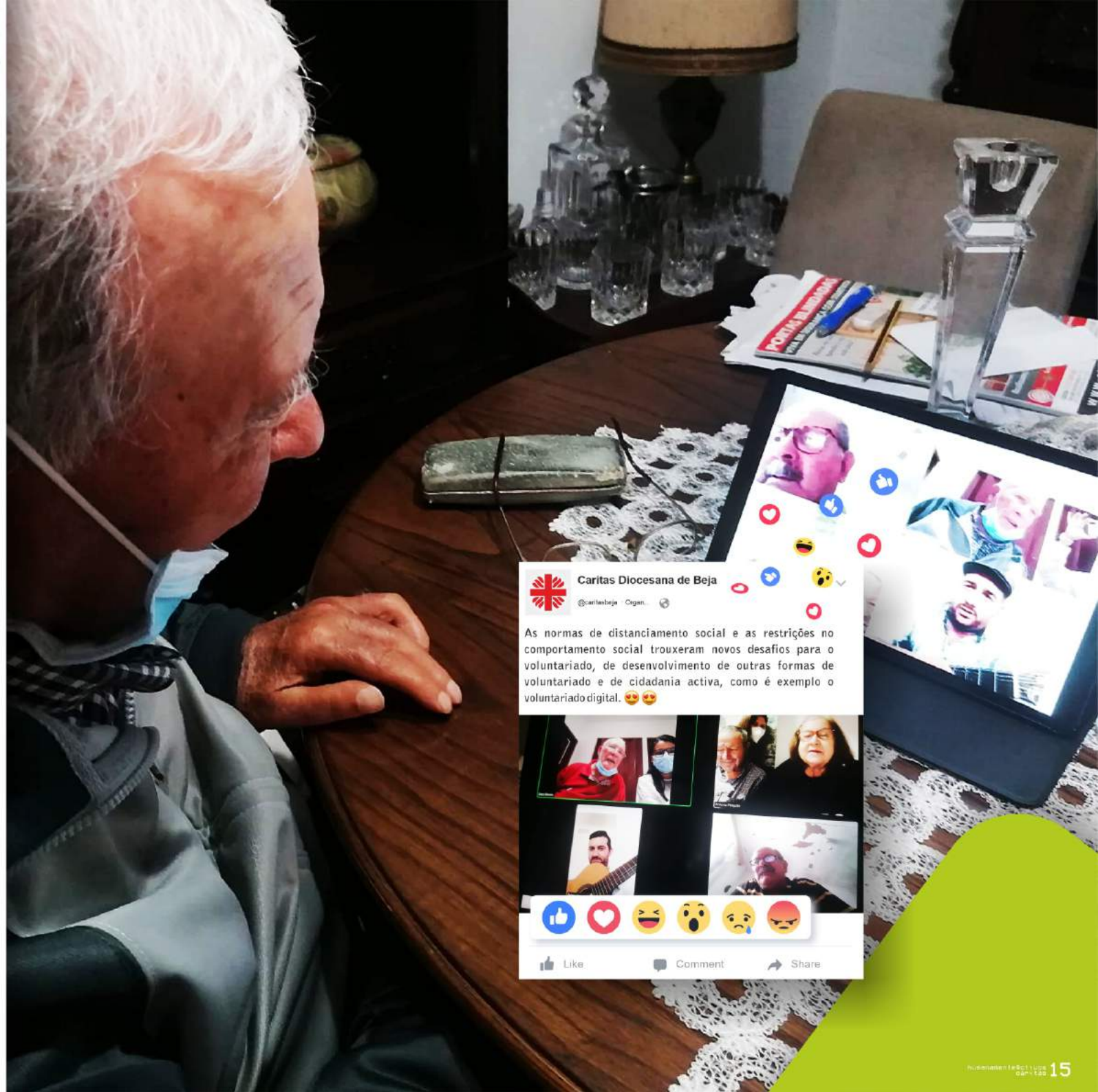
Assim a relação entre a Terapia Ocupacional e as novas tecnologias, através da Plataforma Online COGWEB, permitiu de certa forma, estimular, o cérebro ao nível do processamento visual, da área frontotemporal do cérebro, da tenção, linguagem, memória, concentração, raciocínio, resolução de problemas e planificação da atividade, funcionando assim como um ótimo potencializador terapêutico, a par de todo um processo de aprendizagem que permitiu capacitar a pessoa idosa para que esta acesse aos exercícios propostos pela terapeuta e ao uso das novas tecnologias.

Sabemos que o momento que estamos a viver veio mudar o modo como nos relacionamos, como vivemos em comunidade e, consequentemente, colocou em suspenso ou em risco o desenvolvimento de voluntariado presencial.

As normas de distanciamento social e as restrições no comportamento social trouxeram novos desafios para o voluntariado, sendo necessário o reforço de cuidados de segurança e higiene, de modo a não comprometer o desejável controlo da pandemia. Porém trouxeram também novas oportunidades, de desenvolvimento de outras formas de voluntariado e de cidadania activa, como é exemplo o voluntariado digital. Devido à pandemia fomos confrontados com a suspensão das actividades de voluntariado presencial na Cáritas Diocesana de Beja, e nesta edição do projecto HumanaMente @ctivos procuramos testar o modelo de voluntariado para o formato digital, o que foi fundamental para dar continuidade ao projecto.

Neste sentido, a solução mista que foi proposta para o programa CUIDA 2.0 (Terapeuta ocupacional, Voluntariado e novas tecnologias) permitiu prosseguir um conjunto de actividades de estimulação motora, cognitiva e sensorial, que minoraram as consequências do isolamento social no contexto actual, e potenciar o uso das novas tecnologias. O conhecimento adquirido para a retoma da prática de voluntariado na Cáritas junto das pessoas idosas abrangidas pelo projeto, com a dinamização de sessões de nutrição e alimentação saudável, leitura e contos tradicionais e cante alentejano.

Por fim, a concepção do Kit Pedagógico, assente num modelo de jogo de tabuleiro, com 50 desafios, 36 dos quais em 6 domínios cognitivos, com 14 vídeos interativos com os voluntários do projeto, acedidos através do tablet ou de um smartphone, permitem a sua jogabilidade entre diferentes gerações num contexto familiar ao mesmo tempo que se garante o seu uso de forma lúdica e divertida, garantindo a continuidade da estimulação cognitiva e a presença das boas práticas que o projecto HumanaMente @ctivos proporcionou nestes 20 meses de intervenção.



