EDITORIAL

No editorial do último número da revista "Santa Casa" sugerimos a necessidade de reflexão sobre a forma como ela tem desempenhado a missão para a qual foi criada e eventualmente dar-lhe um novo alento com a substituição de quem vem desde o primeiro número, a dirigir a sua edição. Não se tratava de uma deserção, apenas de aconselhar a um balanço para seguir em frente com firmeza e com a certeza de que se estava no caminho certo depois das correções e das substituições que resultassem da reflexão sugerida.

Estava eu longe de pensar que, passado pouco tempo, pouco mais de 2 meses, aconteceria uma calamidade que ia atingir em cheio a Humanidade inteira: um vírus altamente infecioso rapidamente se espalhou por toda a ecúmena. Sem conhecimento da natureza do vírus e sem qualquer medicamento que pudesse combatê-lo, todas as atenções se concentraram nas medidas a adotar para suster a generalização da infeção e na investigação para a descoberta de uma vacina que imunizasse o homem desse mal.

Os diversos centros sociais da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde em funcionamento, assim como todos os centros sociais de todo o mundo, eram e são de uma vulnerabilidade evidente: a vida em comunidade dentro de espaços nunca suficientemente amplos para se evitar o contacto físico de utentes e de colaboradores proporciona o contágio e a propagação rápida de qualquer vírus. Repensar a revista "Santa Casa" neste quadro de calamidade que ameaçava a vida dos utentes e de todos quantos prestam a sua colaboração à Instituição era perder tempo e desviar esforços para o que passou a ser considerado secundário. E, apesar dos esforços de todos, a Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde não conseguiu evitar que, entre os utentes e os colaboradores houvesse vítimas.

O que acabo de dizer parece-me ser suficiente para justificar que, em junho de 2020, não tivesse sido editado um número da revista como é habitual.

Impunha-se, no entanto, dar conhecimento à comunidade vila-condense e a todos os que seguem com interesse a vida da Instituição como reagiu ela à pandemia e os danos que ela causou apesar de todos os esforços para os evitar. E essa missão, moralmente obrigatória, foi cumprida com a publicação da edição de um número especial do boletim do Departamento da Qualidade da Instituição "NewsLetter – Qualidade, Ambiente e Segurança" inteiramente dedicado ao impacto do COVID-19 nos diversos equipamentos sociais e de saúde da Instituição.

Só agora pudemos editar este número especial que terá como tema fulcral o impacto das restrições impostas pela pandemia nos utentes que se vêm privados do elo que os une à família – as visitas dos familiares – e do pânico de serem infetados pelo vírus. Para isso contámos com a colaboração dos responsáveis dos diversos centros da Instituição e de alguns utentes e colaboradores que se prestaram a dar o seu depoimento pessoal. A todos eles o nosso muito obrigado.

António Amorim

Sumário

1 - Editorial
- Dr. António Amorim

4 - Pandemia em pleno século XXI: 2020 - Tempo de agir!
- Dr.ª Odete Cunha

6 - A Pandemia e as questões que ela me suscita
- Dr. António Amorim

8 - Gestão em tempo de pandemia
- Eng. Rui Maia

10 - Legislação durante a pandemia COVID-19
Panorama das IPSS/Misericórdias
- Dr. Tiago Cardoso

12 - Recursos Humanos: Evolução e crescimento num cenário improvável
- Dr.ª Cândida Carneiro, Dr.ª Cristiana Figueiras, Dr.ª Ana Monteiro

14 - Importância da Equipa de Manutenção em tempo de pandemia
- Dr.ª Odete Cunha

16 - Alimentação na SCMVC em tempos de COVID
- Dr.ª Daniela Vareiro

19 - Ligar as pessoas: O trabalho da Informática na SCMVC
- Sidónio Cruz

20 - O Amor e a Misericórdia em tempos de COVID
- Rev. Prior Dr. Paulo César Dias

21 - DO ARQUIVO
- A Misericórdia no combate às epidemias
- Dr.ª Liliana Aires

27 - SERVIÇOS DE SAÚDE NO CONTEXTO DA PANDEMIA
27 - Atendimento Permanente
- Dr. Carlos Santos, Enf.ª Ana Catarina Maia

28 - Bloco Operatório
- Enf. Simão Teixeira

30 - O papel do Laboratório de Análises Clínicas na pandemia COVID-19
- Dr. Ricardo Silva

32 - A PANDEMIA AOS OLHOS DOS SERVIÇOS SOCIAIS
32 - Lar de Terceira Idade
37 - Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência - Touguinha
46 - Centro Social em Macieira
50 - Casa da Criança
56 - Centro Rainha Dona Leonor
60 - Centro de Reabilitação Prof. Doutor Jorge de Azevedo Maia
63 - Casa das Rosas
67 - Quinta Galante
68 - Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social
73 - Incorpora
75 - Linha de Apoio e Atendimento Psicológico COVID-19

REVISTA SEMESTRAL
ANO XXVI - Nº 51
DEZEMBRO/2020
Gratuita

Capa:
Escultor SOUSA PEREIRA

Propriedade:
SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DO CONDE

Diretor:
ANTÓNIO AUGUSTO GOMES AMORIM

Direção e Administração:
Rua Rainha Dona Leonor, 123
4480-247 VILA DO CONDE

Execução gráfica:
NORPRINT
A Casa do Livro

Tiragem : 1100 exemplares

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
VILA DO CONDE
Desde 1510 ao serviço da comunidade

SERVIÇO DE CIRURGIA

Um serviço de proximidade...um serviço humanizado!

Equipa de cirurgia multidisciplinar e diferenciada nas seguintes especialidades médico-cirúrgicas:

- Angiologia e Cirurgia Vascular
- Cirurgia Geral
- Cirurgia Maxilo-Facial
- Cirurgia Pediátrica
- Cirurgia Plástica - Estética e Reconstrutiva
- Dermatologia
- Gastroenterologia
- Ginecologia/Obstetrícia
- Neurocirurgia
- Oftalmologia
- Ortopedia
- Otorrinolaringologia (ORL)
- Urologia

PROTOCOLOS:

ADSE | Multicare | Advancecare | Médis entre outras...

Favor confirmar a cobertura de cada protocolo.

SIGIC
Sistema Integrado de Gestão de Inscritos para Cirurgia

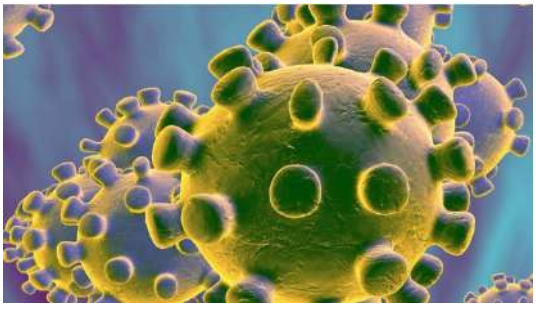
Se tem um vale de cirurgia, contacte-nos.

- Cirurgia sem custos para o utente
- Tempo de espera reduzido

Morada: Rua Rainha Dona Leonor, 61 4480-247 Vila do Conde | **Tel.** 252 249 100/120/121 | **Fax.** 252 633 251/127
Email: geral@scmvc.pt | **Site.** www.scmvc.pt

Registo ERS: E107785

PANDEMIA EM PLENO SÉCULO XXI
2020 - Tempo de agir!



Houve a perceção de que algo em "grande" estava para acontecer no final de fevereiro de 2020, pelas notícias que todos os dias nos invadiam as casas acerca da disseminação da infeção causada pelo vírus SARS-CoV-2, primeiro em Wuhan, na China, e depois em Itália. Em Portugal, enquanto responsável de departamento de uma entidade, começávamos a receber as primeiras recomendações para a elaboração do plano de contingência, mas na verdade ainda não tínhamos a consciência do que realmente representava esta ameaça biológica, e o fado que a mesma trazia consigo.

Já no início de março, a meia dúzia de dias da elaboração do 1.º plano de contingência "virtual", temos uma estranha, mas clara perceção, que afinal "esta onda" também nos atingiria, apesar de encontrar muito ceticismo social.

Estava na hora de pensar no plano de contingência como uma ferramenta valiosa, em que o planeamento estratégico e a organização tinham de ser reais, e levados muito a sério, afigurando-se aqui a eventual chave para um caminho menos tortuoso. Seria o nosso primeiro grande plano de contingência, em que todas as hipóteses tinham de ser formuladas, e para cada uma delas, a participação de toda a equipa fazia a diferença. Conhecíamos os nossos recursos, os nossos pontos fortes, as nossas fragilidades.

Era tempo de agir!

Melhorámos assim o plano de contingência desenvolvido em fevereiro, tornando-o prático e operacional, um instrumento robusto, que nos viria a ser valioso, sujeito a contínuas revisões e adaptações. Chegámos a fazer revisões semanais em alguns períodos da pandemia.

Começámos rapidamente a implementar as medidas de prevenção em todos os serviços, formação aos profissionais, utentes e famílias. Depois veio a organização de equipas espelho em todos os locais com utentes residentes, a seguir o encerramento das portas da nossa GRANDE CASA, acolhedora, transparente, culturalmente de portas abertas, e a suspensão de alguns serviços não prioritários!

Por esta altura, surge o 1.º grande surto em Vila do Conde no Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência em Touguinha, equipamento social da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde. Neste Centro os colaboradores residiam há quase uma semana com os utentes na expectativa de que a pandemia fosse uma "onda" e que a "onda" iria passar, e a vida continuar. Foi aqui que silenciosamente a doença se disseminou, e assim foi atingida a população residente na sua quase plenitude. Por mais que o Plano de Contingência estivesse pensado e bem planeado, não estávamos preparados para uma fase destas tão cedo. O embate foi duro, assustador, mas foi aqui que se percebeu a força da união de uma equipa. Vi pessoas muito afetadas emocionalmente, mas que caminhavam em frente, como se não houvesse amanhã! Chorar, adoecer ou fraquejar, teria que ficar para depois!

Era tempo de agir!

Foi nesta fase implementado o plano de contingência no seu mais alto nível. Em 5 dias desenvolvemos uma Unidade para doentes COVID com 19 camas, realocados profissionais altamente especializados de serviços como bloco operatório, imagiologia médica e outros serviços de saúde para dar corpo à Missão da Misericórdia, apoiar os utentes, vítimas do surto de COVID. Tudo isto concretizado de um dia para o outro.

Há pouco tempo atrás, se me tivessem perguntado se era possível neste tempo recorde fazer tudo isto, eu diria que era impossível, e conheço o valor acrescentado da equipa Santa Casa! Ultrapassámos qualquer expectativa!

Redescobrimos a eficiência do planeamento, e acima de tudo, que todos que temos uma capacidade superior à que julgámos ter, ultrapassando medos e dificuldades, por instantes sozinhos, mas na maior parte das vezes em equipa.

Assim foi, por aí em diante, profissionais que se iam infetando nas suas redes familiares e sociais, depois utentes infetados, outros profissionais infetados e vários surtos foram acontecendo ao longo de 2020, trazendo estas vivências a experiência e a capacidade de agir cada vez com mais eficiência e eficácia. Fomos conhecendo, dentro de muito desconhecimento, formas de construir muralhas capazes de impedir a disseminação em catadupla deste temível vírus.

Deste ano ímpar, em pleno século XXI na história mundial, e particularmente na Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde, a lamentar as irreparáveis perdas humanas, saiu a destacar a força da união, do foco num objetivo comum, da entreajuda e da esperança cultivada todos os dias! Também sai a ganhar a aprendizagem no que respeita à cultura da prevenção no campo dos cuidados de higiene no âmbito da propagação de doenças infetocontagiosas e na importância da formação dos profissionais. Esta aprendizagem ficará para o futuro, aquele futuro, em que os mais "sábios" saberão que este tempo de "aprendizagem massiva" servirá como alavanca na inovação e no desenvolvimento das Organizações, e na valorização contínua do capital ativo, que são os seus Recursos Humanos!

O Departamento da Qualidade, Ambiente e Segurança da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde editou uma edição especial, publicada na Newsletter QAS, edição 11 sobre a pandemia na Instituição. Foram lá apresentados artigos sobre o desenvolvimento da pandemia no ano de 2020 na Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde, assim como vários testemunhos de profissionais e utentes de todos os equipamentos sociais e serviço. Esta newsletter está disponível para consulta e download no site da SCMVC, através do link: http://www.scmvc.pt/pages/412.

Odete Cunha
Coordenadora Plano de Contingência SCMVC

Nº 11 da Newsletter Qualidade, Ambiente e Segurança

A Pandemia e as questões que ela me suscita

O facto de a pandemia, como o próprio nome indica, ser transversal a todos os homens do mundo não lhes dá competência e saber para fazerem sobre ela juízos e aconselhar procedimentos. Isso compete a quem está investido de poderes depois de consultar os mais competentes cientistas na matéria que são os profissionais. Coerente com este princípio e consciente da minha ignorância sobre o Covid 19 que se traduz até na dificuldade que tenho de compreender sequer o que é um vírus, não me proponho neste escrito senão abordar questões laterais referentes à forma como ele tem sido tratado.

Já li ou ouvi dizer, mais que uma vez, que a desgraça a que hoje estamos sujeitos foi prevista por alguém antes da sua eclosão. Não foi levado a sério e a previsão infelizmente confirmou-se. Declarada a desgraça, todos os esforços se concentraram na descoberta de uma vacina que imunizasse o ser humano do vírus que estava a matar pessoas e parece que ninguém se preocupou nem preocupa em descobrir qual a causa que está na sua origem, conhecida de quem fez a referida previsão. No entanto - penso eu - eliminada a causa, eliminar-se-ia progressivamente o seu efeito.

Quanto ao procedimento a adotar pelas pessoas chegou-se finalmente a uma conclusão consensual: uso da máscara, lavagem e desinfeção das mãos, distanciamento físico das pessoas e confinamento. Chegou-se a esta conclusão depois de muitas discussões em público com posições nem sempre coincidentes. Discutiu-se talvez demasiado em público em que cada um procurava sempre que a sua posição prevalecesse e não suficientemente em privado em que os intervenientes se ouvissem serenamente uns aos outros de modo a chegarem à conclusão mais assertiva. O país inteiro assistiu a estas discussões através dos órgãos de comunicação social e também ele ficou dividido: uns acataram e acatam as medidas restritivas da sua liberdade enquanto outros as menosprezaram e menosprezam, nem sempre por convicção, muitas vezes por conveniência.

Isto que agora e assim acontece faz-me lembrar o que aconteceu com o novo acordo ortográfico: muito se discutiu em público, sendo uns a favor e outros contra. Quem tinha o poder de decidir decidiu sem antes procurar que se esgotassem todas as possibilidades de aproximação das partes. O resultado é de todos conhecido: o acordo ortográfico está em vigor mas só o respeita quem quer. É frequente lermos em nota de alguns escritos o seguinte ou algo semelhante: *«Texto escrito, por opção do autor, segundo o antigo acordo ortográfico»*. No entanto, escrever segundo um ou outro acordo ortográfico não é nenhum atentado contra a vida de qualquer ser humano. Mas não respeitar as medidas sanitárias impostas legalmente pode custar muitas vidas humanas e estas não têm preço. Podemos discordar da metodologia adotada, mas isso não nos dá o direito de infringir o que legalmente é determinado por quem tem legitimidade para o fazer. Lavemos todos as mãos frequentemente, usemos as máscaras nos espaços públicos e nos locais de trabalho, evitemos os aglomerados de pessoas sobretudo em espaços fechados, respeitemos a regra do distanciamento físico e a do confinamento.

António Amorim

www.cavc.pt

Cooperativa Agrícola de Vila do Conde, CRL >
Rua da lapa, 293 | 4480-757 Vila do Conde | Portugal
Tlf. +351 252 240 400 | Fax +351 252 240 414

Subsecção Nutrição Animal

Gestão em tempos de Pandemia

A crise sanitária, desencadeada pelo vírus SARS-CoV-2, marcou todo o ano de 2020 quer no panorama mundial, quer a nível nacional e local.

Os efeitos da COVID-19 também se fizeram sentir, com impacto significativo, na Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde. A fragilidade e vulnerabilidade dos nossos utentes (idosos e pessoas com deficiência) revelou-se, desde logo, fator de risco acrescido e de preocupação constante.

No ano de 2020, a Instituição prestou assistência 447 utentes residentes, sendo:

•201 idosos no Lar de 3ª Idade e Centro Rainha D. Leonor

•117 utentes com deficiência nos Centros de Touguinha e Fajozes

•45 crianças e jovens em acolhimento na Casa da Criança

•24 em alojamento de emergência social na Casa das Rosas

•60 na Unidade de Cuidados Continuados Integrados

O momento exigia cuidados extremos de proteção, com necessidade de confinamento e demais restrições associadas a esta medida, também ela extrema.

Por deliberação da Mesa Administrativa desta Santa Casa foi delegada em mim a gestão da Instituição durante esse período tão crítico.

Esta nova realidade aportou uma necessidade de novidade.

Exigiu um "começar de novo". Em tudo. Um repensar de práticas. Nada podia continuar como até então: as tarefas, os cuidados, as funções.

Nada podia continuar a ser como até então. Esta pandemia obrigou a um exercício de reflexão profunda. No fazer. E sobretudo no ser e no estar, com os outros e pelos outros.

Poderia afirmar que aprendemos algo de muito importante com "este inimigo invisível": a delicadeza e intencionalidade do gesto; a atenção ao pormenor que tantas vezes se desvaloriza; o detalhe do cuidado a prestar. A tomada de consciência de que a eficácia do gesto faria, e fez, toda a diferença.

Começar de novo. Fazendo novo. Fazendo melhor. Por todos e para todos.

Palavra de ordem: proteger sempre e mais. Ser confiança e segurança, para os outros. Ter confiança e segurança no desempenho das mais diversas funções.

Para que os receios fossem diluídos, a Instituição realizou um grande investimento ao nível da aquisição de Equipamentos de Proteção Individual para os seus colaboradores apostando sempre naqueles que se revelavam mais adequados e com maior grau de eficácia em termos de segurança individual e coletiva.

Proteger. Sempre.

Esta ação só foi possível graças ao elevado empenho e sentido de responsabilidade de todos e de cada um dos nossos colaboradores. Souberam sempre colocar o interesse coletivo à frente do seu próprio interesse; sempre recetivos à necessidade de formação quase constante. Fazendo das suas horas, horas de dedicação à Instituição.

Em disponibilidade imediata para troca de funções, para trabalho de equipa "em espelho", para alteração de horário de trabalho.

Em total entrega e dedicação amorosa aos nossos utentes e suas famílias. Confortando e sossegando; suprindo, com muito carinho e zelo, muitas das suas necessidades emocionais.

Protegemos os nossos. Os que nos ajudam a cuidar. Cuidando também deles, porque somos "família":

•Disponibilizámos quartos, no Hotel Brazão, para habitação temporária de colaboradores;

•Apoiámos colaboradores que ficaram infetados ou que tiveram de cumprir isolamento;

•Garantimos a realização de testes PCR (Polymerase Chain Reaction), sempre que necessário, e rastreámos inúmeras vezes os nossos utentes e profissionais;

•Aplicámos soluções diferenciadas, separando grupos de utentes e colaboradores, no sentido de evitar contágios ou reduzir cadeias de transmissão;

•Evitámos a ocorrência de situações de partilha de instalações entre grupos de profissionais que não prestavam serviço exclusivo em determinados locais/setores;

•Assegurámos resposta a todos os utentes de Centro de Dia e de Centro de Atividades Ocupacionais, através de internamento ou apoio domiciliário;

•Otimizámos os canais de comunicação externa, durante o período de proibição de visitas, para que todas as famílias recebessem permanentemente informações sobre os seus familiares;

•Construímos uma "Unidade COVID" dotada de camas elétricas articuladas, gases medicinais e demais funcionalidades, contando com o apoio em permanência de equipas de enfermagem. A criação desta resposta permitiu que pudéssemos cuidar dos "nossos" num ambiente mais familiar e acolhedor;

•Mantivémos diálogo permanente, em perfeita sinergia, com a Autoridade Sanitária local, enviando relatórios diários da situação;

•Gerimos, de forma consciente, eficaz e responsável, toda a informação/conteúdos em circuito nos canais de comunicação internos e externos, mantendo assegurada a privacidade individual e institucional.

Cuidámos da integridade física e emocional das nossas equipas, dos nossos utentes e suas famílias, sempre e quando os surtos ou casos isolados "nos bateram à porta".

Experienciámos, de uma forma nunca antes sentida com tamanha intensidade, a prática das obras de misericórdia.

Sempre presentes e merecidas as palavras de agradecimento a cada funcionário que se encontrou ao serviço durante este período, através da atribuição de Voto de Louvor, singular, por elevados serviços prestados no contexto desta pandemia.

Agradecemos, de forma igualmente reconhecida, todo o esforço, empenho e dedicação da "família Santa Casa". Todos se revelaram essenciais. Todos colaboraram, cada qual no seu setor e âmbito da sua função, para a prossecução de um mesmo objetivo: equipas de manutenção; aprovisionamento; serviços de limpeza e higienização; portarias; telefonistas; diversas secretarias; cozinhas; auxiliares; equipas de cuidados diretos; equipas médicas e de enfermagem; diretores de serviços; serviços centrais.

A distância física imposta não se traduziu em isolamento, acabando por criar e/ou fortalecer laços de proximidade e cooperação com diversas entidades, nomeadamente: União das Misericórdias Portuguesas; Autoridade Sanitária local; Bombeiros Voluntários de Vila do Conde; Centro Hospitalar Póvoa de Varzim/Vila do Conde; Câmara Municipal de Vila do Conde; demais Instituições e Associações parceiras de quem recebemos donativos e fortes mensagens de apoio e ânimo.

Juntos somos mais fortes.

Sejamos sempre rosto e mãos de misericórdia.

Rui Maia
Mesário da Misericórdia de Vila do Conde

Legislação durante a pandemia COVID-19 Panorama das IPSS/Misericórdias

A pandemia de COVID-19 trouxe profundas e conhecidas alterações e houve a necessidade do poder legislativo acompanhar estas mudanças, de modo a intervir e dar resposta aos mais diversos fins: saúde, económicos e sociais.

Realizar um exaustivo levantamento de toda matéria legislativa derivada deste contexto, seria simultaneamente uma tarefa fastidiosa e que sempre pecaria por defeito.

Pelo que, trataremos de resumir o que de mais relevante foi publicado e teve impacto nas Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), nas suas diversas vertentes:

Ao nível institucional

Atendendo à emergência de saúde pública de âmbito internacional, declarada pela Organização Mundial de Saúde no dia 30 de janeiro de 2020, bem como à classificação do vírus como uma pandemia, foram criadas estratégias e medidas com vista a minimizar contactos e aglomerações, potenciadores de transmissão deste vírus SARS-CoV-2.

Assim, em Março de 2020 o Decreto-Lei n.º 10-A/2020 e o Decreto n. 2-A/2020 previram que, entre outros estabelecimentos, ficariam suspensas as atividades letivas e não letivas em estabelecimentos de ensino do setor social e solidário de educação pré-escolar, básica, e em equipamentos sociais de apoio à primeira infância ou deficiência, as atividades de apoio social desenvolvidas em CAO, Centro de Dia e Centro de Atividades de Tempos Livres e o encerramento de Museus, ou similares (centros interpretativos), casas de chá e afins.

