
De: geral@cuidadores.pt
Enviado: quinta-feira, 21 de junho de 2018 23:15
Para: Comissão 10ª - CTSS XIII
Assunto: Contributos - Apreciação Pública - Medidas de intervenção e Estatuto do Cuidador Informal

Estimados/as Senhores/as

A ASSOCIAÇÃO CUIDADORES – MELHORAR A VIDA DE QUEM CUIDA, vem por este meio participar na apreciação pública relativamente ao estatuto do cuidador informal e medidas de intervenção.

Somos uma associação sem fins lucrativos, fundada em 2016, com o objetivo de disponibilizar respostas de apoio direcionadas aos cuidadores, principalmente cuidadores informais. Disponibilizamos um conjunto de serviços que visam o seu alívio, capacitação e minimização do seu isolamento social.

Os serviços que dispomos tendem a ser respostas complementares sendo uma base de apoio a cuidadores informais que se desenvolverá no sentido de maior diversidade e especificidade na intervenção.

Atualmente, os serviços consistem em:

- Informação e aconselhamento
Dispomos de uma Linha de Apoio ao Cuidador gratuita, nacional, dias úteis 9h-18h.
- Apoio por pares
- Grupos de suporte
- Capacitação em diferentes domínios (autocuidado e boas práticas para cuidar, fisioterapia, gestão emocional, estratégias de comunicação, conhecimento de patologias, mas também em áreas como a nutrição e literacia digital, entre outros)
- pausas breves para descanso do cuidador (substituição do cuidador permitindo a vigilância e companhia da pessoa cuidada)

Integramos pessoas ex-cuidadores informais conferindo-lhes reconhecimento, atividade, e promovendo a disseminação da sua experiência junto de cuidadores atuais para além de ajudar a que estes ex-cuidadores integrem melhor o passado como cuidador, nem sempre realizado de forma pacífica e inteira.

Promovemos a realização de pausas breves com ex-cuidadores e outros voluntários treinados pela Cuidadores, procurando a inclusão de pessoas mais vulneráveis mas ativas e autónomas como por exemplo idosos e pessoas com sequelas de AVC.

Consultámos os cuidadores informais do Porto, com quem estamos a desenvolver um processo de intervenção e reunimos os seus contributos que espelham as necessidades e desafios de quem se defronta diariamente com múltiplas questões associadas quer ao ato de cuidar, quer às limitações da pessoa cuidada.

Abaixo expomos, de forma sucinta, os seus e nossos contributos e **reforçamos a importância de determinadas medidas:**

- **Definição de Cuidador Informal**
- Definição de cuidador informal que abranja todos os perfis de cuidadores.

- Os cuidadores de pessoas com deficiência intelectual/motora também devem ser reconhecidos enquanto “cuidador informal”, na medida em que se sentem esquecidos entre os diferentes perfis de cuidadores;
- **Informação e Acompanhamento**
- Informação e formação ao cuidador informal, orientadas por profissionais de saúde, sobretudo na fase de diagnóstico da doença ou em situação de alta hospitalar, no retorno ao domicílio;
- Maior acompanhamento a nível de saúde mental, inclusivamente ao nível das sequelas físicas e intelectuais através do apoio psicológico e terapêutico nos hospitais, centros de saúde e também no domicílio do cuidador/pessoa cuidada, através de um serviço de maior proximidade (reforçamos neste ponto a importância de uma Linha de Apoio gratuita 24 horas);
- **Apoios Financeiros**
- Apoios financeiros alargados por parte da Segurança Social (ou diminuição de encargos) pois o contexto socioeconómico do cuidador/pessoa cuidada é sempre instável e vulnerável: têm mais despesas, os rendimentos mantêm-se ou inclusivamente tendem a baixar por redução da carga horária ou mesmo abandono do trabalho;
- **Integração Profissional**
- Reconhecimento de competências derivadas do ato de cuidar e qualificação de ex-cuidadores e cuidadores informais através do sistema Nacional de RVCC -Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências ou outro instrumento adequado;
- Medidas de apoio à integração profissional para os ex-cuidadores, com competências não reconhecidas, detentores de um *Curriculum Vitae* empobrecido limitado à disponibilidade possível afetando sentido de oportunidade, promoções e reconhecimento;
- **Apoio no Cuidar**
- Criar estruturas de apoio domiciliário com qualidade, com recursos humanos especializados, com maior frequência ao longo do dia, todos os dias da semana incluindo noites;
- Ajudas técnicas disponíveis em maior número e acessíveis mais rapidamente;
- **Rede de Apoio Formal**
- Criar uma rede de Organizações de apoio ao cuidador, incluindo a RNCCI, com o objetivo de, definidas as áreas de atuação de cada entidade, otimizar recursos e permitir respostas locais, adequadas e em tempo útil;
- **Prevenção**
- Atuar preventivamente através da sensibilização da sociedade para o papel e desafios do cuidador mas também transmitindo, em paralelo com a ação interventiva, de promoção do papel de cuidador tendo por base o conhecimento dos benefícios face à institucionalização;
- **Conhecer o problema**
- Por forma a melhor conhecer a dimensão do problema – quantos cuidadores informais existem em Portugal e seu perfil – incluir no Censos 2021 um conjunto de questões que visem retratar a realidade portuguesa tal como já se observou noutros países, ex. Reino Unido e assim se possam produzir decisões políticas mais informadas;
- **Referenciação e Identificação de Cuidador Informais**
- Entretanto, e não invalidando a proposta acima pela robustez do instrumento estatístico utilizado, incluir desde já referenciação de cuidadores informais nos centros de saúde, através do Médico e/ou Enfermeiro de Família articulando com organizações como a Associação Cuidadores para apoio direcionado;
- **Prioridade a Cuidadores Informais**

- Dar prioridade no acesso a consultas, tratamentos, e outros cuidados necessários quer ao cuidador identificado quer à pessoa cuidada, para que o seu tempo, já de si sobrecarregado, seja mais eficaz e produza menor desgaste.

Mantemo-nos ao dispor.

Com os melhores cumprimentos



CENTROS DE APOIO AO CUIDADOR

Porto Ocidental Rua Monsenhor Fonseca Soares 137, 4150-335 Porto | tel. 226 000 912 / 925 422 399

Porto Oriental Rua de Contumil 653, 4350-133 Porto | tel. 226 000 925

Matosinhos ClaP - Centro Incentivar a Partilha da Cruz de Pau, Rua da Cruz de Pau 153, 4450-103 Matosinhos | tel. 963 085 032

Linha de Apoio ao Cuidador - 800 242 252 (gratuita)

www.cuidadores.pt