Caracterização do público alvo

PERFORMANCE DE INDICADORES CHAVE

PARTICIPANTES PROJECTO EM 2021



Número de pessoas idosas que participaram no projecto.

25

SESSÕES INDIVIDUAIS DE ESTIMULAÇÃO



Número total de sessões de estimulação cognitiva, motora, sensorial.

325

FREQUÊNCIA DE VISTAS DOMICILIÁRIAS



Número de visitas realizadas pela Terapeuta Ocupacional ao domicílio de cada pessoa idosa participante no projecto.

576

SESSÕES DE VOLUNTARIADO DIGITAL



40

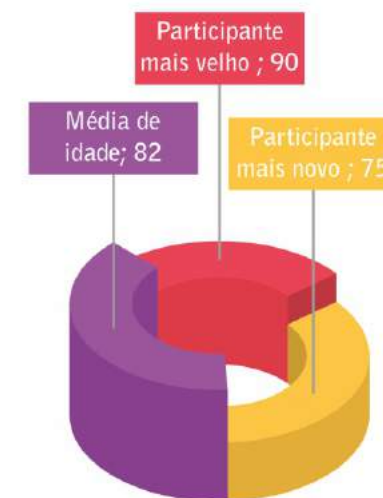
Grafico.1:



Origem dos participantes

Grafico.2:

■ Média de idade ■ Participante mais novo ■ Participante mais velho

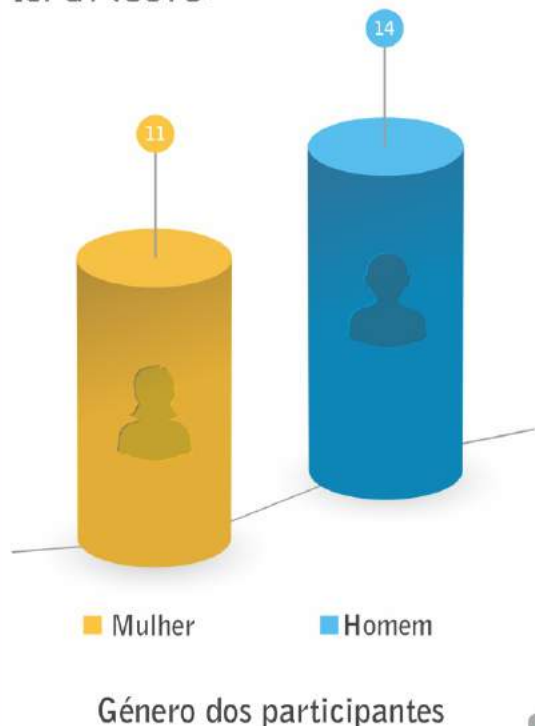


Faixa etária

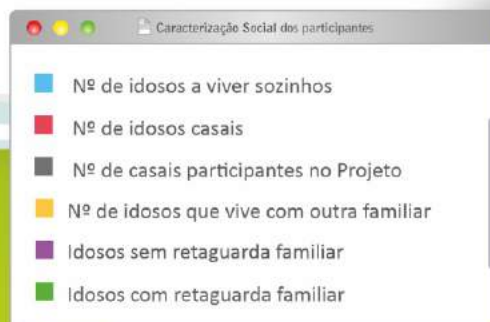
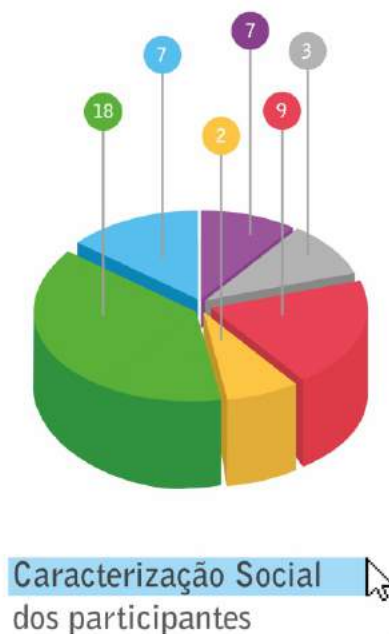
Caracterização do público alvo

caritas | humanamente@ctivos | caracterização do público alvo

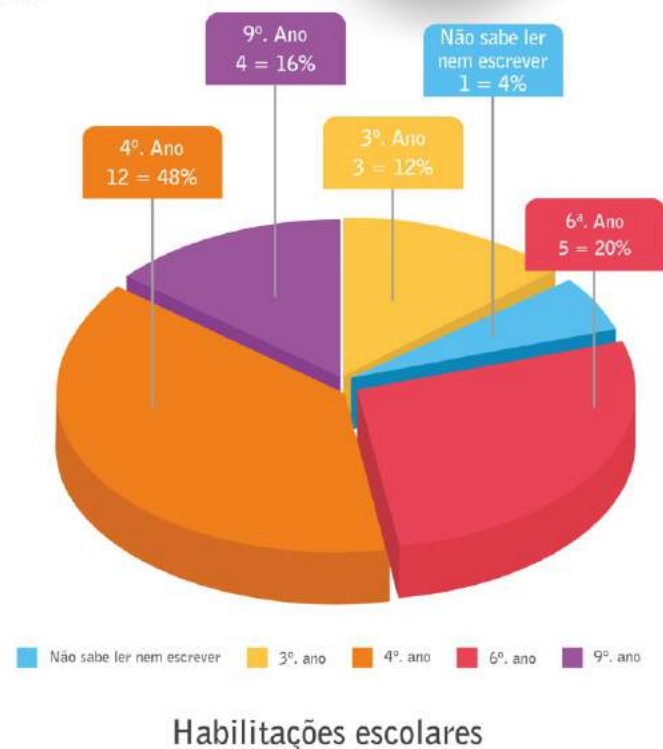
.Gráfico. 3:



.Gráfico. 4:



.Gráfico. 5:



Caracterização do público alvo

caritas | humanamente@ctivos | caracterização do público alvo

Gráfico 6:

