



Relatório de Avaliação de Atividades 2016

Obra Social Padre Miguel





Relatório de Avaliação de Atividades

INDÍCE

<i>Introdução</i>	3
<i>1 – Recursos</i>	5
<i>2.1 - Centro de Dia</i>	6
<i>2.2 - Refeitório Social</i>	9
<i>2.3 - Serviço de Apoio Domiciliário</i>	10
<i>2.4 - Centro de Distribuição e Armazenamento de Recursos</i>	15
<i>2.5 - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)</i>	16
<i>Centro Social</i>	16
<i>2.6 - Estrutura Residencial para pessoas idosas (ERPI)</i>	20
<i>Centro Residencial</i>	20
<i>2.7 - Creche</i>	24
<i>3 – Saúde</i>	26
<i>4- Fisioterapia</i>	37
<i>5 – Animação Sociocultural</i>	48
<i>Notas Finais</i>	87



Relatório de Avaliação de Atividades

Introdução

O Presente Relatório tem por objetivo descrever e avaliar as atividades realizadas em 2016 pela Obra Social Padre Miguel - Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos.

A Instituição conta com cerca de 1400 sócios que em 16 de janeiro de 2016 elegeram os novos Órgãos Sociais do Quadriénio 2016/2019.

As atividades desenvolvidas tiveram por base a nossa missão, visão e valores, praticadas nas diferentes respostas sociais, totalizando 274 utentes diários.

A nossa **missão** tem como objetivo o apoio à população idosa, às crianças, à reabilitação, à comunidade, e à inserção social no distrito de Bragança, baseado no reforço do apoio social no combate à pobreza e na proteção da família.

Temos como **visão** ser uma Instituição de excelência no desenvolvimento de Respostas Sociais com qualidade para a terceira idade e infância a nível regional e nacional, bem como um motor de desenvolvimento para a comunidade.

Os **valores** da instituição são:

- Ética e responsabilidade social
- Orientação para o cliente
- Qualidade
- Respeito

A Obra Social Padre Miguel oferece várias Respostas Sociais, organizadas em três equipamentos:

Centro de Apoio Permanente à família:

Respostas Sociais:

- Centro de Dia
- Serviço de Apoio Domiciliário I (SAD I)
- Refeitório Social
- Centro de Distribuição e Armazenamento de Recursos



Relatório de Avaliação de Atividades

Centro Social Padre Miguel:

Respostas Sociais:

- Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)
- Serviço de Apoio Domiciliário II (SAD II)
- Creche

Centro Residencial Padre Miguel:

Resposta Social:

- Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)



Relatório de Avaliação de Atividades

1 – Recursos

Os recursos humanos da Instituição são o pilar da prestação de serviços nas diferentes Respostas Sociais. A Obra social Padre Miguel durante o ano de 2016 realizou 8 candidaturas Contratos Emprego Inserção.

Ao nível de melhoria, para garantir a prestação de cuidados personalizados e humanizados aos utentes, assim como o desenvolvimento da Resposta Social baseado nos requisitos da qualidade, foram frequentadas pelos colaboradores ações de formação e workshops ao longo do ano:

- Internas:

- Deontologia e ética Profissional no apoio à comunidade – 25 horas;
- HACCP – 2 horas
- Higiene Pessoal; Higiene e Segurança das Instalações; Higiene e Segurança dos equipamentos, utensílios e superfícies de trabalho; higiene e segurança dos processos – 12 horas;

- Externas:

- Gestão Recursos Humanos - Horários, Escalas e Retribuições – 8 horas (União das Instituições de Solidariedade Social do Distrito de Bragança);
- Avaliação Desempenho nas IPSS'S – 3 horas (União das Instituições de Solidariedade Social do Distrito de Bragança);
- WORKSHOP – Procedimentos e práticas de estimulação e acompanhamento de idosos com demência e dependência severa – 3 horas (Núcleo Distrital de Bragança da EAPN Portugal).

Ao nível de protocolos com o Instituto Politécnico de Bragança, Escola de Saúde e Educação, acolhemos 6 estagiários curriculares da Licenciatura de Gerontologia. Em virtude da alteração regulamentar dos Cursos de Especialização Tecnológica para Curso Técnico Superior Profissional em Gerontologia, foram interrompidos os estágios no ano de 2016, ficando de iniciar em 2017.

Os protocolos estabelecidos de estágios, proporcionam aos alunos e aos colaboradores da Instituição a partilha de experiências, assim como um maior acompanhamento ao utente.



Relatório de Avaliação de Atividades

2 - Respostas Sociais

2.1 - Centro de Dia

Centro de Apoio Permanente à Família

O Centro de Dia é uma Resposta Social que consiste na prestação de serviços contribuindo para a manutenção do idoso no seu meio sociofamiliar.

Este equipamento tem capacidade para 30 utentes. Tem atualmente 18 vagas comparticipadas pela Segurança Social.

Esta Resposta Social, no ano de 2016, foi comparticipada pela Segurança Social no valor de 108.43€ por utente. As mensalidades a aplicar aos utentes tiveram por base a circular n.º 4 da Segurança Social.

Ano de 2016:

Média de comparticipação do utente e família: 173,18€

Média do somatório de todas as comparticipações: 282,75€

Custo médio por utente: 623,52€

Frequência de utentes

O Centro de Dia, no ano 2016, não teve inscrições pendentes.

Os motivos da saída foram maioritariamente a institucionalização em Lar Social da OSPM.

Foram monitorizados todos os processos individuais e realizados os processos de acolhimento.

Tabela: Ocupação dos utentes Centro de Dia

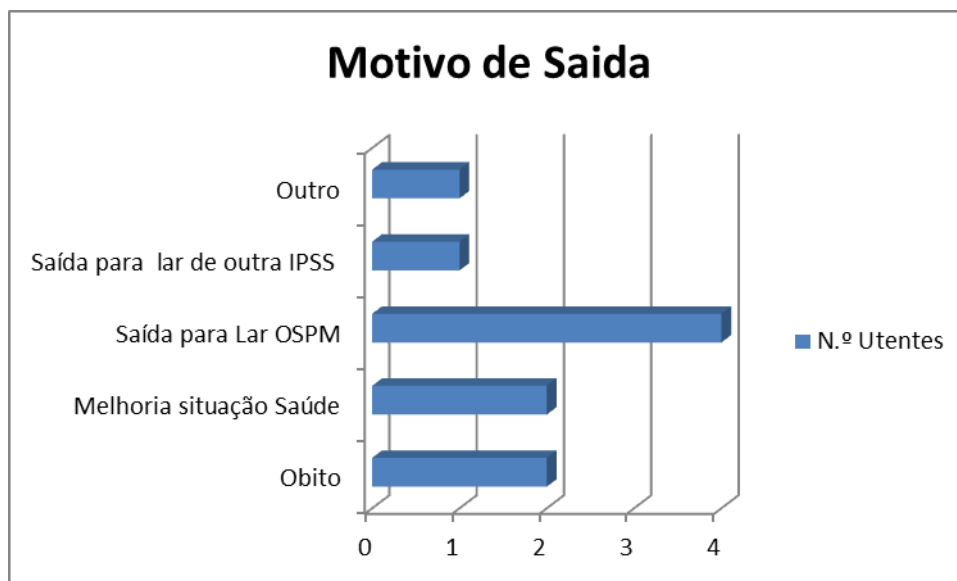
	CD	Saídas	Admissões
Janeiro	17	1	2
Fevereiro	18	2	1
Março	16	1	1
Abril	16	0	0
Maio	16	0	0
Junho	17	1	2
Julho	17	1	1
Agosto	17	1	0



Relatório de Avaliação de Atividades

Setembro	16	1	0
Outubro	15	2	0
Novembro	13	0	0
Dezembro	13	0	0

Gráfico: Motivos das Saídas dos Utentes Centro de Dia



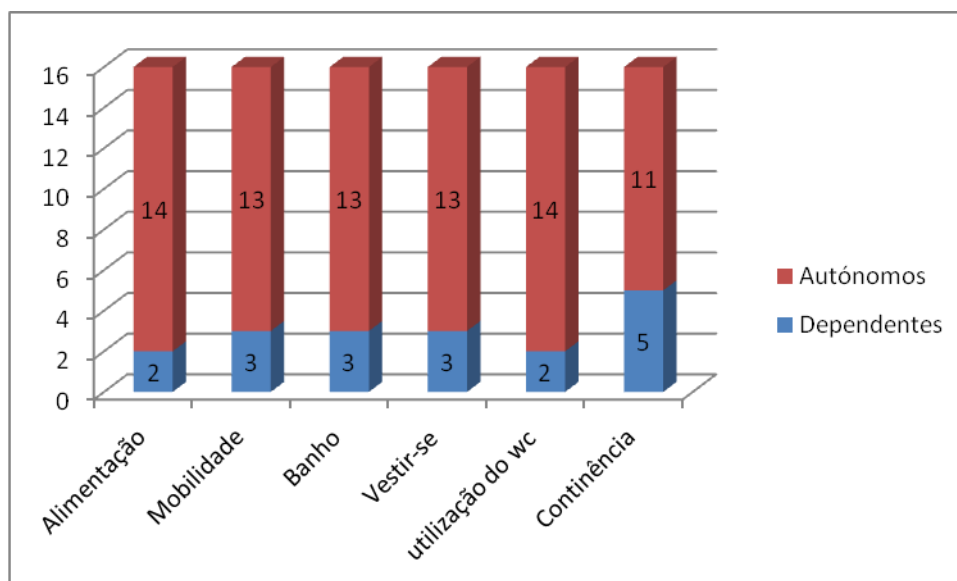
Prestação de cuidados ao utente

O Centro de Dia prestou apoio nas Atividades da Vida Diária (AVD), através de serviços como higiene pessoal e alimentação. Além destes serviços foram ainda prestados serviços de transporte e animação sociocultural.

Verificou-se que os utentes que frequentaram o Centro de Dia eram maioritariamente autónomos, sendo que apenas três utentes eram parcialmente dependentes.

Relatório de Avaliação de Atividades

Gráfico: Número de utentes segundo o tipo de dependência





Relatório de Avaliação de Atividades

2.2 - Refeitório Social

Centro de Apoio Permanente à Família

O Refeitório Social consiste no fornecimento de refeições, em especial a indivíduos economicamente desfavorecidos.

Este equipamento tem capacidade para 25 utentes e 10 vagas comparticipadas pela Segurança Social.

Esta resposta social, no ano de 2016, foi comparticipada pela Segurança Social no valor de 165,57€ por utente, não sendo imputada qualquer mensalidade ao utente.

Ano de 2016:

Custo médio por utente: 224,64€

Frequência de utentes

As vagas em Refeitório Social são preenchidas segundo encaminhamentos da Segurança Social ou situações em que recorrem diretamente ao atendimento social da OSPM.

Maioritariamente são famílias de extrema carência económica, em que a problemática que mais se evidencia é o desemprego.

Tabela: Ocupação dos utentes Refeitório Social

Meses	Número de Utentes
Janeiro	10
Fevereiro	10
Março	10
Abril	10
Maio	10
Junho	10
Julho	10
Agosto	10
Setembro	9
Outubro	11
Novembro	10
Dezembro	10



Relatório de Avaliação de Atividades

2.3 - Serviço de Apoio Domiciliário

Centro de Apoio Permanente à Família Social - SAD I (30)

Centro Social - SAD II (50)

Esta Resposta Social consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar temporária ou permanentemente, a satisfação das necessidades básicas e/ou as atividades da vida diária.

Este serviço tem capacidade total de 90 utentes, sendo que está afeto a dois edifícios, um sito no Largo das Amendoeiras com capacidade para 40 utentes e 30 vagas comparticipadas pela Segurança Social, outro sito na Estrada de São Lázaro com capacidade e acordo para 50 utentes.

Ambos os equipamentos são comparticipados pela Segurança Social no valor de 249,66€ por utente e as mensalidades a aplicar aos utentes tiveram por base a circular n.º 4 da Segurança Social.

Ano de 2016:

Média comparticipação de utente e família: 68,53 €

Média do somatório de todas as comparticipações: 312,10€

Custo médio por utente: 311,00€

Frequência de utentes

O Serviço de Apoio Domiciliário, no ano 2016, não teve inscrições pendentes. Entre o Serviço de Apoio Domiciliário I e II, houve 16 desistências e realizaram-se o acolhimento a 17 novos utentes.

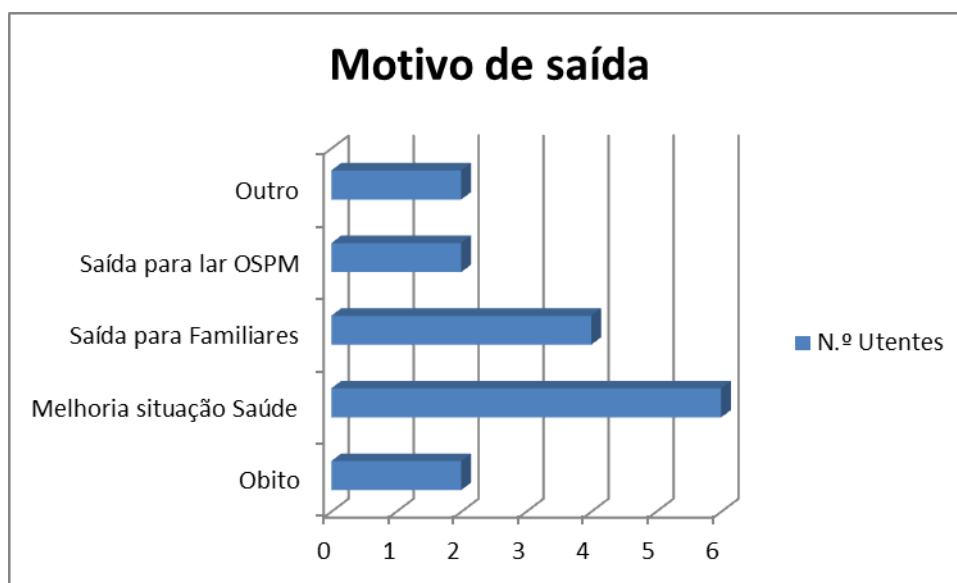
Relatório de Avaliação de Atividades

Tabela: Ocupação dos utentes SAD

Mês	Serviço de Apoio Domiciliário I (30) e II (50)	Admissões	Saídas
Janeiro	82	2	2
Fevereiro	82	0	0
Março	82	0	0
Abril	82	0	2
Maio	84	1	0
Junho	84	0	0
Julho	84	2	1
Agosto	82	2	0
Setembro	80	0	0
Outubro	80	3	4
Novembro	81	3	3
Dezembro	81	4	4
Total		17	16

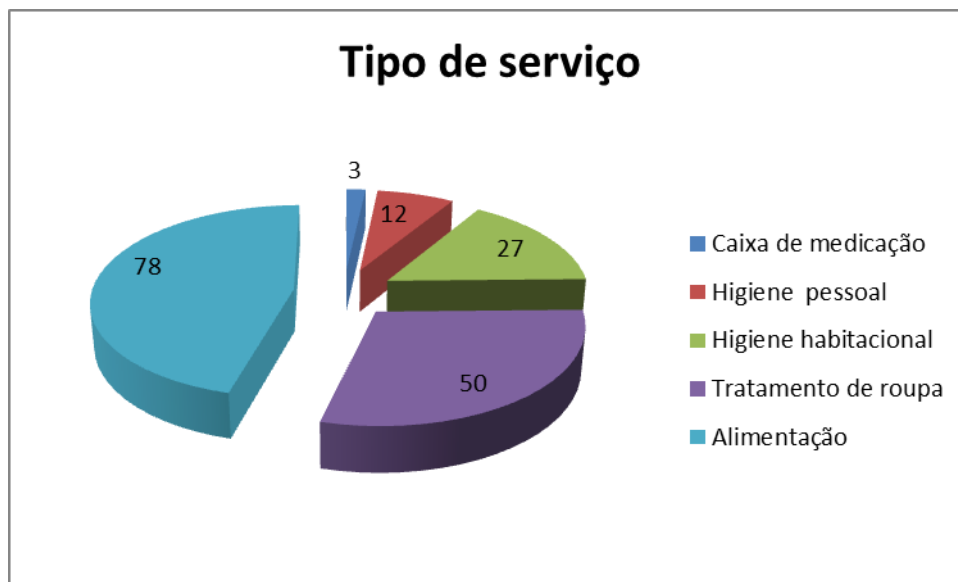
Relativamente às saídas de utentes, verificou-se que a melhoria da situação de saúde seguida da ida para casa de familiares foram os principais motivos da saída dos utentes.