Desta forma, no que a esta Instituição diz respeito, houve a imposição legal de encerramento das suas respostas de Jardim de Infância, Creche e ATL da Casa da Criança e do Centro Social em Macieira, Centro de Dia do Lar de Terceira Idade, e Centro de Atividades Ocupacionais do Centros Dr. Jorge Azevedo Maia e CARPD Touguinha, o Centro Interpretativo de Memórias da Misericórdia de Vila do Conde, e Salão de Chá I e II.

Um aspeto de muito relevo para o funcionamento dos Órgãos Sociais das Instituições, mormente da Assembleia Geral, consta também do supra mencionado DL 10-A/2020 nos termos do qual as assembleias gerais que devessem ter lugar por imposição legal ou estatutária até 31 de Março de 2020, puderam ser realizadas até 30 de junho de 2020.

Ao nível financeiro, a Portaria n.º 85-A/2020 veio garantir que o pagamento da comparticipação financeira da Segurança Social no âmbito dos acordos de cooperação teria por referência o mês de fevereiro de 2020.

Tal decisão afigurou-se como fundamental, na medida em que a partir de Março de 2020 houve acentuadíssimo ou quase total decréscimo de utentes em várias respostas sociais sendo que, se o pagamento da Segurança Social fosse indexado a tal frequência isso significaria um grande desfalque financeiro nestas Instituições, pois havia custos fixos a manter.

Colaboradores

Ainda na vertente das IPSS, mas com maior incidência na actividade laboral, houve algumas medidas que procuraram conciliar a necessidade do encerramento

de instalações, com o minimizar do impacto económico daí decorrente.

Assim foi publicado o DL 10-G/2020, que teve como propósito promover um conjunto de medidas de modo a fazer face às situações de crise empresarial, designadamente a criação de um apoio extraordinário à manutenção dos contratos de trabalho das empresas nesta situação, por trabalhador, cuja compensação retributiva foi paga em 30 % do seu montante pelo empregador e em 70 % pela segurança social através do designado *layoff* simplificado.

O mencionado DL permitiu que as entidades que viram os seus estabelecimentos encerrados ou com drásticas quebras de faturação e por isso consideradas em situação de crise empresarial, suspendessem ou reduzissem o contrato de trabalho dos colaboradores desses equipamentos, com o direito destes a auferir mensalmente um montante mínimo igual a dois terços da sua retribuição normal ilíquida, ou o valor da retribuição mínima mensal (salário mínimo nacional), consoante o que for mais elevado.

Utentes de respostas sociais

Dir-se-ia, com grande convicção que a medida mais impactante para os utentes de respostas sociais, mormente idosos, foi a proibição de visitas.

As visitas aos hospitais, lares e estabelecimentos prisionais da região Norte foram suspensas temporariamente devido à epidemia Covid-19, no dia 7 de Março de 2021 por viva voz da ministra da Saúde, Marta Temido, numa conferência de imprensa em Lisboa.

Podendo embora, no âmbito do estado de emergência definido pelo Decreto Presidencial, ser determinada a suspensão das visitas aos lares, a verdade é que essa regra não constou dos diplomas legais posteriores que visaram dar execução à declaração do estado de emergência (Decreto nº 2-A/2020, de 20 de março).

Num primeiro momento, a cada instituição competia ter um regulamento onde constassem as regras a aplicar nas visitas, de acordo com as medidas recomendadas na Informação n.º 011/2020 da DGS, sem prejuízo de, mediante a situação epidemiológica específica poder ser determinado, pela Autoridade de Saúde Local, a suspensão provisória de visitas à Instituição. Independentemente das orientações das respetivas entidades foi adotada, pela generalidade das estruturas residenciais de idosos, a suspensão de visitas de forma espontânea.

A Misericórdia de Vila do Conde foi das primeiras a implementar a suspensão de visitas, como medida cautelar da proteção da saúde dos seus utentes.

Todo este quadro legislativo tem sofrido alterações ao longo dos últimos meses, com avanços e recuos de acordo com o evoluir da pandemia.

Arriscaríamos dizer que, desde tempos imemoriais, nunca se terá verificado um impacto tão grande do que foi sendo produzido ao nível legislativo no estilo de vida das pessoas e das Instituições, pelo que o aqui acima referimos foram meros exemplos disso.

Departamento Jurídico da SCMVC:
Tiago Cardoso da Silva
Katyuscia Oliveira

Recursos Humanos: Evolução e crescimento num cenário improvável

O que não te desafia não te faz crescer.

O desafio de 2020, assim o preferimos designar, permitiu-nos evoluir enquanto seres humanos, quer profissional quer pessoalmente. Foi exigido a cada profissional desta Santa Casa, em tempo real, inúmeras normas, regras, procedimentos, atividades e formas diferentes de executar e organizar o trabalho. Cada um deu o seu melhor em cada dia. Neste contexto, o papel do Departamento de Recursos Humanos orientou-se sobretudo, para a organização e manutenção das equipas de trabalho juntamente com os diretores/responsáveis dos serviços. Apesar de toda a distância física, os elementos deste departamento estiveram ainda mais próximos de todos os colaboradores, pois foi sentida a necessidade de lhes prestar apoio a diferentes níveis. Sentimos muitos medos, inseguranças, dificuldades e muitas dúvidas, não apenas de quem já colaborava com a Instituição, como também dos profissionais que tivemos de recrutar para fazer face a possíveis surtos de COVID-19.

Numa primeira fase, a Instituição optou por contar apenas com os seus profissionais internos, uma vez que alguns centros foram encerrados por imposição da DGS e dessa forma conseguimos mobilizar o contributo destes profissionais para outras respostas sociais. De realçar o desafio assumido por diversos profissionais em saírem da sua zona de conforto (funções habitualmente desempenhadas) e assumirem novas funções e práticas de trabalho em prol do outro, permitindo o bom funcionamento dos serviços. Numa segunda fase e antecipando futuros cenários, a Instituição decidiu então reforçar os seus quadros com novos elementos. Contudo, com uma casa a circular a todo o vapor em matéria de regras no combate à COVID-19, a admissão de novos colaboradores afigurava-se sensível e comprometedora. Nesse sentido, o departamento de recursos humanos avançou com a seleção e admissão de novos profissionais para as funções de apoio direto aos utentes, mas apenas após formação inicial. Esta decisão teve por base inúmeros objetivos, nomeadamente: dissipar medos, facilitar a integração na respetiva função e em equipas já altamente treinadas no combate à COVID-19 e consciencializar para a cultura de humanização existente na Instituição. Esta metodologia permitiu ainda reforçar a confiança e segurança dos profissionais que acolheram estes novos colaboradores. Seguem alguns testemunhos destes novos profissionais, assim como o de uma das diretoras onde foram recebidos, os quais traduzem o sucesso desta metodologia:

"Quero partilhar convosco o meu testemunho enquanto Ajudante de Lar na Santa Casa da Misericordia de Vila do Conde. Dar-vos a conhecer um pouco desta aventura de ter sido recrutada em plena pandemia (...) Posso desabafar o receio que senti devido à responsabilidade exigida não só com as pessoas que lá trabalhavam, mas com todos os utentes que mereciam toda a nossa proteção (...) A formação inicial que todos os colaboradores tiveram ao serem recrutados, foi sem dúvida muito importante, porque nos foi indicado todo o procedimento que iríamos ter que seguir para que estivéssemos em segurança. Foram ainda muito acolhedores, disponíveis para esclarecer dúvidas e orientar-me. (...) Resumidamente, esta Instituição tomou todas as medidas necessárias, foi e continua a ser bastante rigorosa com toda a planificação e organização dos serviços. Só assim é que vale a pena trabalhar aqui,

sabendo que cada colaborador e cada utente estão extremamente bem cuidados e em segurança. Conforta-me e motiva-me a ser melhor todos os dias nesta área, que é tão gratificante. A cada dia que passa sei que saio com o dever cumprido e a certeza de que fiz a melhor escolha."

Patrícia Lopes
Ajudante de Lar do Lar de Terceira Idade

"A formação que frequentei ajudou-me a melhorar quer profissional quer pessoalmente. Cresci enquanto ser humano, ao cuidar com amor, trabalhar com paixão e alegria, ao ser paciente, colaborante, compreensiva, esforçada, com boa disposição e espírito positivo. Sinto que tenho capacidades para evoluir sempre mais e deixar os receios de lado. Em tempos de pandemia dei muito mais valor a simples e pequenas coisas que se tornaram grandes. Só nós sabemos o valor e o preço do tempo. (...) Grandes vitórias exigem grande dedicação."

Ana Filipa Carvalho
Ajudante de Lar do Lar de Terceira Idade

"Foi com muita satisfação que, em meados de Outubro de 2020, a UCCI recebeu um reforço de profissionais, colaborando com a nossa Unidade para ultrapassar os momentos tão difíceis e atribulados devidos à pandemia. Acreditamos que o facto de terem participado nas formações de integração as capacitou e sensibilizou para esta área específica, promovendo diversos conhecimentos técnicos e despertando para as competências necessárias a desenvolver, o que, sem dúvida, foi um fator preponderante para a sua boa integração, facilitando a interação com os demais colaboradores e utentes. Saliento o cuidado, o carinho e a atenção que dedicam aos nossos utentes proporcionando cuidados humanizados e centrados nas necessidades específicas de cada um, refletindo-se na qualidade dos serviços que prestamos, assim como o cuidado, o carinho e atenção das equipas que as acolheram e lhe facilitaram este processo."

Fernanda Porto Maia
Diretora da Unidade de Cuidados Continuados Integrados

Essencialmente, consideramos que dois fatores estiveram na base do sucesso no combate à COVID-19 na Instituição: envolvimento e compromisso da gestão de topo na segurança de todos os que fazem parte da Instituição (utentes, profissionais, familiares, fornecedores, entre outras partes interessadas), permitindo que todos os recursos fossem disponibilizados; envolvimento e compromisso de todos os profissionais no bem-estar e segurança de todos igualmente, por forma a completar o puzzle Santa Casa, em que cada peça foi e é fundamental para que tudo funcione em verdadeira harmonia.

O Departamento de Recursos Humanos desenvolveu ainda um conjunto de readaptações / novas funções, como: realização de inquéritos epidemiológicos, marcação de testes à COVID-19 para todas as admissões na Instituição, marcação de alojamento temporário e acompanhamento de colaboradores inseridos em equipas espelho ou testados positivos, apoio das direções dos diferentes centros na reorganização das equipas, acompanhamento de candidatos e profissionais com COVID-19, formação de novos profissionais, readaptação do seu processamento salarial face às novas modalidades (*layoff* e encerramento dos estabelecimentos de ensino). Não é o que nos acontece que nos define, mas sim o que fazemos com o que nos acontece.

Cândida Carneiro
Cristiana Figueiras
Ana Monteiro

Importância da Equipa de Manutenção em tempo de Pandemia

A Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde tem na sua orgânica funcional, desde a sua essência, uma equipa de profissionais que diariamente se dedicam à construção, manutenção e reabilitação dos espaços. Esta atividade teve o seu início com a especialidade de construção civil, alargando posteriormente para a eletricidade, e pouco mais tarde, ampliada a equipa com profissionais nas especialidades de serralharia, carpintaria e pichelaria.

A presença desta equipa de profissionais habilitada, foi em 2020 essencial na definição das estratégias que encorparam o Plano de Contingência.

Numa primeira fase o trabalho destes profissionais foi essencial na capacitação das estruturas para fazer face às necessidades identificadas no Plano de Contingência. Foram aí reabilitados vestiários, refeitórios, transformadas salas pré-existentes em novas áreas de refeição, agilizados circuitos independentes para colaboradores e utentes, preparadas áreas internas de acesso direto externo para a realização de visitas aos utentes. Construído também um novo refeitório central, com capacidade para 24 colaboradores, garantindo a distância física recomendada, para que os profissionais pudessem todos almoçar em segurança. Construídas novas casas de resíduos perigosos, garantindo assim a comodidade nos edifícios e segurança de armazenamento rápido destes resíduos. Foi ainda projetada e desenvolvida em tempo recorde uma estrutura para apoiar a distribuição de cabazes alimentares, decorrente do Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (POPAMC), que contou com o aumento significativo da boa capacidade de armazenamento de alimentos, e sua distribuição segura. Também construída uma lavandaria exclusiva com circuitos totalmente independentes das outras lavandarias para lavagem exclusiva de EPI's reutilizáveis.

Numa segunda fase esteve a destacar a intervenção desta equipa na adaptação às várias fases dos surtos e aos vários surtos decorridos. Este trabalho iniciou com o 1.º surto ocorrido na Instituição, com a adaptação do Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência, separando totalmente a área para Utentes positivos para a COVID-19 e área para Utentes em isolamento profilático. Foram nesta altura preparados novos vestiários seguros para colaboradores com circuito de colocação de EPI's e descontaminação segura, separados os refeitórios, separadas as áreas verdes no exterior, com adaptação das estruturas já existentes, garantindo a qualidade de vida e bem-estar dos utentes residentes. Aquando este surto foram várias as intervenções da equipa de manutenção, dado que à medida que os utentes iam recuperando da doença, o edifício ia sendo reconvertido, com desinfeções e realocação de utentes a outros espaços, obrigando à alteração da disposição das cercas sanitárias e à alteração da orgânica de funcionamento do edifício, garantindo assim a sua contínua utilização segura.

Nesta fase, também se destacou o excelente trabalho de transformação total de um espaço "inadaptado", numa Unidade COVID (liderada pelo Eng.º Rui Maia), concluída após 5 intensos dias de trabalho, onde foi incluída a construção de raiz de uma lavandaria, com máquinas Industriais, para lavagem exclusiva

de têxteis de doentes/espaços COVID-19. Esta Unidade reúne boas condições para conforto e assistência clínica e tem capacidade para 19 utentes. Trata-se de uma unidade com entrada separada para utentes e para profissionais, com 2 grupos de vestiários, um que serve para fardamento e colocação de EPI's e outro vestiário que serve para descontaminação. Inclui zonas limpas, zonas "contaminadas" e zonas de descontaminação. Tem circuito independente de resíduos e casa de resíduos perigosos no exterior.

Numa terceira fase, que coincidiu com a reabertura dos edifícios que estiveram encerrados, esta equipa esteve dedicada na área dos serviços de saúde, à readaptação de novas áreas para atendimento de utentes na área da saúde, permitindo a separação física necessária e a segurança esperada para todos os utentes. Na área social, nesta fase, a salientar o trabalho desenvolvido por estes profissionais para agilização de soluções para separação física das respostas sociais de Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) das respostas internas. Embora as duas respostas se mantivessem no mesmo centro, os utentes mantêm-se separados, entre internos e externos, reduzindo assim o risco de propagação de infeção entre estes grupos de utentes que tem alguma fragilidade na correta utilização de máscara e cumprimento de regras de higiene e segurança. Na área da infância também foram reabilitadas as estruturas de forma a assegurar a total separação de crianças entre respostas sociais e entre salas, garantindo assim a contenção da doença, na eventualidade da existência de casos positivos.

Nas fases seguintes, decorridas no ano de 2020, quando a ocorrência de surtos internos de COVID-19, foi visível a prontidão de resposta dada por esta equipa. A capacitação dos edifícios foi sendo realizada, com "fatos à medida", soluções desenvolvidas para cada situação em particular. Foram sendo construídas cercas sanitárias no interior dos edifícios, dividindo áreas para doentes COVID de áreas para utentes em isolamento profilático e áreas para utentes sem contacto com casos positivos. Todas estas soluções foram analisadas e avaliadas em planta, encontradas entradas e saídas independentes, garantindo assim a total independência e operacionalidade segura dos edifícios. As soluções projetadas em planta foram sendo rapidamente implementadas, de manhã, à tarde ou durante a noite, sempre o mais rápido possível, com a Missão de proteger os utentes e os colaboradores, captando a confiança dos profissionais e a segurança de todos os residentes e colaboradores.

Odete Cunha

Entrada da Unidade COVID-19

Quarto na Unidade COVID-19

Alimentação na SCMVC em tempos de COVID

Espaço alimentar reorganizado, cumprindo regras de distanciamento, higienização e circulação

Desde março de 2020, várias foram as atividades desenvolvidas para atender as necessidades e desafios que nos surgiram diariamente ao nível da alimentação. O que irei partilhar foi o espelho de um forte trabalho em equipa, um grande investimento de tempo, materiais, recursos humanos e recursos económicos da Instituição, para que existisse uma reorganização do serviço face às várias necessidades que foram impostas pela COVID-19.

1ªAposta: foi necessário reajustar a distribuição da alimentação.

- Ao utente idoso ou utentes internados em reabilitação, as 6 refeições diárias passaram a ser servidas no quarto, em tabuleiro próprio, com os alimentos já preparados, devidamente protegidos e prontos a comer, atendendo aos cuidados alimentares individuais. Assim, o serviço de distribuição sofreu alterações significativas tendo sido necessário adquirir equipamentos, renovação dos materiais usados, aquisição de alimentos, formação aos colaboradores e a organização focada em atender o utente.

- O espaço alimentar destinado às refeições a realizar em salas ou refeitórios teve de ser reorganizado, cumprindo as regras de distanciamento, limpeza e desinfeção do espaço após utilização, arejamento e com circuitos muito bem definidos, para garantir a segurança das pessoas no momento em que estão mais vulneráveis pela ausência de máscara e por estarem em período de descanso a usufruir da refeição. Tiveram de ser estabelecidas regras de utilização destes espaços comuns para uma utilização consciente e organizada, onde foi necessário explicar e sensibilizar sobre os cuidados a seguir.

- As refeições servidas para o serviço de apoio domiciliário nos diferentes centros da Instituição, pessoas mais carenciadas, utentes

idosos do centro de dia e colaboradores que prestam apoio a utentes na comunidade passaram a ser disponibilizadas em material descartável, de utilização única, devidamente protegidos e identificados com a sopa de legumes fresca, a refeição do dia, pão embalado, fruta e doce, se disponível.

- Foram reforçadas as boas práticas de segurança alimentar "fora" da cozinha, tão à luz dos cuidados a ter em tempos de COVID, como a lavagem das mãos, uso de touca ou a não partilha de objetos durante esta tarefa.

2ªAposta: foi necessário readaptar a oferta alimentar, ementas e alimentos disponíveis.

- As tarefas a realizar nas 6 cozinhas da Santa Casa foram reorganizadas, considerando os imprevistos diários, mais rotinas de limpeza e desinfeção, mantendo a qualidade e os cuidados ao nível da segurança alimentar implementados desde 2006 tão imprescindíveis, a fim de assegurar refeições saudáveis, saborosas e seguras. Para isto, foi necessário simplificar, sem nunca esquecer o necessário a fazer e a qualidade no serviço. Um dos muitos exemplos foi o ajuste de 9 sopas para as 5 sopas diferentes na cozinha do Lar de Terceira Idade (sopa de legumes passada (sem batata), sopa reforçada (com reforço de carne, peixe, ovo inteiro ou clara de ovo), sopa de arroz, sopa de legumes claros e sopa "de sonda").

- Privilegiou-se o consumo de legumes cozinhados como acompanhamento no prato, pratos simples de confeção única, oferta de peixes com pouca espinha ou carnes com osso para evitar a preparação e manipulação, fruta com casca ou fracionada pronta a comer ou o uso de leguminosas.

3ªAposta: foi necessário um cuidado humanizado pela alimentação.

- Apesar de ter existido grande dedicação do nosso tempo com a reorganização dos espaços, tarefas e dos serviços, não deixámos de cuidar e zelar pela alimentação dos nossos utentes e colaboradores. A alimentação não deve ser vista como compensação, mas sabemos que proporciona bem-estar e conforto quando tanto nos é retirado. O acesso a um simples café é algo de reconfortante depois da refeição ou na pausa de descanso, ajudando a restabelecer as energias. A Instituição preocupou-se em disponibilizar meios e a organizar o serviço para que os utentes e colaboradores tivessem o devido acesso. Dadas as restrições de acesso ao exterior, foram disponibilizados com conta, peso e medida, alimentos apreciados como bico de pato ou croissant a certos dias da semana ao lanche. Foi disponibilizado fruta e pão aos colaboradores nas pausas a meio do turno. Foram planeados e feitos pratos mais apreciados pelos utentes durante estes meses como a típica francesinha nos centros de infância ou nos centros para pessoas com deficiência, uma simples canja ou um prato de bacalhau que os utentes mais idosos tanto valorizam. Alguns desejos, preferências ou vontade, como uma omelete, também foram atendidos de modo a encurtar as distâncias e as saudades das idas a casa. Na época de Natal, tentamos manter vivas as tradições e as comemorações que a Instituição sempre privilegiou, sendo que nas três quintas-feiras antes do Natal e Ano Novo (também comemoradas às quintas-feiras em 2020) foi servido um alimento típico desta quadra como o tradicional bolo-rei, a aletria e rabanadas, assim como um prato de bacalhau. Esta iniciativa aconteceu em todos os centros da Instituição, tentando chegar a todos por igual, ao utente que recebe a refeição em casa, à criança que vem da escola comer no CATL, ao colaborador do turno da noite, à pessoa fragilizada que almoça na cantina social como ao colaborador administrativo dos diferentes serviços de saúde.

4ªAposta: foi necessário recriar e mediar cuidados alimentares em áreas COVID

- O desafio foi manter os cuidados alimentares controlando a sintomatologia associada ao diagnóstico de doença por COVID, como a falta de apetite, astenia, alteração de paladar, alterações do trato gastrointestinal, entre outras. Assim, e atendendo às necessidades individuais de cada utente (preferências, consistência da alimentação, tipo de hidratação, mastigação, destreza e autonomia da ingestão alimentar, entre outros), a alimentação foi planeada, preparada, servida e apoiada ao utente mais frágil. As alternativas à hidratação foram essenciais como águas aromatizadas, chás, gelatinas batidas e recurso a espessante alimentar. A disponibilização de suplementos alimentares foi essencial, no caso dos utentes a fazer dieta líquida, para assegurar e complementar as necessidades nutricionais diárias. Também existiu a necessidade de melhorar a identificação da refeição e respetivo serviço de empratamento das refeições, através da criação de mapas de apoio à distribuição coloridos e de fácil consulta. Mesmo em situações difíceis e de acessibilidade restrita foi tido sempre um gesto de conforto como a aquisição exterior de um bolo de arroz por preferência da utente, ou feito um leite-creme ou aletria "sem leite". Aos colaboradores a trabalhar sob condições de stress em áreas COVID, nos momentos de pausa, em espaços dotados de condições específicas, foram disponibilizadas refeições completas, em material *takeaway* e alimentos "energéticos" para restabelecer as forças.

Daniela Vareiro

Nutricionista C.P. 0253N

Ligar as pessoas: o trabalho da Informática na SCMVC

Como em todas a empresas, de um momento para o outro, a SCMVC precisou de utilizar mais alguns serviços baseados na Internet devido à situação de pandemia.