Diagnóstico Cognitivo



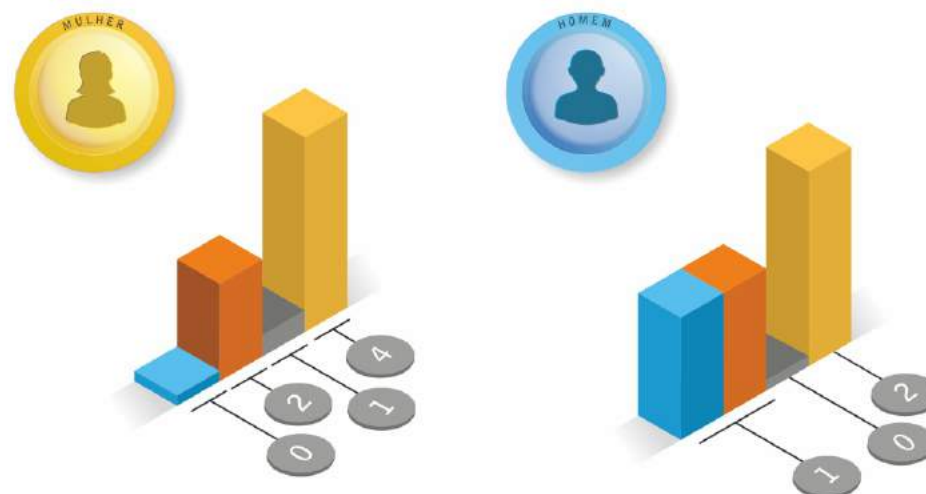
Diagnóstico Cognitivo

	MULHER	HOMEM
■ Déficit Cognitivo Leveiro	4	5
■ Déficit Cognitivo Moderado	6	4
■ Demência Frontotemporal	0	1
■ Demência Vascular	1	1
■ Demência de Corpos de Lewis	1	0
■ Doença de Alzheimer	2	0

Obtido através do rastreio cognitivo com recurso ao teste Montreal Cognitive Assessment – MOCA e em articulação com outros profissionais de saúde.

Gráfico 7:

Diagnóstico Mobilidade



Diagnóstico Mobilidade

	MULHER	HOMEM
■ Carrinho elétrico	0	1
■ Andarilho com rodas	2	1
■ Andarilho normal	1	0
■ Bengala	4	2

Caracterização do público alvo

Resumo

No que se refere à amostra do público intervenido (25) o mesmo representa 100% do estimado inicialmente na candidatura do programa CUIDA 2.0, sendo que no decorrer da intervenção houve 6 pessoas idosas que desistiram (24%) em virtude de 3 pessoas terem falecido, 3 terem ido para Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) que impossibilitaram a sua continuidade. A caracterização social e o diagnóstico cognitivo e de competências vão ao encontro da pertinência da intervenção proposta, uma vez que sem o projeto "humanamente @ctivos" estas pessoas idosas ficariam numa situação de maior

vulnerabilidade em virtude do confinamento e distanciamento físico a que estão sujeitas. Do ponto de vista das pessoas idosas encaminhadas para o "humanamente @ctivos" houve a preocupação, face ao interesse demonstrado, de manter 16 pessoas da edição de 2020, cerca de 64% e ao mesmo tempo admitir 9 pessoas novas, que corresponde a 36%. Nesta fase de caracterização e diagnóstico, foi possível potenciar a intervenção já realizada junto das 16 pessoas do ano 2021, introduzindo o acesso ao voluntariado digital e no casos novos, identificar o grau de défice cognitivo dos idosos, em articulação com a rede de saúde comunitária existente, e definir qual a melhor estratégia de participação na intervenção, contemplando um conjunto de atividades que procurassem ir ao encontro dos seus interesses.

Gráfico 8:

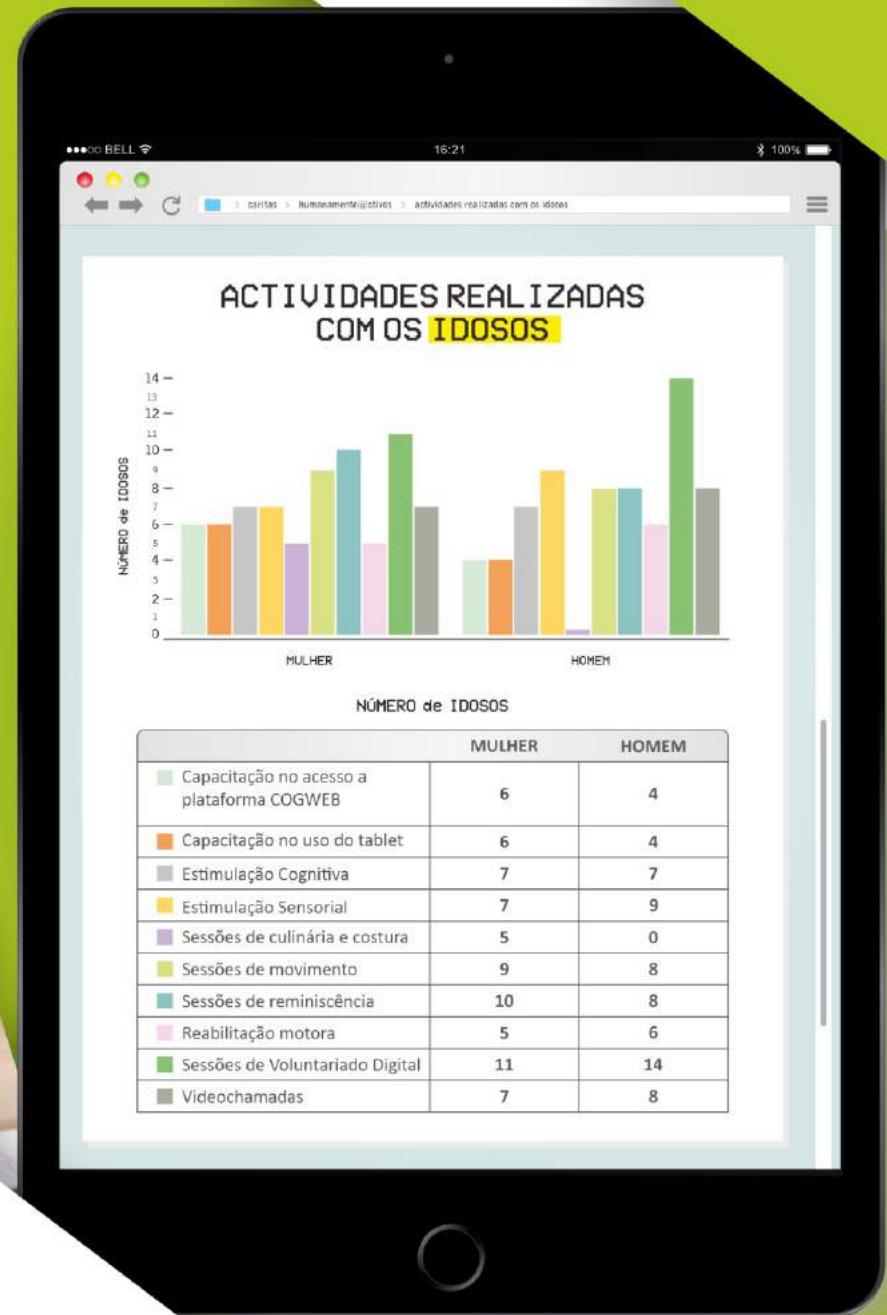
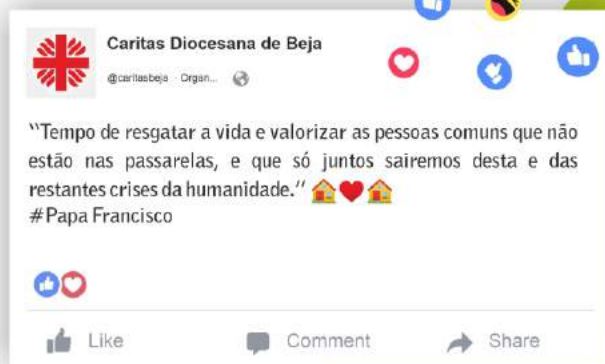
Diagnóstico de competências digitais e acesso internet