Gráfico: Motivos das Saídas do SAD



A nível dos serviços prestados, verifica-se que o serviço de alimentação seguido do tratamento de roupa são os mais contratualizados.

Gráfico: Serviços contratualizados



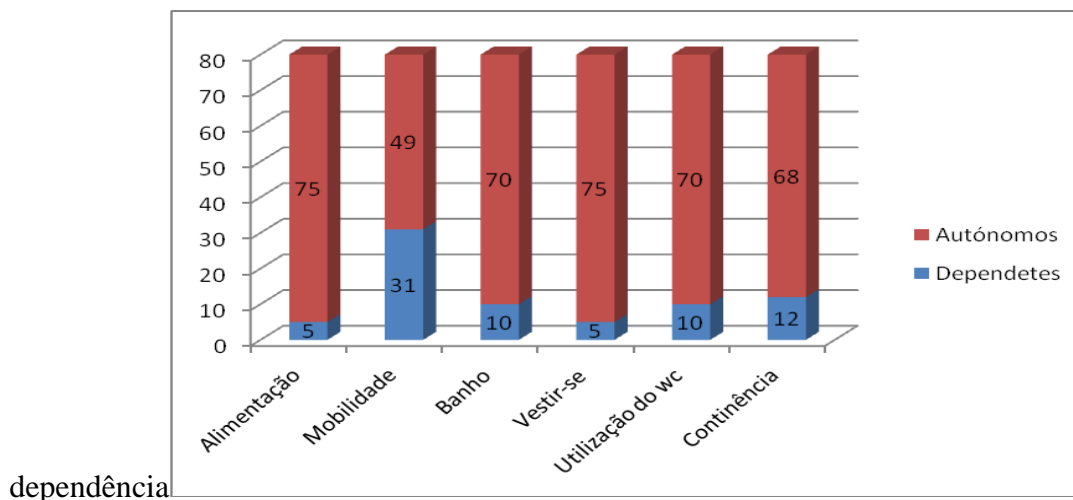
Os serviços são propostos ao utente após uma avaliação diagnóstica, tendo em conta a vontade e a necessidade do utente.

Os utentes de Serviço de Apoio Domiciliário, são na sua maioria autonomos, mas sem qualquer retaguarda familiar. Os nossos serviços são essenciais para assegurar a satisfação das necessidades básicas bem como outros serviços essenciais à promoção da qualidade de vida.

No gráfico que se segue podemos observar o número de utentes segundo o tipo de dependência.

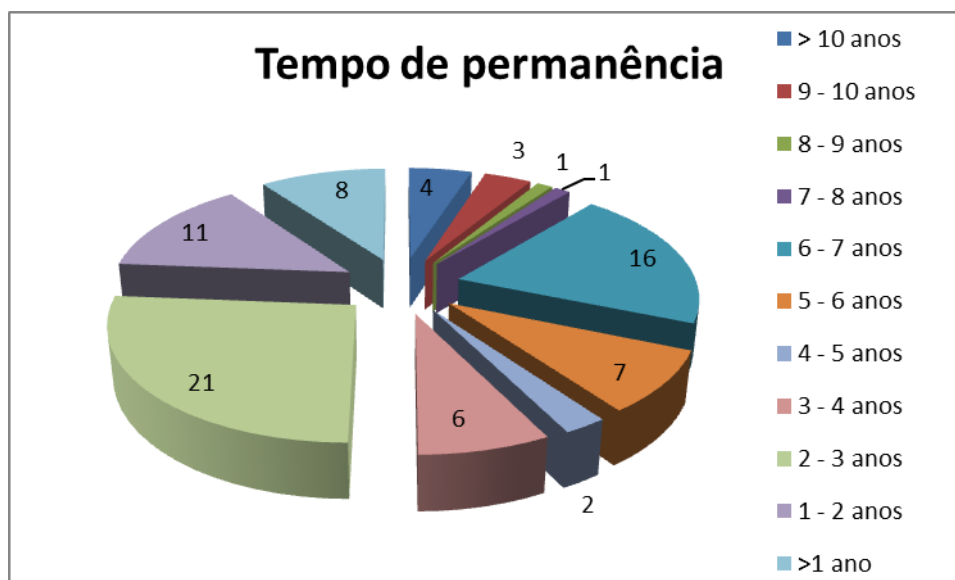
Relatório de Avaliação de Atividades

Gráfico: Número de utentes segundo tipo de



No que respeita à permanência, verifica-se que 2 utentes frequentam a Resposta Social à mais de 10 anos, contudo a maioria dos utentes frequentam a resposta à menos de 3 anos.

Gráfico: Número de utentes segundo o tempo de permanência

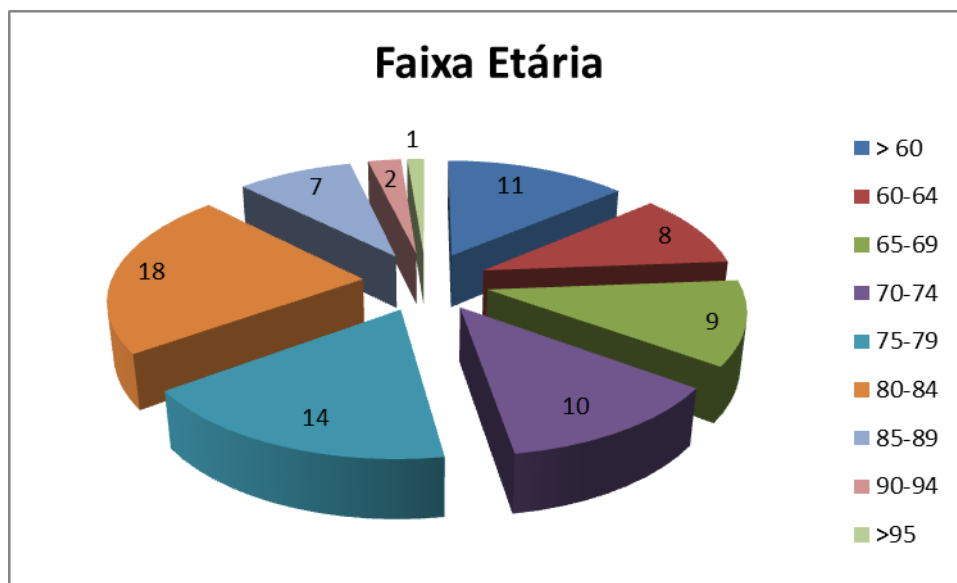


Quanto às idades verificou-se que estas variaram entre os 34 e os 95 anos. Sendo que, na faixa etária com menos de 60 anos, são utentes que apresentam perturbações do foro

psíquico, sem qualquer retaguarda familiar e que não conseguem assegurar as necessidades básicas.

Contudo, verificou-se que a prestação dos serviços de SAD incidu principalmente nos utentes com mais de 60 anos com incidência na faixa etária dos 80 aos 85 anos.

Gráfico: Gráfico: Número de utentes por faixa etária





2.4 - Centro de Distribuição e Armazenamento de Recursos

O Centro de Distribuição e Armazenamento de Recursos, funciona a partir do edifício Centro de Apoio Permanente à Família através de atendimento de famílias carenciadas, tendo sido apoiadas cerca de 11 famílias com bens alimentares e roupa.



2.5 - Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI)

Centro Social

Esta Resposta Social tem a capacidade e acordo de cooperação para 60 utentes.

A comparticipação da Segurança Social é de 367,20€ por utente e as mensalidades a aplicar circular n.º 4.

Ano de 2016:

Média comparticipação de utente e família: 579,51€

Média do somatório de todas as comparticipações: 975,34 €

Custo médio por utente: 894,24 €

Frequência de utentes

Durante o ano de 2016 houve 13 desistências, maioritariamente em virtude de falecimento de utentes, tendo sido feitas 11 admissões/acolhimento de novos utentes e permanecendo sempre as 60 vagas ocupadas (2 saídas ocorreram em dezembro de 2016, sendo ocupadas em 1 de janeiro de 2017).

O tempo médio de espera para admissão foi de 162 dias (> 5meses) tendo havido trinta e duas desistências de inscrições pelo motivo de encontrarem resposta mais rápida ou por falecimento.

22 candidatos a aguardar vaga dos quais 14 já se encontram acolhidos noutra instituição mas pretendem ser admitidos na Obra Social Padre Miguel

A 31 de dezembro de 2016 a lista de inscrições tinha 22 candidatos.

Tabela: Ocupação dos utentes na ERPI (Centro Social)

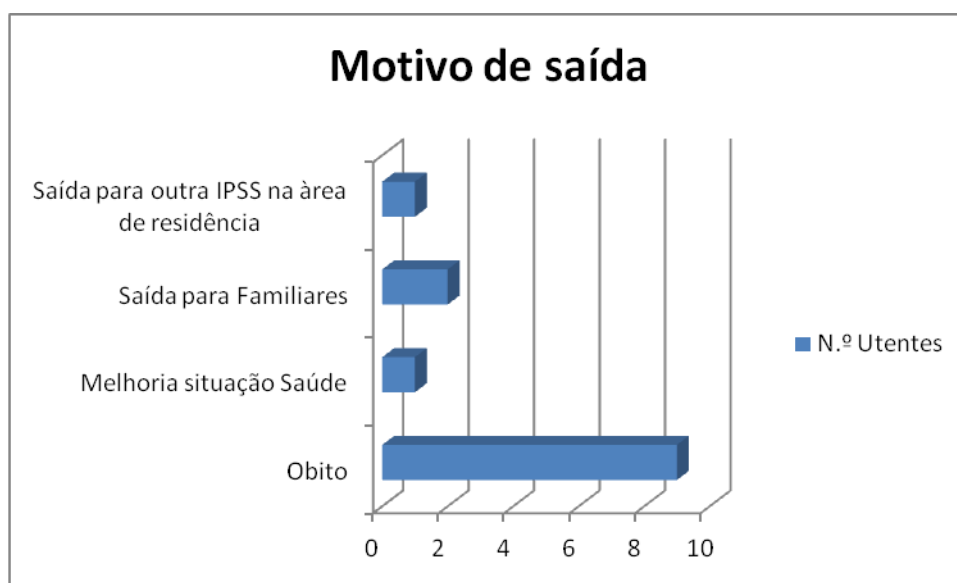
Mês	OCUPAÇÃO	Vagas Cativas da Segurança Social	Saídas	Admissões
Janeiro	60	6	0	0
Fevereiro	60	6	0	3
Março	60	6	2	0
Abril	60	6	1	0
Maio	60	6	0	1

Relatório de Avaliação de Atividades

Junho	60	6	1	0
Julho	60	6	2	3
Agosto	60	6	1	0
Setembro	59	5	0	1
Outubro	60	6	2	1
Novembro	59	5	0	2
Dezembro	60	6	2	2
Total			11	13

Totalizaram-se 13 saídas e o principal motivo de saída de utentes foi o falecimento (9) seguido de ida para outra junto dos familiares (2) e um para outra Instituição.

Gráfico: Motivos de Saída



Prestação de cuidados ao utente

Para a prestação de cuidados é tido em conta no acolhimento do utente as necessidades e expectativas através da auscultação e observação; apresentação da instituição; registo de adaptação ao espaço, colaboradores, pares e atividades.

O utente institucionalizado usufruiu de ajuda na maioria das Atividades da Vida Diária (AVD), que decorre da sua dependência/necessidade de apoio. À semelhança do ano anterior verificou-se uma taxa de dependência elevada que manifesta uma maior necessidade de acompanhamento ao utente em vários níveis, nomeadamente na mobilidade/transferências, higiene pessoal e oral, tratamento de roupa, apoio para se vestir e apoio na alimentação.

Conforme o gráfico que se apresenta abaixo 23 utentes são dependentes de ajuda na alimentação, 31 dependentes na mobilidade, 51 dependentes de ajuda no banho, 45 precisam de ajuda para se vestir, 33 para ir ao wc e 25 incontinentes.

Relativamente à taxa de dependência um dos fatores que se encontra relacionado é o facto de que quase metade dos utentes já se encontram institucionalizados à mais de 5 anos.

Gráfico: Atividades da Vida Diária

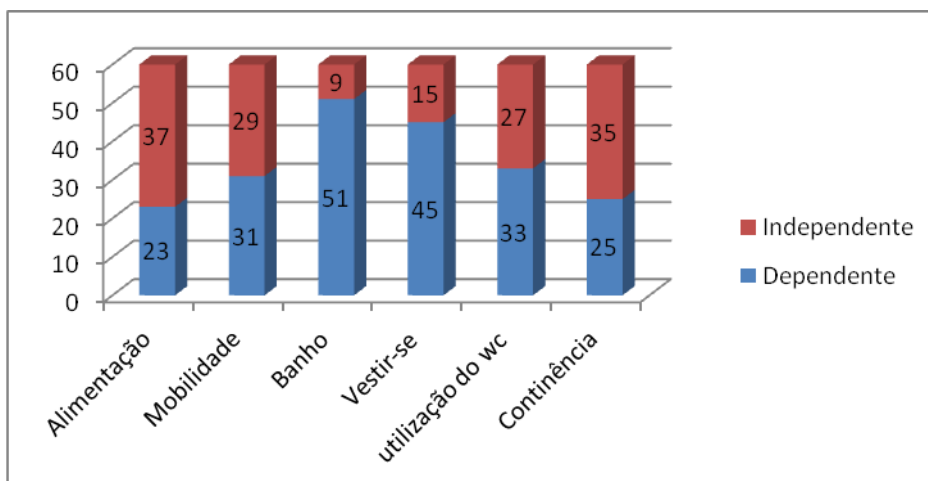


Gráfico: Tempo de Permanência

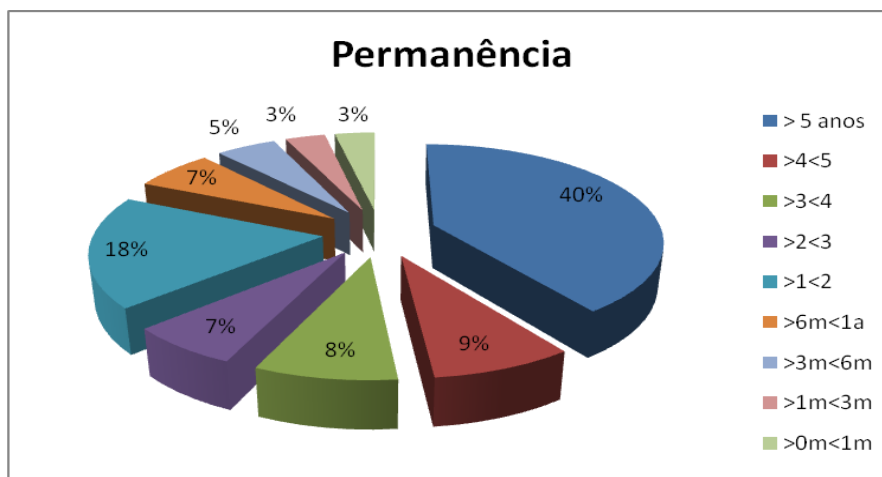
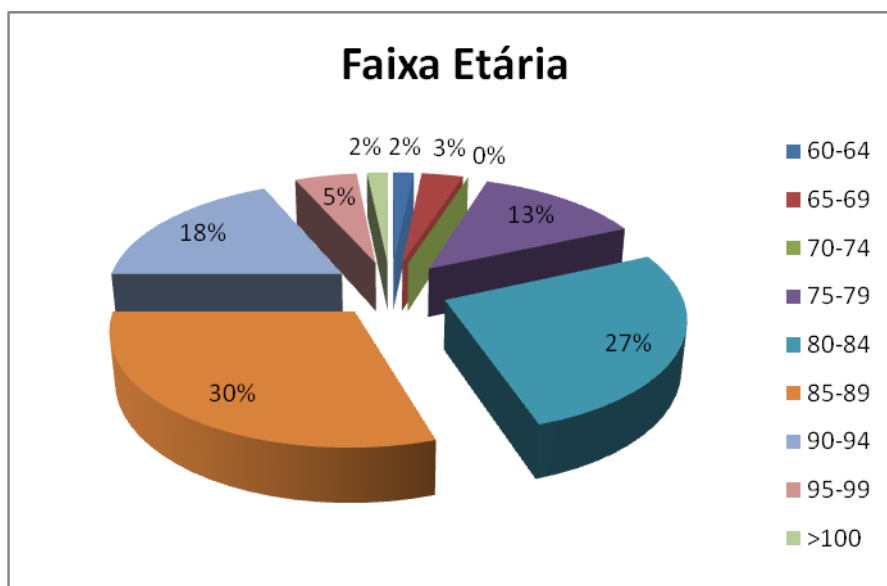