Esta situação obrigou-nos a adquirir mais computadores portáteis para que os colaboradores da SCMVC pudessem trabalhar a partir de casa. Para que isso fosse possível, o Departamento de Informática teve um trabalho acrescido na preparação de todos os computadores para que os colaboradores e a infraestrutura estivessem em segurança. Para tal, foi necessária a utilização de equipamentos e circuitos de fibra ótica diferenciados pela questão de segurança que foi necessária implementar.

Na área da saúde foram preparados mais computadores para que médicos radiologistas pudessem fazer telerradiologia, situação que já era usual, mas que foi reforçada com vários médicos a aderir a esta nova forma de trabalho. O mesmo foi feito para consultas *online*, principalmente nas áreas da Psicologia, Psiquiatria, Pedopsiquiatria e mais recentemente consultas de Fisiatria.

Noutros locais da Instituição foram também instalados sistemas para reuniões em videoconferência, esta situação teve especial relevo nos computadores das educadoras de infância na Casa da Criança e Centro Social em Macieira, para que pudessem falar com os pais das crianças remotamente.

Reforço da infraestrutura informática foi essencial para a continuação do trabalho dos profissionais

A telescola na Casa da Criança também requereu a instalação um sistema Wi-Fi, onde os jovens pudessem ligar os seus equipamentos informáticos para poderem assistir as suas aulas *online*.

A distância criada entre as famílias e utentes pela cessação das visitas levou a que fossem preparados *tablets* para que nos lares que estiveram em isolamento profilático os utentes pudessem falar com os seus familiares e saciar a necessidade de contacto através de videochamada.

Para melhores velocidades de internet neste contexto de maior utilização da mesma, em alguns dos Centros da SCMVC foi necessário fazer *upgrades* da largura de banda das fibras óticas, e outros tiveram mesmo de alterar os acessos à Internet de ADSL para fibra. Estas atualizações já estavam planificadas, mas a situação pandémica obrigou a que o operador de internet com quem a nossa Instituição trabalha tivesse de acelerar os trabalhos de instalação da fibra, nomeadamente nos Centros de Touguinha, Macieira e Fajozes.

Neste momento todos os centros da SCMVC têm acessos em fibra com ligação à sede da Instituição através de *VPN*'s para maior segurança, para além do acesso à internet através da rede institucional e da rede *Wi-Fi*.

O trabalho do Departamento de Informática foi multifacetado e com consequências positivas, desde o contacto entre os Centros e famílias dos utentes, a adaptação sem problemas ao teletrabalho, serviços de saúde remotos, telescola, até à produtividade melhorada proveniente de uma ligação à internet mais rápida em toda a Instituição.

Sidónio Cruz
Responsável Dep. de Informática da SCMVC

O Amor e a Misericórdia em tempos de COVID

"Onde está a vossa fé?" (Lc 8, 25)

A pandemia provocada pelo SARS-CoV-2 / COVID-19 apresentou ao mundo um desafio global, sem precedentes, afetando todas as pessoas de forma verdadeiramente democrática, perturbando o curso normal dos mais diversos organismos, desde a vida económica à vida política, passando pela vida cultural, social e religiosa. Como referiu o Papa Francisco numa entrevista ao jornal La Stampa, "*a pandemia colocou-nos – a todos – dentro mesmo barco*".

Charles Dickens, ao descrever uma sociedade em mudança, disse: "*Aquele foi o melhor dos tempos, foi o pior dos tempos; aquela foi a idade da sabedoria, foi a idade da insensatez, foi a época da crença, foi a época da descrença, foi a estação da Luz, a estação das Trevas, a primavera da esperança, o inverno do desespero; tínhamos tudo diante de nós*" (Charles Dickens, *Um Conto de Duas Cidades*). O romance de Dickens colocava a loucura do reinado do terror, após a Revolução Francesa, em contraponto com a elevação daqueles que se estendiam além das suas próprias preocupações para cuidar e amar os outros.

A COVID-19 trouxe, àqueles dias em que achávamos que tínhamos tudo, um ambiente doentio, toldado pelo sofrimento e pela morte, pela incerteza e pela desconfiança, numa aproximação extraordinária à ficção científica, reproduzida pela indústria cinematográfica. O filme *The Flu* [A Gripe], de 2013, escrito e dirigido por Kim Sung-su, é um desses bons exemplos que nos deixava com o coração nas mãos, mas conscientes – falsamente – de que a cinematografia estraria muito longe da vida real.

No pior dos tempos, em que percebemos de forma empírica o significado da "quarentena de Budang", vimo-nos impossibilitados de ir à Missa. As crianças não puderam ser batizadas. Os matrimónios foram adiados. Os idosos ficaram fechados, dentro de casa ou nas unidades de solidariedade social, privados de contactar com os filhos, netos ou amigos de longa data. Os funerais foram celebrados na presença restrita da família, num ato repentino de *Última Encomendação e Despedida*. As aulas e a catequese foram suspensas e a maioria das alegrias vividas no exterior foram canceladas, incluindo o futebol e tantas outras modalidades que promovem a exaltação planetária.

No meio de tantos desconfortos e de conflitos latentes, resultantes do choque entre negacionistas e rigoristas, este também foi – é – o melhor dos tempos. Possivelmente, mais do que nunca, as pessoas pensaram em Deus e, ao seu jeito ou ao jeito da Igreja, pediram-Lhe proteção. O ser humano redescobriu o valor de conceitos vertidos em comportamentos de solidariedade inacreditável. Os inimigos de ontem, tenderam para a estabilização da paz. Os desconhecidos, que moravam paredes meias, aprenderam a fazer lista de compras no prédio ou no bairro, maximizando recursos e ajudando, assim, os mais desvalidos. Instituíram-se novas confrarias que visaram a fiscalização do bem-estar e segurança dos amigos, emitindo sinais de presença sensíveis.

De muitas maneiras, estes tempos difíceis trouxeram tanto bem às pessoas no qual elas se podem autovisualizar, e também podem ser vistas no melhor que possuem, numa afirmação de amor misericordioso, semelhante ao amor posto em prática por Kim In-hae [Soo Ae], Kang Ji-goo [Jang Hyuk] ou da multidão que protege Kim Mi-reu [Park Min-ha], numa resposta própria de quem diz: "*pelas minhas obras, te mostrarei a minha fé*" (Tg 2, 18).

Paulo César Dias
Rev. Prior da Paróquia de São João Baptista

DO ARQUIVO

A Misericórdia no combate às epidemias

No último ano, temos assistido a situações que para o século XXI são inéditas. Assistimos à propagação do vírus SARS- CoV-2 por todo o mundo, responsável pela doença COVID-19, de tal forma que, em pouco tempo, uma epidemia que começou na China, facilmente passou a pandemia. Essa rápida propagação foi fruto de um mundo "sem fronteiras", um mundo onde os cidadãos dos países livres e democráticos conseguem viajar quase sem restrições. Contudo, em pouco tempo, esses países livres e democráticos foram erguendo barreiras, controlando fronteiras e cidadãos, impondo quarentenas e medidas cada vez mais restritivas em relação à circulação de pessoas. Os aviões pousaram no solo, não para uma rápida paragem entre voos, mas para um longo descanso. O turismo, parou também. As escolas fecharam, as crianças foram mandadas para casa e com elas os pais, que ficaram em teletrabalho, lay-off, ou simplesmente desempregados. Muitas das coisas que tínhamos como garantidas desapareceram ou foram suspensas. Ao mesmo tempo, os hospitais eram atacados com enchentes de pacientes para atenderem, uns com a doença COVID-19, outros, com as maleitas do costume, ambos prejudicados pelo medo face ao desconhecido, pela sensação de insegurança e incerteza na luta contra um inimigo invisível.

Ficamos a conhecer neste último ano aquilo que a humanidade sentiu tantas vezes na luta contra as doenças, pragas e pestes, com a vantagem de termos a melhor tecnologia de sempre, aliada aos cientistas e médicos mais capazes. Num feito sem precedentes, em menos de um ano, laboratórios e cientistas de todo o mundo dedicaram quase um ano das suas vidas para, incansavelmente, produzirem e testarem vacinas que erradicassem aquele vírus. Os meios de comunicação bombardearam a população com informação sobre o novo coronavírus, divulgaram a gravidade dos seus efeitos, mas também os meios para nos protegermos dele. Hoje, até os mais pequenos sabem a importância da higiene das mãos, do uso de máscaras e a necessidade de ficarmos em casa, resguardados do vírus.

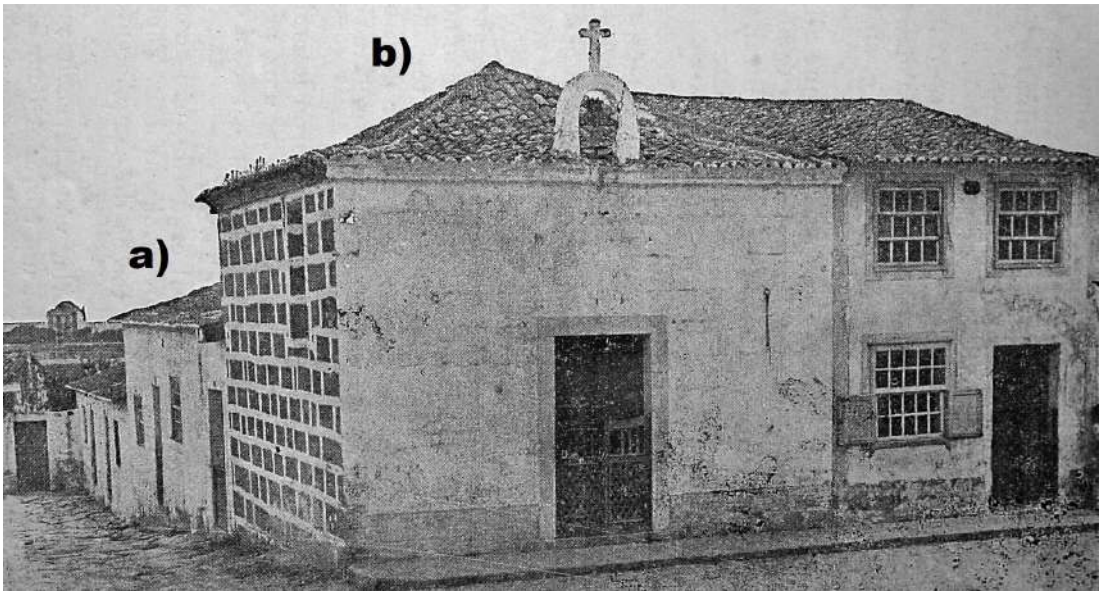
Mas este não é um artigo científico sobre medicina, este é um artigo feito para nos provar que, como diz o ditado, a História tende a repetir-se. O vírus SARS-CoV-2 veio mostrar isso da forma mais impactante. Os nossos antepassados viveram esta realidade, uma e outra vez, a última delas, a chamada Gripe Espanhola, há cem anos. Já para não falarmos daquela que todos conhecem e que maior impacto teve na Europa, a Peste Negra. Imaginem passar por tudo o que temos passado sem informação sobre o que nos estava a atacar, sem médicos e cientistas para nos ajudarem e sem perspetivas de cura, tendo como único alívio a oração, a devoção e a fé nos Santos e em Deus.

A nossa cidade, Vila do Conde, foi cenário de muitas pestes e doenças ao longo da sua existência. Normalmente chegavam por mar, nos navios que aqui atracavam vindos de todas as partes do mundo. Os nossos marinheiros estavam presentes em todas as rotas comerciais que atravessavam os oceanos. Por vezes, quando vinham a casa, traziam com eles a maleita, que rapidamente se espalhava por toda a vila. A peste e a doença eram assuntos constantes nos registos escritos desta vila, hoje cidade, nomeadamente nas Atas de Vereação, que vinham de forma cíclica, ora do norte de Espanha, ora dos portos italianos, do sul de França e mesmo de países mais distantes como a Noruega.

A primeira notícia de peste registada no Arquivo Histórico da Misericórdia de Vila do Conde data de 5 de dezembro de 1580, e relata a bênção do campo que estava detrás da capela-mor da Igreja da Misericórdia, para que aí se enterrassem os pobres e os que haviam falecido do "grande mal da peste" . Doravante, a Misericórdia passou a enterrar os seus mortos não apenas na sua igreja, no Adro da mesma e no terreno atrás do Hospital do Espírito Santo, mas também neste local, que ainda hoje permanece praticamente intacto. Nas costas da capela-mor da Igreja da Misericórdia existem dois nichos onde se guardavam esculturas. Um deles, de estilo manuelino, encontra-se vazio desde que há memória, o outro esteve até 2010 ocupado com uma escultura em pedra de Nossa Senhora da Conceição, padroeira do Hospital da Misericórdia desde 1634. Para que conste, esta escultura está hoje exposta nas instalações do CIMMVC, Centro Interpretativo de Memórias da Misericórdia de Vila do Conde, devidamente restaurada e preservada. Esta imagem estaria a velar pelas almas lá sepultadas, vítimas de pestes, de doenças comuns, acidentes ou apenas de velhice.

Outros locais foram também utilizados para o enterramento daqueles que padeciam da peste: S. Tiago, onde hoje se encontra a igreja de Nossa Senhora do Desterro, em S. Brás, na igreja de Nossa Senhora da Lapa e na Bouça da Areia, como se ficou a saber pelo registo da ata de vereação de 4 de março de 1587, onde se deliberou não lavrar a referida bouça, por enquanto, pois aí jaziam os pestíferos de 1580.

A notícia desta peste surgiu pela primeira vez numa ata da vereação de 23 de julho de 1578, relatando a existência de casos de peste em Santiago, Galiza. Como medida de proteção e seguindo as orientações do regimento e provisão que Sua Alteza Real enviou para a vila, o Juiz Miguel Luís, juntamente com o Vereador Pero Gonçalves Mourão, nomearam Tomé Gonçalves, Manuel Álvares Galhão e Jácome Carneiro como guardas-mores, para que vigiassem a costa e mantivessem as quadrilhas e outras gentes fora da vila. Para os auxiliar na função de vigiar e guardar a vila da entrada de pessoas cuja proveniência fosse



a) Hospital do Espírito Santo, depois Hospital da Santa e Real Casa da Misericórdia, até 1634

b) Capela do Espírito Santo

Santiago, os acima referidos Miguel Luís, Juiz, e Pero Gonçalves Mourão, Vereador, decidiram que Pero Enes, Pero de Barros Carneiro e Álvaro Jorge da Fonseca, servissem como guardas-mores da saúde .

Esta situação não era nova, são muitas as atas de vereação da Câmara que relatam estas ações de precaução e vigilância sobre a costa marítima e sobre as nossas fronteiras terrestres. Chegam mesmo a impor multas em dinheiro ou prisão para aqueles que não acatem o recolhimento obrigatório ou mesmo ordem de expulsão da vila. Quanto às embarcações que chegavam ao nosso porto, muitas eram impedidas de atracar ou de descarregar as mercadorias que traziam, como foi o caso de uma embarcação que trazia tecido e que, por ata de vereação de 19 de maio de 1579, não pode descarregar a mercadoria que trazia pois fazia parte de umas das quatro naus que havia atracado nos portos de Baiona e Vigo, Espanha, local onde a peste estava alastrada e se tinha instalado entre a população e os marinheiros.

O facto de a Misericórdia ter benzido um novo local de enterramento mostra a gravidade da doença e a mortandade que esta provocou. Bem como o facto de os que então governavam a vila, Baltasar Afonso Carneiro, Juiz Ordinário, Simão de Araújo, Vereador e Gonçalo Gomes, Procurador do Concelho, terem decidido, em ata de vereação de 27 de fevereiro de 1580, fazer uma procissão dedicada a S. Sebastião, advogado da Pestilência. Essa procissão seria realizada na terça-feira seguinte, com o vigário e mais padres da vila, desde "*... a casa de são sebastião e dahi leva o santo mártir sercando a vila .S. polla praça velha a porta de jmº da maia e dahi a mia (Misericórdia) e dahi siga senra abaixo ao quaes (cais) dahi por sobmosteiro a santa clara e dahi tornão a são sebastião a trazer o santo mártir a sua casa...*" . Por esta altura, os conhecimentos científicos eram muitos poucos, bem como os médicos ou físicos existentes nas vilas e cidades. A doença tinha sempre o mesmo nome: peste. O tratamento, se existia era quase sempre o mesmo à base de caldos, mezinhas e orações. Muitos, especialmente os mais pobres, recorriam à Misericórdia para conseguirem algum alívio da doença junto do nosso físico, mas, normalmente, nada havia a fazer por quem estava infetado. Contudo, a Misericórdia trabalhava incessantemente para aliviar o fardo de quem padecia da doença e cuidava também dos seus familiares. Aos pobres, os que mais padeciam com as doenças pois não tinham condições de vida, esta Santa Casa oferecia comida, abrigo no seu albergue e tratamentos médicos no seu Hospital. Aos mais velhos, oferecia uma esmola semanal em dinheiro para que vivessem com maior conforto. Aos mais novos, no caso das meninas que ficavam órfãs, dava-lhes um dote para que pudessem constituir família e viver uma vida honrada. Aos mortos, oferecia a sepultura e um enterramento cristão digno. Para todos, a Irmandade da Misericórdia oferecia as suas preces e orações, rogando a Deus pelos vivos e pelos mortos.

A ação da Misericórdia era complementada pelas medidas implementadas pelos governantes da vila que, instigados pelo medo da propagação da doença, decidiram, em reunião de Câmara de 26 de julho de 1580, que as portas das casas daqueles que se ausentaram da vila, fossem pregadas com uma travessa de madeira para que não tentassem voltar a casa sem cumprir a quarentena ou degredo determinado em tais casos .

A propagação desta peste tornou-se tal que, em 5 de agosto de 1580, vários dos homens da governação vila-condense assinaram uma petição ao Arcebispo de Braga solicitando que este ajudasse na contratação do Mestre João, físico naquela cidade.

Quando a peste batia às portas de

Vila do Conde, para além da doença vinha também a fome, pois esta cidade, devido à dimensão do seu termo, não conseguia ser autossuficiente e alimentar a sua população, dependendo sempre dos alimentos que lhe chegavam por terra e por mar. Com o controlo apertado que havia de ambas as fronteiras a situação ficava cada vez pior. Os homens da governação fizeram duas petições ao rei D. Filipe I para que lhes desse mais tempo para o pagamento das sisas pois esse dinheiro tinha sido utilizado no combate contra a peste, nomeadamente, na compra de bens alimentares e no pagamento do físico que atendia aos doentes. Numa dessas petições, de outubro de 1581, a Câmara revela ao rei que já tinham morrido na vila, cerca de 700 pessoas do mal da peste, um número demasiado alto para a dimensão da vila, um número que, ainda hoje, no século XXI, é demasiado alto para a nossa cidade.

O rei, compreendendo a gravidade da situação vivida em Vila do Conde, prontamente respondeu, prorrogando por mais dois meses a execução da entrega de parte da renda das sisas.

No Arquivo Histórico da Misericórdia de Vila do Conde, existem alguns exemplares de testamentos de pessoas que faleceram devido a esta peste. Seguem-se três exemplos:

Antónia Gomes, mulher de Diogo Pires, moradores na rua da Cruz e dona do forno da vila que estava na viela da dita rua da Cruz. Fez testamento em 28 de agosto de 1580, pela mão do Frei Gaspar de Cantanhede que, juntamente com ela, se encontrava no degredo . Foram presentes como testemunhas o mestre João Vilas Boas, João Francisco, sangrador e Francisco Álvares, guarda do degredo.

Beatriz Pires, moradora em Vila do Conde, mulher que foi de Belchior Campelo, do qual obteve divórcio por razões não descritas no testamento. Segundo este documento, ela estava "*...mal desposta de mal de peste...*", e pediu ao acima referido Frei Gaspar de Cantanhede que lhe redigisse as últimas vontades em testamento com data de 11 de dezembro de 1580. Foram testemunhas presentes João Fernandes Prado, Diogo da Rocha, Francisco Pires, Manuel Fernandes e Amador Dias.

Francisca Jorge, viúva, estando também ela "*...mal desposta...*", pediu ao Frei Gaspar de Cantanhede que lhe redigisse o testamento. Pediu para ser sepultada na igreja da Misericórdia, deixando para tal a esmola no valor de 7 mil réis. Foram testemunhas presentes Jorge Martins Gaio, António Afonso, Manuel Fernandes e Domingos Gonçalves.

A saga das pestes e doenças não terminou por aí, sempre que surgiam rumores de peste em alguma zona do país ou em portos onde os vila-condenses comerciavam, acionava-se o protocolo que iniciava com a nomeação de guardas-mores da saúde, como foi o caso da deliberação tomada em ata de vereação de 26 de março de 1582, após ter havido notícia de casos de peste em Massarelos, Porto. Estes guardas tinham a função de vigiar a entrada e saída de população e de bens, fechando as fronteiras para que não entrasse gente que não fosse da vila. Representavam a autoridade e, como tal, eram obedecidos por todos. Conforme já referido, quem não cumprisse seria punido com multa em dinheiro ou com pena de cadeia. Em 30 de agosto de 1598, a Câmara deliberou que estes guardas-mores transportassem consigo varas vermelhas com as armas reais, à semelhança do que acontecia em outras localidades, de forma a que a população mais facilmente lhes reconhecesse a autoridade.

Por todo o século XVII, seguem os relatos de peste em várias zonas do país e da Europa:

Em reunião de 8 de abril de 1601, Amador Pereira é nomeado guarda-mor suplementar para auxiliar os guardas-mores do mês, pois havia notícia de ressurgimento da peste nas freguesias de Fajozes e Mindelo, na altura termo da Maia. Foi ainda deliberado que tomassem providências na passagem do rio Ave, de forma a haver maior controlo de quem entrava na vila.

Novas notícias sobre peste na Galiza surgiram em abril de 1614 , seguidas pelas notícias de peste no porto de Amesterdão em setembro de 1617 . Em 14 de setembro de 1624, em reunião da vereação ficou deliberado que se deviam tomar as usuais precauções com o exame dos navios vindos do estrangeiro, pois havia relatos de peste no porto de Palermo. Seis anos depois chega a Vila do Conde notícia da existência de casos de peste em França e Itália.

Depois do grande abalo demográfico que Vila do Conde sofreu devido à grande peste de 1580, a cidade pareceu não mais voltar aos anos de ouro que marcaram esse século. Os séculos seguintes trouxeram consigo mais pestes e doenças. O Hospital da Misericórdia registou nos seus livros de assento dos defuntos, as mortes resultantes da vaga de cólera que chegou ao Porto em 1833, a bordo do vapor London Marchant, com o general Solignac e os soldados belgas, que para cá vieram para ajudar os liberais na guerra civil. Só nos meses de julho, agosto e setembro desse ano foram sepultadas 116 pessoas com cólera em Vila do Conde. O Reverendo Administrador do Hospital, Joaquim José Vieira, numerou os que lá faleceram de cólera, num total de 34 até 11 de outubro do mesmo ano.