	MULHER	HOMEM
Idosos com competências digitais	8	6
Idosos sem competências digitais	3	8
Idosos com internet na habitação	7	8
Idosos sem internet na habitação	6	4
Idosos que sabem realizar videochamadas	6	5



Intervenção Realizada





Resumo

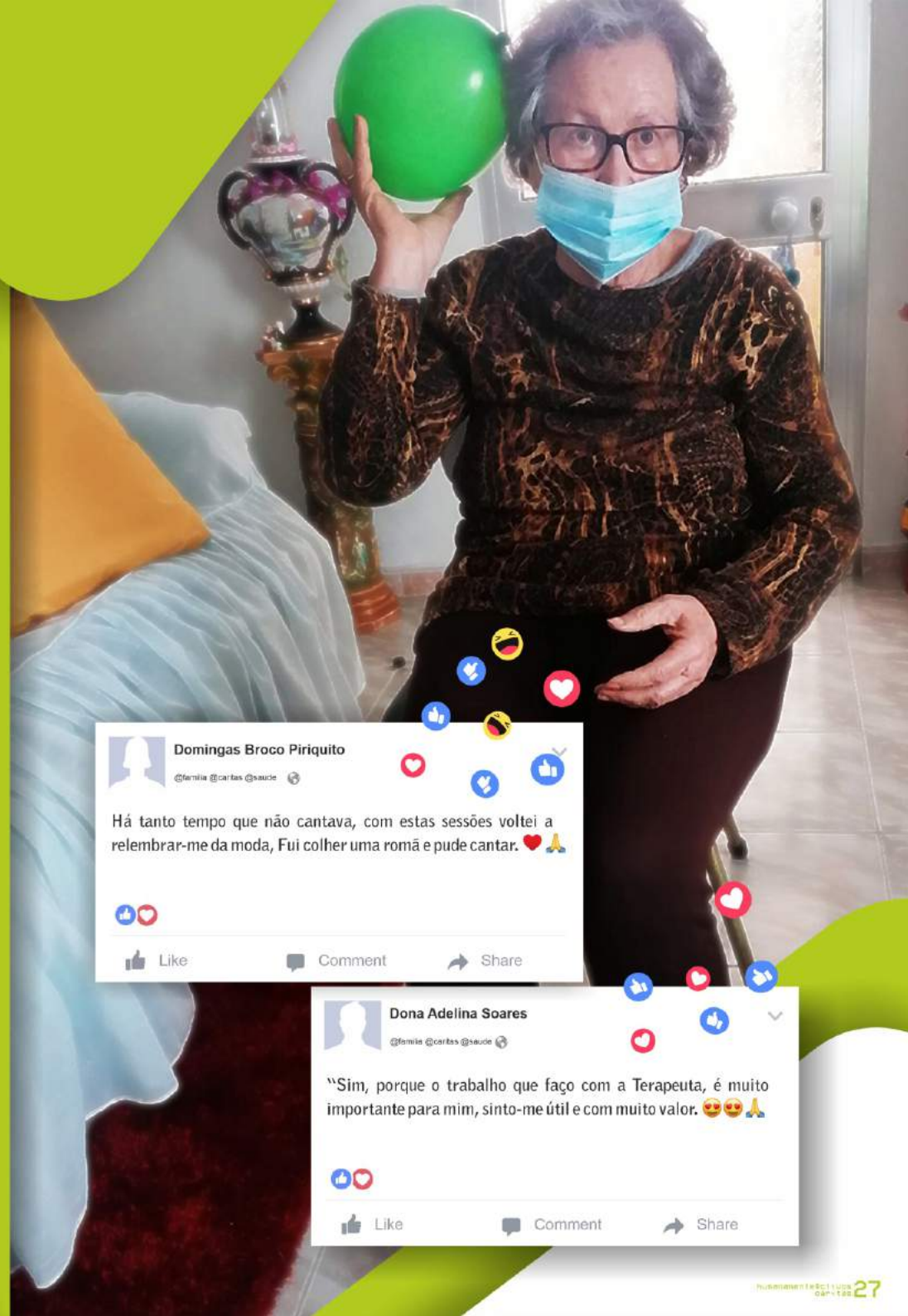
A continuidade do HumanaMente @ctivos justificou-se uma vez que a pandemia e seus efeitos prolongaram-se no ano de 2021, a par da necessidade de manter esta intervenção face aos impactos e objetivos atingidos em 2020 junto dos idosos e familiares.