Gráfico: Número de utentes por faixa etária



O apoio prestado ao utente é permanente e pressupõe, para além da satisfação das necessidades básicas de alimentação e higiene, o acompanhamento diário de saúde, fisioterapia, animação e socialização, assim como o contacto com a família, garantindo a execução, gestão e monitorização dos planos individuais e um serviço adequado às necessidades dos utentes e problemáticas.

Foram várias as atividades desenvolvidas de animação, socialização, fisioterapia e saúde, descritas ao longo do presente relatório e que visaram a estimulação de um processo de envelhecimento ativo e potenciar a integração social do idoso.

Por forma a garantir a prestação de cuidados personalizados e humanizados aos utentes e fomentar o desenvolvimento da Resposta Social baseado nos requisitos da qualidade, foram frequentadas ações de formações e workshops.



2.6 - Estrutura Residencial para pessoas idosas (ERPI)

Centro Residencial

O Centro Residencial é uma resposta que satisfaz as necessidades de acolhimento institucional de diversificados estratos sociais, não sendo comparticipada pela Segurança Social.

No que respeita à capacidade da ERPI, a mesma é de 45 utentes, e as modalidades existentes são a de aquisição de suite com prestação de serviços, ou alojamento permanente ou temporário com prestação de serviços.

Ano de 2016:

Média de comparticipação por utente: 1025€

Frequência de utentes:

No ano de 2016 a ERPI manteve-se ocupada com 40 utentes, distribuídos pelas diferentes modalidades de serviço existentes, nomeadamente, em 12 suites na modalidade de aquisição e 14 na de alojamento permanente ou temporário.

A taxa de ocupação no ano de 2016 foi de 100%, uma vez que as suites foram todas ocupadas, de acordo com o enquadramento e modalidade referenciada. A ocupação das mesmas é ajustada à necessidade dos utentes, nunca ultrapassando a lotação de 45, capacidade máxima, de acordo com a licença de funcionamento emitida pela Segurança Social.

No que respeita a novas admissões, foram admitidos na ERPI, 11 novos utentes, sendo que ficaram 9 inscrições por admitir.

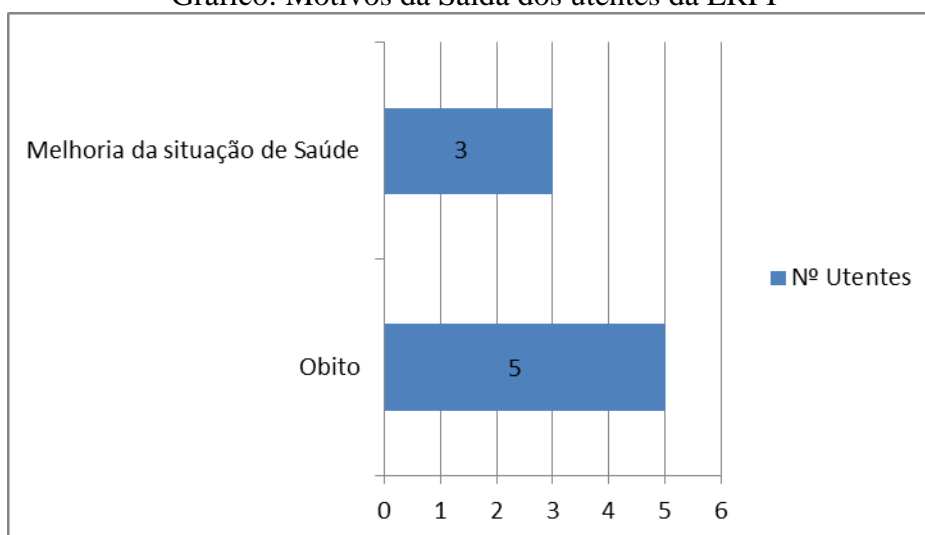
Relatório de Avaliação de Atividades

Tabela: Ocupação dos utentes na ERPI

Mês	Ocupação	Admissões	Saídas
12	40	0	3
11	43	3	0
10	40	1	0
9	39	0	0
8	39	1	0
7	38	0	0
6	38	2	2
5	38	2	0
4	36	1	3
3	38	1	0
2	37	0	0
1	37	0	0
		11	8

Relativamente aos motivos de saída da ERPI, os mesmos foram diferenciados. Constatamos que 5 utentes saíram por motivo de óbito, e 3 por melhoria da situação de saúde após a reabilitação efetuada na organização.

Gráfico: Motivos da Saída dos utentes da ERPI

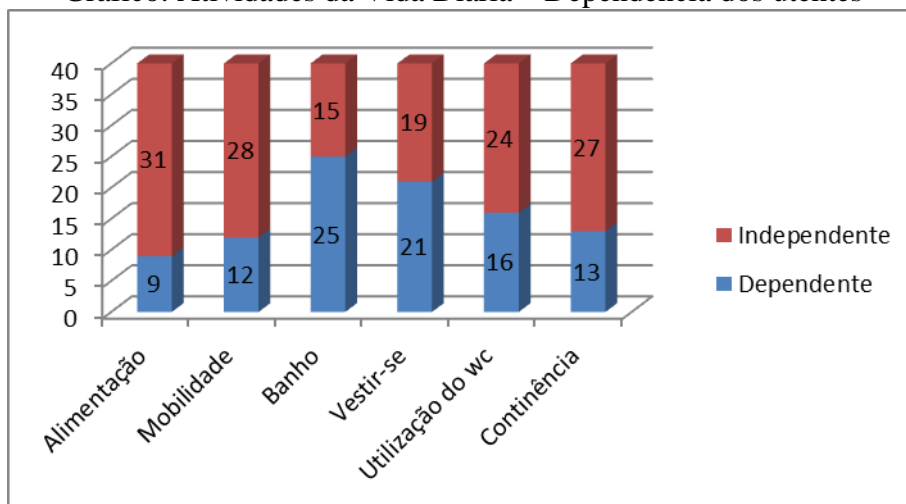


Prestação de Cuidados

A prestação de cuidados e serviços realizada de acordo com os princípios enunciados na legislação em vigor, foi realizada ao número de utentes supramencionado, nomeadamente no que respeita ao apoio nas atividades da vida diária (AVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD), que foram adequados ao grau de

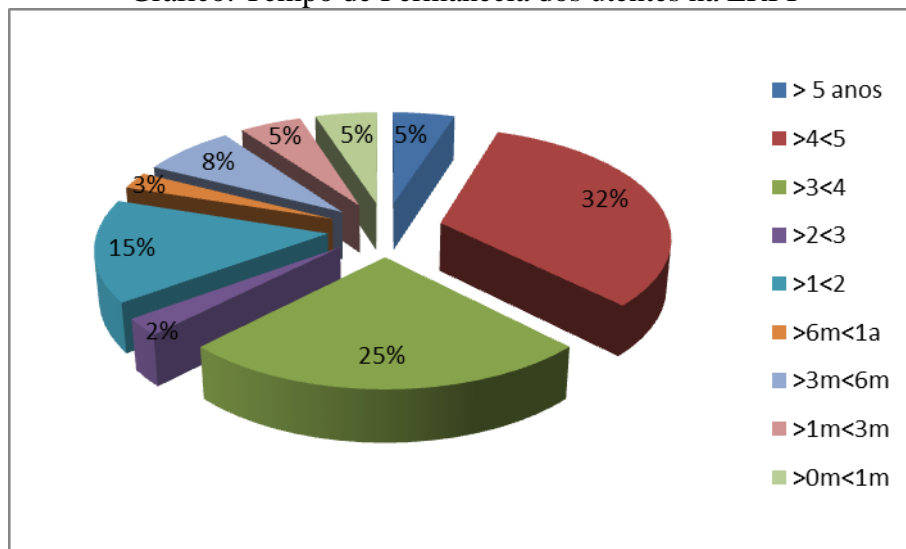
dependência dos mesmos, conforme gráfico a seguir. Constata-se que existe um número significativo de utentes com diferentes dependências, sendo que se verifica que os utentes necessitam de maior apoio na atividade de higiene e conforto (banho e vestir-se). Pelos números enunciados atesta-se que existe uma necessidade constante de acompanhamento e vigilância aos utentes que apresentam dependência nas AVD.

Gráfico: Atividades da Vida Diária – Dependência dos utentes



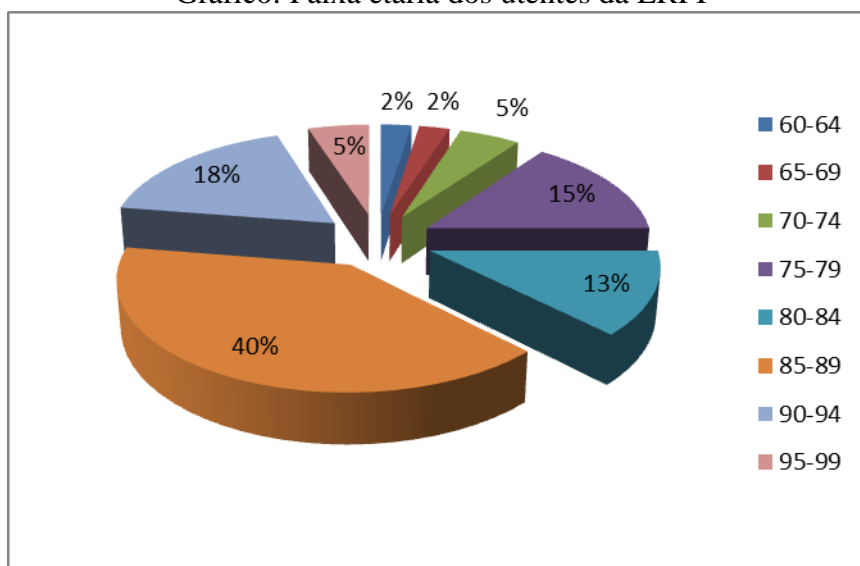
Relativamente ao tempo de permanência na ERPI, verifica-se que a maioria dos utentes está há mais de 3 anos institucionalizado, sendo que por esse motivo se estima também que existe a possibilidade de um agravamento da situação de dependência.

Gráfico: Tempo de Permanência dos utentes na ERPI



No que respeita à faixa etária dos utentes da ERPI, verifica-se que a maioria se encontra acima dos 85 anos de idade, conforme se pode constatar no gráfico abaixo.

Gráfico: Faixa etária dos utentes da ERPI



Assim, podemos concluir que a ERPI desenvolveu um conjunto de atividades e serviços de apoio social ao utente, no ano de 2016, atendendo sempre a critérios de qualidade, eficiência, humanização e respeito pela individualidade do idoso, num serviço que se pretende de excelência na qualidade.



Relatório de Avaliação de Atividades

2.7 - Creche

Centro Social

Esta Resposta Social tem a capacidade de 66 crianças e acordo para 53.

A comparticipação da segurança social é de 250,33€ por criança e as mensalidades a aplicar aos utentes teve por base a circular n.º 4 da Segurança Social.

Ano de 2016:

Média comparticipação do utente e família: 93.73 €

Média do somatório de todas as comparticipações: 314.99€

Custo médio por utente: 359.15€

A creche viu o seu acordo de cooperação de 57 crianças reduzido para 53 crianças no ano de 2016. Perante isto tinha-se por objetivo a angariação de inscrições que fomentassem o aumento de admissões, de forma a rentabilizar os recursos humanos existentes/necessários e o equipamento existente. Deste modo, e porque também foi um ano de aumento de natalidade, terminou-se o ano de 2016 com 53 crianças distribuídas por 1 sala de Berçário, 1 sala mista, 1 sala de 1 ano e uma sala de 2 anos. No término de dezembro existiam 13 inscrições das quais resultou a abertura de uma sala de berçário, prevendo-se até ao final do ano letivo a ocupação total das 66 vagas.

Tabela: Ocupação de Crianças na Creche

Mês	OCUPAÇÃO	Admissões	Saídas
2016-01	57	7	0
2016-02	59	2	0
2016-03	59	0	0
2016-04	60	1	0
2016-05	64	4	0
2016-06	65	1	3
2016-07	62	0	0
2016-08	61	0	18
2016-09	49	8	2



Relatório de Avaliação de Atividades

2016-10	51	2	0
2016-11	53	2	0
2016-12	53	0	0
Total		27	23

Relativamente às atividades da Creche são planeadas mensalmente e constam do Projeto Pedagógico próprio que é avaliado semestralmente em relação ao ano letivo.



Relatório de Avaliação de Atividades

3 – Saúde

Introdução

Este relatório pretende descrever de forma resumida o trabalho desenvolvido pela equipa de enfermagem ao longo do período compreendido entre Janeiro e Dezembro de 2016.

São apresentados resultados provenientes do Centro Social, Centro Residencial, Apoio Domiciliário, Centro de Dia e Creche. O Enfermeiro é o profissional de saúde que privilegia de um maior contacto com a pessoa no seu processo de saúde/doença e, por isso, assume um papel preponderante na tomada de decisão relativamente à adoção de comportamentos/estilos de vida saudáveis, na manutenção da sua saúde e na recuperação/ readaptação funcional da pessoa.

Ao longo deste relatório foi elaborada uma listagem das atividades desenvolvidas, pelos enfermeiros, durante o seu respetivo horário laboral.

Atividades desenvolvidas ao longo do ano de 2016:

Realização de ações de educação e sensibilização

Com estas ações de formação consideramos ter ajudado a adquirirem competências a vários níveis, desde o processo de evolução das doenças como o aprofundamento de conhecimentos acerca da melhor forma de lidar com utentes com estas patologias. O papel do enfermeiro/colaboradores que trabalham em IPSS deve ser prioritariamente o da promoção da saúde, sensibilizar as pessoas a adquirirem determinados comportamentos que lhes permitam lidar melhor com os utentes, de modo a aumentar o seu bem-estar físico e psíquico.