Tal como as outras pestes, também esta teve nova vaga, entre 1853 e 1856. Em junho de 1855, as autoridades da cidade deliberaram que todos os que falecessem de cólera deveriam ser sepultados no cemitério público. O Reitor do Hospital da Misericórdia continuou a fazer o registo de todos quantos saíam para o cemitério público, deixando até uma nota curiosa no seu Livro de Assento dos Defuntos, 1855-1919:

"*Estes ascentos lansados infra, segundo a nota de folhas quatro retro, devião ser lansadas no livro dos mortos da Igreja, pelo Encomendado Pedro António da Silva Coelho, segundo a nota retro, já dita, o dito Encomendado assentou o nome de todos os mortos neste Hospital, no seu caderno, para os lansar no Livro, e por preguiça ou esquecimento o não fez, nem de prezente o pode fazer, por não ser já Pároco: e porque eu tenho os esclarecimentos de todos os mortos, que sahirão deste Hospital para o Cemitério publico, por cujo motivo os lanço no Livro deste Hospital, para delle se extrahirem as Certidõens, que sejão pedidas. Vila do Conde doze de Janeiro de 1857. O Reitor deste Hospital António Xavier Tinoco de Faria*"

De facto, analisando os registos paroquiais de Vila do Conde, nota-se que há uma série de mortes associadas à cólera que apenas estão registadas nos livros de assentos da Misericórdia.

As informações aqui apresentadas são apenas um exemplo das muitas doenças e pestes que atingiram Vila do Conde, trazidas por fronteiras terrestres e marítimas, tanto por forasteiros como por autóctones. Estas doenças não conheciam idade, sexo ou posição social, atacando a todos por igual medida, tal como hoje assistimos com a COVID-19. Ninguém está inume aos seus efeitos. Da mesma forma, também a Santa Casa da Misericórdia se tem mantido como um baluarte no combate a estas doenças, tentando minimizar os seus efeitos colaterais. Ontem como hoje, estamos na linha da frente na ajuda a quem mais necessita, fazendo cumprir as nossas Obras de Misericórdia.

Liliana Aires

Responsável do Arquivo Histórico da SCMVC

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA
VILA DO CONDE

BOAS PRÁTICAS NA GESTÃO DE RISCOS BIOLÓGICOS
COVID clean
eiC

CERTIFICAÇÃO COVID CLEAN

nos serviços:

- **Hospital da Misericórdia de Vila do Conde**
- **Laboratório de Análises Clínicas**
- **Clínica de Medicina Física e Reabilitação**
- **Lar de Terceira Idade**

Em novembro de 2020, a Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde obteve com sucesso a certificação da Marca COVID CLEAN, após uma extensa auditoria aos seus serviços. Trata-se de um modelo de certificação desenvolvido em fase de pandemia pela Empresa Internacional de Certificação (EIC), em parceria com a agência espanhola Verycer. Esta certificação atestou as boas práticas na gestão de riscos biológicos e o cumprimento das normas, orientações e recomendações das entidades reguladoras DGS, OMS e ACT.

Estão assim atualmente certificados neste referencial: o Hospital da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde, que inclui o Serviço de Atendimento Permanente, Exames de Diagnóstico Médico, Consulta Externa, Bloco Operatório e Internamento em Cirurgia. Também fazem parte desta certificação o Lar de Terceira Idade, o Laboratório de Análises Clínicas e a Clínica de Medicina Física e de Reabilitação.

A Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde é a primeira Instituição Social certificada por este referencial, demarcando mais uma vez o seu compromisso de Missão e a Visão sustentada de Qualidade no desenvolvimento dos seus serviços e transmissão de segurança aos seus utentes, famílias, colaboradores, fornecedores e parceiros.

Sede: Rua Rainha Dona Leonor, 123 4480-247 Vila do Conde | Tel. 252 249 100 | Fax. 252 633 251 | Email: geral@scmvc.pt | Site: www.scmvc.pt

SERVIÇOS DE SAÚDE NO CONTEXTO DA PANDEMIA

Serviço de Atendimento Permanente

Foi no dia 11 de Março de 2020, que detetámos o primeiro caso de COVID-19 na SCMVC, no contexto de uma consulta de atendimento permanente. Foram de imediato tomadas as medidas de isolamento e prevenção de infecção recomendadas pelas directivas da DGS, tendo protegidos e salvaguardado todos os utentes que recorreram ao serviço de SAP e os colaboradores. Este caso clínico foi transferido para uma unidade hospitalar na zona Norte, tendo o utente agradecido publicamente todos os cuidados prestados de forma tão humanizada na SCMVC.

Foi encerrado o SAP e a Consulta Externa no dia 12 de Março de 2020, com indicação da autoridade de saúde local, para desinfecção das áreas que estiveram expostas aos vírus e colocando todos os colaboradores que estiveram em contacto de risco com a utente em isolamento profilático.

De forma a garantir o cumprimento da nossa missão para com os colaboradores e utentes mantivemos um médico ao serviço para prestar apoio e esclarecimentos a utentes, colaboradores e familiares de colaboradores, de modo a manter uma prestação contínua de cuidados médicos, assim como um enfermeiro ao serviço para dar continuidade à prestação de cuidados de enfermagem dos nossos utentes.

O Serviço de Atendimento Permanente e Consulta Externa da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde ajustou o seu funcionamento de forma a mitigar o risco de propagação do vírus SARS-CoV-2 entre os profissionais e os utentes reabrindo em segurança em Junho, após reorganização do serviço e circuitos que garantiram essencialmente, um ambiente seguro. Implementando um questionário de triagem para despiste de SARS-COV-2 no ato de marcação de consulta/ enfermagem.

Fomos certificados como uma instituição de "Boas práticas na gestão de riscos biológicos – COVID CLEAN", em Novembro de 2020, por uma entidade internacional.

A salientar que estes serviços mantêm os mesmos objetivos, que são assegurar a continuidade de cuidados de forma segura aos utentes que recorrem aos nossos serviços.

Neste momento em que a palavra Saúde tem mais importância e significado, queremos que os nossos utentes se sintam seguros e sem medo de recorrer aos nossos cuidados de saúde, continuando a manter as parcerias e protocolos com as entidades.

Estamos e estaremos sempre ao serviço dos nossos utentes.

Carlos Santos - Médico de Medicina Geral e Familiar

Ana Catarina Maia - Enfermeira do SAP

Bloco Operatório

Equipa do Bloco Operatório da SCMVC

Nos primeiros passos da minha chefia, um velho cirurgião perguntava-me: *"Então Simão como está a guerra?"*.

Aquela era de facto a nossa guerra, os programas cirúrgicos, as cirurgias, o cumprir o programa, o sucesso da cirurgia, o sucesso da anestesia, a nossa competência, a competência da equipa, a imagem da instituição. Durante largos anos essa luta reiniciava-se diariamente, semanalmente, mensalmente. Lutávamos sem perceber que o fazíamos e fortes guerreiros cresceram sem que se desse conta.

Como qualquer outra guerra do passado, as sirenes fizeram-se soar sem que nos sentíssemos verdadeiramente ameaçados, esta era uma guerra longínqua e nós já enfrentávamos uma há anos. Enfrentar uma pandemia era coisa do passado e nós não tínhamos tempo para isso.

As notícias eram ocasionais e aos poucos tornaram-se frequentes até tomarem conta dos canais de informação. Wuhan alarmou a China, a China alarmou a Ásia, a Ásia alarmou a Europa e a Europa alarmou o mundo. A desvalorização deu lugar à apreensão que por sua vez se deixou levar pelo medo. A guerra que começou a milhares de quilómetros estava agora no nosso Serviço de Atendimento Permanente. Chegou a Portugal quase que pela porta da nossa instituição e as medidas que estavam a ser estudadas, ainda com descrença de que viessem a ser necessárias, tinham já que ser postas em prática.

O Atendimento Permanente foi encerrado, a atividade cirúrgica parou de imediato por tempo indeterminado e a nossa guerra ficava em suspenso. Era necessário assegurar os cuidados das dezenas ou centenas de utentes que diariamente recorriam ao Atendimento Permanente, porque essa era a prioridade da instituição. Nenhum dos nossos utentes ficaria sem tratamentos só porque a guerra agora era outra. A mobilização das tropas começou logo aí, a equipa do atendimento permanente ficava então em isolamento profilático e parte da equipa do bloco operatório era destacada para assegurar os cuidados prestados pelos colegas isolados num espaço também ele improvisado. Fomos sempre seguindo critérios de destacamento que na altura nos pareceram mais adequados.

A pandemia era declarada e os casos sucediam-se já por todo o país, os surtos surgiam e, mais uma vez, a nossa instituição era pioneira a enfrentar um surto de larga escala. Desta vez, um dos nossos centros sociais com cerca de 70 utentes e 30 funcionários infetados. Urgia assegurar o bem-estar desses utentes e mais uma vez mobilizar tropas. Os elementos

do Bloco Operatório que se encontravam na reserva foram chamados à primeira linha e, apesar do medo que este desafio em específico representava, a guerra que há largos anos enfrentavam muniu-os de armas que até os próprios desconheciam. Organizou-se o serviço pelas mãos da Enf.ª Teresa Costa e o sucesso dos cuidados foram evidentes.

Esta guerra durava há mais de dois meses e a guerra deixada em suspenso tinha de ser retomada. Já outros blocos operavam e a Misericórdia de Vila do Conde ainda resolvia autonomamente os seus surtos. Retomámos mais tarde, mas com o rigor que a Instituição sempre exige. A segurança dos utentes e de todos os funcionários era imprescindível e analisámos meticulosamente todos os nossos procedimentos. Desenvolvemos práticas adaptadas à contenção da COVID-19, tendo em linha de conta as normas e procedimentos que as autoridades de saúde iam emanando.

Equipamento de desinfeção por radiação ultravioleta e ozono

Foram reformulados os circuitos de admissão e alta de utentes, o espaçamento entre procedimentos era agora uma realidade bem mais demorada e era necessário uma higienização de todos os espaços utilizados entre utentes sem que estes se cruzassem. Os utentes passaram a ser testados até 48/72 horas antes da admissão e para além dos afamados investimentos que as instituições na sua globalidade eram obrigadas a fazer com os equipamentos de proteção individual, a nossa instituição foi ainda mais além e sem hesitações, adquiriu um equipamento de desinfeção por radiação Ultravioleta e Ozono que nos permite a neutralização de 99,9% dos microrganismos que possam existir no ar e superfícies.

Foram-nos dadas todas as condições para trabalhar em segurança e garantir de igual forma a segurança de quem cuidamos. Contudo, sem o rigor que cada elemento que chefio coloca em todas as suas ações, nenhum planeamento nem investimento teria sido bem-sucedido. São de facto brilhantes profissionais, de uma entrega inexcedível e sentido de humanidade admirável. Admiro cada um deles e agradeço-lhes o quanto tornam o meu papel mais fácil. Orgulho-me de igual forma de enfrentar esta guerra nesta instituição que tenho como minha também. Acredito que fomos em momentos um exemplo para o país, pela forma como assumimos desde início este combate, gerindo recursos próprios sem olhar a prejuízos, apenas com a missão de servir as necessidades de quem de nós dependia.

O inimigo mantém-se forte, invasor e silencioso mas nós prosseguimos a nossa guerra, não baixamos a guarda.

Simão Teixeira
Enfermeiro Responsável
do Bloco Operatório da SCMVC

O papel do Laboratório de Análises Clínicas na Pandemia COVID-19

Instalado o primeiro surto epidémico SARS-CoV-2 num dos equipamentos da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde (SCMVC) e perante a enorme dificuldade em garantirmos externamente uma resposta no âmbito do diagnóstico laboratorial ajustada às reais necessidades da Instituição, o Laboratório de Análises Clínicas assumiu o complexo desafio de combate à pandemia COVID-19. A rápida disseminação epidémica, mundial e nacional, e a dificuldade de controlo de surtos futuros, associado ao potencial risco e impacto sobre a Instituição, dada a vulnerabilidade dos utentes de quem cuidamos diariamente, levou a um largo trabalho na procura de soluções sem precedentes históricos neste laboratório, atendendo à velocidade com que tudo se estava a desenrolar e a multiplicidade de medidas que tinham de ser diligenciadas.

Perante o cenário epidemiológico, o Laboratório sabia exatamente a dimensão do problema e o papel-central que a Patologia Clínica teria que enfrentar no diagnóstico primário da infeção SARS-CoV-2 e o seu impacto direto na decisão assistencial. No imediato, a estratégia delineada foi priorizar o apoio a todos os serviços e equipamentos da Instituição. Esta tarefa veio a revelar-se árdua, muito exigente e muitas vezes angustiante, pela rutura e falta de respostas a nível mundial e nacional, no acesso a reagentes, consumíveis e equipamentos. Apesar da resposta tardia face à nossa vontade de intervenção, o impacto foi fundamental na identificação de casos positivos, contenção de surtos e no delineamento de caminhos para a definição e ajuste de estratégias condutoras do Plano de Contingência.

Sem tempo para dúvidas, foi formalizada a candidatura para integrar a Rede Portuguesa de Laboratórios para o Diagnóstico Laboratorial SARS-CoV-2. A 18 de abril de 2020, o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge afere que o serviço e o seu corpo especialista reúnem as condições científicas, técnicas e metodológicas necessárias à realização de diagnóstico laboratorial, no pressuposto do cumprimento das condições de biossegurança e demais requisitos legais. Paralelamente, a Instituição assegurou aos utentes do SNS o alargamento da convenção com a Administração Central do Sistema de Saúde (ACSS), através da ARS Norte, para a comparticipação do exame - RNA SARS-CoV-2 por RT-PCR.

Todo este cenário colocou o serviço em sobre-esforço, exigindo uma enorme capacidade de adaptação dos profissionais; no entanto, a enorme perseverança, resiliência e vontade de querer fazer melhor, tem garantido a nossa atuação na "linha da frente" neste combate.

O Laboratório dispõe de um conjunto diversificado de ferramentas de diagnóstico laboratorial SARS-CoV-2, as quais são aplicadas em função dos critérios definidos

nas Normas da Direção-Geral da Saúde, nomeadamente para a confirmação de casos de infeção por SARS-CoV-2, critérios de alta e em circunstâncias particulares definidas pelo médico assistente ou pelas Autoridades de Saúde, avaliadas caso a caso (Tabela 1).

TABELA 1
TESTES DE DIAGNÓSTICO SARS-COV-2

DIAGNÓSTICO LABORATORIAL	FINALIDADE
RT-PCR	Deteção RNA SARS-CoV-2
RT-PCR MULTIPLEX	Deteção RNA SARS-CoV-2; Vírus influenza A (FluA); Vírus Influenza B (FluB); Vírus Sincicial Respiratório (RSV); e Metapneumovírus Humano (hMPV)
TESTES RÁPIDOS	Deteção qualitativa de antigénios SARS-CoV-2 Anticorpos anti-Proteína S SARS-CoV-2 (IgG)
SEROLOGIA	Anticorpos anti-Nucleo--cápside SARS-CoV-2 (IgG) Anticorpos anti-Proteína S SARS-CoV-2 (IgM)

A atual realidade conduziu a uma complexa reorganização estrutural e funcional do Laboratório, exigindo um elevado investimento financeiro para aquisição das ferramentas metodológicas ajustadas às nossas necessidades, com a aquisição de câmaras de fluxo laminar, extratores mecânicos e sistemas de PCR em Tempo Real. Esta capacitação permitiu dar total resposta às necessidades internas, à população e a instituições de diversos quadrantes de atividade, dinamizado através do serviço *Drive Thru*, inaugurado a 20 de maio de 2020.

Mais recentemente, com a certificação do Laboratório pelo referencial "Boas Práticas na Gestão de Riscos Biológicos (COVID CLEAN)", garantimos o cumprimento dos requisitos regulamentares, estatutários, legais e contratuais na gestão de riscos biológicos, assim como a implementação de metodologias de boas práticas e avaliação de riscos nas nossas instalações e atividades desenvolvidas, transmitindo e gerando confiança aos nossos utentes, colaboradores, fornecedores e demais partes interessadas na retoma da atividade face ao risco biológico COVID-19.

Esta emergência global veio posicionar a Patologia Clínica como uma das áreas médicas mais relevantes, quer no diagnóstico e *follow-up*, identificação, controlo e prevenção de surtos, assim como na sustentação de decisões políticas que suportam o desconfinamento e a retoma da atividade económica e social. De destacar o papel que os laboratórios e os seus especialistas desempenham na rede de prestação de cuidados de saúde, na seleção das ferramentas de diagnóstico mais adequadas, execução e interpretação dos resultados com base no contexto clínico do doente.

O Laboratório de Análises Clínicas tem sido parte integrante na tomada de decisões nas cercas sanitárias implementadas na Instituição, assim como em muitas outras decisões de caráter relevante para a eficácia do Plano de Contingência implementado. Colaboramos continuamente com as autoridades de saúde, as diversas entidades da sociedade civil e a população em geral no combate à pandemia, com a consciência de que o trabalho desenvolvido reflete todo o empenho, dedicação e rigor que nos define.

Ricardo Silva

Diretor Técnico do Laboratório de Análises Clínincas da SCMVC

A PANDEMIA AOS OLHOS DOS SERVIÇOS SOCIAIS

Lar de Terceira Idade

A prossecução da resposta qualificada em intervenção geriátrica que nos tem vindo a diferenciar ao longo dos anos, foi naturalmente atingida com o início desta pandemia, levando a que nos tivéssemos que reorganizar num processo de emergência nunca por nós como equipa experimentado, tal como no mundo. As Instituições são construídas por pessoas, é por isso, que gostaríamos de partilhar algumas das narrativas de apenas algumas pessoas que participam da construção deste Lar de Terceira Idade, para que possamos olhar para as pessoas e observar a riqueza das suas vivências únicas e que mesmo num período que fragiliza qualquer humano, encontram energia para ir além do medo e da angústia e manter a sua missão de ajudar os outros.

"Como foi organizar a tipologia de trabalho / equipas neste período"

"Reorganizar as diferentes equipas de trabalho nos diversos setores perante uma pandemia depressa se tornou uma tarefa complexa, diria até que, inicialmente a meu ver, seria uma tarefa impossível de realizar. Foram muitas as pressões sentidas pelas consecutivas informações/evoluções do cenário pandémico que transformaram esta tarefa complexa numa tarefa desafiante. Dia a dia, foi-se sentindo uma agitação interna entre a nova realidade desconhecida com a grande certeza de querermos continuar a assegurar as mais diversas necessidades sentidas pelos nossos utentes. Organizar as equipas de trabalho de forma a assegurar a prestação de cuidados dignos aos nossos

utentes, acompanhados pela turbulência "COVID-19", só foram (e são), possíveis concretizar com a participação, esforço e colaboração de todos os colegas de trabalho seja ele em que setor for e, por isso, o trabalho de equipa e em equipa esteve sempre presente, facto essencial para a confiança necessária ao exercício da função. Em jeito de balanço, organizar o serviço diário contribuiu (e contribui), em muito, para a minha contínua aprendizagem na essencial tarefa de organizar".

Anabela Benta - Encarregada Geral

"As visitas no Lar "

"O Lar de Terceira Idade por força do vírus SARS-Cov-2, viu-se obrigado a implementar um conjunto de normas comportamentais a adaptar / estruturar as rotinas quotidianas dos nossos utentes que tanto impacto teve nas suas vidas, dado que os nossos mais velhos constituem o grupo de risco que precisamos proteger. Por forma a que fosse possível a família e o utente voltarem a ter algum contacto físico, foram criadas duas salas de visitas que permitem a realização destas de forma segura para ambos. Com o objetivo de minimizar a ausência dos familiares dos nossos utentes, para além da visita presencial, incentivámos o contacto dos utentes com as famílias privilegiando o uso das novas tecnologias através da realização de videochamadas e chamadas. Numa fase tão delicada para os nossos utentes e familiares, privilegiámos no caso de utentes grandes dependentes e utentes em fase terminal, por forma a garantir o conforto e bem-estar destes, a oportunidade de ir elaborando o luto e a possibilidade do utente e seus familiares se poderem despedir de forma humanizada e dignificante".

Cristiana Ribeiro – Assistente Social

"A intervenção dos fisioterapeutas"

"Face à situação pandémica que se vive mundialmente, e em particular no nosso país, o Lar da SCMVC, sentiu necessidade de criar um serviço de fisioterapia totalmente integrado no mesmo. O objectivo deste serviço era dar resposta às inúmeras consequências que esta pandemia deixou, não só pela doença, mas também pelos confinamentos prolongados. E tal, como em muitas outras áreas, também a fisioterapia teve que se reinventar para vencer este desafio. Os fisioterapeutas usam as mãos como principal ferramenta de trabalho na reabilitação dos utentes, mas na verdade, estas mãos vão muito para além disso, são mãos que seguram, são mãos que confortam, são mãos que erguem, são mãos que ouvem, são mãos que choram, são mãos que se orgulham das mais pequenas conquistas, são mãos que acreditam que ainda há esperança. Quando iniciámos este projeto, fomos envolvidos numa equipa multidisciplinar coesa e muito atenta que partilha do mesmo ideal. O Bem-estar de todos os doentes é a nossa preocupação constante e por isso a cada dia queremos fazer sempre mais e melhor. Cada conquista é saboreada por todos. Aqui aprendemos que, quando o ser humano se une e coloca o seu melhor ao serviço do próximo, "o impossível" acontece."

Fisioterapeutas:
Luciana Santos
Rosário Vinhal
Alexandra Arteiro

"Como foi trabalhar numa unidade COVID-19"

"Quando me propuseram fazer parte da equipa "COVID", não hesitei. Estava longe de imaginar o que iria encontrar, ver e sentir por detrás daquela porta amarela. O que encontrei foram os mesmos utentes, apenas precisavam de um pouco mais de "mim", de

nós. Sempre que vestia aquele fato, sentia medo, ansiedade, mas também segurança. Sentia-me capaz de desempenhar a minha função com toda a dedicação e carinho que eles merecem. Todos os dias eram diferentes, alguns mais difíceis que outros. Fiz pequenos sacrifícios, mas tinha de ser... Por detrás daquela porta amarela, senti uma equipa unida, assertiva, bem organizada e empenhada, tudo em prol dos utentes. Eles foram, sem dúvida, a minha motivação para continuar... No final de cada dia, a sensação era de alívio, conforto e de realização, pois sei que dei e fiz o meu melhor para o seu bem-estar.

Vamos ficar todos bem".

Vera Cunha – Ajudante de Lar

"Como foi a reorganização das atividades"

"A COVID-19 tem causado um grande impacto na vida de todos nós a vários níveis, impacto este que assume uma dimensão diferente quando falamos de utentes que vivem no Lar de Terceira Idade e que, por sua vez, se encontram na faixa etária de maior risco. Esta situação pandémica implicou várias mudanças que constituem um desafio diário entre "proteger" e "promover o bem-estar geral" do utente. A tecnologia tem sido aliada nestes tempos difíceis, pois tem contribuído para minimizar o impacto das medidas, permitindo assim aos utentes estarem ligados emocionalmente às suas famílias. Apesar de todas as restrições, temos presente a importância de continuar a proporcionar aos nossos utentes momentos de alegria, de diálogo, descontração e ocupação. Neste sentido, para a realização das atividades (atividades como, Estimulação / Treino Cognitivo, Estimulação Multissensorial e de Psicomotricidade, Musicoterapia, Cinema, Terço, Passeios ao jardim, entre outras), privilegiámos num primeiro momento o formato individual ou pequenos grupos, respeitando sempre o distanciamento, uso de máscara e desinfetante. Estas atividades são realizadas em espaços amplos e arejados, que são desinfetados sempre que haja permuta de utentes e com recurso a materiais de projeção, visando assim a diminuição do risco, no sentido da promoção da qualidade de vida e envelhecimento ativo, especialmente nesta altura de crise de saúde pública que vivemos. Permanece agora a "Esperança", trazida pela vacina, de que poderá estar para breve o regresso à normalidade".