Se é verdade que este projeto procurou numa primeira fase (2020) compensar as carências emocionais decorrentes da suspensão das atividades e dos convívios que tinham lugar na Cáritas através da realização de atividades de terapia ocupacional no domicílio, a segunda fase deste projeto ao abrigo do programa CUIDA 2.0 (2021), teve como objetivos, a retoma do voluntariado através de meios digitais e ao mesmo tempo construir um Kit Pedagógico que pudesse ficar disponível aos idosos e seus familiares, aquando do seu término, espelhando as boas práticas implementadas. Desse modo, o mais significativo foi o de garantir, que os idosos se sentissem emocionalmente seguros, mantendo os laços de solidariedade entre o grupo de pares construído com a intervenção da primeira edição (2020), procurando no ano de 2021, responder ao desafio de criar um modelo de voluntariado a partir da capacitação no uso de novas tecnologias, proporcionando contacto entre voluntários e idosos, e sobretudo trabalhar aspetos tão importantes como são a nutrição, leitura e o cante alentejano para a vida das pessoas idosas.

Foi igualmente concebido um Kit Pedagógico, em formato de jogo de tabuleiro, com o nome do projeto, que contempla desafios de estimulação em 6 domínios cognitivos, a par dos vídeos realizados pelos voluntários que espelham as boas práticas realizadas ao longo destes 12 meses, garantindo desta forma a possibilidade de a intervenção poder ser continuada.

No que respeita às sessões de movimentos físicos no interior da habitação, foi concebido e distribuído gratuitamente um manual de exercícios adaptados para Idosos. A relação com a rede familiar foi igualmente caracterizada por grande proximidade, tendo sido reportado frequentemente por telefone informações quanto ao desenvolvimento das actividades e esclarecendo igualmente as dúvidas ou questões surgidas.

A tipologia das actividades realizadas foram ao encontro do diagnóstico realizado, o que comprova a pertinência da solução encontrada ao problema do confinamento, para além de que a mesma foi centrada na pessoa e nas condições objectivas e subjectivas que a mesma dispunha para as poder realizar, tendo em conta as questões de habitabilidade, de acesso à Internet e equipamentos tecnológicos, sem deixar ninguém para trás.



Domingas Broco Piriquito

@familia @caritas @saude

Há tanto tempo que não cantava, com estas sessões voltei a relembrar-me da moda, Fui colher uma romã e pude cantar. 🍷🙏



Like

Comment

Share



Dona Adelina Soares

@familia @caritas @saude

“Sim, porque o trabalho que faço com a Terapeuta, é muito importante para mim, sinto-me útil e com muito valor. 🙏🙏🙏



Like

Comment

Share

Impacto

O impacto é considerado como o último elo na chamada cadeia de resultados, que relaciona os inputs de uma intervenção de desenvolvimento com os seus resultados de médio e longo prazo. (Amaral, Pedro 2013, Avaliação do Impacto: Breve Introdução; Camões, Instituto da Cooperação e da Língua, I.P.)

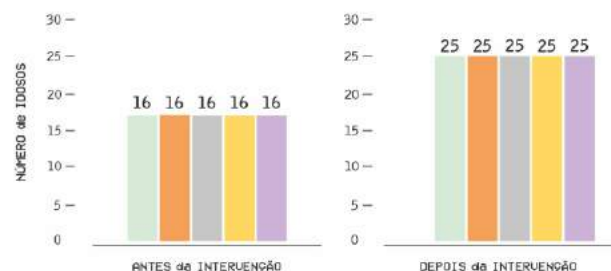
INPUTS

OUTPUTS

OUTCOMES

IMPACTO

IMPACTO GERADO



NÚMERO de IDOSOS

	ANTES da INTERVENÇÃO	DEPOIS da INTERVENÇÃO
Contacto com a terapia ocupacional	16	25
Idosos com competências digitais	16	25
Realização de videochamadas	16	25
Que realizam estimulação cognitiva	16	25
Com estratégias para melhorar a sua mobilidade transferências/ posicionamentos/ uso de produtos de apoio ou outros equipamentos	16	25

Assim o impacto do projeto humanamente @ctivos consiste nos efeitos resultantes da implementação da intervenção proposta em sede de candidatura, ou seja, no domicílio dos idosos em situação de confinamento, tendo por base um diagnóstico previamente elaborado e que teve em conta, indicadores sociais, económicos, entre outros e das alterações comportamentais nos beneficiários finais. A avaliação de impacto tem igualmente por base os questionários de satisfação aplicados aos idosos, familiares e parceiros do projeto. Assumido como um dos critérios de avaliação da ajuda ao desenvolvimento pelo Comité de Ajuda ao Desenvolvimento (CAD) da Organização de Cooperação e de Desenvolvimento Económico (OCDE), o impacto é definido, de forma abrangente, no glossário desta organização como sendo os "efeitos de longo prazo, tanto positivos como negativos, primários e secundários, produzidos por uma intervenção de desenvolvimento, previstos ou não". In: (Amaral, Pedro 2013, Avaliação do Impacto: Breve Introdução; Camões, Instituto da Cooperação e da Língua, I.P.)

Em termos gráficos, o impacto pode ser representado da seguinte forma:

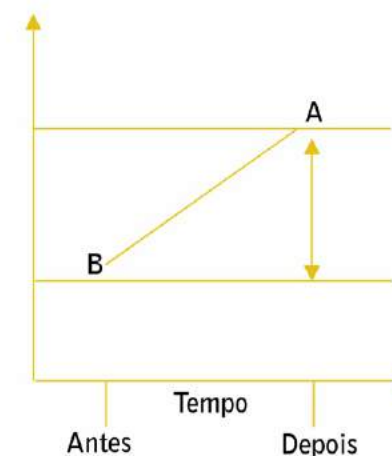


Figura 2- Representação gráfica do impacto de uma intervenção
In: (Amaral, Pedro 2013, Avaliação do Impacto: Breve Introdução; Camões, Instituto da Cooperação e da Língua, I.P.)

Assim, podemos dizer, simplisticamente, que antes de a intervenção ter começado a ser implementada a situação era b (que funcionará como baseline) e que após esta ter sido implementada, a situação passou a ser a, pelo que, o impacto da intervenção é a diferença entre b e a (seta a tracejado).