Data	Evento	Objetivos
7 de Abril	Dia Mundial da Saúde	<ul style="list-style-type: none">Alertar sobre temas-chave na área da saúde que afetam a humanidade;Desenvolver atividades com vista à promoção e bem-estar das populações;Promover hábitos de vida saudáveis.



Relatório de Avaliação de Atividades

17 de Maio	Dia Mundial da Hipertensão Arterial	<ul style="list-style-type: none">• Alertar e prevenir sobre os fatores de risco e complicações da hipertensão arterial;• Adotar hábitos de vida saudáveis.
21 de Setembro	Dia Mundial da doença de Alzheimer	<ul style="list-style-type: none">• Identificar e consciencializar para a doença (sinais de alerta).
1 de Outubro	Dia Internacional do Idoso	<ul style="list-style-type: none">• Sensibilizar sobre as questões do envelhecimento e da necessidade de proteger e cuidar da população mais idosa.
14 de Novembro	Dia Mundial da Diabetes	<ul style="list-style-type: none">• Alertar sobre os problemas e necessidades que enfrentam os doentes diabéticos;• Consciencializar as pessoas sobre a doença e divulgar as ferramentas para a prevenção da mesma;• Melhorar o conhecimento da diabetes de forma a compreender a doença e prevenir complicações.

Realização de técnicas e procedimentos de enfermagem

Todas as técnicas e procedimentos de enfermagem exigem um equilíbrio constante entre o respeito pelo cliente enquanto pessoa e a resposta às exigências da instituição.

As solicitações de exames laboratoriais devem ser acompanhadas de requisição preenchida com letra legível e com data, hora, nome do paciente, idade, sexo, exames solicitados, medicamentos em uso e anamnese completa. É importante informar-nos sobre a finalidade do exame (ex. confirmação de diagnóstico, monitorização).

Colheitas de espécimes para análise	Estimativa anual
Sangue	300
Urina	200
Expetoração	40



Relatório de Avaliação de Atividades

Exsudados	10
Coproculturas	40

- **Entubação NSG**

É colocada uma sonda nasogástrica (tubo de silicone, introduzido desde as narinas até ao estômago) ao utente quando esse é incapaz de deglutir (disfagia), quando apresenta uma diminuição da massa corporal devido à diminuição de ingestão de alimentos sólidos ou líquidos e/ou quando há recusa alimentar por parte dele.

Foram realizadas várias ações de sensibilização sobre os cuidados específicos a ter ao utente entubado, tal como a técnica de administração de alimentos e de líquidos pela sonda nasogástrica, informações sobre a consistência dos alimentos a poderem ser administrados (alimentos cremosos/líquidos), a frequência de administração de alimentos (6x/dia).

- **Algaliação**

A técnica de algaliação consiste na introdução de uma sonda vesical da uretra até à bexiga. É uma técnica asséptica e invasiva.

O utente com sonda vesical deve ser alvo de um conjunto de cuidados que promovam o bem-estar, bem como a manutenção da drenagem em condições de segurança, evitando posteriores complicações. Tem como objetivos: prevenir/tratar a retenção urinária, facilitar a cicatrização da zona sacrococcígea quando há início de ulcera de pressão, permitir a execução de exames de diagnóstico e terapêutica e para diagnóstico de uma patologia prostática e/ou vesical.

- **Posicionamentos**

A pessoa idosa faz parte de um grupo de risco sujeito a desenvolver uma úlcera de pressão, devido à possibilidade de diminuição da imobilidade, a incontinência, a desnutrição, às infeções, aos edemas. A úlcera de pressão acontece quando uma região de tecido mole (habitualmente as nádegas, o tronco, os cotovelos e os calcâneos) fica por muito tempo comprimida entre uma estrutura óssea e uma superfície dura.



Relatório de Avaliação de Atividades

A equipa de enfermagem dedica uma grande importância às medidas preventivas das úlceras e feridas em geral. Foram realizadas várias ações de sensibilização de prevenção de úlceras de pressão para os colaboradores. A equipa de enfermagem insiste na importância da hidratação corporal do utente com creme hidratante, na realização de posicionamentos, na utilização de colchão anti-escaras, almofadas anti-escaras colocadas no sofá e/ou cadeiras e calcanheiras de proteção. A utilização de cadeirão deve ser exclusiva ao utente dependente a nível da motricidade para que esse esteja em posição confortável e adopte uma postura correcta permitindo assim diminuir a dor. O utente que utiliza o cadeirão não deve estar na mesma posição mais de 4 horas.

• Traqueostomia

Temos na instituição uma utente portadora de sistema de traqueostomia que depende muito da equipa de enfermagem. Esta técnica foi realizada em meio hospitalar (traqueostomia permanente) numa situação de emergência para promover a desobstrução das vias aéreas. O nosso objetivo é proceder à substituição e limpeza das cânulas (externa e interna) mantendo os devidos cuidados de esterilização, e assim, melhorar as condições de higiene pulmonar.

Estimativas de Técnicas

Outras técnicas de enfermagem	Estimativa anual
Entubação Nasogástrica	50
Algaliasções	40
Aspiração de secreções	900
Traqueostomia (Substituição cânula externa)	60
Traqueostomia (Substituição cânula interna)	450
Tratamento de feridas	1200
Extração de pontos de linha e grafos	20



Relatório de Avaliação de Atividades

Administração de terapêutica

A administração de terapêutica constitui a intersecção entre o plano global dos cuidados de enfermagem e o tratamento médico, constituindo uma das responsabilidades mais importantes da enfermagem. Assim sendo, os enfermeiros são responsáveis por:

- Administrar terapêutica;
- Ensinar os utentes a utilizar os medicamentos, de forma correta e segura. Assim, têm de possuir conhecimentos relativos: à farmacologia dos medicamentos administrados; às implicações legais envolvidas na preparação e administração de medicamentos; às técnicas de preparação e administração seguras. O enfermeiro é o responsável por assegurar que os medicamentos são administrados de forma segura, que o utente e as pessoas significativas compreendem o tratamento e que são ajudadas a participar, o melhor que podem, no programa terapêutico. A preparação e a administração de terapêutica têm muitas implicações legais e éticas e exige conhecimentos.

Estimativas de Terapêutica

Administração de Terapêutica	Estimativa anual
Via Oral	300000 (comprimidos)
Via Subcutânea (SC)	120 (vacinas); 3500 (insulinas); 50 (outros)
Via Intramuscular (IM)	40
Via Nasal (incluindo nebulizações)	1100
Via Auricular	100
Via Ocular	1500
Via Tópica	800
Selos Transdérmicos	2500



Relatório de Avaliação de Atividades

Prevenção da doença: avaliação de sinais vitais, glicémia capilar e peso

A prevenção consiste em estabelecer estratégias que resultem em menor risco de adquirir ou controlar uma doença. Assim, a equipa de enfermagem usa dados estatísticos de cada doença para obter melhor prevenção.

A avaliação dos sinais vitais é provavelmente, um dos procedimentos que a enfermagem mais realiza no seu dia-a-dia. As alterações corporais geralmente se refletem na temperatura do corpo, na pulsação, na respiração, na pressão arterial, podendo indicar enfermidades. Esta avaliação instrumentaliza a equipa de saúde na tomada de decisões sobre as intervenções. Estas medidas fornecem informações muito importantes sobre as condições de saúde dos utentes, pois é um método eficiente de monitoramento.

O teste de glicémia capilar permite acompanhar os níveis de açúcar no sangue, avaliando a eficiência da dieta, da medicação oral e administração de insulinas por via subcutânea. É também por meio desses resultados que se consegue avaliar a saúde do utente e indicar a melhor conduta.

O controlo do peso permite-nos calcular o índice de massa corporal (IMC), e desta forma controlar a obesidade ou o emagrecimento dos utentes, agindo por forma a identificar as causas.

Estimativas de Avaliação

Avaliação de:	Estimativa anual
Sinais Vitais	4500
Glicémia Capilar	2500
Peso	180

Marcação de consultas externas e organização das saídas dos clientes (incluindo serviço de urgência)

Sempre que um utente é encaminhado ao especialista, centro de saúde ou serviço de urgência, leva toda a informação clínica pertinente fornecida pela equipa de saúde. Os utentes vão sempre acompanhados/vigiados por um/a colaborador/a de serviço,



Relatório de Avaliação de Atividades

responsável por nos transmitir as alterações e a informação detalhada proveniente destes serviços de saúde.

Saídas	Anualmente (média)
Centro de Saúde	250
Dentista	45
Hospital (consulta externa, exames, hospital Dia)	400
Consultas Privadas	100
Serviço de Urgência	50

Organização e acompanhamento nas consultas médicas na instituição (consultas internas)

O médico da instituição está presente todas as Terças no turno da tarde, consultando em média 10 a 15 clientes por dia. Nestas consultas são também passadas todas as receitas para o levantamento da terapêutica necessária para a realização das caixas semanais (à segunda-feira no centro social e quinta-feira no centro residencial). A equipa de enfermagem é responsável pela gestão, organização e acompanhamento destas consultas, fornecendo toda a informação importante para um correto diagnóstico.

Gestão de material e terapêutica

Ao enviarmos as receitas da medicação necessária semanalmente para a farmácia, fazemos também, uma listagem de todo o material importante para a prestação de cuidados de higiene e conforto com qualidade. Desta lista fazem parte: cremes hidratantes, pomadas para prevenção de feridas, material para higienização oral (tantum, compressas não esterilizadas, espátulas, escovas de dentes e pasta dentífrica).

Somos também responsáveis pela requisição de material indispensável para a realização de tratamentos ou para situações emergentes. Este material encontra-se no gabinete de saúde, disponível para o cuidador, mesmo na ausência da equipa de saúde.



Relatório de Avaliação de Atividades

Aplicação de cuidados a utentes específicos, sobretudo os que necessitam de ajuda total nas atividades de vida diárias

É responsabilidade da equipa de enfermagem elaborar um plano de prestação de cuidados de higiene e conforto e, sempre que possível, acompanhar nas tarefas para uma melhor avaliação da integridade cutânea dos utentes e das suas dificuldades na mobilização e locomoção, aproveitando para realizar ensinamentos ao cuidador/utente. Realizamos, também, um plano de posicionamentos com o objetivo de prevenir úlceras de pressão nos utentes não-autónomos, que pode ser alterado com alguma frequência atendendo às necessidades de cada um. Cabe à enfermagem avaliar se todos os cuidados são realizados de forma eficiente.

Sempre que possível, devemos desenvolver as potencialidades de cada utente, incentivando-o na realização das atividades de vida diárias, promovendo o máximo de autonomia.

Admissão dos clientes, organização e atualização dos respetivos processos individuais clínicos

A admissão consiste na entrada e permanência do cliente na instituição, por determinado período. Tem por objetivos facilitar a sua adaptação ao ambiente da instituição, proporcionando conforto e segurança. O paciente é recebido pelo enfermeiro de serviço e encaminhado ao quarto ou enfermaria. Deve ser recebido com gentileza e cordialidade para aliviar suas apreensões e ansiedades.

Geralmente, o paciente está preocupado com a sua saúde, por isso, a primeira impressão recebida é fundamental ao paciente e seus familiares, inspirando-lhes confiança na instituição e na equipa que o atenderá. Se recebido atenciosamente, proporcionará sensação de segurança e bem-estar, e deste primeiro contato depende em grande parte a colaboração do paciente ao tratamento.

Neste procedimento é obrigatório toda a informação necessária para organizar o seu processo clínico (informação do estado cognitivo e físico, documentação pessoal, relatório médico de doenças infetocontagiosas, relatórios médicos e de internamentos, terapêutica prescrita, análises recentes). Estes processos são atualizados semestralmente (PDI'S).



Relatório de Avaliação de Atividades

Promoção da saúde

A promoção da saúde não se dirige apenas aos indivíduos doentes, mas sim a todos os indivíduos quer na ausência quer na presença de doença. Procura estabelecer a capacidade pessoal para que cada indivíduo promova a sua saúde, tentando criar um contexto favorável à saúde. Ou seja, enquanto a promoção da saúde consiste em medidas gerais positivas, nomeadamente a educação para uma vida saudável e a promoção de ambientes favoráveis; a prevenção, por sua vez, abarca medidas para reduzir a ameaça das doenças.

Por sua vez, a educação para a saúde é um instrumento ou uma estratégia básica da promoção da saúde que visa desencadear mudanças ao nível do comportamento individual. Sendo que estas estratégias de educação para a saúde podem ser desenvolvidas ao nível individual, grupal ou comunitário e poderão incluir intervenções pessoais diretas ou, até mesmo, campanhas nos meios de comunicação social.

Tendo em consideração que o objetivo primordial da promoção da saúde é o de promover alterações positivas nos comportamentos de saúde dos indivíduos, os enfermeiros, como promotores da saúde, devem possuir conhecimentos e competências que lhes permitam fomentar atitudes ou condutas benéficas para aquele indivíduo, respeitando o seu ritmo e as suas necessidades, em termos de saúde, mobilizando motivações junto dos indivíduos em vez de imposições.

Promoção de hábitos de vida saudáveis

Para que cada pessoa atinja um pleno bem-estar físico, mental e social é necessário saber satisfazer necessidades e modificar comportamentos. Os programas de promoção de hábitos de vida saudável tendem, principalmente, a melhorar a saúde das pessoas, a reduzir os riscos de doenças, a melhorar a autoconfiança e o bem-estar e, por fim, a motivar a criação de hábitos de vida saudáveis. Pois, se cada pessoa estiver devidamente esclarecida sobre a forma como o seu comportamento e o seu estilo de vida podem afetar a sua saúde, achamos que, pouco a pouco, ela pode modificar as suas atitudes de modo a melhorar e/ou mudar o seu estilo de vida.

É de referir que a obesidade é um dos fatores de risco para a saúde, estando essa doença associada às consequências do sedentarismo. Deste modo, deve-se estimular os idosos para a prática de atividade física e para uma alimentação saudável, mantendo essa



Relatório de Avaliação de Atividades

atitude durante a vida, com o objetivo de reduzir doenças associadas a patologias decorrentes do sedentarismo e da obesidade. Por isso, é de relevar a importância.

Nesse sentido, a equipa de saúde tem como objetivo gerir melhor a saúde dos utentes, fornecendo informação clara, simples e rigorosa, para que desenvolvam todas as suas capacidades cognitivas, afetivas, psicomotoras e sensoriais, bem como as suas competências sociais.

Assim sendo, como nos refere Silva (2012, p.45) “A atividade física e a alimentação são dois sustentáculos fundamentais para a promoção da saúde e prevenção da doença”.

Contribuir para a valorização pessoal e social do idoso

“Quando mais envelhecemos, mais precisamos de ter que fazer. Mais vale morrer do que arrastarmos na ociosidade de uma velhice insipida: Trabalhar é viver.” Voltaire

Ao longo da História da Humanidade, sempre se acreditou que a velhice era traduzida inevitavelmente por uma notável diminuição dos processos cognitivos, no entanto hoje em dia podemos afirmar que a conservação da saúde mental até ao fim da vida, é algo que a maioria das pessoas ainda consegue. De uma forma geral a definição de Saúde mental desenvolveu-se em torno de dois conceitos: uma maneira de ser; um conjunto de diversos aspetos.