Tânia Carvalhal – Psicóloga

"Como foi viver dias de isolamento com COVID-19"

"Ouve-se muitas vezes falar nos meios informativos em sintomas e consequências. Sou uma pessoa saudável, e mesmo assim a Covid-19 mudou muito a minha vida. A primeira reação foi ficar preocupada com quem morava comigo, os meus pais. A preocupação deixa de ser sobre nós e passa imediatamente para aqueles que amamos e que podemos ter colocado em risco, com uma doença que pouco se sabe, mas que sabemos de certeza que é muito perigosa. O medo do que pode acontecer e de não conhecer o futuro próximo toma conta de nós. A ansiedade começa neste dia e até hoje ainda existe. Tive sorte, sorte porque a entidade patronal não me colocou de lado e disponibilizou uma casa para cumprir o meu isolamento. Cumpri o meu isolamento durante 37 dias, numa casa que não a minha, sozinha, para não correr o risco de contaminar mais ninguém à minha volta. Foram dias sozinha, com medo constante se passado uma hora iriam aparecer outros sintomas, se iria sentir-

me melhor, se iria ter que ir para o hospital por complicação do estado de saúde. E não, felizmente não tive que recorrer ao hospital, mas num só dia conseguia ter oscilações de sintomas que me preocupavam muito, pois sentia como se não fosse mais melhorar. Se tivesse que escolher o que foi mais difícil na altura, diria que foi viver isolada estando doente com um vírus pouco conhecido, com as notícias que na altura transmitiam na televisão/internet em que anunciavam AVC's, aneurismas, doenças cardiovasculares, entre outras, a pessoas da minha faixa etária como consequência da COVID-19. A pressão psicológica que se sente pelo isolamento e por todas as más notícias geradas pela Covid-19 não acaba para quem já passou pelo mesmo. A Covid-19 não provoca só danos físicos, os psicológicos são tão ou mais persistentes. Neste período de isolamento, realizei 3 testes de cura para poder regressar à minha casa, ao meu aconchego e sentir novamente liberdade. Ao 37º dia recebi a notícia de que estava livre da Covid-19. Foi uma sensação incrível! Regresso então à rotina do dia-a-dia em que sinto que ter liberdade é um privilégio e algo a agradecer diariamente. Por isso mesmo, fica o medo constante do que será o pós-covid-19. Sente-se um cansaço respiratório e muscular, como se o corpo já não aguentasse o nosso peso, mas a vontade de melhorar e de regressar à normalidade dá a força necessária para aguentar. Já está a fazer quase um ano após a contaminação, continuo a sentir efeitos da doença. Posso dizer que a nível físico as dificuldades vão sendo ultrapassadas, mas a nível psicológico continua a ser uma luta, pois o receio de uma reinfeção pior do que a anterior, ou de acontecer a algum ente querido, não desaparece. "Agarra-te ao que importa e aos que importam. Procura todas as forças que puderes, mas não deixes de acreditar: enquanto houver ar nos pulmões e toda a força da vida para respirar, haverá caminhos, haverá sonhos, haverá futuro."

Ana Margarida Maia
Responsável de Turno das Ajudantes de Lar

"Como é viver no Lar com as restrições"

"Eu penso que a pandemia está a ter muito impacto em nós. Para além da falta de liberdade, que não permite abraçar os que amamos, há uma preocupação constante de podermos ficar infetados e contrair uma forma grave da doença. Apesar de tudo, há aspetos positivos a considerar, conhecemos melhor as pessoas que cuidam de nós e o trabalho fantástico desta equipa que, a toda a hora, está disponível para o que precisamos. Obrigado a todos!"

Sr.ª D.ª Palmira Pinto – Utente Lar

"Impacto psicológico nas pessoas"

"O medo é um sentimento que nos pode paralisar, mas por outro lado é também ele protetor quando nos conduz às ações necessárias de subsistência. 2020 trouxe-nos um cenário inimaginável, de medo e angústia pelo que seriam os dias e meses seguintes. Enquanto pessoa e profissional deste Lar, procurei manter a minha narrativa equilibrada (não aderindo a discursos de catástrofe nem de desvalorização), de forma a poder contribuir para ajudar os nossos mais velhos neste período sem precedentes, sabendo que para a maioria deles, seria o acentuar das fragilidades já existentes (maior declínio cognitivo e físico, sintomas depressivos, ansiedade, alterações do comportamento, sono, ...). Portanto, procurei mediar continuamente entre a qualidade de vida e a possibilidade de contraírem covid-19 em coerência com o plano de contingência

do centro, através do desenvolvimento de novas rotinas diárias centradas na pessoa e com sentido de utilidade e bem-estar em que desenvolvessem uma narrativa exatamente nesse sentido e que lhes permitisse aumentar a sua resiliência. No normalizar de sentimentos como o medo e ansiedade, que são efetivamente parte da nossa humanidade comum perante um agressor, mas também eles possíveis de se transformar em energia, tal como no promover da aceitação do que não podemos modificar e no trabalho perseverante para adoção de comportamentos pró-saúde. No acompanhamento diário de alguns utentes que infelizmente ficaram infetados com covid-19 e que, face ao isolamento imposto, muitos deles nunca o compreenderam por muito que trabalhássemos e tentássemos minimizar o impacto desse contexto, relatando ainda hoje sentimentos de revolta. É o caso dos utentes de centro de dia, que já em Abril, só diziam: "quem me dera estar de volta ao Lar, era tão bom estarmos juntos". Fomos procurando abrir também a porta á reflexão de que também este período, apesar de árduo, seria uma oportunidade diferente face a alguns aspetos que realmente se iriam modificar, mas não todos para pior, alguns seriam também e foram melhorias. E que no passado também tiveram situações de vida difíceis, mas foram também elas ultrapassadas, agora também não será exceção. As famílias, num primeiro momento impedidas de estar com a sua mãe …, alguns deles num estado em que uma videochamada é muito limitadora, devido ao seu estado físico / mental, alimentaram-se naquele período inicial com chamadas telefónicas: "nem sabe como fico contente e o peso que deixo de sentir quando me diz que está tudo bem com a minha mãe e se demora mais a ligar …". Os colaboradores que muitas vezes já extenuados, iam além disso e procuravam manter a qualidade de cuidados aos nossos utentes, exibindo na sua narrativa uma mistura de angustia com entusiasmo pelas suas tarefas ("é difícil, mas eu vou tentar"). É neste sentido, que agora numa etapa diferente de resposta a esta crise pandémica, mas continuamente exigente, temos que priorizar / cuidar das pessoas, do seu conforto e bem-estar pois disso dependerá a construção do futuro".

Sameiro Maio – Psicóloga

A crise pandémica que enfrentamos mostra-nos mais uma vez que nada na vida está assegurado: "A vida, no que tem de melhor, é um processo que flui, que se altera e onde nada está fixado" (Carl Rogers). Assim, esta pandemia que nos conduziu a uma crise de saúde, económica e social, também nos pode conduzir a uma nova oportunidade de visão sobre valores e orientação para o futuro das sociedades e em particular na forma como cuidamos, protegemos e defendemos os direitos dos nossos cidadãos mais velhos. O Lar de Terceira Idade, efetua uma intervenção de abordagem holística "centrada no adulto mais velho" a qual não é possível sem as mais diversas pessoas. Assim, gostaríamos de concluir, agradecendo sinceramente a todos os cuidadores, técnicos, vários departamentos da Instituição, à gestão de topo, ao Sr.º Provedor Arlindo Maia e ao seu atual sucessor, Sr.º Provedor Rui Maia que se mobilizam diariamente na procura da excelência na prestação de cuidados aos nossos mais velhos.

Muito gratos pela oportunidade de partilha!

A equipa do Lar de Terceira Idade

Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência

Nós já somos felizes!

Quando tinha 6 anos vivia um período mágico da minha infância. Estávamos em Angola e vivíamos felizes com lembranças que guardo com carinho. O contacto próximo com a natureza e fauna, tão riquíssimas, deixavam-nos fascinados! De repente chegou a guerra e abateu-se sobre nós um pesadelo... Numa manhã os alunos foram retirados à pressa da escola... mas não todos! Fiquei retido na escola com mais 6 alunos e a professora... e começaram os bombardeamentos! O pavor era indescritível! Parecia o fim! As lágrimas tornavam-se inúteis e as balas lá fora, tombavam culpados e inocentes! O instinto de sobrevivência do grupo... salvou-nos a vida e restitui-nos os braços da família desesperada! Por que fui poupado? Talvez para aprender o valor do serviço! Os dias seguintes foram um pesadelo aterrador! A casa tornou-se a nossa muralha, num conflito para a cabeça de uma criança entre segurança e prisão!... Como se equilibram as emoções? As únicas armas que os nossos pais nos deram foram os valores da casa, da união, da alegria, do trabalho e da fé! Estes valores deram-nos asas! Com elas, foi possível inventarmos brincadeiras criativas e voarmos para longe, sempre que quiséssemos.

Nestes tempos de hoje, longos, voei para longe, revivi esse passado e senti, com a mesma intensidade, a dureza daqueles dias intermináveis! Há praticamente um ano, o CARPD era, também, o paraíso, o lugar mágico para os nossos utentes! Todos eles tinham o seu lugar único na nossa grande família! Juntos sonhávamos, planeávamos... como uma verdadeira família, onde a nossa maior força era a união e o valor da amizade, do serviço, do respeito, da dignidade!

Os planos para 2020, ano em que comemorávamos o 25º aniversário da inauguração do Centro, eram brilhantes e estavam a entusiasmar toda a gente. Já tínhamos editado e esgotado a venda de uma agenda temática; os ensaios da Via Sacra estavam terminados; a Feira Medieval estava

com o alinhamento encaminhado; com as receitas das atividades estava agendada uma excursão a Roma e Vaticano, assim como estadia num SPA...

Por isso, é fácil imaginar a deceção! É fácil imaginar o sentimento de perda! Visitas suspensas, atividades canceladas, separação de amigos do Centro de Atividades Ocupacionais e restrições que se agravavam de dia para dia! Tinha começado a nossa guerra, com danos evidentes na saúde mental, no coração, nas emoções dos utentes...

Num esforço heroico para proteger os utentes, 32 colaboradores, divididos em dois grupos, ofereceram-se para ficarmos a dormir no Centro, 14 dias cada grupo! Desta maneira, os utentes estariam protegidos! Porém, o vírus já tinha espreitado uma brecha! Entrou, sem sabermos como, no coração do Centro e infetou 82 utentes e 15 colaboradores da primeira equipa! Era sexta-feira santa! Que coincidência! Por que fui poupado à infeção? Não sei! Talvez para servir melhor! Servir com valor, aos que nem sempre lhes é reconhecido valor! Foi necessário substituir a equipa contaminada... sem tempo para despedidas ou lágrimas; organizar testes; criar novas cercas; formar novas equipas; responder às exigências dos relatórios; gerir as preocupações legítimas das famílias; olhar os utentes e perceber o seu sofrimento; as preocupações acrescidas com os internamentos hospitalares... gerir a perda de dois saudosos utentes por COVID... Extremamente difícil! Tudo isto me fez lembrar a escola da minha infância; seria o fim? Recordo uma madrugada, depois de termos estado a criar uma cerca sanitária até à meia noite... ter-me levantado às 5 da manhã para abrir o portão ao padeiro! Chovia e já não tive forças para abrir o guarda-chuva! A chuva confundia-se com as lágrimas e, naquela alvorada silenciosa, a minha oração foi especial! Senti o abraço do Pai e o brilho das nossas estrelas no céu a olhar por nós. Ali percebi porque ainda não tinha sido infetado! Havia muito para fazer! Fiz-me forte, servi até à última gota, dei o melhor de mim, ofereci o meu nada e o meu tudo.

Monitorizar sintomas, confortar as famílias preocupadas, motivar os colaboradores apreensivos e, sobretudo, reinventar-me como pai de muitos filhos assustados, revoltados, presos, sem verem os nossos rostos escondidos pelas máscaras, sem sentirem os nossos abraços... Muito difícil!

Como estamos a vencer esta guerra? Com criatividade, união, a força da fé e muita resiliência! Quem vence a guerra é quem investe no amor, no respeito pelos outros, no serviço, na segurança do próprio e dos outros... ou seja, quem investe nos valores da casa (palavra tão usada neste tempo difícil)!

Com o espírito de sacrifício das equipas, com a ajuda preciosa de outros colaboradores da nossa Instituição, com o espírito altruísta dos nossos utentes, reinventamos uma nova normalidade, dentro de casa! Agora, esperamos que o processo de vacinação nos permita olhar para o futuro com mais esperança!

Partimos da premissa que temos que ser felizes, agora! Recusamo-nos a ser felizes só quando a população estiver vacinada, quando o vírus estiver controlado, quando os utentes puderem retomar as suas rotinas! Não! A nossa felicidade esteve condicionada é certo, mas nunca esteve em causa! Nós já somos felizes! Nós já somos felizes!

Sérgio Pinto
Diretor do CARPD - Touguinha

Testemunhos - CARPD Touguinha

"Encerrou tudo. As portas do Centro fecharam. Assim como as portas de todas as outras casas. Conseguem imaginar uma família com 5 pessoas fechadas em casa 24

horas por dia? – aumentam as interações, as discussões, os conflitos…

Nós, aqui no CARPD, também somos uma família que se viu obrigada a confinar. Não uma família de 5 pessoas, mas de 97 utentes e mais uns tantos colaboradores - não esquecendo os utentes que frequentavam o CAO e que se separaram de nós.

Se para mim, esta foi sempre a realidade do Centro, para os que cá já estavam, as coisas são diferentes. Ouve-se, pela voz dos utentes e dos colaboradores, tudo aquilo que ficou por fazer – a Touguilândia, as idas às atividades exteriores, a Festa de Natal sem a família e os amigos que vivem na outra casa…- e vê-se estampado, nas suas caras, a saudade desses tempos e o medo de não voltar a tê-los. Nota-se o cansaço, a frustração e a dificuldade de lidar com os desafios que aparecem diariamente.

Acredito que, no meio desta adversidade, a Psicologia trouxe esperança aos utentes e colaboradores. Este foi um período de desafios, descobertas e introspeção. Foram pesados e avaliados os nossos princípios, a nossa resiliência e, no meio deste (longo) caminho percebemos a importância da família - da qual provimos e a que escolhemos. Se algo foi aprendido é que somos melhores juntos, mesmo que tenhamos sido afastados em corpo, mantivemos a nossa união nos nossos corações e mente.

Reinventámo-nos. Ainda nos estamos a reinventar (…). É de louvar a forma como os nossos utentes lidaram e lidam com isto. Nenhuma ciência explicaria isto. Eles foram (e são) o nosso exemplo!"

Alda Ribeiro
Psicóloga

"Todos nós passamos por situações complicadas na nossa vida pessoal. Um acontecimento é noticiado. As redes sociais, começam a disparar em todos os sentidos, falam de um vírus que surgiu na China, mortífero. Tudo mudou! (…).

Perante o surgir deste vírus, foram tomadas medidas como prevenção. Assim foi proposto formar duas equipas e permanecer no centro para evitar que o vírus batesse à porta. Infelizmente, entrou sem consentimento e a 1ª equipa já estava na linha da frente. Como eu pertencia à 2ªequipa, recebi um telefonema para entrar ao serviço mais cedo pois, já havia contaminados no centro… e toda a ajuda era necessária.

Imediatamente me coloquei à disposição, com medo e ansiedade. No momento em que entrei no centro, tudo estava diferente. Aceitei permanecer no centro, com os utentes durante 14 dias, longe da família e amigos. Não podia olhar para traz, tive de caminhar em frente e não abandonar os utentes, que estavam a precisar dos meus cuidados. Muitos prostrados, era o silêncio total, só tinham vontade de dormir e sem apetite.

Surgiram as primeiras mortes por COVID-19. Fiquei sem palavras. Isto está mesmo a acontecer? Não queria acreditar. Vim para uma guerra e o inimigo é invisível, o medo era cada vez maior.

Tudo foi bem organizado (…). Os momentos foram muito difíceis, de muito cansaço, mas é de louvar tudo o que foi feito para controlar a situação. Sinto-me feliz por ter ajudado com a minha presença e o meu trabalho, porque aqui aprendemos a ser felizes, todos os dias."

Elisabete Gomes Santos
Ajudante de Lar

"O iniciar de um novo ano é sempre esperado com as melhores expectativas! Porém, (…) a comunicação social dispara com uma notícia assustadora: um vírus mortífero estava a espalhar-se. Não fiquei indiferente. Os dias passavam e o vírus era sempre "a notícia". No meu local de trabalho, o tema era sempre o mesmo: o vírus (…).

A partir desse momento não consegui viver de forma "normal". O medo apoderou-se de mim e como um grito disse: "Basta".

Tive de me ausentar do trabalho porque, não estava a conseguir lidar com a situação (…). A minha ausência só teve uma razão de existir: sou cuidadora da minha mãe, com idade avançada e uma patologia grave (…).

Não sabia que era tão frágil. Não queria abandonar aqueles seres humanos, mas a palavra "morte" ocupou demasiado a minha mente (…). O tempo que permaneci em casa, o sofrimento foi doloroso e tive de pedir ajuda psicológica (…). Queria entrar no campo de batalha, mas parecia que as minhas pernas paralisavam e não conseguia dar um passo em frente; a coragem não existia, o medo apoderou-se completamente de mim, chorei muito, muita angustia, a minha mãe era o foco. "Ela vai morrer. Ela vai morrer".

Depois do aconselhamento de um psicólogo, comecei a organizar as minhas ideias e disse: "Não! Tenho de enfrentar a situação, tenho de ganhar forças e seguir em frente". Assim aconteceu e regressei ao trabalho.

Tudo estava diferente. Foi um trabalho árduo, mas tenho de enaltecer a Santa Casa da Misericórdia, o facto de como tudo foi bem organizado (…). A sensação de segurança era visível (…). Sou uma pessoa de fé e acredito sempre na esperança e que iremos vencer, pois a força do querer tem um grande valor! Desistir é morrer. Estejamos todos unidos porque a divisão é o nosso fim."

Eugénia Monteiro
Ajudante de Lar

"A temível notícia de um utente infetado com COVID-19 tinha chegado ao nosso Centro, num momento aparentemente distante, em que todos os esforços estavam reunidos para que isso nunca chegasse a acontecer. Surge então uma necessidade, imediata, de lutar contra um sentimento pessimista e fazer desabrochar a esperança, acreditando que iríamos vencer esta batalha!

Em Sexta-feira Santa, nunca um dia como este tinha vivido na sua plenitude, foi o momento de comunicar aos familiares que filhos, irmãos, primos, etc, tinham testado positivo. Embora temendo que algo de grave pudesse acontecer, todos depositaram confiança no cuidado daqueles que estavam ao serviço no CARPD.

O primeiro dia foi o mais difícil! O Centro estava descaraterizado, em virtude da cerca sanitária! Colaboradores irreconhecíveis pelo uso dos equipamentos de proteção individual. O cenário parecia de guerra, contra algo tão invisível, mas poderoso, que exigia guerreiros abnegados e conscientes da missão que enfrentavam.

Recordo, com emoção, o momento em que vi o diretor da Instituição, Dr. Sérgio, a receber os colaboradores que chegavam para cuidar dos utentes infetados. Foi um momento impactante, pois eu estava a mergulhar numa realidade que tanto temia viver, mas agora real. Confesso que os olhos teimavam em marejar de lágrimas, pois desconhecia o cenário que iria encontrar... contudo havia necessidade de enfrentar a realidade com coragem!

Desta experiência ficará para sempre na minha memória a forma calorosa como os utentes me receberam, sendo que a maior surpresa foi a capacidade de nos reconhecer com aquele fardamento. Na sua maioria, ainda que com alguns sintomas, os utentes mantinham as rotinas diárias... muitos nem tinham noção que estavam infetados. Neste contexto, reconhecia o meu trabalho, não como um conjunto de tarefas a realizar, mas como uma missão para a qual tinha sido chamada. Mais do que nunca, tinha consciência de quão importante era promover a qualidade de vida e felicidade dos nossos utentes!

Para manter um contato próximo com os familiares, em ordem à comunicação permanente acerca do estado de saúde dos utentes, foi feito um contacto diário com os mesmos, através do telefone e videochamada. Era algo que os animava muito e tranquilizava a família. Ainda que no meio da tribulação, viveram-se momentos muito felizes de superação, interajuda e aproximação.

Sinto-me uma privilegiada por ter a oportunidade de viver esta realidade, que me permitiu crescer a nível pessoal, profissional e espiritual. Nunca senti medo de trabalhar no meio de tão grande número de pessoas infetadas, não porque me afirmo corajosa, mas porque a vivê-la tão de perto me tornou mais resiliente. Receber sorrisos e assistir à recuperação dos utentes era o combustível para superar o cansaço e a ausência da família."

Fátima Marques
Técnica Superior de Serviço Social

"Luto em tempo de COVID

Quando vimos o Centro a fechar e as atividades a serem canceladas, percebemos que a pandemia existia mesmo e não era só na televisão!

Uma equipa de colaboradores entrou para o CARPD para fazer quarentena. Pensávamos nós que íamos ficar em segurança… Isto até receber a notícia que a minha mãe, também aqui utente, após um AVC estava com COVID-19. Fiquei sem chão! Medo por ela e medo por nós…

Após 5 dias recebemos a notícia que a minha mãe tinha falecido, além da dor de perder uma mãe, senti uma dor enorme de não me ter despedido dela. O funeral foi realizado apenas com uma das minhas irmãs; no entanto, sinto um vazio e que o meu luto não foi realizado. Ainda hoje não parece real o que aconteceu.

Na mesma semana que a minha mãe faleceu, recebemos a notícia que a maior parte dos utentes estava contaminado, incluindo eu. Foi um turbilhão de sentimentos, tive medo por mim e por todos os meus colegas, mas com o carinho e cuidado dos colaboradores que são uns verdadeiros heróis, conseguimos ultrapassar os dias mais difíceis das nossas vidas."

João Paulo Santos Silva
Utente do Lar Residencial

"E de repente, sem que estivesse à espera de tal decisão, o Centro de Touguinha fechou ao exterior no dia 13 de março de 2020.

Até então, ia buscar o meu filho residente no Centro duas vezes por semana. Vinha a casa, passeava de carro e quebrava a rotina do dia-a-dia no Centro.