Avaliação



Durante a execução do projeto foram criados instrumentos de avaliação para que seja possível ter informação palpável e credível acerca do mesmo, de forma a perceber o que correu bem e mal no projeto, qual foi a reação do público-alvo e como decorreram as atividades. O modelo de avaliação adotado foi de carácter participativo, tendo em conta a opinião e o julgamento de todos os atores sociais envolvidos no humanamente @ctivos. Desta forma foi possível ter um conhecimento concreto das dificuldades existentes pelos idosos nas atividades propostas e a obtenção de capacidade de deteção e previsão das consequências, procurando agir de forma preventiva em ações corretivas. Resumidamente, a participação dos idosos em todo o processo foi um importante veículo para o desenvolvimento

de um clima de consensualidade social, benéfico à compatibilização entre os objetivos inicialmente previstos em candidatura e a sua concretização.

Em seguida elaboramos uma breve descrição das atividades realizadas, bem como a avaliação das mesmas. O modelo utilizado na avaliação do nosso projeto é denominado por Isabel Guerra, em "Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Ação, por 'avaliação por objetivos' e incide na forma e na intensidade com que os objetivos de um projeto foram atingidos nas intervenções realizadas. A escolha deste modelo de avaliação deveu-se também em parte pelo facto da equipa avaliadora ser também a equipa que concebeu todo o projeto – não tendo assim a neutralidade exigida em outros modelos avaliativos existentes.

Como métodos de avaliação recorremos a análises quantitativas (por exemplo, o número de participantes nas ações de formação do uso do tablet, o número de presentes nas atividades de estimulação cognitiva, etc...) e a análises qualitativas (observação direta da equipa no terreno, testemunhos retirados do questionário de avaliação aos idosos e voluntários, etc.). Assim, pretendemos clarificar e ajuizar as coincidências entre os objetivos a que nos propusemos durante este projeto e o que foi concretizado. Em suma, rever o que correu melhor e o que poderia ser melhorado.

O início desta segunda fase do projeto «humanamente @ctivos» deu-se em janeiro de 2021 com a realização de contactos junto dos familiares dos idosos sinalizados a informar da continuidade do projeto e para estabelecer formas de acompanhamento, bem como iniciar o diagnóstico social e cognitivo, a par do contacto com os voluntários para definir como decorreriam as sessões.



A par do diagnóstico social realizou-se individualmente e a cada um o diagnóstico cognitivo através do Montreal Cognitive Assessment (MoCA), desenvolvido como um método de rastreio cognitivo mais sensível que o Mini-Mental State Examination (MMSE) na identificação dos estádios mais ligeiros de défice cognitivo. Consultar Gráfico 6

Finda a realização do diagnóstico social e cognitivo, que permitiu igualmente um contacto entre a equipa de projeto, com particular atenção entre a terapeuta e o idoso, informamos os parceiros locais da continuidade do projeto e da possibilidade de encaminhamento de novos participantes o que se veio a concretizar. Sendo que um dos objetivos fundamentais do nosso projeto consistia em continuar a intervenção a partir das novas tecnologias, neste sentido e após a fase de diagnóstico e de apresentação, procedeu-se à execução propriamente dita da intervenção com a realização de uma formação individualizada no uso do tablet e de acesso à rede wi-fi, com várias sessões de capacitação, tendo sido construído e disponibilizado gratuitamente um manual de utilização a todos, elaborado pela Terapeuta Ocupacional.

As ações de estimulação cognitiva, sensorial, motora, iniciaram no domicílio de cada uma das pessoas em fevereiro de 2021, organizadas em três tipos de atividades: 1) Atividades de estimulação; 2) Atividades de Voluntariado Digital; 3) Atividades de videochamadas.

Esta divisão permitiu à terapeuta, preparar de forma estruturada a abordagem junto dos familiares, a realização do diagnóstico social e cognitivo, a construção dos indicadores de avaliação, a articulação com os parceiros e a definição dos exercícios a aplicar. Enquanto trabalhava com um grupo de idosos os exercícios de estimulação cognitiva, com o outro realizava as sessões de voluntariado digital.

Por fim, concretizou-se no mês de dezembro a aplicação dos questionários de satisfação e avaliação concebidos pela equipa de projeto junto dos idosos e voluntários de forma a obter informação para proceder-se à recolha de indicadores do impacto gerado e cujo resultado é colocado de forma sistematizada neste relatório em grelha de análise de conteúdo.





Respostas efectuadas

Respostas efetuadas às questões do Questionário de Avaliação de atividades de Estimulação Cognitiva realizadas aos 25 utentes do Projeto HumanaMente@ctivos

PERGUNTA	RESPOSTA
Gostou de participar nas atividades sugeridas ao longo destes meses de intervenção da Terapeuta Ocupacional?	Os utentes, referiram que gostaram das atividades realizadas ao longo destes meses de intervenção. Tendo em conta, que todos referem que a intervenção feita, foi positiva para continuarem a estar estimulados, ocupados com as atividades e praticar mais o cérebro, que "às vezes parece estar menos ativo", tendo sido referido o mesmo por um utente.
As atividades desenvolvidas ao longo destes meses fizeram-no (a) sentir melhor? Sim ou não? De que forma?	Os utentes referem que as atividades desenvolvidas nestes meses, fizeram-nos sentir melhor. Muitos deles referem que a sua realização passou a ser feita com mais interesse, entusiasmo e com sentido de dever cumprindo, por completar e fazer as várias dinâmicas propostas. Houve uma utente que refere, que a própria companhia e apoio emocional prestado pela Terapeuta Ocupacional "salvou alguns dias menos bons e tristes, que tive."
Considera que as atividades realizadas, contribuíram para um melhor bem-estar pessoal? Sim ou não? E porquê?	Os utentes referem que as atividades realizadas, foram uma mais-valia para eles, porque o tempo que passam sozinhos deixa-os mais tristes...e através das atividades conseguem estar mais distraídos, ocupados e como um utente referiu "É como se fosse um compromisso, passei a ter a cabeça mais ativa, desde que iniciei este projeto."



Considera que as atividades realizadas, contribuíram para um melhor bem-estar pessoal? Sim ou não? E porquê?	Todos referem que as atividades contribuíram para o seu bem-estar pessoal, porque estão mais ocupados e não estão tão sozinhos, porque sabem que tem atividades para realizar durante a semana e a companhia da Terapeuta Ocupacional, é bastante importante para eles.
Como avalia de forma global as atividades que foram realizadas? Muito boas, boas, razoáveis e más.	De uma forma, global todos os utentes, acharam que as atividades realizadas foram muito boas para a sua vida e para a dinâmica do seu dia-a-dia, através dos cadernos de atividades e da interação que foi desenvolvida com a Terapeuta Ocupacional, ao longo destes meses de trabalho.