A manutenção da saúde mental exige assim uma abordagem muito mais preventiva do que curativa, procurando encontrar os conjuntos de soluções que melhor respondam às necessidades dos idosos, sempre tendo em conta os aspetos diferenciados das suas personalidades. Assim sendo é importante, em primeiro lugar criar um clima de confiança e segurança emocional com o idoso, apoiando os mesmos, e encorajando-os a conservar uma imagem positiva de si próprios. Por outro lado deve-se favorecer os comportamentos variados, adaptando-os às diferentes situações com as quais os idosos se deparam dia-a-dia, procurando ser um suporte essencial nos momentos de crise e problemas existências. Procurar encorajar e estimular os idosos a manter as relações sociais, de um modo particular com a família mais próxima, com o objetivo de ser um suporte social de extrema importância para o idoso.

Deste modo, são consideradas como condições de eficácia da relação de ajuda, a congruência ou autenticidade, a consideração positiva e condicional, a compreensão empática e a comunicação. Considera-se assim aspetos práticos e essenciais de ajuda: mais acolhimento do que iniciativa, concentração sobre as vivências mais do que sobre



Relatório de Avaliação de Atividades

os factos, maior interesse pela pessoa que pelo problema, respeito e consideração pela pessoa e facilitação na comunicação.

Conclusão

A enfermagem assume um papel de vital importância, uma vez que os profissionais desta área são, por excelência, detentores de competências que lhes permitem responder de forma adequada às necessidades das pessoas/grupos/comunidades, partindo da avaliação multicausal dos principais problemas de saúde, com vista ao *empowerment* das comunidades e ao exercício da cidadania.

No final deste relatório podemos constatar que, existem inúmeras atividades diárias, promovidas pelos enfermeiros. Estas não são no entanto, específicas para um mês em concreto, mas sim para os doze meses do ano, pois são desenvolvidas diariamente. Existem no entanto, algumas atividades próprias de determinados meses do ano, como é o exemplo da época de vacinação. Concluimos portanto, e uma vez que Enfermagem é uma profissão dinâmica, que todas estas atividades são e serão desenvolvidas diariamente, contribuindo assim para o bem-estar dos idosos bem como para a sua qualidade de vida.



Relatório de Avaliação de Atividades

4- Fisioterapia

Introdução

Este relatório permite a realização de uma avaliação qualitativa e quantitativa do serviço de fisioterapia realizado no período de 01 de Janeiro a 31 de Dezembro de 2016. O serviço de fisioterapia foi disponibilizado para o Centro Residencial e Centro Social da Obra Social Padre Miguel.

Este relatório tem como objetivos apresentar os métodos utilizados na reabilitação e prevenção do estado de saúde dos utentes bem como a frequência dos mesmos durante o ano de 2016. Pretende-se avaliar, interpretar e melhorar métodos e técnicas aplicados aos utentes para uma melhor qualidade de vida.

APRESENTAÇÃO DO SERVIÇO

Fisioterapia

A fisioterapia é o ramo da saúde que estuda, avalia, previne e trata os distúrbios do movimento humano decorrentes de alterações de órgãos e sistemas humanos. Atua nas mais diversas áreas com procedimentos, técnicas, metodologias e abordagens específicas que têm como principal objetivo tratar, minimizar e prevenir as mais variadas disfunções do corpo humano. Como ponto fundamental na perspetiva da fisioterapia está a FUNCIONALIDADE do doente durante a execução da maior parte das suas atividades da vida diária.

Segundo COFFITO a fisioterapia busca alcançar, através de metodologias e técnicas próprias baseadas na utilização terapêutica dos movimentos e dos fenómenos físicos, uma melhor qualidade de vida para o cidadão, frente às disfunções intercorrentes.

A fisioterapia atua em diversos tipos de patologias, desde músculo-esqueléticas, neurológicas, respiratórias, cardiovasculares e inclusive oncológica.

Fisioterapia na instituição

O serviço de fisioterapia esteve disponibilizado para todos os utentes do centro social e residencial da Obra Social Padre Miguel.

De acordo com as necessidades demonstradas ao longo do ano, fosse por doença, trauma e/ou prevenção do estado de saúde de cada utente, criou-se um plano



Relatório de Avaliação de Atividades

individualizado com objetivo principal de melhorar ou atenuar o deteriorar da sua condição.

Aplicaram-se métodos e técnicas de tratamento no âmbito da fisioterapia, tais como, cinesioterapia, eletroterapia, termoterapia, massoterapia e hidroterapia, sempre adaptadas e de acordo com cada utente.

Descrição dos recursos disponíveis

Recursos humanos:

- 1 Fisioterapeuta;
- Colaboradores e técnicos que proporcionaram apoio quando necessário.

Recursos Materiais:

• Cintos flutuadores de segurança;	• Alteres para uso aquático;	• Colchões para uso aquático;	• 2 Balneários;
• Compressas frias, tamanhos variados;	• 1 Ginásio de Fisioterapia;	• 1 aparelho de TENS;	• Esparguetes flutuadores.
• Compressas húmidas, tamanhos variados;	• Cadeiras de rodas.	• 2 Gabinetes de enfermagem;	• 1 Piscina;
• 1 Hidrocoletor;	• Canadianas;	• Andarilhos;	• Creme anti-inflamatório e analgésico;
• 1 Ultrassom;	• Creme de massagem;	• Creme de aquecimento;	• Creme Frio;
• 1 Ginásio;	• Pesos para punho e tornozelo;	• Toalhas, tamanhos variados;	• 2 esponjas para trabalho propriocetivo;
• 2 Salões;	• 1 cama de Bobath	• Bolas em tamanhos variados;	• Therabands;
• 1 marquesa;	• Barras paralelas;	• 10 Bolas de Bobath	• Arcos;
• Bastões;	• 2 pedaleiras;		



Relatório de Avaliação de Atividades

Plano semanal Centro Social

Janeiro a junho de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09H10-11H30 GRUPO I e II	09H10-09H45 Organização e planeamento do serviço	09H15-12H25 GRUPO III e IV	09H10-09H50 FISIO-GINÁSIO (Individual)	09H10-09H45 Organização e planeamento do serviço
11H30-12H25 FISIO-GINÁSIO (Individual)	09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina Municipal)		10H00-12H25 GRUPO V e VI	09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina Municipal)

Julho a setembro de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09H10-12H00 GRUPO I e II	09H15-11H00 GRUPO III	09H15-12H25 GRUPO IV e V	09H15-11H00 GRUPO VI	09H10-09H40 FISIO-GINÁSIO (Individual)
	11H15-12H00 FISIO-GINÁSIO (Individual)		11H15-12H00 FISIO-GINÁSIO (Individual)	10H00-11H40 HIDRO-SÊNIOR (Piscina Municipal)
12H00-12H30 Organização e planeamento do serviço				

Outubro a dezembro de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09H10-11H30 GRUPO I e II	09H10-09H45 Organização e planeamento do serviço	09H15-12H25 GRUPO III e IV	09H10-09H50 FISIO-GINÁSIO (Individual)	09H10-09H45 Organização e planeamento do serviço
11H30-12H25 FISIO-GINÁSIO (Individual)	09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina OSPM)		10H00-12H25 GRUPO V e VI	09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina OSPM)

Ao longo do ano realizaram-se ajustes ao horário devido à atividade hidro-sénior. De Janeiro a Junho e Outubro a Dezembro foi lecionada na Piscina Municipal de Bragança, porque a piscina da instituição encontrava-se encerrada nesse período. De referir que o



Relatório de Avaliação de Atividades

horário é atribuído pelos responsáveis da Piscina Municipal de Bragança. De Julho a Setembro passou a lecionar-se na Instituição, apesar de que, só ter iniciado no mês de Agosto devido a problemas técnicos apresentados.

Plano de tratamentos aplicado no centro social

GRUPO I	GRUPO III	GRUPO V
Cinesioterapia Mobilização articular manual; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem terapêutica.	Cinesioterapia; Fortalecimento muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Treino de avd's; Treino de marcha.	Cinesioterapia Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Marcha.
GRUPO II	GRUPO IV	HIDRO-SÊNIOR
Cinesioterapia; Mobilização articular manual; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Treino de avd's; Treino de marcha	Cinesioterapia; Treino resistência muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Marcha.	Cinesioterapia no meio aquático; Fortalecimento Muscular; Treino de resistência muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas.

Para uma melhor gestão e organização do serviço de fisioterapia, decidiu-se criar cinco grupos que foram divididos de acordo com grau de dependência de cada utente, de acordo com a tabela seguinte. Para cada grupo prescreveram-se tratamentos que foram aplicados a cada utente de acordo com a necessidade de cada um. No entanto ao longo do ano necessitou-se de efetuar um reajuste ao plano individual de alguns utentes devido a alterações do seu estado de saúde.



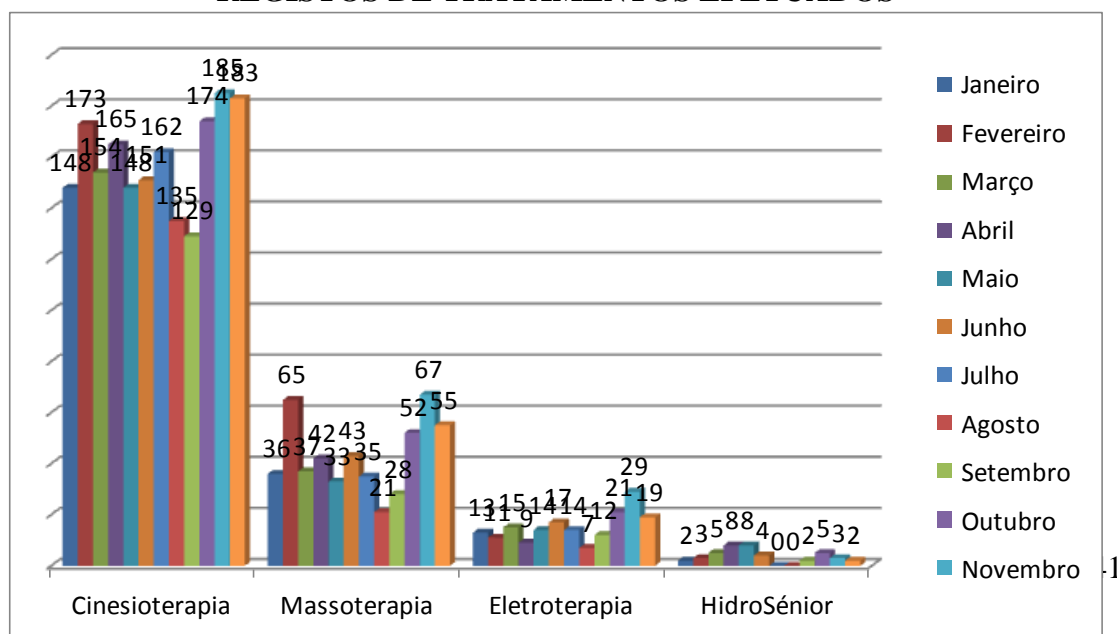
Relatório de Avaliação de Atividades

Nº de presenças obtidas no serviço de fisioterapia

Tratamento Mês	Cinesioterapia	Massoterapia	Eletroterapia	Hidro-sênior	TOTAL
Janeiro	148	36	13	2	199
Fevereiro	173	65	11	3	252
Março	154	37	15	5	211
Abril	165	42	9	8	224
Maio	148	33	14	8	203
Junho	151	43	17	4	215
Julho	162	35	14	0	211
Agosto	135	21	7	0	163
Setembro	129	28	12	2	171
Outubro	174	52	21	5	252
Novembro	185	67	29	3	284
Dezembro	183	55	19	2	259
TOTAL	1907	514	181	42	2644

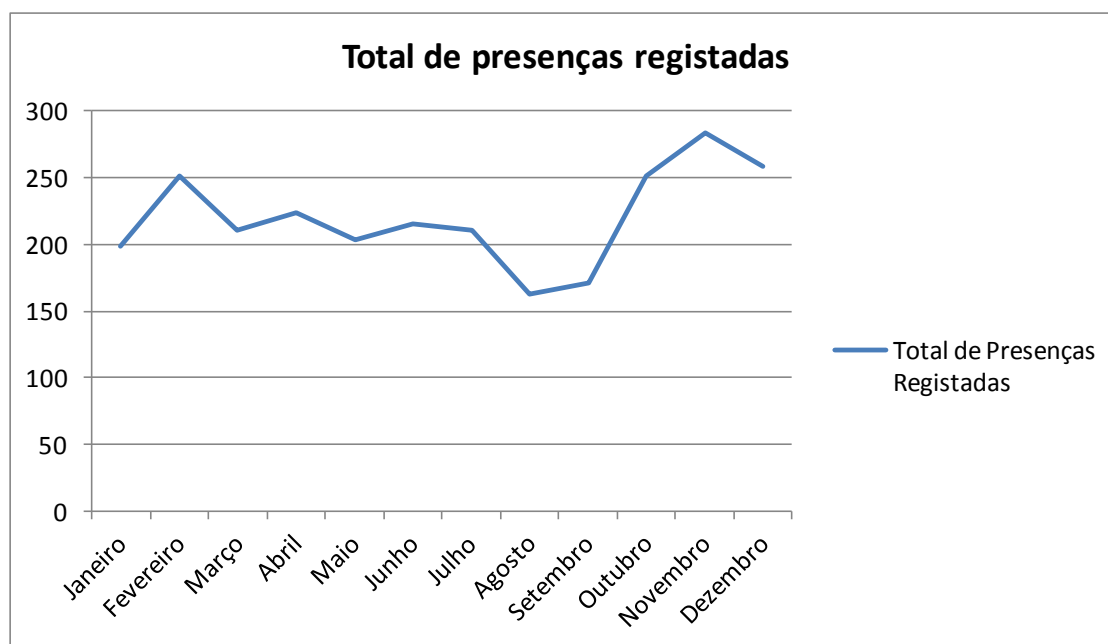
GRÁFICOS

REGISTOS DE TRATAMENTOS EFETUADOS





Relatório de Avaliação de Atividades



Analisando os gráficos, verifica-se que o método de tratamento cinesioterapia é o mais utilizado na reabilitação dos utentes. A hidro-sénior ao longo do ano foi perdendo adesão devido ao estado de saúde que alguns usuários foram apresentando.

Uma nota interessante e a ter em conta, vai para o fato de que nos mês de Novembro o serviço atingiu o seu "pico" máximo de tratamentos.

O serviço de fisioterapia registou no centro social perto de 2700 tratamentos aplicados aos seus utentes durante o ano de 2016.