Foi com muita ansiedade e tristeza que me vi impedida de estar com ele e de lhe possibilitar as saídas e passeios de que tanto gosta e que tanto o alegravam.

Apesar de todo o confinamento, o meu filho ficou infetado e, embora aparentemente não tivesse tido sintomas, vivi dias de grande preocupação. Valeu-me a grande disponibilidade, empenho e carinho de todos os colaboradores do Centro de Touguinha, com quem contactava, que sempre me escutaram, tranquilizaram, possibilitando que eu visse o meu filho todos os dias através de videochamada e me davam todas as informações que pedia.

Foram pessoas incansáveis, a quem ficarei para sempre muito grata.

Agora, passado quase um ano desde o início da pandemia que tanto modificou as nossas vidas, estou novamente impossibilitada de estar com o meu filho, e espero ansiosamente que a vacinação que já começou permita que, num futuro não muito distante, a vida retome a sua normalidade."

Maria José de Magalhães Ribeiro Sarmento
Mãe de um utente

"Visitas/saídas suspensas!

Quando os utentes foram informados que, devido à pandemia, o Centro iria fechar portas (suspensas as visitas e que não haveria idas a casa), os utentes ficaram muito tristes e revoltados.

Embora compreensíveis com a situação que estávamos a viver, foi um choque terrível e alguns consideraram mesmo que o Centro lhes estava a tirar o direito de

estar com as suas famílias.

Não foi fácil esta gestão emocional, tanto mais quando os utentes se aperceberam que as famílias tinham sido contactadas para a possibilidade de os acolher em casa (tempo indeterminado) para minimizar o impacto da pandemia; no entanto, devido a responsabilidades profissionais, gestão de outras pessoas dependentes, assim como outros condicionantes familiares, apenas 3 famílias puderam acolher os utentes.

Foi necessária muita criatividade, disponibilizar horas de motivação e investir o nosso melhor na escuta ativa de cada utente. Para colmatar a ausência física das famílias a Instituição criou novas estratégias para facilitar a comunicação dos utentes com a família, nomeadamente a criação de um Facebook, onde diariamente as famílias publicavam frases de incentivo e agradecimento pelo cuidado aos nossos utentes e, através do messenger (vídeo chamada) falavam com os mesmos, ficando mais descansados ao ver como eles estavam bem.

De salientar que em alguns casos esta nova realidade veio aproximar os laços com alguns familiares (nomeadamente famílias que se encontram no estrangeiro), sendo possível, através desta ferramenta digital, colocar a família toda (em casas diferentes) junta numa videochamada. A felicidade era transbordante.

Esta nova forma de comunicar, veio trazer mais autodeterminação para os nossos utentes, mais valorização, assim como suavizar a saudade, além de maior interação familiar e envolvimento na vida dos utentes.

Patrícia Ferreira
Técnica Superior de Serviço Social

Rmv
Produtos Hospitalares, Lda.

A SAUDE DOS PORTUGUESES
É A NOSSA PRIORIDADE

A RMV é uma empresa com mais de uma década de experiência, que se dedica à comercialização de consumíveis e equipamentos hospitalares, prestação de serviços de assistência técnica, assim como ao fabrico e restauro de mobiliário hospitalar.

Tem como principal objetivo a satisfação dos seus clientes, desenvolvendo um trabalho de elevado profissionalismo em colaboração com os seus parceiros, garantindo que os produtos e serviços prestados correspondem às mais altas exigências do mercado.

Rua da Aldeia Nova, 51
4590-226 Figueiró |
Paços de Ferreira
Telefone: +351 255 881 363
info@rmv.pt

www.rmv.pt

BRONCOFLEX®
DOIS TAMANHOS
MAIS POSSIBILIDADES
MENOS CUSTOS
BACELAR+
BRONCOFLEX®
AGILE
Ø3.9
1.4
BRONCOFLEX®
VORTEX
Ø5.6
2.8
The Surgical Company
22 589 8900 | bacelar@bacelar.pt

NORMOTERMIA
aplicativo Virtual37
BACELAR+
Mistral-Air®
Forced Air Warming
Fluido®
Blood and Fluid Warming
Fluido® Irrigation
Fluid Warming
The Surgical Company
22 589 8900 | bacelar@bacelar.pt

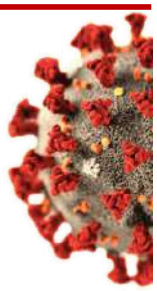
SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DO CONDE

LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Dir. Técnica: Dr.ª M.ª Lurdes Couto I Dr. Ricardo Silva

Elaborado em 15/03/2021

COVID-19



CENTRO DE RASTREIO MÓVEL *"DRIVE-THRU"*

- **TESTE RT-PCR**
- **TESTE RÁPIDO (PESQUISA DE ANTIGÉNIO)**

Marcação

- **Telemóvel:** 969 224 355
- **E-mail:** covid19@scmvc.pt
- **Site:** scmvc.pt
- **Horário de atendimento telefónico:** Segunda à Sexta das 8h às 18h

Na marcação deve fornecer as seguintes informações:

- Nome e data de nascimento;
- Número de Utente de Saúde;
- Número de Identificação Fiscal (NIF);
- Contacto telefónico e e-mail;
- Morada.

Protocolos (Teste RT-PCR)

Teste RT-PCR gratuito para utentes com prescrição médica (P1) do SNS.
Protocolo com diversas entidades / companhias de seguro.

Resultados

Os resultados serão enviados via e-mail dentro do prazo de 24 a 72 horas (normalmente no próprio dia ou no dia seguinte).

SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA DO CONDE

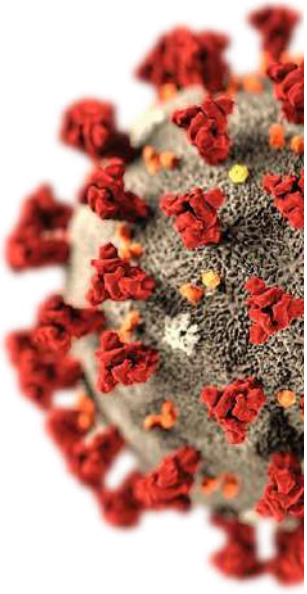
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

Dir. Técnica: Dr.ª M.ª Lurdes Couto I Dr. Ricardo Silva

Elaborado em 06/05/2020

TESTE SEROLÓGICO

Para deteção de anticorpos das classes IgG E IgM de SARS-CoV-2



O QUE É?

O teste serológico destina-se à pesquisa de anticorpos no sangue do paciente, contribuindo para o estadiamento da infeção pelo vírus SARS-CoV-2 e avaliar a respetiva resposta imunológica (produção de anticorpos).

A QUEM SE DESTINA:

- Pessoas que tiveram contacto com o vírus, mesmo sem ter manifestado sintomas e pretendam saber o seu **estado de imunidade;**

- Estudos epidemiológicos para avaliar a **taxa de exposição** ao vírus e a **taxa de seroprevalência** (**imunização**).

PROCEDIMENTO:

Para a realização do teste serológico é necessária prescrição médica, no entanto, pode ser realizado a título particular.

O procedimento deste teste implica uma simples colheita de sangue.

Os resultados serão enviados via e-mail dentro do prazo de 48 horas.

EM CASO DE DÚVIDA, CONTACTAR O LABORATÓRIO:

Telefone: 252 249 150 | **Fax:** 252 249 151 | **E-mail:** analisesclinicas@scmvc.pt

HORÁRIO DE COLHEITAS:	HORÁRIO DE ATENDIMENTO:
Segunda a Sexta: 7h30 às 12h	**Segunda a Sexta:** 7h30 às 18h
Sábado: 7h30 às 11h	**Sábado:** 7h30 às 12h

Laboratório de Análises Clínicas: Rua Rainha Dona Leonor, 169 · 4480-247 Vila do Conde

Centro Social em Macieira

Março 2020. Estando prontos para receber a Primavera, para o renascer, florir, sentir os cheiros da Vida que alegram e fazem despertar todos sentidos depois do cinzento do Inverno, eis que a brisa vinda de Oriente trazia noticias de algo completamente novo, ainda que longínquo diziam-nos, dificilmente chegaria aqui. Mas como uma flecha atingiu-nos, sem avisar, adiando-nos os sonhos, a Primavera.

As pandemias sempre nos atingiram, mas nesta aparente perfeição em que vivemos achamos que é algo tão longínquo, mas a natureza sempre tem razão e eis que resolve baralhar-nos e colocar alguma ordem cósmica no caos em que vivemos. Seremos assim tão perfeitos? Somos, mas não somos os donos da Natureza, do planeta e do universo e, se não aprendermos a respeitar o ecossistema do qual fazemos parte ele trata de corrigir o caminho.

Magoa? Sim, mas talvez desta vez aprendamos, ou não, que o mais importante são os afetos, o respeito por todos, pelos mais vulneráveis, pela natureza, pelo equilíbrio entre todos os seres vivos. Estes são também os valores pelos quais se rege esta nossa casa e que com o espírito de equipa, apesar das diversidades conseguiremos fazer alcançar e a Primavera acabará por chegar.

O encerramento

Após as primeiras informações ainda que escassas e em contrarrelógio ainda antes das decisões governamentais fomos agilizando todas as ações a tomar para o encerramento, passar informação aos encarregados de educação e colaboradores, tentar minimizar os danos colaterais, reorganizar os serviços nunca descurando as necessidades inerentes aos utentes, tanto na infância como no apoio domiciliário.

O confinamento

Mais uma vez o engenho levou a que fosse criado um grupo em rede social para ir passando informação a todos e enquanto alguns colaboradores foram prestando serviço em outros equipamentos onde era

necessário com o altruísmo que a situação exigia, aqui demos continuidade ao serviço de apoio domiciliário, nas refeições e na prestação de cuidados básicos.

A equipa de educadores foi organizando grupos através de redes sociais, email, para que também fosse sendo prestada informação aos utentes, mas principalmente para que mantivéssemos o foco da nossa missão, cuidar, ensinar e para que o isolamento não fosse tão penoso para as nossas crianças.

O vazio

O ambiente natural deste centro são os sorrisos de alegria/felicidade das crianças, os seus gritinhos de euforia, por vezes o seu choro,... nunca o silêncio. Trabalhar num centro fora do seu ambiente natural, foi deprimente, angustiante, persistiu um sentimento de solidão, incerteza, medo, tristeza.

Os pais sempre que contactados, partilhavam dos mesmos sentimentos, a dúvida de por quanto tempo se prolongaria esta situação, o difícil que era trabalhar e ter os filhos em casa, a dificuldade em gerirem as saudades que as crianças tinham do centro, de estarem com os amigos... . Também os colaboradores demonstraram dificuldades em gerir este momento atípico a todos nós, saudades das suas crianças, da sua rotina de trabalho, medo, incerteza do futuro.

Momentos difíceis que foram um pouco colmatados pelos meios criados para se manter o contacto, para partilha, incentivo, apoio. Foi criado um grupo de whatsApp para os colaboradores do centro, estes também usufruíram de uma linha de apoio para si e para os seus familiares a nível médico e psicológico, cedida pela SCMVC (meio que lhes proporcionou alguma segurança e tranquilidade) e o apoio sempre presente da gestão de topo da SCMVC. O contacto com as crianças/famílias fez-se através de email e telefone.

A reabertura

Espírito revitalizado, a formação necessária aos colaboradores para que tudo desse certo, estava na hora de meter mãos à obra, sempre com as diretivas preciosas do nosso departamento de qualidade, higiene e segurança, conseguimos reorganizar os espaços de convívio, de refeições e de lazer para que o regresso tão aguardado por todos, fosse um sucesso. Apesar das incertezas, das máscaras que cobriam os nossos sorrisos, dos fatos que nos escondiam, a vontade de estar, de rever era maior e com o esforço de todos conseguimos reatar os laços, retomar o ponto onde tínhamos parado, reinventando e descobrindo força, genialidade para conseguir atingir com tão pouco devido às restrições, para o qual também contribuíram os nossos parceiros, a normalidade possível. A melhor recompensa sem dúvida foram os sorrisos e o voltar a sentir a Vida no Centro. Apesar das constantes alterações e reorganização dos serviços consoante a evolução da pandemia.

Dentro do possível tentámos proporcionar às crianças uma realidade igual mas diferente. Surpreendeu-nos a capacidade de resiliência que as mesmas têm à mudança. Esperamos combater esta pandemia com a mesma união e força que nos tem acompanhado até ao momento.

Paula Carvalho, João Vieira,
Patrícia Ferreira, Alice Cruz

Privilegiaram-se as atividades no exterior após a reabertura do centro

Salas foram reconfiguradas para cumprir com as regras

Testemunhos - Centro Social em Macieira

"O dia 15 de Dezembro de 2020 ficará para sempre na memória…

Um simples gesto de sentir um novo perfume, denunciou a ausência de olfato. Todo um rebuliço de pensamentos e emoções surgiram.

Seguiram-se contatos com a linha saúde 24, com a Gestão de Topo da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde e ao final da tarde, a certeza de um diagnóstico Positivo ao novo vírus.

Os meus contatos diretos foram identificados, sinalizados e testados. No meu agregado familiar apenas eu testei positivo.

Durante os 10 dias seguintes mantive-me isolada, fechada entre quatro paredes. O meu marido e filho, em isolamento, adotaram medidas de higiene mais rigorosas e um comportamento de vigilância nos 14 dias seguintes, pois a dúvida persiste e qualquer desleixe poderia inverter a situação deles.

Foram 10 dias e 10 noites muito longas, os sintomas (dores de cabeça, perda do olfato e mau estar generalizado no corpo) não foram lineares, houve dias muito maus e outros um pouco melhores.

Felizmente não precisei de medicação específica nem de cuidados médicos, fui sentindo melhorias de forma gradual. Fui acompanhada diariamente por uma médica da unidade de saúde pública da USF à qual pertenço, uma voz doce que diariamente me deu alento e conforto.

Receber a notícia do teste positivo provocou-me, nos primeiros dias, um sentimento de revolta, pois todos os cuidados adotados, todas as privações vividas tinham sido em vão… Contudo o maior impacto a nível emocional, psicológico sentido por mim foi o afastamento do meu filho, a ausência do toque, do seu colo… Ouve momentos de muita reflexão, de choro, sentimentos de solidão… Felizmente as tecnologias, os suportes digitais ajudaram a minimizar alguns desses momentos, sentimentos.

A festa do Natal foi vivida a três de uma forma muito diferente, eu isolada no quarto e eles tentando que o espirito do Natal não nos faltasse por entre brincadeiras e um jantar online.

No dia 25 de Dezembro foi me dada "alta", podia finalmente sair do quarto… mas tinha de manter o distanciamento, o uso de máscara e todos os demais cuidados. Verdadeiramente só no final do mês voltei a poder abraçar o meu filho e marido sem "medo".

A 4 de Janeiro regressei ao meu local de trabalho, ansiosa, parecia que lá ia entrar pela primeira vez, tinha receios… eu fui a primeira colaboradora a testar positivo a este maldito vírus. Os primeiros dias foram muito difíceis pois senti no olhar, nos gestos e nas atitudes de alguns colegas afastamento, diferenças no trato e muito medo…

A perda do olfato ainda não a recuperei, em dias de maior esforço ainda sinto cansaço e por vezes algum mau estar, terei de "aprender" a viver um dia de cada vez dando tempo ao meu corpo para recuperar.

Tenho muito a agradecer a Santa Casa pela prontidão em me ajudar a mim e a minha família no apuramento do diagnóstico e em muitas dúvidas que me surgiram. Um bem-haja a todos!

Hoje penso que todos os cuidados e privações não foram em vão, foram eles que permitiram que o impacto do vírus tenha sido menor, por isso PROTEJAM-SE."

Raquel Gonçalves

"Trabalhar durante a pandemia foi das batalhas mais difíceis por que passei. Um sentimento de culpa por "abandonar" a minha filha, com medo de ficar infetada e não conseguir protege-la. Por outro lado uma vontade de ajudar quem precisava de nós, só com muito apoio consegui não desistir, pois o medo era cada vez maior. Por fim o sentimento de dever cumprido e agradecia com tudo aquilo que aprendi"

Cátia Silva

"O ano 2020 foi complicado, senti muito medo do desconhecido, receio das complicações e eventualmente estar exposta ao vírus. Por outro lado foi gratificante porque me senti útil ao ajudar numa área que não a minha (UCC)."

Susana Costa

"Quando me deprimi com esta situação toda, percebi que tudo tem um propósito, a existência de este vírus será lembrada para a eternidade. Não foi fácil estar horas a trabalhar com a sensação de medo, de perigo e de poder trazer para os meus que estavam protegidos em casa. Mas por trás de um fato, avental, máscara, viseira, botas e luvas… estava uma pessoa que jamais ia desistir desta guerra, para trás ficam lágrimas de tristeza, as cicatrizes do que perdemos, mas um enorme orgulho de poder contribuir para ajudar nesta luta que ainda não terminou."

Marta Dinis

"Trabalhar na lavandaria do Centro de Touguinha foi uma experiência assustadora. Aprendi a lidar com uma nova realidade onde o medo estava sempre presente. O apoio das minhas colegas e do Dr. Sérgio foram cruciais. Foi um período de superação do qual saí mais forte."

Ana Silva

"Sinto que valeu a pena enfrentar o meu MEDO e a vontade de desistir, mas a ajuda ao próximo venceu….ORGULHOSA DE MIM!

Quem gostar de ver o arco-íris, precisa de aprender a gostar da chuva!

Se não poder voar, corra
Se não poder correr, ande
Se não poder andar, rasteje
Mas, continue em frente de qualquer forma!"

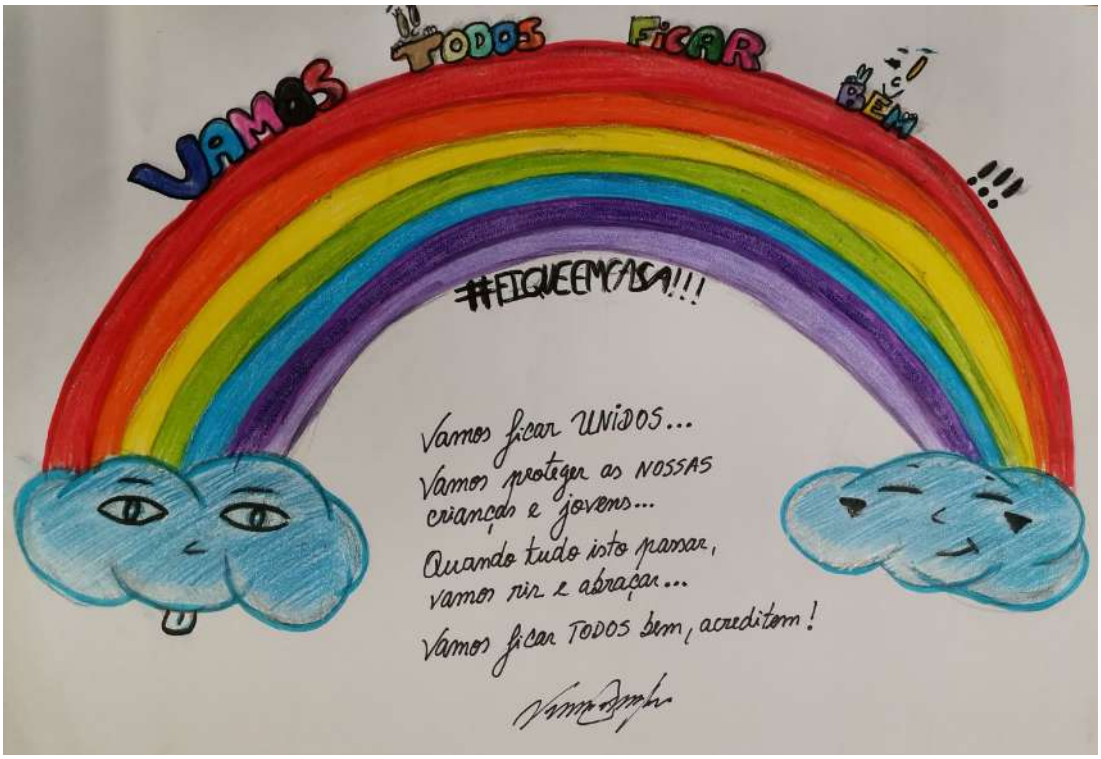
Fátima Oliveira

"Estava habituada ao barulho das crianças na hora de almoço, às funcionárias a perguntar o que era o almoço e de repente vi-me sozinha numa cozinha que parecia gigante!

Foram dias tristes, vazios mas de muita aprendizagem. Refeições para entregar a horas, trabalho sempre certinho que por vezes fazia-me esquecer do que se passava lá fora. Protegermo-nos é o melhor que podemos fazer, até que tudo passe e volte ao que era antes. Um infantário cheio de vida, crianças, cor e magia! "

Alice Cruz

Casa da Criança



As crianças são muito resilientes.

Este foi um dos maiores ensinamentos que esta pandemia nos concedeu. As crianças têm uma capacidade incrível de lidar com problemas, adaptar-se às mudanças e superar obstáculos. Esta nova realidade trouxe importantes desafios à sociedade e às famílias, com repercussões no comportamento e desenvolvimento infantil cuja dimensão ainda não conhecemos na totalidade.

"Na Casa da Criança, todos os colaboradores desempenham as suas funções de acordo com o superior interesse de cada uma das nossas crianças e jovens. Este é o nosso lema em cada dia de trabalho.

Quando nos vimos deparados com uma pandemia que todos nós desconhecíamos, a maior preocupação recaiu sobre como iríamos assegurar a proteção de cada um dos nossos utentes. Desde logo tivemos que tomar medidas relativamente aos contactos destes com os familiares ou figuras de referência. Com o confinamento imposto em março de 2020, cancelámos todas as visitas e deslocações aos agregados familiares e iniciámos videochamadas / contatos telefónicos regulares entre as crianças e familiares, de forma a colmatar a distância física entre ambos. Foi um período atípico onde ouvimos com frequência "tenho saudades da minha família". Quando ouvíamos estas afirmações das nossas crianças e jovens sentíamo-nos impotentes, mas tentámos sempre contornar a situação. Neste período, o "colo" e o afeto dos colaboradores para com as crianças e

jovens foi fundamental para atenuar a tristeza dos mesmos.

Quando a situação pandémica parecia estar a dar tréguas, voltámos a criar momentos de visita entre as crianças/jovens e os seus familiares. Contudo, estes momentos ocorreram com inúmeras restrições para que pudéssemos continuar a garantir a segurança de cada um dos nossos utentes. Neste momento, as visitas decorrem apenas uma vez por semana, sem contacto físico entre os presentes (separação de acrílico). Estes contactos com os familiares, apesar de muito condicionados, potenciam a estabilidade emocional das crianças e jovens acolhidos na Casa da Criança.

Tendo em conta a Pandemia COVID19 que vivenciamos, tivemos que nos adaptar para proporcionar aos nossos utentes todos os cuidados indispensáveis, de forma a que estes continuem a desenvolver-se de forma saudável e estruturada."

Dra. Diana Santos
Técnica de Serviço Social da Casa da Criança

No início da pandemia, as escolas fecharam de um dia para o outro, forçando à interrupção do convívio das crianças entre si e educadores, obrigando-as a ajustarem-se, de forma abrupta, às novas regras e realidades.