Para além das atividades de estimulação e as realizadas com o Tablet, houve o voluntariado digital com leitura de histórias, sessões de alimentação e de cante alentejano. O que mais gostou e porquê?	Todos mencionaram que as atividades realizadas e as que foram realizadas com o Tablet, foram bastante positivas e muito vantajosas, porque contribuíram muito para se expressarem e ouvirem quem, tanto tem para partilhar através do cante alentejano e das histórias. A maior parte ficou satisfeito com as sessões de alimentação, referindo que foi um momento bastante importante onde partilharam dúvidas e houve o esclarecimento das mesmas, sobre a sua alimentação e sobre os seus problemas de saúde. Uma utente referiu o seguinte "Há tanto tempo que não cantava, com estas sessões voltei a relembrar-me da moda, Fui colher uma romã e pude cantar."
Gostava de continuar com estas sessões de voluntariado através da internet? Se não, porquê?	Dos utentes que participaram nestas sessões, todos referiram que gostariam de continuar as mesmas e de poder dar continuidade ao trabalho já feito. Uma utente referiu o seguinte "Sim, para ouvir o Serafim e o Rúben."



Gostaria de continuar a usufruir do acompanhamento da Terapeuta Ocupacional? Sim ou não? Porquê?	Todos os utentes referiram que era do seu agrado continuar a usufruir do acompanhamento da Terapeuta Ocupacional, porque a sua companhia e as dinâmicas realizadas, são uma forma, de se sentirem mais acompanhados e estimulados a nível cognitivo e motor. Uma das utentes referiu que "Sim, porque o trabalho que faço com a Terapeuta, é muito importante para mim, sinto-me útil e com muito valor." Um dos utentes referiu "Sim adorava, porque a ligação entre a Terapeuta, foi mais que trabalho, foi uma ligação que criou laços, familiares muito importantes."
Houve alguma atividade/jogo que tenha gostado mais de fazer? Qual? E porquê?	Os utentes gostaram de todas no geral mas das atividades realizadas, através das sessões de voluntariado, os utentes mencionaram as sessões de cante alentejano e as sessões de leitura de histórias, como as mais prazerosas, devido à dinâmica/contacto que ocorreu com os voluntários.



Recomendaria estas atividades a algum familiar ou amigo?	Todos os utentes referiram que sim.
Outras sugestões	Todos os utentes referiram que seria importante a continuidade da intervenção realizada através da Terapeuta Ocupacional.



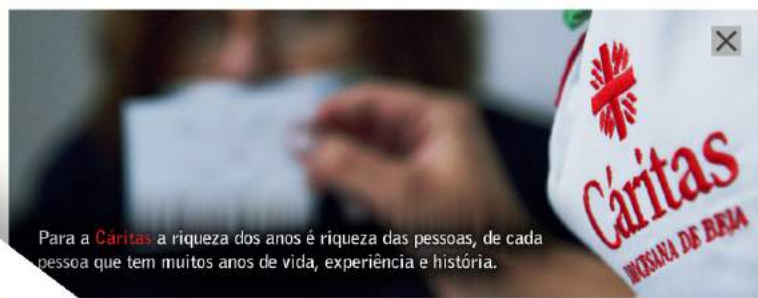
de satisfação aos voluntários

19:47 18%

caritas > humanamente@ctivos > avaliação de satisfação aos familiares das pessoas idosas

Respostas relativas à satisfação dos voluntários participantes no Projeto HumanaMente@ctivos

PERGUNTA	RESPOSTA
O que achou da iniciativa da Cáritas Diocesana de Beja, em lançar este desafio de participar no projeto Humanamente @ctivos como voluntário à distância, tendo em conta o prolongamento da pandemia?	De uma forma geral, todos os voluntários consideram importante encontrar formas de manter a relação e criar momentos de socialização com estes grupos em pandemia ou fora dela. Os ganhos em termos de ativação de memória e linguagem são muito interessantes, para além dos aspetos de valorização pessoal, autoestima, que estas dinâmicas parecem proporcionar. Foi possível os idosos recuperarem alguma da sua alegria e outras das suas emoções, que devido à pandemia foram muito afetadas. O desafio comprovou que é possível minimizar os efeitos do isolamento social que a pandemia provoca. Referem igualmente que estas ações associadas à tecnologia devem ser implementadas mesmo em contextos pré e pós pandemia.
Considera que esta é uma atividade que gostaria de continuar a realizar como voluntária, mantendo-se os efeitos da pandemia?	Todos voluntários referem o seu interesse em continuar como voluntários, caso se verifique a continuidade da pandemia.
Em caso de a pandemia terminar, gostaria de manter-se como "voluntária à distância" utilizando os recursos tecnológicos, ou considera o regresso à prática presencial, ou usar ambos os modelos? E o porquê da sua escolha?	Os voluntários consideram que este modelo de voluntariado, assumiu-se como uma alternativa para poderem continuar a ser voluntários uma vez que é compatível com a atividade profissional que exercem, ainda que se revêem num modelo misto seria sempre o mais adequado, entre o digital e o presencial.