Plano semanal centro Residencial

Janeiro a junho de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina Municipal)			09H50-11H45 HIDRO-SÉNIOR (Piscina Municipal)
14H05-14H50 GRUPO III	14H05-14H50 FISIO-GINÁSIO (Individual)	14H05-14H50 GRUPO V	14H00-16H30 FISIO-GINÁSIO (Individual)	14H05-14H50 GRUPO I e II
15H00-16H50 FISIO-GINÁSIO (Individual)	15H00-16H00 GRUPO IV	15H00-17H30 FISIO-GINÁSIO (Individual)	GRUPO I	15H00-17H30 FISIO-GINÁSIO (Individual)
17H00-17H30 Organização e planeamento do serviço	16H15-17H30 FISIO-GINÁSIO (Individual) GRUPO I		16H40-17H30 Organização e planeamento do serviço	



Relatório de Avaliação de Atividades

Julho a setembro de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
				09H50-11H45 HIDRO-SÊNIOR (Piscina Municipal)
14H05-16H00 FISIO- GINÁSIO (Individual)	14H05-16H00 FISIO-GINÁSIO (Individual)	14H05-17H00 FISIO- GINÁSIO (Individual)	14H05-16H00 FISIO- GINÁSIO (Individual)	14H05-17H00 FISIO-GINÁSIO (Individual)
16H05-17H30 GRUPO III	16H05-17H30 GRUPO I e II	17H05-17H30 Organização e planeamento do serviço	16H05-17H30 Grupo IV	17H05-17H30 Organização e planeamento do serviço

Outubro a dezembro de 2016:

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09H50-11H45 HIDRO-SÊNIOR (Piscina OSPM)			09H50-11H45 HIDRO-SÊNIOR (Piscina OSPM)
14H05-14H50 GRUPO III	14H05-14H50 FISIO-GINÁSIO (Individual)	14H05-14H50 GRUPO V	14H00-16H30 FISIO- GINÁSIO (Individual)	14H05-14H50 GRUPO I e II
15H00-16H50 FISIO- GINÁSIO (Individual)	15H00-16H00 GRUPO IV	15H00-17H30 FISIO- GINÁSIO (Individual)	GRUPO I	15H00-17H30 FISIO-GINÁSIO (Individual)
17H00-17H30 Organização e planeamento do serviço	16H15-17H30 FISIO-GINÁSIO (Individual) GRUPO I		16H40-17H30 Organização e planeamento do serviço	

Ao longo do ano realizaram-se ajustes ao horário devido à atividade hidro-sênior. De Janeiro a Junho e Outubro a Dezembro foi lecionada na Piscina Municipal de Bragança, porque a piscina da instituição encontrava-se encerrada nesse período. De referir que o horário é atribuído pelos responsáveis da Piscina Municipal de Bragança. De Julho a Setembro passou a lecionar-se na Instituição, apesar de que, só ter iniciado no mês de Agosto devido a problemas técnicos apresentados.



Relatório de Avaliação de Atividades

Plano de tratamentos aplicado no Centro Residencial

GRUPO I	GRUPO III	HIDRO-SÊNIOR
Cinesioterapia; Mobilização articular manual; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem terapêutica.	Cinesioterapia; Treino resistência muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Marcha.	Cinesioterapia no meio aquático; Fortalecimento Muscular; Treino de resistência muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas.
GRUPO II	GRUPO IV	
Cinesioterapia; Fortalecimento muscular; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Treino de avd's; Treino de marcha	Cinesioterapia; Estimulação das capacidades físicas e cognitivas; Massagem relaxamento/ terapêutica; Marcha.	

Para uma melhor gestão e organização do serviço de fisioterapia, decidiu-se criar cinco grupos que foram divididos de acordo com grau de dependência de cada utente, de acordo com a tabela seguinte. Para cada grupo prescreveram-se tratamentos que foram aplicados a cada utente de acordo com a necessidade de cada um. No entanto ao longo do ano necessitou-se de efetuar um reajuste ao plano individual de alguns utentes devido a alterações do seu estado de saúde.



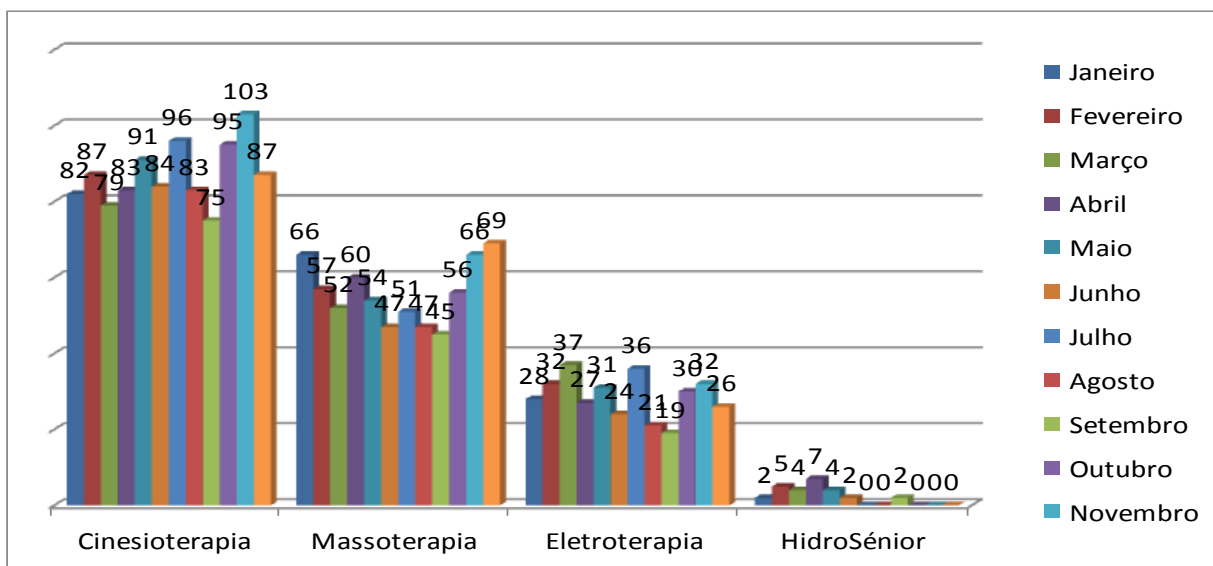
Relatório de Avaliação de Atividades

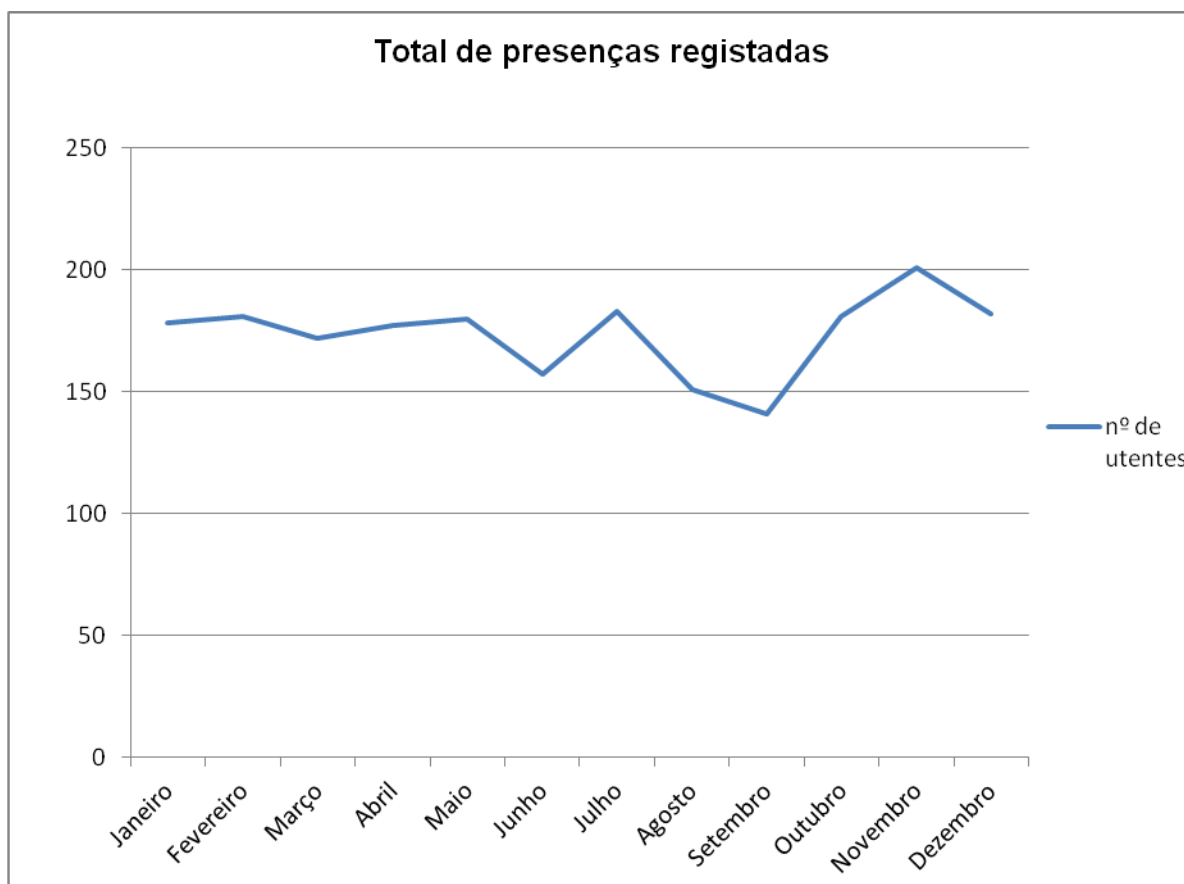
Nº de presenças obtidas no serviço de fisioterapia

Tratamento Mês	Cinesioterapia	Massoterapia	Eletroterapia	Hidro-sênior	TOTAL
Janeiro	82	66	28	2	178
Fevereiro	87	57	32	5	181
Março	79	52	37	4	172
Abril	83	60	27	7	177
Maio	91	54	31	4	180
Junho	84	47	24	2	157
Julho	96	51	36	0	183
Agosto	83	47	21	0	151
Setembro	75	45	19	2	141
Outubro	95	56	30	0	181
Novembro	103	66	32	0	201
Dezembro	87	69	26	0	182
TOTAL	1045	670	343	26	2084

GRÁFICOS

REGISTOS DE TRATAMENTOS EFETUADOS





Analisando os gráficos, verifica-se que o método de tratamento cinesioterapia é o mais utilizado na reabilitação dos utentes. A hidro-sénior ao longo do ano foi perdendo adesão devido ao estado de saúde que alguns usuários foram apresentando.

Uma nota interessante e a ter em conta, vai para o fato de que nos mês de Novembro o serviço atingiu o seu "pico" máximo de tratamentos.

O serviço de fisioterapia registou no centro residencial perto de 2100 tratamentos aplicados aos seus utentes durante o ano de 2016.

CONCLUSÃO

Com o avançar da idade a perda de funcionalidade motora, sensorial e cognitiva levam a uma consequente dependência, comprometendo a qualidade de vida do idoso, assumindo assim a fisioterapia um papel preponderante no processo de envelhecimento. Interpretar, avaliar, reabilitar e habilitar são palavras de índole obrigatória diária neste serviço, o qual assume o compromisso de minimizar as consequências de um processo gradativo característico do envelhecimento. Planos de tratamentos adequados e adaptados



Relatório de Avaliação de Atividades

a cada utente possibilitaram minorar limitações funcionais, perda de força, equilíbrio, coordenação motora, atrofia musculares e articulares presentes no idoso. Consequentemente preveniu-se o número de quedas, dores musculares e articulares, permitindo melhorar a execução das atividades da vida diária e estimular a independência, contribuindo para melhorar a autoestima do utente.

Pode concluir-se que os tratamentos realizados ajudaram a melhorar e a estabilizar, ainda que em alguns casos temporariamente, a evolução da doença, o que representou um ganho relevante na qualidade de vida do idoso institucionalizado.

Durante 2016 o serviço marcou presença, participando e colaborando, nas atividades externas e internas para o qual foi solicitado. Contribuiu igualmente para uma evolução do conhecimento técnico e enriquecimento curricular dos colaboradores através de ações de formação referentes à temática: "Posicionamento e transferência do idoso institucionalizado".



5 – Animação Sociocultural

INTRODUÇÃO

Este relatório é realizado tendo em vista a avaliação das atividades de Animação Sociocultural, durante o período de 1 de janeiro a 31 de dezembro de 2016.

Este relatório de atividades constitui um valioso instrumento para conhecer e compreender os diversos “ateliers” do serviço de Animação Sociocultural na Obra Social Padre Miguel. São também fornecidos indicadores que permitem avaliar a participação dos utentes nos diferentes níveis de autonomia/dependência durante esse período nas diversas atividades, bem como a caracterização dos recursos humanos, materiais e físicos que deram suporte às atividades Socioculturais.

As atividades de animação decorreram ao longo de todo o ano, tendo sido realizadas devidamente de acordo com o Plano de Atividades. Desenvolveram-se, ainda, outras atividades que foram aprovadas pela direção.

Animação sociocultural na Terceira Idade

Na atualidade, assiste-se a um aumento significativo do envelhecimento demográfico. A organização das Nações Unidas (ONU) considera o período de 1975 a 2025 como a “era do envelhecimento”.

Envelhecer é diferente de velhice e na opinião de Cunha (2009:91) “envelhecer começa na altura em que somos gerados, já a velhice, os seus sinais e sintomas físicos e mentais só se manifestam, de forma clara, a partir de uma determinada idade”.

É nesta fase da vida que todas as capacidades do idoso, físicas, motoras e intelectuais vão diminuindo, como refere Cunha (2009:92), “o envelhecimento é um processo natural que se caracteriza por modificações morfológicas, fisiológicas, psicológicas, bioquímicas e sociais, propiciadas por mudanças inerentes à idade e desgaste acumulado”.

O setor da animação sociocultural é uma das principais valências numa instituição, pois promove, sem dúvida, um envelhecimento ativo dos idosos. Visa sobretudo preservar a autonomia, autoeficácia e autoestima, o bem-estar físico e psíquico dos utentes, proporcionados através de atividades físicas e motoras, cognitivas ou mentais,



Relatório de Avaliação de Atividades

expressão plástica, culturais, sociais e religiosas, respeitando sempre o plano semanal/anual da instituição.

Objetivos da Animação sociocultural

O principal objetivo é através da animação melhorar a qualidade de vida dos idosos institucionalizados tendo em conta e tentando sempre:

- Promover o desenvolvimento Pessoal e Social;
- Promover o elo de ligação entre idosos, família e Instituição;
- Identificar o interesse dos utentes por temas, assuntos, necessidades e motivações;
- Aproximar a instituição da comunidade;
- Fomentar a abertura da Instituição às famílias;
- Criar e desenvolver laços afetivos entre a família e utente;
- Manter a independência da pessoa na realização das atividades da vida quotidiana;
- Favorecer um bem-estar físico e psicológico;
- Ir ao encontro das suas raízes e reforçar a sua identidade;
- Promover a autonomia e a qualidade de vida do idoso;
- Respeitar o idoso quanto à sua individualidade, capacidades, hábitos, interesses e expectativas;
- Promover a participação ativa dos idosos e/ou significativos nas diversas fases de planificação das atividades;
- Promover a participação das famílias nas atividades da vida diária (AVD) e atividades instrumentais da vida diária (AIVD) dos idosos, bem como no quotidiano da Instituição;
- Respeitar as diferenças religiosas, étnicas e culturais, dos utentes.

Animação sociocultural na Instituição

O setor de animação sociocultural é abrangido nas três valências (Centro Social, Centro Residencial e Centro de Dia). Nessas mesmas, são promovidas através de diversos ateliers durante a semana: Ginástica de manutenção, cognitivas ou mentais, hidro-



Relatório de Avaliação de Atividades

sénior, expressão plástica, culturais, sociais, lúdicas e atividades religiosas. No sector de Animação realiza a atualização da página do facebook da OSPM, bem como, da página da nossa Instituição. É efetuado toda a planificação das atividades ao longo do ano, desde das saídas para o exterior, bem como, das atividades realizadas na Instituição.

A avaliação das atividades baseia-se em registos diários preenchidos após cada atividade, com informação sobre os participantes que beneficiaram e o seu nível de participação. Nas atividades esporádicas a avaliação é feita por objetivos e posteriormente é verificada a sua concretização.

Descrição dos recursos disponíveis:

Recursos humanos:

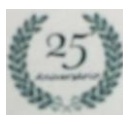
- 1 Técnico em Animação Sociocultural;
- 1 Professor em Educação Física desde do dia 23/02/2016 até ao dia 04/11/2016.
- Colaboradores proporcionaram apoio em várias atividades realizadas durante o ano.
- Estagiários em CET'S de Gerontologia e de Trabalho Social;

Recursos Materiais:

- Material audiovisual e informático;
- Livros/revistas/ jornais;
- Material Desportivo e de reabilitação (Bolas, cordas, garrafas de plástico, arcos, bastões, cadeiras, esparguetes, colchões, halteres, pesos de punho);
- Material de Expressão Plástica: lápis de cores, tubos de cola, lã, entre outros.