"Desde que o Covid-19 apareceu, muita coisa mudou. Começámos, por exemplo, a ter aulas on-line, ter que ficar em casa sem poder sair e com novas regras no dia-a-dia. Eu comecei a perder o interesse e a vontade de ir a qualquer lado, ou fazer qualquer atividade. Foi um tempo difícil naquela altura. Não sabia o que poderia vir a acontecer e ficámos preocupados com tudo o que se estava a passar. Para mim, isto era uma pandemia, que seria difícil de acabar. Eu, como toda a gente, mesmo sabendo que a melhor opção é ficar em casa, comecei a ficar aborrecido, sem vontade de fazer as coisas e isso acaba por ser algo mau para a sociedade.

Voltando às aulas on-line, esta não foi uma tarefa muito fácil. Senti que para os professores foi muito difícil, tendo que fazer a marcação das presenças, dar a matéria e depois ouvir as nossas dúvidas. Por isso, acho que os professores decidiram que todos passavam de ano por esta não ter sido uma tarefa fácil.

Eu só queria que tudo isto acabasse, como todas as pessoas também querem. Mas é uma questão de ter paciência, porque não está fácil para ninguém. Até acho que a pandemia vai demorar muito para terminar. Por isso são necessárias as regras de confinamento. Estas regras são compreensíveis. Talvez se cada um fizer o que lhe é pedido, tudo possa correr bem para todos!"

Nuno Neves
Utente da Casa da Acolhimento 13/18 anos)

Sabendo nós que o contacto físico e a socialização são fundamentais para o bem-estar de todo o ser humano, mas em especial as crianças, pois são particularmente vulneráveis às mudanças, tentamos na reabertura escolar, apesar das muitas alterações de rotinas e procedimentos, criar um ambiente estável, que é imprescindível para que as crianças criem modelos positivos e cresçam de forma harmoniosa.

O trabalho desenvolvido durante este período na Casa da Criança, priorizou o afeto (através do carinho, elogio e sensibilização às manifestações da criança) a boa comunicação (esclarecendo dúvidas

e deixando as crianças exporem o que as preocupa) e a brincadeira (que permite criar laços afetivos com os amigos) como premissas para um bom trabalho desenvolvido, claro está, cumprindo rigorosamente o plano de contingência elaboradora pela SCMVC, minimizando dessa forma o impacto da pandemia no desenvolvimento das crianças.

Desinfeção de roupa

"O ano de 2020 iniciava-se, e com ele noticias vindas de uns país distante. Noticias essas que pareciam retratar um filme. Longe estávamos, nesta época, de saber que também a n´ss ia tocar vivê-las.

Então, em março, aquilo que parecia distante, tocou-nos. O medo, a apreensão, a incerteza, o desconhecido fez parte do dia-a-dia. As notícias traziam medo e apreensão, mas a realidade trazia-nos a certeza que algo nunca vivido se estava a aproximar. As pessoas distanciam-se, nos rostos observa-se o medo e tudo aquilo que nós conhecíamos até então, deixou de fazer parte do nosso dia-a-dia. Com este paradigma novas palavras passaram a fazer parte do nosso vocabulário: pandemia, isolamento, quarentena e distanciamento social. O beijo e o abraço eram agora proibidos! Como explicar a crianças e jovens que tinham que adaptar os cumprimentos, que agora não lhes podíamos reconfortar com um simples abraço, que os seus familiares não poderiam visitá-los? Mas o pior não ficava por aqui, as perguntas seguiam-se uma após a outra, com questões de "quando podemos voltar a casa?", "falta muito para isto acabar?", mas não havia uma data para o fim, uma perspetiva de final. O Mundo que conheciam parecia não querer voltar ao normal.

Os dias desdobraram-se em telescola, videochamadas com as famílias, choro e muitas saudades. Toda a equipa da Casa da Criança, fazia o melhor que conseguia para fazer face a esta nova exigência. Entre rostos cobertos com máscaras, dúvidas, anseios todos nós encarámos com enorme sentido de missão, minorar o impacto emocional desta nova realidade nas crianças e jovens que vivem na Casa da Criança. O sentido de missão prendia-se em manter, mesmo com tempos difíceis e estranhos como este, a humanização no cuidado, nos afetos e nos processos de vinculação. A dedicação de todos nós foi a palavra de ordem!

Agora em 2021, olhando para trás, percebemos que também as nossas crianças e jovens demonstraram uma valentia e coragem inigualável. Durante meses foram impedidos do afeto das famílias, privados dos contactos com os seus entes queridos, confinados a um espaço e que as únicas respostas eram de incerteza. Foram resilientes e demonstraram uma enorme capacidade de adaptação a uma nova vida!

Agora, ainda se mantém o medo, a apreensão do que ainda está reservado para nós… e para eles. A pergunta que se mantém: que impacto emocional no futuro terá esta

pandemia nas nossas crianças e jovens? E a única certeza que temos é de que todos nós nunca ficaremos iguais. Porém, palavra de ordem que continua a imperar mantém-se: dedicação!"

Dra. Catarina Lapa
Psicóloga da Casa da Criança

Momento de refeição

As escolas e os seus educadores têm um papel fundamental para evitar que as crianças vivam num clima de medo, insegurança, e distanciamento emocional; logo teremos que continuar a reinventar e a dar resposta aos desafios com que diariamente somos confrontados.

"Repentinamente, a vida tal como a conhecíamos na Casa da Criança, mudou a 14 de março de 2020, com o encerramento das respostas sociais de creche, jardim-de-infância e CATL, decretado pelo Governo Português. Toda a dinâmica destas respostas sociais foi alterada e interrompida, sem pré-aviso, por um vírus invisível, mas forte o suficiente para mudar a forma de viver, de estar e de fazer de todos os colaboradores do centro.

Durante o estado de emergência, a equipa pedagógica do centro procurou manter a comunicação e interação com as crianças e respetivas famílias, mesmo que à distância, através de canais digitais. Embora a equipa pedagógica acredite que a digitalização não substitui a relação entre educador/auxiliar e criança, este período de confinamento exigiu que as educadoras de infância realizassem uma readaptação dos seus mecanismos de comunicação com a comunidade educativa. Como tal, foram enviados semanalmente através de correio eletrónico propostas de atividades para os Encarregados de Educação realizarem em contexto familiar com os seus educandos, promotoras do seu desenvolvimento e das suas aprendizagens nas várias áreas do saber. Esta ação pedagógica desenvolvida à distância, apelou à criatividade da equipa pedagógica, visto que as atividades propostas tiveram que ter sempre em consideração os recursos materiais que os pais tinham disponíveis para a sua realização em casa. Os Encarregados de Educação das respostas sociais de creche e jardim-de-infância aderiram a esta nova forma de interação escola-família e semanalmente enviavam para a educadora responsável o feedback das atividades realizadas pelas crianças em contexto familiar, assim como vídeos e registos fotográficos das mesmas, relatando os comportamentos, o interesse, as conquistas, assim como as dificuldades manifestadas pelas crianças.

No período de confinamento, a Casa da Criança readaptou igualmente o seu serviço, organizando uma sala e uma equipa educativa para acolher os filhos dos colaboradores da Santa Casa da

Misericórdia de Vila do Conde com funções vitais e essenciais, tendo garantido desta forma a continuidade de outros serviços da Instituição.

Após dois meses encerrados devido à pandemia provocada pelo Vírus SARS-COV-2, a resposta social de creche reabriu a 20 de maio de 2020, por decreto do Governo. Posteriormente, reabriram as respostas sociais de jardim de infância e CATL. Esta reabertura trouxe um misto de emoções e sentimentos tanto para profissionais como para os pais e familiares das nossas crianças. Por um lado a dúvida, a apreensão, o medo face à nova reorganização da Casa da Criança e aos riscos de contágio e, por outro lado, a resiliência, a esperança e o otimismo que "Vai ficar tudo bem".

A reabertura das respostas sociais externas exigiu adaptações estruturais, alterações de funcionamento, assim como o estabelecimento de regras para contenção de comportamentos sociais de risco. Foram várias as adaptações a nível espacial, desde a criação das "Salas de Recurso", nas quais se encontram os materiais necessários para o desenvolvimento de todas as atividades com os grupos, da seleção de materiais lúdico-pedagógicos disponibilizados às crianças de fácil desinfeção após o seu uso, da reorganização das salas de atividades, tendo sido retirado o mobiliário e materiais dispensáveis, para facilitar a higienização e manter mais espaço entre as crianças, a transferência da sala de CATL para o piso -1, de forma a proporcionar ao grupo um espaço mais amplo, permitindo um maior distanciamento entre crianças, a criação de um novo refeitório para o CATL, a existência de duas entradas no centro, a entrada norte para as crianças de creche e jardim-de-infância e a entrada sul para as de CATL, entre muitas outras adaptações estruturais.

Todas as novas medidas implementadas e as regras a cumprir foram comunicadas atempadamente às famílias, através de correio eletrónico, antes da reabertura das respostas sociais. Direção e equipa pedagógica procuraram informar e esclarecer todas as dúvidas e receios das famílias, sublinhando a premissa que o centro continua a sua missão, ou seja, continua a ser um espaço seguro e protetor, cuidador e de apoio ao desenvolvimento de todas as crianças.

Com a reabertura da resposta social externa, verificou-se que o campo lexical de colaboradores e crianças alterou-se e passou a incluir diariamente novas palavras como vírus, COVID-19, máscaras, gel, desinfeção, entre outras. As crianças adaptaram-se naturalmente e com facilidade às novas rotinas diárias implementadas com o objetivo de minimizar os riscos de contágio provocado pelo vírus SARS-COV-2. Neste sentido, as crianças realizam e colaboram diariamente com os adultos nas novas rotinas, tais como, desinfetar a sua roupa no equipamento de desinfeção de têxteis à chegada do centro, trocar o calçado à chegada e saída do centro, medir a temperatura várias vezes ao dia, lavar as mãos com elevada frequência, realizar as refeições com algum distanciamento dos seus pares, brincar no parque exterior de jogo apenas com o seu grupo, usar máscara (no caso da resposta social de CATL) em todos os momentos, exceto nas refeições, entre outras. Crianças e colaboradores estão igualmente familiarizados com o reforço das rotinas de limpeza de espaços, materiais e brinquedos realizados ao longo da rotina diária. Na ação pedagógica são desenvolvidas atividades de sensibilização com as crianças relativamente ao Vírus SARS-COV-2, no sentido de fomentar o desenvolvimento de hábitos e comportamentos que minimizem os riscos de contágio e de responder de forma construtiva às perguntas e receios das

crianças, nomeadamente das mais velhas que ouvem e leem diariamente as mais variadas informações sobre a temática.

Em tempos de pandemia, as medidas de distanciamento social e os equipamentos de proteção individual dos colaboradores exigem diariamente outras formas de interação e comunicação com as crianças e suas famílias. Na voz, no olhar e nos gestos os colaboradores procuram transmitir a confiança, o afeto, o carinho e o colo que as nossas crianças necessitam para crescerem saudáveis e felizes. Atualmente, o acesso das famílias ao interior do centro é muito limitado, sendo permitido apenas o atendimento na secretaria com marcação prévia. No entanto, a equipa pedagógica pretende que os pais se sintam acolhidos, bem-vindos, escutados e respeitados nas suas preocupações, expectativas e propostas. Neste ano atípico, a interação com as famílias é igualmente priorizada no nosso dia-a-dia, utilizando agora novos mecanismos de comunicação, diferentes dos desenvolvidos em anos letivos transatos. Deste modo, a comunicação diária com as famílias é realizada pelos meios eletrónicos, nomeadamente por telefone, correio eletrónico, e as plataformas ZOOM e SKYPE, em substituição do contacto presencial, procurando-se assim fomentar a proximidade e a colaboração entre escola/família. Relativamente às reuniões realizadas através das plataformas digitais ZOOM e SKYPE, na impossibilidade de os pais instalarem estas plataformas em contexto familiar, as reuniões são realizadas no hall da entrada sul do centro, na qual foi colocada uma mesa com acrílico para o efeito.

Rotinas, espaços e metodologias foram reestruturadas, mas a qualidade da resposta educativa, focada no cuidado humanizado e no respeito pela individualidade de cada criança, continua a ser a grande missão do trabalho desenvolvido por todos os colaboradores da Casa da Criança. Assim, a equipa prioriza desenvolver uma pedagogia diferenciada, adequada às características, necessidades, interesses e potencialidades de cada criança, tendo como principais objetivos promover o seu bem-estar, a sua segurança, a sua qualidade de vida e o seu empoderamento cognitivo, socio emocional e físico."

Tânia Cachadas
Educadora de Infância da Casa da Criança

Atividades adaptadas

VAMOS FICAR TODOS BEM.

Centro Rainha Dona Leonor

Membros da equipa do Centro Rainha Dona Leonor

Dualidade, liberdade e direitos em período de confinamento na vida do Centro Rainha Dona Leonor

O Centro Rainha Dona Leonor prima desde a sua origem pela independência, liberdade e bem-estar dos seus residentes, que são na sua grande maioria pessoas cognitivamente e fisicamente autónomas.

Este Centro é composto por um vasto conjunto de residências independentes e por algumas áreas comuns, como salas de estar, sala de jantar, ginásio, solário, entre outros espaços, que permitem a socialização dos residentes entre si.

Esta conceção estrutural permitiu durante anos que cada residente se posicionasse nas suas vivências sociais, independência e liberdade, sendo este também um motivo que levou muitos dos residentes a escolher esta como a SUA CASA.

A pandemia provocada pelo vírus SARS-COV-2 veio condicionar a normalidade e a liberdade conseguida durante anos nesta estrutura residencial, obrigando a uma readaptação de comportamentos com regras rígidas impostas pelas várias entidades gestoras do plano de contingência nacional. Ainda assim este Centro, após várias análises de risco, conseguiu estabelecer patamares que continuaram a permitir, ainda que de forma condicionada, a liberdade de escolha entre a livre circulação das áreas sociais internas e a liberdade exterior, esta última condicionando na totalidade o acesso às áreas comuns da estrutura residencial.

A liberdade, a independência, a privacidade, que nunca nesta estrutura fora objeto de alguma condição, foi este ano altamente condicionada, obrigando os residentes e as suas famílias a terem de abdicar, por algo que anteriormente era intrinsecamente um direito.

Para ultrapassar as naturais barreiras da compreensão, foi necessário investir em mais diálogo, mais informação, informação

clara e eficaz, adequada por vezes aos vários perfis de residentes, de forma que fosse claro para todos que, na fase de vigilância ativa e emergência que o país atravessara, a liberdade de uns terminava, quando direta ou indiretamente impedia a liberdade dos outros.

Os familiares e residentes desta estrutura residencial foram durante o ano de 2020 excecionais na compreensão e facilitação das regras que se iam ora adicionando, ora subtraindo ou alterando, tendo facilitado em muito este tsunami de acontecimentos.

Também a equipa de profissionais do Centro Rainha Dona Leonor foi incansável, verdadeiros guerreiros de paz, amor e compreensão, tendo sido família alargada residente neste centro, acompanhando de forma corajosa todas as vicissitudes provocadas pelos vários estádios do plano de contingência.

Como Diretora do Centro Rainha Dona Leonor regozijo sem exceção a paciência, compreensão, perseverança, tenacidade, constância, resistência e inteligência emocional dos nossos residentes, suas famílias, e de todos os colaboradores que tiveram este centro como família!

Bem-hajam.

Márcia Azevedo
Diretora do Centro Rainha Dona Leonor

Testemunhos - Centro Rainha Dona Leonor

"Os primeiros casos da COVID-19 começam a aparecer nas notícias. Tudo é novo, confuso e estranho. Chegamos ao trabalho, cumprimentamos as colegas, fazemos a passagem do turno. Comentamos o tema do dia: só se fala na COVID-19, não sabemos muito bem o que está a acontecer. Ninguém estava preparado, nem sequer imaginava uma situação destas.

A cada dia que passava estávamos mais assustadas e por vezes sem saber como gerir todas aquelas emoções. As campainhas tocavam, íamos ver se os utentes necessitavam da nossa ajuda; quase sempre era para partilhar connosco o seu medo, angústia e ansiedade. Não foi fácil tentar acalmá-los e dizer-lhes que ia ficar tudo bem, quando nem nós sabíamos ou acreditávamos que isso ia acontecer. A certa altura, o silêncio era o único ruído que se ouvia nos corredores da residência: tínhamos de seguir um Plano de Contingência, cujas regras eram mais apertadas e deviam ser cumpridas com rigor, para que tudo corresse bem. Não podia haver deslizes, não podíamos falhar. Não nos podíamos aproximar muito dos residentes, nem das colegas; tínhamos de andar todas equipadas para os proteger e também para nos protegermos. Tentámos ao máximo suprir as necessidades dos nossos residentes e esforçámo-nos por facilitar o contacto com os seus familiares através de videochamadas, para que não sentissem tanto os nefastos efeitos sociais da nova doença.

Lidar de perto com a Ala destinada a casos positivos nem sempre foi fácil. Acordar todas as manhãs, deixar a família em casa, na incerteza de que continuariam protegidos, o medo de chegar à Ala COVID e não estar como a tínhamos deixado no dia anterior, o cansaço acumulado, o equipamento de proteção que usávamos, tudo isso era muito complicado de gerir. Compensava o sorriso e a ansiedade dos residentes, ao ver-nos chegar perto deles, o gosto que tinham em ver uma cara conhecida todos os dias.

Foi um ano complicado, marcado por muitas emoções, muita responsabilidade, medo de falhar, ausência de pessoal, mas pleno de companheirismo.

Sinto-me orgulhosa e agradecida pelo empenho e pelo espírito incansável de todos os elementos da equipa com quem trabalho."

Sónia Oliveira
Ajudante de Lar

"Terminado o ano de 2019 e pensando os portugueses que 2020 nos ia trazer algo de melhor para a nossa vida tanto na economia, como no emprego, como no turismo…eis que nos chega a notícia que, algures numa cidade da longínqua e misteriosa China, havia aparecido uma doença nova, que ninguém conhecia nem sabia o que a provocara e o que fazer para a dominar.

Rapidamente, como um fósforo que provocasse um grande incêndio, a doença se espalha por todo o mundo, uma pandemia que não poupa ricos nem pobres, homens ou mulheres e que os próprios cientistas não sabem o que fazer para a dominar. Ouve-se então falar de um vírus novo e a palavra que mais marca todos os noticiários do mundo atemoriza todos: COVID-19.

Chega a Portugal a 02 de Março e aí surge o 1º confinamento. Não queríamos acreditar: a população deve ficar em casa, as escolas fecham assim como as lojas, os espetáculos…

Aqui, na nossa residência Rainha D. Leonor da Santa Casa de Vila do Conde, passámos o 1º confinamento sem que o vírus nos atingisse. Mas começaram as restrições para que nos mantivéssemos todos bem: ninguém entra, ninguém sai, as visitas de familiares foram suspensas, máscaras obrigatórias, lavagem e desinfeção mais frequentes das mãos, distanciamentos, todos recolhidos nos seus quartos, as próprias refeições deixaram de ser em conjunto na sala. Mas passámos incólumes. Mas afinal o pesadelo não terminara e ainda apanhamos um susto que, felizmente, foi dominado. Não houve nada de muito grave. A pandemia atingiu toda a gente e como somos todos de idade já bastante avançada ficámos deprimidos, sem perceber muito bem o que se passava, cada vez mais isolados uns dos outros e sem poder abraçar a família. Só nos restava rezar e pedir à Virgem Maria, que já nos tinha acudido há 100 anos, na pneumónica, que tinha também atingido os pastorinhos, que nos valesse.

Veio o 2º e o 3º confinamento e nada melhorou. O que mais nos doeu foi passar o Natal sem poder juntar a família. Passei aqui horas muito dolorosas, pois, sozinha entre quatro paredes, tive a notícia da morte de dois sobrinhos que ajudei a criar e outros amigos bem chegados que também partiram e não pude acompanhar. Particularmente no meu caso e não sendo desta região, custou-me muito não poder juntar os meus filhos e netos na nossa casa da Beira para vivermos tradições pelas quais eles esperam todo o ano: a Missa do Galo, o beijar do Menino Jesus, o madeiro no adro da Igreja, as filhós e principalmente estarmos todos juntos.

Não se conseguia ver luz ao fundo do túnel. Os cientistas não conseguiam um remédio que ajudasse a minimizar a doença. Os profissionais de saúde, verdadeiros heróis que se esqueceram das próprias famílias para cuidarem de quem chegava a toda a hora aos hospitais cada vez mais cheios, não tinham mãos a medir. Só uma vacina poderia trazer algum alívio. Mas uma vacina não surge num mês ou dois. Mas lá se foi estudando e eis que surgem algumas que iam sendo reconhecidas pela O.M.S.

Aqui, mais uma vez, a direção fez todas as diligências para que, quando houvesse vacinas e ordem da Direção Geral de Saúde, todos, residentes e auxiliares tivéssemos acesso a esse bem. E assim foi: no dia 12 de janeiro, recebemos a 1ª dose da vacina e no dia 02 de fevereiro a 2 ª dose. Parece que as coisas estão a querer amainar.

Esperamos que os portugueses percebam que estamos todos no mesmo barco e só salvando e respeitando os outros nos salvamos a nós. Hoje podemos estar bem, mas amanhã, com a nossa imprevidência, podemos estar nos cuidados intensivos num qualquer hospital. Não deixa saudades o ano de 2020, mas sim a certeza de que muito aprendemos e a esperança de que melhores dias virão."

Profª Pilar Pires
Residente do Centro

Como vivi a COVID-19

Quis o acaso que viesse em tempo de pandemia para o "Centro Rainha Dona Leonor" fazer a recuperação a uma cirurgia a que tinha sido submetido recentemente.

Devo dizer, francamente, que ao longo deste último ano de pandemia COVID-19 me senti preocupado, pois de outro modo não fariam sentido os cuidados sanitários que todos – cidadãos e Instituições – passámos a ter para proteção nossa e dos outros. Contudo, nunca estive muito assustado tanto mais que sempre mantive as regras e os cuidados de higienização pessoal recomendados em tempos de confinamento onde quer que estivesse.

Ora, vindo de um hospital, optei por esta instalação da SCM Vila do Conde com toda a tranquilidade, certo que eram exercidos todos os cuidados inerentes ao surto epidémico mundial a que os portugueses não puderam eximir-se.

Resido cá com minha esposa, a título temporário, e nestes 84 dias de permanência os cuidados sanitários foram intensamente assumidos na defesa da saúde dos residentes, encontrando-se todos já vacinados.

Reforçando as minhas considerações sobre os excelentes cuidados que encontrei aqui no dia da minha entrada, 17 de dezembro de 2020, gostava de destacar o rigor do vestuário com máscara, viseira, touca e fato de proteção dos profissionais em sintonia com as regras sanitárias para este período difícil que, apresentando-se, naquela primeira e inesperada imagem – permitam que por graça, mas muita simpatia, diga – me pareceu "termos chegado de Marte."