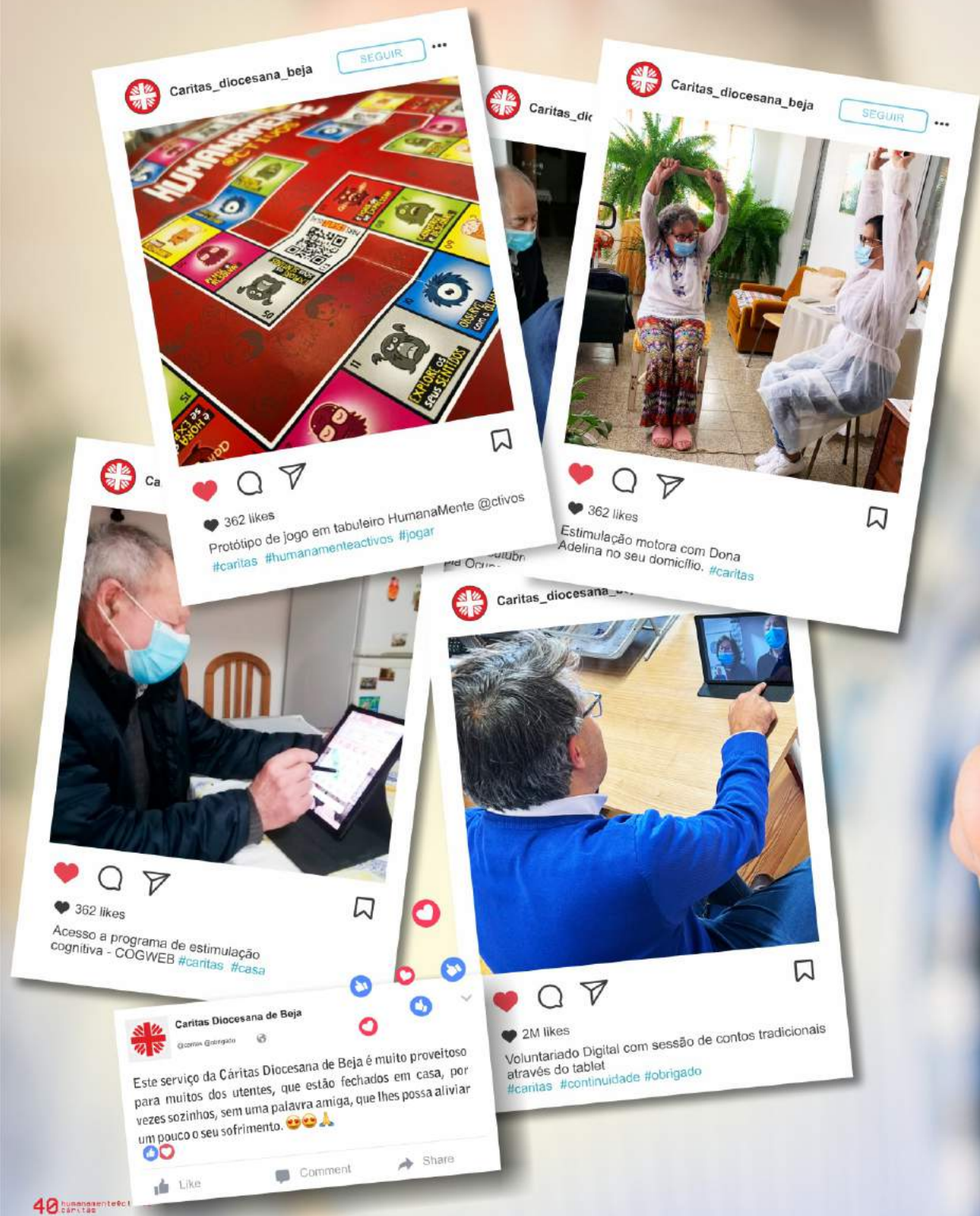
O que achou deste tipo de atividades e que melhorias considera que poderiam ser implementadas de forma a consolidar esta opção de voluntariado?	Achei as atividades interessantes, penso que poderiam ser feitas de uma forma mais regular. Foram atividades que trouxeram alguma melhoria na qualidade de vida dos intervenientes e que se devem manter. A experiência foi muito interessante e bonita. A melhorar, dois aspectos, a qualidade dos meios tecnológicos envolvidos e a capacidade destes se adequarem ao perfil de cada utente.
Recomendaria esta prática de voluntariado a alguns colegas ou amigos? Justifique?	Todos os voluntários consideram que este voluntariado permite compatibilizar o tempo com outras condicionantes e que recomendariam a qualquer colega ou amigo para que adiram ao voluntariado digital da Cáritas.
O que achou da interação com os idosos?	Todos os voluntários consideram que esta experiência de 9 meses foi muito gratificante, pela partilha de informação e conhecimento, sendo a mesma, enriquecedora para ambos e reveladora da capacidade de alguns em se reinventarem, porque afinal é preciso humanizar o sentido da vida. O tempo é vida, não é dinheiro, ainda que algumas das debilidades dos idosos, nem sempre permitiam tirar partido dos meios técnicos à disposição.



Esta intervenção permitiu ter os idosos ocupados de forma saudável, prevenindo o agudizar das suas demências, proporcionando a interação com as novas

👍❤️😄😱😞😡





Referências bibliográficas

Amaral, Pedro, (2013). Avaliação do Impacto: Breve Introdução. Documento de Trabalho nº 1/13. https://www.instituto-camoes.pt/images/cooperacao/doc_trabalho8_2013.pdf

Alves, M. C. A., Almeida, M. H. M., Exner, C., Toldrá, R. C., & Batista, M. P. P. (2020). Desenvolvimento e análise de intervenção grupal em terapia ocupacional a idosos com transtorno neurocognitivo leve. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional. 28(1), 187-206. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoA01865>

CAVALCANTI, A; GALVÃO, C. Terapia ocupacional: fundamentação e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

GUERRA, Isabel Carvalho (2002), Fundamentos e Processos de uma Sociologia de Acção: Planeamento em Ciências Sociais, Ed. Principia, 2ª edição, Cascais;

Marques, A., & Trigueiro, M. (2011). Enquadramento da prática da terapia ocupacional: Domínio & Processo (2ª ed.). Porto: Livpsic

Malfitano, A. P. S., Cruz, D. M. C., & Lopes, R. E. (2020). Terapia ocupacional em tempos de pandemia: seguridade social e garantias de um cotidiano possível para todos. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, Ahead of Print. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoED22802>

Missio, M. M., Wagner, C., & Birck, P. (2017). A Terapia Ocupacional no contexto institucional: um relato de experiência. Revista Kairós - Gerontologia, 20(2), 447-459. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP
WFOT – World Federation of Occupational Therapists. 2014 <https://wfot.org/covid-19-information-and-resources-for-occupational-therapists>



Caritas Diocesana de Beja

@caritasbeja · Organ...

Considero importante encontrar formas de manter a relação e criar momentos de socialização com estes grupos em pandemia ou fora dela. Os ganhos em termos de activação de memória e linguagem parecem-me muito interessantes, para além dos aspetos de valorização pessoal, auto-estima, que estas dinâmicas parecem proporcionar. 🙏🙏❤️

Cristina Taquelim

Mediadora de leitura/contadora de histórias



Like



Comment



Share