Recursos Físicos:

- Salas de atividades;
- Sala multimédia;
- Ginásio;
- Refeitório;
- Espaço exterior;
- Piscina;
- 2 Carrinhas.



Relatório de Avaliação de Atividades

Plano Semanal de Atividades

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09h00 – 10h00 Treino de marcha / Ginástica dependentes Local: Centro Social	09h00 – 10h00 Treino de marcha / Ginástica dependentes Local: Centro Social	09h00 – 10h00 Treino de marcha / Ginástica dependentes Local: Centro Residencial	09h00 – 10h00 Treino de marcha / Ginástica dependentes Local: Centro Social	09h00 – 10h30 Treino de marcha/ Ginástica dependentes Local: Centro Residencial
10h15 – 11h00 Ginástica de manutenção Local: Ginásio	Saída 09h30 Chegada 11h30 Hidro – sénior	10h15 – 11h00 Ginástica de Manutenção Local: Ginásio	10h15 – 11h00 Ginástica de Manutenção Local: Ginásio	Saída 10h30 Chegada 12h30 Hidro – sénior
11h00 – 12h30 Atividades cognitivas ou Mentais Local: Centro Residencial	10h00 – 11h00 Local: Piscina Municipal	11h00 – 12h30 Jogos Lúdicos Local: Centro Residencial	11h00 – 12h30 Treino de marcha / Ginástica dependentes Local: Centro Residencial	11h00 – 12h00 Local: Piscina Municipal
12H30 – 14H00 ALMOÇO				
14h00 – 16h00 Atelier de Expressão Plástica Local: Centro Social	14h00 – 17h30 Atelier de Expressão Plástica Local: Centro Residencial	14h00 – 16h00 Atividades de animação / Desportiva Local: Centro de Dia	14h00 – 16h00 Atividades cognitivas ou Mentais Local: Centro Social	14h30 – 16h00 Sessão de cinema* Local: Sala Multimédia
16h00 – 16h30 Atividades cognitivas ou Mentais Dependentes Local: Centro Social			16h00 – 16h30 Atividades cognitivas ou Mentais Dependentes Local: Centro Social	16h00 – 16h30 Atividades cognitivas ou Mentais Dependentes Local: Centro Social
16h30 – 17h30 Jogos Lúdicos Local: Centro Social		16h00 – 17h30 Organização das atividades diárias	16h30 – 17h30 Jogos Lúdicos Local: Centro Social	16h30 – 17h30 Organização das atividades diárias

As atividades de Ginástica de Manutenção, Hidro-sénior, Sessão de Cinema, Baile ou Saídas para o exterior são realizadas com os utentes do Centro Residencial, Centro Social e Centro de Dia.

*Alternâncias semanais: 1.^a e 2.^a Semana: Cinema; 3.^a Semana: Baile; 4.^a Semana: Ciência Viva



Relatório de Avaliação de Atividades

Plano semanal do Prof. Luís Tomé desde do dia 23/02/2016 até ao dia 04/11/2016

Participação dos utentes nas atividades semanal

Ginástica de Manutenção Física – Treino de Marcha

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Treino de marcha/Caminhada Local: Jardim 09h45 – 10h30 (Utentes do C. Social)	Hidro-sénior 10h00 – 11h00 Local: Piscina da Instituição	Centro de Dia Ginástica de manutenção Treino de marcha Jogos Lúdicos 09h00 – 12h00	Treino de marcha/Caminhada Local: Jardim 09h45 – 10h30 (Utentes do C. Residencial)	Hidro-sénior 10h00 – 11h00 Local: Piscina da Instituição
Ginástica de manutenção 10h30 – 11h30 Local: Ginásio (Utentes do C. Residencial e C. Social)	(Utentes do C. Residencial, C. Social e C. de Dia)		Ginástica de manutenção 10h30 – 11h30 Local: Ginásio (Utentes do C. Residencial e C. Social)	(Utentes do C. Residencial, C. Social e C. de Dia)
Centro de Dia Est. Cognitiva Ginástica de manutenção 14h00 – 17h30	Centro Social Est. Cognitiva Jogos Lúdicos 14h00 – 17h30	Centro residencial Atividades de animação 14h00 – 17h30	Centro de Dia Atividades de animação 14h00 – 17h30	Centro Social Atividades de Animação 14h00 – 17h30

As aulas de ginástica têm como objetivo assegurar as condições de bem-estar dos utentes, promovendo a sua saúde, tentando combater o sedentarismo e desenvolvendo as suas capacidades físicas e intelectuais através de tarefas simples de movimentação articular e muscular possibilitando-lhe uma maior qualidade de vida. Esta atividade tem como objetivos específicos o aumento do autodomínio, melhorar a ocupação dos tempos livres, desenvolvimento das capacidades físicas, combater o sedentarismo e o stress, prevenção das depressões e aumentar a autoestima.

Material: Bolas, Balões, cordas, garrafas de plásticos, arcos, bastões, Cadeiras.

Destinatários: Esta atividade foi realizada para todos os utentes das várias valências da Instituição.

Dias/Duração: As aulas de ginástica de manutenção foram realizadas às Segundas-Feiras, Quartas-Feiras, Quintas-Feiras das 10h15 às 11h00 com os utentes do Centro Social e Centro Residencial, no que concerne aos utentes do Centro de Dia, essas mesmas eram realizadas pelo prof Luís Tomé às Quartas-feiras das 10h00 às 11h00.

Recursos Humanos: 1 técnico licenciado em Educação Física e Animação Social, 1 técnico licenciado em Educação Física (Prof Luís Tomé).

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2016	Ano 2015
Mês						
Janeiro	62	28	28	--	118	120
Fevereiro	83	35	27	--	145	136
Março	78	40	35	--	153	128
Abril	64	55	42	--	161	157
Maió	62	47	32	--	141	143
Junho	60	38	28	--	126	116
Julho	65	42	31	--	138	109
Agosto	42	49	27		118	--
Setembro	68	45	28	--	141	143
Outubro	110	67	30	--	207	184
Novembro	89	55	15	--	159	185
Dezembro	92	65	18	--	175	220
					1782	1641

Relativamente à Ginástica de Manutenção notou-se um acréscimo na assiduidade dos utentes à partir do mês de fevereiro, houve um aumento no centro de Dia, devido ao aumento desta atividade, é uma atividade onde conseguimos juntar um maior número de utentes.

Caminhadas / Treino de marcha

Local: No espaço interior do Centro Social, Centro Residencial e Centro de Dia. Espaço exterior (Jardim)

Recursos Humanos: 1 técnico licenciado em Educação Física e Animação Social e 1 Fisioterapeuta, 1 técnico licenciado em Educação Física (Prof Luís Tomé).

Destinatários: Esta atividade é destinada a todos os utentes das várias valências da Instituição.

Dias/Duração: Todas as manhãs das 09h30 às 10h30.

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2016	Total Ano 2015
Mês						
Janeiro	32	25	12	--	69	41
Fevereiro	37	26	21	--	69	47
Março	41	34	25	--	100	57
Abril	43	31	32	--	106	70
Maio	55	35	29	--	119	70
Junho	66	38	33	--	137	87
Julho	72	42	35	--	149	94
Agosto	45	30	29	--	104	--
Setembro	82	67	26	--	257	117
Outubro	60	37	28	--	125	57
Novembro	34	18	5	--	57	55
Dezembro	28	16	--	--	44	49
					1336	744

Notámos um aumento na assiduidade dos nossos utentes nas caminhadas devido ao reforço de mais um técnico na área de animação/desportiva para o acompanhamento dos utentes, assim foi possível realizar mais caminhadas e com mais utentes.

Hidroginástica:

Trata-se de uma ginástica no meio aquática, utilizando a água como redutor da ação da gravidade. Reduz o risco de lesões e permite até a reabilitação de pessoas com alguma restrição ao exercício de sobrecarga vertical (lombalgias, artrose, reumatismo, etc.). Visa o fortalecimento muscular localizado, o condicionamento físico geral, cardiovascular e respiratório.

Material: 10 Esparguetes, 10 halteres, 2 bolas e 2 cestos

Recursos Humanos: 1 técnico licenciado em Educação Física e Animação Social e 1 Fisioterapeuta, 1 técnico licenciado em Educação Física (Prof Luís Tomé).

Destinatários: Esta atividade é destinada a todos os utentes das várias valências da Instituição.

Dias/Duração: As aulas na piscina foram realizadas todas Terças-feiras e sextas-feiras das 10h00 às 11h00.

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2016	Total Ano 2015
Mês						
Janeiro	2	2	4	--	8	--
Fevereiro	2	5	3	--	10	--
Março	5	4	4	--	13	16
Abril	8	7	3	--	18	15
Maió	8	4	2	--	14	10
Junho	4	2	1	--	7	63*
Julho	0	0	2	--	2	127*
Agosto	4	4	2		10	
Setembro	2	2	1	--	5	120
Outubro	5	0	1	--	6	--
Novembro	3	0	1	--	4	--
Dezembro	2	0	1	--	3	20
					100	351

Notámos pouca assiduidade dos nossos utentes nesta atividade, podemos verificar uma diminuição da participação dos nossos utentes à partir do mês de Junho. Informámos que os nossos utentes frequentaram a piscina municipal desde Janeiro à Julho. Durante o mês de Agosto utilizamos a piscina da Instituição em duas ocasiões, não foi possível realizar mais aulas devido à temperatura da água.

Sessão de cinema:

Visionamento de vários filmes e documentários tem como objetivo lembrar hábitos, costumes, vivências e experiências oriundos do meio sociocultural em que os idosos estão inseridos.

Material: 1 portátil, 1 videoprojector, Internet.

Destinatários: Esta atividade é destinada a todos os utentes das várias valências da Instituição.

Local: Sala Multimédia

Dias/Duração: As sessões na sala multimédia foram realizadas as sextas-feiras 1x/mês das 14h30 – 16h00.

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2016	Total Ano 2015
Mês						
Janeiro	8	3	--	--	11	27
Fevereiro	11	3	--	--	15	36
Março	12	4	--	--	16	32
Abril	11	3	--	--	14	24
Maio	8	4	--	--	12	23
Junho	9	4	--	--	13	21
Julho	12	1	--	--	13	18
Agosto		Férias				
Setembro	10	3	--	--	13	15
Outubro	9	--	--	--	9	21
Novembro	8	--	--	--	8	24
Dezembro	6	4	--	--	10	38
					121	279

Nas sessões de cinema notámos uma diminuição da participação dos utentes do ano 2015 para o ano 2016 devido a redução do número de sessões ao longo do mês.

Atividades cognitivas ou mentais

O objetivo dos jogos de estimulação cognitiva é aumentar a atividade cerebral, retardar os efeitos da perda de memória e da acuidade e velocidade *perspetiva*, e, prevenir o surgimento de doenças

Relatório de Avaliação de Atividades

degenerativas. Esta atividade será desenvolvida através dos ateliers de memória que compreendem o desenvolvimento de: Operações Aritméticas Simples; Jogo das Diferenças; Jogo do Labirinto; Jogo de Memória; Sudoku; Sopa de Letras; Puzzles; Damas.

Destinatários: Esta atividade é destinada a todos os utentes das várias valências da Instituição.

Local: Sala de atividade do Centro Social, Centro residencial e Centro de Dia

Dias/Duração: As sessões decorreram todas as segundas-feiras e quintas-feiras das 16h00 – 16h30 para os utentes dependentes (prof. Filipe) e segundas-feiras e terças-feiras das 14h às 15h com os utentes autónomos (prof. Tomé) do Centro Social, relativamente ao Centro Residencial, decorreram todas as segundas-feiras das 11h00-12h30 (prof. Filipe) e quartas-feiras das 14h00 – 15h00 para os utentes dependentes (prof. Luís Tomé).

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2015	Total Ano 2016
Mês						
Janeiro	25	34	25	--	84	68
Fevereiro	35	34	28	--	97	65
Março	58	36	26	--	120	72
Abril	71	37	19	--	127	97
Maió	52	48	27	--	227	77
Junho	48	35	31	--	114	57
Julho	52	47	33	--	132	33
Agosto	38	25	28	--	91	--
Setembro	41	39	25	--	105	38
Outubro	49	36	30	--	115	55
Novembro	35	22	15	--	72	59
Dezembro	34	14	11	--	59	79
					1343	700

Em comparação ao ano anterior de 2015, notou-se um grande aumento nas atividades de estimulação cognitiva, tanto ao nível dos utentes autónomos ou nos utentes dependentes e alguns com demência. Isso devido a introdução de mais um técnico na área de animação, conseguimos realizar mais sessões de estimulação cognitiva e com mais utentes de forma individual e em grupo, sendo uma das atividades mais importante da nossa instituição.

Atelier de expressão plástica

O atelier de expressão plástica visa proporcionar aos nossos utentes a possibilidade de se exprimir através das artes plásticas e dos trabalhos manuais. Com este tipo de animação pretende-se que o idoso possa dar largas à sua imaginação e criatividade através das várias formas de expressão, como sejam a pintura, o desenho, etc. As atividades de expressão têm ainda a vantagem de desenvolverem a motricidade fina, a precisão manual e a coordenação psicomotora, nomeadamente, pintura, desenho, modelagem, renda, bordados e cestarias.

Destinatários: Esta atividade é destinada a todos os utentes das várias valências da Instituição.

Local: Sala de atividade do Centro Social, Centro residencial e Centro de Dia.

Dias/Duração: As sessões decorreram todas as segundas-feiras e sextas-feiras das 11h00 – 12h00 no Centro Residencial, no Centro Social todas as segundas-feiras e sextas-feiras das 14h00 às 15h00.

Resposta Social	Centro Social	Centro Residencial	Centro Dia	SAD	Total Ano 2016	Total Ano 2015
Mês						
Janeiro	67	28	14	--	109	122
Fevereiro	68	34	26	--	128	112
Março	72	41	31	--	144	109
Abril	65	34	26	--	125	58
Maio	58	36	29	--	123	50
Junho	67	29	27	--	123	78
Julho	64	38	32	--	134	59
Agosto	35	21	27	--	83	--
Setembro	42	29	31	--	169	32
Outubro	51	37	29	--	117	58
Novembro	34	22	12	--	68	67
Dezembro	38	27	12	--	77	89
					1400	834

Como podemos constatar no quadro seguinte, houve uma boa adesão ao longo do ano.

Atividades realizadas durante o ano 2016

Janeiro

- **Dia 06**

Cantar dos Reis pelo Grupo de Cantares da Obra Social Padre Miguel nas instituições da cidade. Câmara Municipal de Bragança, Instituto da Segurança Social, Bombeiros Voluntários, PSP - Comando Distrital de Bragança.



- **Dia 10**

III Encontro de Cantares dos Reis, realizado em Vimioso;



Fevereiro

- **Dia 10**

Missa de quarta-feira de cinzas, celebrado no salão do centro social pelo Pároco Dr. Sobrinho Alves



- **Dia 26**

Visita ao Centro Cultural Adriano Moreira - As exposições estavam subordinadas aos temas “Chapéus há muitos” da coleção da família Carmona Pinheiro de Campos, e “Mascaretos” resultante dos trabalhos de alunos de escolas e também de utentes das IPSS(s) de Bragança.

Março

- **Dia 4**

Sessão de cinema - "FADO, História d'uma Cantadeira".



- **Dia 8**

Celebração do Dia Internacional da Mulher



- **Dia 11**

Centro de Ciência e Viva - atividade com o tema "Eco Ponto Amarelo" e elaboração de lembranças alusivas ao período da Páscoa.



- **Dia 14**

Consulta de diagnóstico precoce do cancro da cavidade oral



- **Dia 16**

Workshop sobre Reciclagem, dinamizada pelo projeto Azimute



- **Dia 19**

Celebração do Dia do Pai



- **Dia 21**

Domingo de Ramos com a participação dos utentes na Missa de Ramos, celebrada pelo Pároco Dr. Sobrinho Alves.



- **Durante o mês de Março**

Elaboração e entrega de lembranças alusiva à Páscoa



Dia 24

Participação dos nossos utentes na missa Crismal, realizada na Catedral de Bragança



Abril

- **Dia 2**

Missa da Páscoa



- **Dia 6**

Dia Mundial da Atividade Física



- **Dia 7**

Visita ao Centro Cultural Adriano Moreira - Exposição do Pintor Manuel Barrios, subordinada ao tema "Nostalgia de Portugal".



- **Dia 11**

"Workshop" subordinado ao tema "Ambientador" no âmbito do projeto " Mais Aldeia Pedagógica" organizado pela Azimute.



- **Dia 13**

Celebração do Dia do Beijo



- **Dia 15**

Os utentes da OSPM visitaram o Shopping de Bragança.



- **Dia 18**

Dia Internacional de Monumentos e Sítios – Visita ao Museu o Museu Militar de Bragança.



- **Dia 21**

Workshop de Maquilhagem Sénior promovido pelo CLDS de Bragança.



- **Dia 22**

Dia Mundial do Livro



Dia 22

Participação dos nossos utentes nas atividades propostas no Centro Ciência e Viva, subordinada ao tema “Ecoponto Azul – Realização de molduras para fotografias com cartão”.



- **Dia 23**

Os utentes da Obra Social Padre Miguel deslocaram-se ao Teatro Municipal para assistirem à peça " O NOVO CIRCO".



- **Dia 28**

-Dia Mundial do Sorriso



Maio

- **Dia 1**

Comemoração do dia da mãe



- **Dia 2**

-Visita à Feira das Cantarinhas



- **Dia 3**

Participação da equipa de Futsal da OSPM/ASCUDT no Torneio da Função Pública.



- **Dia 3**

"Atelier Pomada Natural" no âmbito do Projeto Mais Aldeia Pedagógico.



- **Dia 6**

Participação na VI Feira de Emprego, Educação e Solidariedade.



- **Dia 13**

Os utentes assistiram à missa do 13 de maio através da Televisão que se realizou no Santuário de Fátima, celebrada pelo Cardeal Patriarca de Lisboa Don Manuel Clemente.



- **Dia 18**

Dia Mundial da Internet



- **Dia 18**

Dia Internacional do Fascínio das Plantas, que se realizou no Parque do eixo Atlântico e na Praça da Sé, promovido pela European Plant Science Organisation (EPSO) em colaboração com o Instituto Politécnico de Bragança.



- **Dia 18**

Dia Internacional dos Museus

Os utentes da OSPM tiveram a oportunidade de visitar duas exposições patentes nesse centro. Uma fazia menção à coleção da Fundação Paço d'Arcos da pintora Graça Morais, outra era subordinada ao tema "Para que as coisas não se movam, atam-se com decorações" de Jorge Perianes.



- **Dia 26**

Teatro Municipal de Bragança

Os utentes da OSPM assistiram ao espetáculo comemorativo do Centenário das Aparições de Fátima, subordinado ao tema "Fátima, o Dia em que o sol Bailou", que se realizou no Teatro Municipal de Bragança.

- **Dia 27**

Expo Trás-Os-Montes

Alguns utentes da nossa Instituição, tiveram a oportunidade de visitar a Expo Trás-Os-Montes que decorreu no NERBA em Bragança.



- **Dia 30**

Atividade da Serigrafia

Serigrafia foi a atividade apresentada no dia 30 de maio pelos técnicos da Azimute, onde os nossos utentes tiveram a oportunidade de aprender a trabalhar com esta técnica de impressão manual.



Junho

- **Dia 1**

Dia Mundial da Criança

A OSPM assinalou o Dia Mundial da Criança. Esta atividade contou com a presença dos nossos utentes que interagiram com as crianças nos mais variados ateliers de pintura, música, dança e contos tradicionais.



- **Dia 11**

Seminário: Desporto, Saúde e Formação.



- **Dia 16**

Bragança Ativa 2016, realizado no Pavilhão Municipal Arnaldo Pereira.



- **Dia 16**

Atividade Flores da Amizade

No passado dia 16 de junho, os utentes da OSPM deslocaram-se à aldeia de Portela, no intuito de realizar mais uma atividade no âmbito do Projeto “Mais Aldeia Pedagógica.”



- **Dia 27**

Atividade Cianotipia



- **Dia 29**

Santos populares 2016



Julho

- **Dia 3**

O utente da OSPM Sr. José Augusto participou pela primeira vez no I Festival de Street Art (arte urbana) para colaborar na pintura de um dos muros do moinho do Polis.



- **Dia 5**

Orquestra Fervença

Concerto inédito nos jardins da Obra Social Padre Miguel - concerto proporcionado pela “Orquestra Fervença” num projeto integrado com a Câmara Municipal de Bragança.



- **Dia 10**

13.º Encontro de gerações do concelho de bragança

Teve lugar no passado Domingo dia 10 durante todo o dia, o 13.º Encontro de Gerações do concelho de Bragança, o qual decorreu no Santuário da Nossa Senhora da Ribeira, freguesia de Quintanilha, com organização do Município de Bragança.



- **Dia 11**

Dia da Amizade na Aldeia Pedagógica, uma atividade dinamizada pela Azimute através do Projeto Mais Aldeia Pedagógica, apoiado pelo BPI Seniores 2015.



- **Dia 15**

Centro Ciência e Viva

Os utentes da OSPM participaram em mais uma sessão no Centro Ciência e Viva, alusivo ao tema "A física e os Brinquedos".



- **Dia 22**

Feira Municipal

Os utentes da OSPM deslocaram-se à Feira Municipal de Bragança.



- **Dia 26**

Dia dos Avós

Para assinalar o dia dos Avós, ontem, um grupo de utentes realizou uma visita ao Centro Interpretativo da Cerâmica de Pinela, instalado na antiga Escola Primária da aldeia.



- **Dia 28**

Aldeia Pedagógica da Portela

Alguns utentes da OSPM estiveram na sede da Associação Azimute na aldeia da Portela, na feitura de um "Creme Hidratante" elaborado à base de diversas matérias-primas: Óleo de Amêndoas Doces; Manteiga de Karité e Óleo de Rícino.



Agosto

- **Dia 01**

Centro Cultural Municipal Adriano Moreira

20 Utes da OSPM deslocaram-se ao Centro Cultural Municipal Adriano Moreira para visitar a exposição da pintora Anilda Fernandes intitulada “Em Nome das Rosas”.



- **Dia 10**

Posto Aquícolas de Castrelos

Os utentes da OSPM visitaram o Posto Aquícolas de Castrelos integrado no ICNF (Instituto de Conservação da Natureza e Florestas).



- **Dia 11**

Aldeia Pedagógica da Portela

Os utentes da OSPM visitaram as instalações da Azimute em Portela, para mais uma atividade.

Cada utente realizou o seu próprio Porta-chaves ecológico com rolos de cortiça e rolos de papel.



- **Dia 17**

Marco histórico na Obra Social Padre Miguel

Em quase vinte e cinco anos de existência da instituição, uma utente do Centro Social completou a "bonita" idade de 100 anos.



- **Dia 29**

Atividade de cianotipia

Os utentes da OSPM celebraram o dia Mundial da Fotografia nas instalações da Azimute na aldeia de Portela.



Setembro

- **Dia 7**

Santuário da nossa Senhora da Serra

Um grupo de utentes da Obra Social Padre Miguel assistiu as novenas e à meditação do terço no Santuário da nossa Senhora da Serra, onde também tiveram a oportunidade de visitarem a Casa das Esmolas para adquirir algumas recordações da Senhora da Serra



- **Dia 12**

Praia Fluvial do Azibo

Os utentes da OSPM, visitaram a Praia Fluvial do Azibo.



- **Dia 16**

Comemoração do segundo aniversário da Unidade de Cuidados Continuados da Santa Casa da Misericórdia de Bragança

Os utentes da OSPM marcaram presença na comemoração do segundo aniversário da Unidade de Cuidados Continuados da Santa Casa da Misericórdia de Bragança, onde lhes foram realizados alguns rastreios de saúde.



- **Dia 17**

Almoço de Homenagem ao Sr. Nuno Vaz, Ex-Presidente da Obra Social.



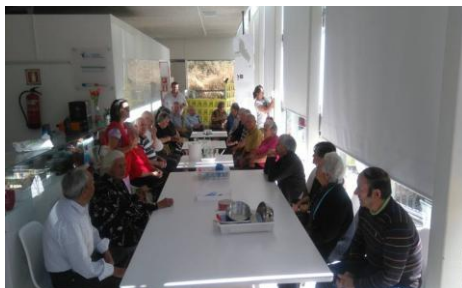
- **Dia 21**

Ação de sensibilização da Doença de Alzheimer.



- **Dia 23**

Centro Ciência e Viva



- **Dia 24**

Visita ao zoo da Maia

Os utentes, colaboradores e técnicos da Instituição Obra Social Padre Miguel realizaram uma visita ao ZOO DA MAIA.



- **Dia 29**

Dia Mundial do Coração

Dia Mundial do Coração foi celebrado com uma caminhada no Jardim da Braguinha



- **Dia 30**

6.º Encontro de Jogos Tradicionais

Realizou-se o 6.º Encontro de Jogos Tradicionais para os utentes das IPSS do concelho de Bragança, nas instalações da Obra Social Padre Miguel.



Outubro

- **Dia 7**

Comemoração do Dia Nacional dos Castelos



- **Dia 16**

Dia Mundial da Alimentação

A Obra Social Padre Miguel comemorou o Dia Mundial da Alimentação.



- **Dia 17**

Dia Internacional para a Erradicação da Pobreza



- **Dia 21**

IX RURAL CASTANHA



- **Dia 28**

Dia Mundial da Terceira Idade

A CLDS 3G/CSP Santos Mártires organizou o Festival de “Artes e Saberes da 3ª Idade”.



Novembro

- **Dia 1**

Dia Mundial da Terceira Idade.



- **Dia 7**

Projeto Mais Aldeia Pedagógica

Os utentes executaram uma moldura decorativa de “Nossa Senhora de Fátima”.



- **Dia 11**

Magusto na Instituição



Dia 18

Projeto Mais Aldeia Pedagógica

Os utentes da OSPM, tiveram oportunidade de aprender a fazer um bálsamo labial Hidratante para proteção dos lábios nos meses frios de inverno



- **Dia 18**

Centro Ciência e Viva



- **Dia 22**

Mannequin Challenge.

Os nossos utentes aceitaram o desafio de participar no Mannequin Challenge.

Dezembro

Dia Internacional da deficiência

A Obra Social Padre Miguel, participou na 4ª Edição do Laço Solidário - Árvores de Natal Solidárias. A atividade foi promovida pela APADI.



Decoração de Natal na Instituição

Elaboração dos Presépios, Árvores de Natal e decoração da Instituição.



- **Dia 19**

A Escola de Dança “Pé de Dança”



- **Dia 21**

Festas natalícias na Obra Social Padre Miguel.





Relatório de Avaliação de Atividades

Yvette Band na Obra Social Padre Miguel



Relatório Final de Avaliação das Atividades Socioculturais

Durante o ano de 2016, a Obra Social Padre Miguel, desenvolveu no Centro Social, Centro Residencial e Centro de Dia um conjunto de atividades que se podem dividir em dois grupos distintos: atividades internas e atividades externas.

Estas atividades tiveram como objetivo estimular as capacidades cognitivas e mentais, nomeadamente o pensamento, o raciocínio, a memória e a expressão plástica, bem como a prática de exercício físico, estimulando a motricidade. No exterior as atividades foram realizadas em parceria com instituições locais e outras de iniciativa da própria Instituição. É neste ponto que o trabalho em animação sociocultural se torna fulcral para uma vida saudável dos idosos.

Fora da instituição, a participação é constante ao longo do ano. Relativamente ao plano semanal, as atividades com mais empenho por parte dos participantes são sem dúvida a ginástica de manutenção e o atelier de expressão plástica, tendo-se notado uma maior adesão nos meses de inverno, estimulação cognitiva foi umas das atividades que conseguimos melhorar em participações de utentes em participar em sessões individuais e em grupo. Tentámos sempre na altura de primavera e de verão realizar atividades ao ar livre como: caminhadas, visitas aos museus ou passeios em algumas aldeias do concelho. No que diz respeito às sessões de hidro-sénior, notámos uma quebra na assiduidade comparado ao ano anterior, devido ao problema de saúde de alguns utentes e o falecimento de alguns utentes que frequentavam a piscina.

Na área da animação, continuou-se a dar ênfase às atividades intergeracionais. Tentámos, sempre que possível, realizar atividades em conjunto entre a creche e o lar, durante o ano – dia dos avós, carnaval, dia mundial da criança, o São João e São Martinho - bem como participar e colaborar em todas as atividades que foram propostas pela comunidade.

Os utentes do SAD também participaram nas festividades do Natal, do São João, do São Martinho, do Carnaval, no Torneio de Sueca e de Dominó e no Encontro de Jogos Tradicionais realizado todos os anos no Polidesportivo da Instituição.

Houve um aumento significativo das atividades e no número de participações por parte dos utentes, devido a integração de mais um elemento no setor da animação, setor este fundamental numa Instituição de Terceira Idade. Desta forma e no que concerne a todos os utentes desta instituição, principalmente aqueles que demonstram algum tipo de demência, conseguimos



Relatório de Avaliação de Atividades

realizar sessões adaptadas as necessidades de cada um em toda a instituição e tendo eles demonstrado elevado grau de satisfação.

Podemos, por fim, constatar que o Plano Anual de 2016, foi cumprido, tendo sido realizadas a grande maioria das atividades planeadas. Foram, ainda executadas várias atividades que não estavam previstas, consideradas fundamentais para a melhoria contínua do desempenho da Instituição.

A animação não é apenas um momento, mas sim um trabalho diário que perdura, pois a animação incide ao nível psicológico, físico e social e é de vital importância proporcionar uma qualidade de vida aos idosos, preservando a autonomia, autoeficácia e autoestima.

Os estabelecimentos existentes para idosos não podem esquecer que os idosos já contribuíram, e continuam a contribuir, para a sociedade, e apesar de terem entrado na idade na reforma, por esse motivo devem estimular *«certas atividades que contribuem para o seu desenvolvimento, dando-lhe o sentimento de pertencer a uma sociedade, em cuja evolução podem continuar a contribuir.»* (Jacob, 2007: 5).

De um modo geral, sentimos que conseguimos aliviar muitas situações de dor e desconforto dos utentes e proporcionar-lhes dias de bem-estar, lazer, convívio e boa disposição.



Relatório de Avaliação de Atividades

Notas Finais

Consideramos que o presente Relatório de Avaliação de Atividades é um instrumento importante de arquivo das atividades realizadas e de avaliação. Todo o registo sintetiza o trabalho executado com o esforço e empenho de todos os colaboradores e dirigentes da Obra Social Padre Miguel.



A Direção da Obra Social Padre Miguel