Com a COVID-19 a Instituição impôs restrições, mas não senti desconforto no cumprimento das mesmas.

Claro que as regras de proteção aplicadas pela Instituição se impunham e não há dúvida que senti necessidade de evitar contactos que saíssem do âmbito da instalação que me foi reservada. Desde o não poder ir ao exterior; usar sempre máscara; todas as refeições serem tomadas no quarto e o mesmo acontecendo com os tratamentos de fisioterapia, mas todos estes procedimentos não foram em vão nem para mim motivo de constrangimento.

Como não podia deixar de ser, momentos houve em que sentimos a ausência do contacto com o exterior por necessidade de ver familiares mais próximos ou satisfazer outras necessidades, dar uns passeios a pé, tomar um café, etc. sendo isso um dos fatores com relevância social.

Uma vez já vacinados contra o COVID-19, desde meados de fevereiro que as refeições são servidas na sala de jantar e com isso, na falta do anterior modelo de convívio, hoje, com as devidas regras, a presença de utentes às refeições já ajuda a descomprimir.

Não posso terminar estas breves notas sem fazer referência ao Sr. Otílio que no passado dia 4 de março comemorou 100 anos de vida com uma linda festinha de aniversário realizada cá no Centro. Muitos parabéns!

Até sempre!

Henrique Costa Teixeira
Residente do Centro

Centro de Reabilitação Prof. Doutor Jorge Azevedo Maia

Nos primeiros tempos, quando ouvimos falar do vírus SARS-CoV-2, nunca imaginámos que tal doença chegaria ao nosso país, pensámos sempre que Portugal nunca iria saber o que é viver com este flagelo.

No dia 2 de Março após reunião com a chefia da SCMVC, percebemos que este seria um assunto delicado e que teríamos de tomar algumas precauções para não sermos atingidos. Nunca considerámos que este assunto seria para ser tratado de forma leviana. As medidas e o apoio que foram continuamente sendo implementadas e ajustadas só foram espelhadas na sociedade dias ou semanas depois. Este modus operandi tentou sempre proteger e/ou minimizar o impacto desta pandemia na vida dos utentes e colaboradores o que evidencia que o principal foco da Instituição é, foi e será o bem-estar do próximo.

O Centro de Reabilitação Prof. Doutor Jorge Azevedo Maia (adiante designado por CRPDJAM) viu-se na necessidade de consciencializar os seus utentes de que o mundo estava a mudar e era imperativo acompanhar essa mudança, pois só assim é que minimizaríamos o impacto da COVID-19. Internamente, sempre primámos por um trabalho caracteristicamente preventivo, de forma a garantirmos a consciencialização dos nossos utentes para esta nova forma de vida. Apesar de bombardeados diariamente com inúmeras informações, houve a necessidade de filtrar e tornar essa informação percetível, de modo a que os nossos utentes se mantivessem informados, mas não alarmados.

Cientes desta nova forma de vida, os nossos utentes responderam impecavelmente, uma vez que não só aceitaram como repudiavam quem não cumpria as diretrizes preventivas. As rotinas do seu dia-a-dia foram

alteradas, uma vez que deixaram de fazer atividades no exterior do Centro; e alteraram-se formas de se relacionarem entre si (p.e. os cumprimentos físicos). O desafio diário com que nos deparávamos era a forma como manter os utentes ativos, animados, positivos e equilibrados. Responder a este desafio só foi possível com uma equipa forte, solidária, atenta, empenhada e disponível e com o espírito de missão transversal a toda a Instituição.

Ao longo deste ano, experienciámos um bocadinho de tudo, desde momentos de tensão em função do dia de amanhã, sentimento de medo do desconhecido interna e externamente à Instituição, a saída não raras vezes da zona de conforto no sentido do que à sua função diz respeito, sendo que todas estas sensações eram atenuadas através da resiliência de cada um. A criação de um ambiente equilibrado apenas foi possível através de um espírito de equipa unificador entre utentes e colaboradores que caminharam de mãos dadas com um propósito comum. O resultado desta união é espelhado através da inexistência de casos de episódios descompensatórios e emergência psiquiátrica, traduzindo-se também num entendimento muito responsável, já que a visão dos utentes sobre o empenhamento de todos em criar as melhores condições possíveis era tão grande que eles sentiam-se na obrigação de contribuir para esse ambiente.

Tendo-se verificado a imposição do encerramento do Centro de Atividades Ocupacionais (CAO), o CRPDJAM sempre manteve uma postura de acompanhamento dos seus utentes mesmo estes estando confinados. Além deste apoio, sempre houve um intercâmbio de sugestões e orientações entre os utentes, significativos e profissionais deste Centro. Esta medida servia não só para esbater as distâncias, mas também para promover um equilíbrio emocional e comportamental. A constante articulação com os familiares permitiu um reforço desse acompanhamento.

Um dos grandes entraves que marcou esta nova forma de vida foi a ausência dos familiares e a necessidade de manter distanciamento, mesmo em situação de coabitação assim como foi difícil gerir a perda física significativa de utentes e colaboradores. A impossibilidade de ter o seu tempo para se despedir do seu familiar, bem como o impacto dos procedimentos associados no fim da vida levantam sentimentos de revolta, impotência, tristeza e desalento. O Centro tentou proporcionar um ambiente tranquilizador e aconchegante de modo a contribuir para o processo natural de luto. Em função dos condicionalismos impostos pela pandemia a realização da celebração eucarística foi uma forma de, por um lado, os utentes manifestarem a sua fé, contribuirem para a harmonia e o equilíbrio do momento, como também a forma de agradecimento pela proteção divina.

Apesar de todos os cuidados e precauções que fomos tendo ao longo do tempo, os nossos utentes e alguns colaboradores testaram positivo. Este foi sem dúvida o momento mais difícil, na medida em que exacerbou o medo, a insegurança e a imprevisibilidade dos efeitos tão característicos desta doença. Contudo, o espírito de equipa, solidariedade, a identidade e compromisso com o serviço foram indispensáveis para garantir a todo o momento as melhores condições possíveis para todos os nossos utentes que no fundo ultrapassaram esta provação sem grande impacto negativo.

Após reflexão profunda e consciente, foi possível entender que tão importante como as medidas preventivas são o carinho das palavras e dos gestos que ao longo do tempo foram essenciais para ultrapassar todas as dificuldades. Esta doença demonstrou que nem só de medicamentos se faz a cura.

Alice Campinho - Diretora do Centro de Reabilitação Prof. Doutor Jorge Azevedo Maia

Membros da equipa do Centro de Reabilitação Prof. Doutor Jorge Azevedo Maia - Fajozes

"Quando, há um ano atrás, ouvi as primeiras notícias sobre a COVID-19 desvalorizei, crente que não nos atingiria e era só mais uma manobra de distração das cadeias informativas para não se falar de facto nos problemas do nosso país. Estava profundamente ENGANADO.

Aprendi a viver com os nossos "novos amigos" (a máscara e o álcool em gel) indispensáveis para minimizarmos o risco de contaminação ou contágio. Mas todos os dias continuava a ver quem facilitava, quem não tinha cuidados, quem não queria saber. Espero que tenham mudado de atitude e que não tenha sido tarde.

Vivi com medo. Sou pai, marido, filho, irmão, cuidador e receei que o meu menor erro tivesse consequências devastadoras nas pessoas que amo. Mas nunca, em momento algum, deixei-me vencer por esse medo. Continuei a trabalhar com mil cuidados para não ser um perigo para ninguém. Continuei a dar o melhor de mim para minimizar o impacto desta pandemia. Hoje, olhando para trás, consegui, ou melhor conseguimos. No CRPDJAM fomos uma verdadeira equipa, uma verdadeira família. Utentes e colaboradores ajudamo-nos mutuamente com sentido de missão, aprendemos uns com os outros e apoiámos sempre que o outro precisava. De mãos dadas ultrapassámos a primeira vaga "limpos".

Já perto do final de novembro, com as notícias da tão proclamada vacina a dar mais esperança a todos nós, a bomba caiu. Os nossos utentes testaram positivo. Mais uma vez, que equipa, que família que fomos! Unidos enfrentámos o vírus e graças a todos e, claro, com o amparo e proteção divina, os nossos meninos ultrapassaram com maior ou menor dificuldade esta maldita doença. Quando tudo estava a melhorar e o sol voltava a querer brilhar … outra bomba. Estou POSITIVO. Felizmente os cuidados que ao longo do tempo fui tendo e nesta altura redobrei protegeram a minha família. Que alento, que força! Era só eu. E até me sentia bem. Só umas dores no corpo, mas nada de mais. Depois porém comecei a sentir-me pior. Mais fraco, mais cansado, com menos apetite, com mais dores. E só. Estar só era imprescindível para manter seguros quem mais amo; mas, por outro lado, era a minha maior dor. Foi difícil, muito difícil, fiquei frágil a nível físico mas não só. Guardarei para sempre no meu coração, os pequenos mimos e gestos que foram tendo comigo neste período. A todos o meu muito e sincero OBRIGADO.

O tempo passou e fez o seu trabalho. Voltei a poder sair, a ver a minha família e a ter as minhas rotinas e como sabe bem nesse momento ter um dia normal! Sentia-me muito cansado, mas de coração cheio para dar aos outros um pouco do que fizeram por mim.

A vacina já chegou, mas os números são cada vez mais assustadores, por isso não relaxes. Protege-te. Por ti, pelos teus, pelos meus, por TODOS. Nunca dependemos tanto uns dos outros. Basta um facilitar e todos pagamos.

Se é verdade que o amor não tem limites, que o amor quebra todas as barreiras e que o amor vence tudo, vamos fazer do amor a nossa proteção para podermos continuar a amar."

António Bento Campos
Colaborador do Centro

Casa das Rosas

No ano 2020, o mundo foi surpreendido com a notícia de um coronavírus totalmente desconhecido que estava a ter repercussões perversas na população chinesa, especificamente na cidade de Wuhan.

As notícias alarmantes que todos os dias invadiam os telejornais do mundo inteiro sinalizavam o impacto devastador que este vírus, COVID 19, como foi denominado, impactou as mudanças que uma pandemia imputou a novos paradigmas até hoje impensáveis.

Estas alterações invadiram a nossa moral, as estratégias económicas e sociais, e aderência a ajustamentos rápidos a novos procedimentos inerentes à emergência que pudessem minimizar o seu alastramento.

Deste modo, os riscos de contágio tomaram-se uma prioridade nas organizações, nomeadamente, na Casa da Rosas, uma vez que o isolamento social inerente ao processo, tornou-se uma opção intransigente para cumprir com o grau de segurança a que nos propusemos. Nesse sentido, os procedimentos mais ajustados e medidas a que o momento de crise obrigou, uma vez que as opções tecnológicas e o trabalho online não se tornaram opções para a nossa realidade.

Desde o início desta pandemia, a Casa das Rosas não teve alterações de procedimentos e continuou com os cuidados redobrados a trabalhar nos mesmos moldes, ou seja, mantivemos a "porta aberta" a fazer os atendimentos presenciais e mentivemos a Cantina Social/balneários sociais a funcionar a tempo inteiro.

A moral em termos de equipa foi reforçada, bem como o sentido de dever que nos caracteriza, apostámos num sentimento positivo, visualizando permanentemente a imagem que só unidos podemos fazer face a esta adversidade. Contudo, os esforços exigidos, mesmo que inconscientemente, tal como o stress e o cansaço, bem como a ansiedade que (quer se queira, ou não), vão surgindo pelas notícias alarmantes, pelos casos de proximidade que cada um vai sinalizando, pelas exigências que o próprio Governo impõe e porque, essencialmente, nos pode "tocar", tal como em muitas instituições sobejamente conhecidas.

Momento de refeição na Cantina Social

Assim, as emoções exigiram reforços positivos, de modo a que a motivação não diminuísse, apostando na continuidade de se conseguir manter o espírito de união e não permitindo que se baixassem os braços. Relembrando constantemente o caráter de missão que espelha os nossos propósitos – estarmos presentes para quem mais necessita, para quem se encontra em situações de vulnerabilidade – sendo esse o nosso papel fundamental na luta contra a ignorância, o desprezo e a invisibilidade de

vidas humanas na sociedade.

A adapatação às novas medidas exigiu de toda a equipa um esforço redobrado, obrigou-nos a mudanças substanciais que tiveram de ser efetuadas e causaram algum impacto interno, nomeadamente, nos ajustamentos que cumprissem com o distanciamento social obrigatório, alterações do espaço físico, acompanhamento individualizado, etc....

A peculiaridade que está espelhada na missão da Casa das Rosas traz-nos constrangimentos, quando comparada com os restantes sectores do tecido empresarial, impossibilitando-nos de optar por meios tecnológicos para auxílio das nossas rotinas diárias. Esta consciencialização faz-nos refletir sobre o pessoal brioso com que nos rodeamos, bem como nas sinergias que voluntariamente tomaram, em relação à continuidade dos seus postos de trabalho e colaboração incondicional que querem manter.

Os nossos utentes e o nosso quadro de pessoal foram a nossa prioridade no investimento em segurança, de modo a que se pudesse proteger e acalmar os ânimos de todos. Sentimos, com alguma cautela, a necessidade de quebrar rotinas, às quais nos havíamos habituando, criando alternativas possíveis para que existissem condições para a continuidade dos nossos propósitos.

Tal como na sociedade civil, tivemos de fazer opções que se mostram prudentes nesta fase, tal como não efetuar na altura natalícia o lanche convívio, como era hábito. No entanto, com a ajuda incondicional de todos os colaboradores de toda a estrutura da Santa Casa da Misericórdia, todas as nossas crianças foram visitadas pelo Pai Natal que, além de provocarem uma grande alegria, lhes deixou bonitas prendas. Esta atitude provocou emoções muito fortes que contagiaram o ambiente da nossa casa. Assim, tatuamos no nosso coração os sorrisos maravilhosos e o espanto aquando da abertura das suas prendas (foram momentos impagáveis e preciosos). Contudo, tentamos, como é hábito, fazer o bolo mensal para festejar o(s) aniversário(s) do(s) nosso(s) utente(s).

É sobejamente conhecida a missão de integração individual que esta casa preconiza a todos os utentes, bem como a particularidade da sua grande diversidade cultural. Mesmo com estas características de diversidade cultural, fazemos o nosso melhor na socialização e na promoção de momentos de convívio e descontração entre todos, com o intuito de permitir que a interação possa acontecer. Cumpre-nos a exigência de acatarem as regras comportamentais exigidas, tal como o respeito pela diversidade e pluralidade que a nossa cultura organizacional tem como exemplo positivo.

Os afetos, o "toque", sempre foi o nosso emblema para criar empatia com os nossos utentes. Esta atitude provoca laços especiais, provocando sentimentos de presença e atenção em termos individuais e coletivos com todos os que partilham o tempo que legalmente lhes é permitido para habitarem na nossa casa – que, curiosamente, também a sentem sua - mas, num ápice, os procedimentos tiveram de ter um retrocesso, nada poderia ser igual, tudo teria que deixar de ser feito, não foi uma tarefa nada fácil... substituímos, a custo, todos os afetos por sorrisos e abraços virtuais.

Sendo a nossa tónica o reforço constante na repetição de todas as medidas de proteção, sentimos que nem sempre foi fácil, devido às características inerentes ao nosso público, uma vez que muitos deles não possuem abrigo e tivemos dificuldade em comunicar a forma mais eficaz de dizer a esta população que deviam estar em confinamento.

Os problemas emergem diariamente

em todos os sectores, tal como no nosso. No entanto, a motivação para os ultrapassar tem sido visível, sendo mencionadas constantemente, de modo a que a equipa possa interiorizar o seu propósito nesta fase em que o entusiasmo e a visualização de dias melhores possa ser o ânimo para os sobressaltos que nos vão assolando. Temos como matriz que as pessoas são a essência da nossa Casa das Rosas; por esse princípio, acreditamos na capacidade dos nossos colaboradores e utentes, acreditando que possam resolver e acatar as diretrizes que temos adotado.

Felizmente, até aos dias de hoje, o empenho da equipa tem tido um balanço positivo no combate à pandemia. Não nos cansamos de agradecer o mérito, a capacidade de resiliência dos nossos colaboradores, que mesmo com a equipa desfalcada, tem sido incansável e empenhada, de forma a conseguir assegurar a continuidade do nosso trabalho, que de outra forma teria sido completamente impossível cumprir com parâmetros exigidos.

O historial que o desenvolvimento das ocorrências no combate a esta pandemia nos transmite atualmente, não são de todo animadoras. Contudo, nem tudo foi negativo, uma vez que assumimos o crescimento evolutivo da nossa equipa, evidenciando coesão, maturidade, desenvolvimento de competências rápidas e eficazes na resolução de problemas urgentes, que exigiram da nossa parte medidas drásticas e imediatas. O nosso receio prende-se com a incerteza do futuro, uma vez que a previsibilidade de voltarmos à nossa vida chamada "normal" é uma visão longínqua, as consequências que os peritos enumeram serão inúmeras, afetando toda a população tanto a nível económico, como social e emocional. Vamos, no entanto, ter esperança e acreditar que continuaremos a fazer a diferença!

Porque acreditamos que os testemunhos falam por si, partilhamos alguns que nos tocaram de forma marcante.

Ana Paula Araújo
Diretora da Casa das Rosas

1 – Testemunho de um utente

Se tenho medo da COVID-19?

Não, porque isso não sabemos aonde está mas que está a fazer com que nós tenhamos outros comportamentos e outras medidas como a higiene como lavar as mãos e pôr máscara na boca. Aqui na Casa das Rosas acho que estão com todas as medidas necessárias como limpeza da cantina; têm todas as medidas higiénicas como lavar a loiça; as pessoas que servem comida também têm toda a higiene possível e ao nível da casa também.

O meu muito Obrigado a todas.

A COVID-19 veio condicionar a vida das pessoas porque ninguém estava à espera de uma coisa dessas. É sinal de que temos muito que aprender nós, os nossos familiares, amigos, filhos, netos e toda a gente.

---

2 – Testemunho de uma colaboradora

Desde o início da Pandemia sinto receio que eu ou meus familiares sejam afetados pelo COVID, desencadeando o desiquilíbrio da estabibidade e o que daí advem.

Preocupa-me imenso a decadência que se verifica nas ruas e na população mais desfavorecida.

Sinto-me impotente quando a ajuda não existe ou não é suficiente.

Mesmo assim baixar os braços não é solução!

Rosalina Rasoilo
Colaboradora da Casa das Rosas

3 - Testemunho de uma família

Mãe:

COVID-19 trouxe muita dor, desestabilização, afastamento e muitas verdades a respeito dos cuidados da vida e esquecendo-nos de um bem precioso: Deus e a família.

Comprovei que, nesta fase, as pessoas unem-se mais, amam-se mais, cuidam-se mais do que antes da Pandemia.

Eu particularmente sinto-me triste por estar distante dos meus. Mas também estou tranquila por saber em quem tenho crido (Deus) e sei que ele é poderoso. Hoje a satisfação é estar vivo.

Hoje o mundo busca e quer assegurar e sentir-se seguro, mas isso é somente possível em Jesus Cristo.

Jesus, não tem COVID-19.

Acheguemo-nos a ele!

O que adianta ganhar o mundo e perder a nossa alma?!

Deus nos abrace.

Companheiro:

Muita destabilização e planos frustrados. Mas também tristeza por não poder estar próximo da sua família e, por vezes nem poder ajudá-la. Mas, contudo, agradeço a Deus por ter saúde, por ter-me guardado e salvo de apanhar COVID.

Foi também uma fase de muita reflexão, que me permite organizar a minha vida em muitos aspectos. Tudo na vida tem um porquê e tudo é passageiro, assim como o COVID é.

Filha:

Sinto-me triste por estar longe da minha família. Mas tenho fé de que tudo vai ficar bem em nome de Jesus.

Amém.

Mensagens de agradecimento deixadas pelos utentes

4 – Testemunho de uma família

Mãe:

Infelizmente são tempos difíceis para todos. Estamos atravessando um momento incerto em que precisamos de evitar o contacto humano para garantir o controlo da pandemia do coronavírus (COVID-19). Ainda não sabemos quanto tempo isto irá durar, mas não podemos deixar o medo ocupar nossas mentes.

É tempo de ter esperança, de acreditar que dias melhores logo chegarão. Enquanto isso, vamos fazer por encontrar no nosso lar -aquele canto que escolhemos como nosso - um conforto e uma segurança. Vamos ligar para as pessoas que amamos e lembrar-lhes constantemente do quanto as admiramos e de como é importante que todos se cuidem.

Filha:

Dizem que na vida quem perde o telhado ganha as estrelas. É assim mesmo. Às vezes, você perde o que não queria, mas conquista o que nunca imaginou. Nem tudo depende de um tempo, mas sim de uma atitude. Aproveita cada minuto da sua vida, proteja-se e ajude a proteger os outros, pela saúde das pessoas que mais amamos na vida. Só pense que um dia isto vai acabar bem.

5 – Testemunho de um utente

Good Morning

In these times, COVID is very serious because we cannot do nothing, everything is difficult, even to find work is hard because there's some places that if you go there to find work they tell you not right now.

They're not taking people to work so that's the problem, but as for me I am feeling good, I am not feeling something bad in my body, but the situation is very bad for us.

Tradução:

Bom dia

Nestes tempos COVID é muito sério porque não podemos fazer nada, tudo é difícil , até arranjar trabalho, porque há lugares que se for lá procurar trabalho dizem que agora não.

Não estão a empregar, isso é o problema, mas quanto a mim, sinto-me bem, não sinto nada de mal no meu corpo, mas a situação é muito má para nós.

Quinta Galante

A Organização Mundial da Saúde declarou a Covid-19 uma pandemia a 11 de março do passado ano. Com o número de casos e mortes a aumentar no mundo, a situação rapidamente evoluiu para um confinamento social obrigatório no país, causando pesadas consequências para a população e para a economia.

A Quinta Galante não foi exceção. Fomos obrigados a reorganizar os hábitos de trabalho, implantando medidas preventivas com o objetivo de reduzir o risco de transmissão da doença (higienização de mãos e utensílios várias vezes por dia, controlo de temperatura corporal, entre outros). O receio de falta de alimentos nos mercados levou a que um aumento por parte da população criasse a própria horta, o que levou a uma rutura temporária de stocks de fornecimentos de plantas por parte de viveiros e consequentemente provocou atrasos na compra e na entrega de plantas.

O efeito foi sentido também nos prazos de entrega de outras matérias, nomeadamente fertilizantes e tratamentos fitofármacos, muitas vezes causados pela deteção de casos

positivos nas empresas fornecedoras.

Sendo um dos objetivos da Quinta Galante a inclusão dos utentes nas diversas atividades agrícolas, também a ausência de beneficiários nas nossas colheitas foi um ponto negativo nesta nova realidade.

Apesar das adversidades, até ao momento, não foi detetado nenhum caso positivo de infeção por COVID-19 nas nossas instalações, recompensando todos os esforços da equipa.

Eng. Paulo Mesquita
Responsável da Quinta Galante

Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social

E acabávamos 2019 com as notícias de Wuhan. Cidade Chinesa afetada pelo vírus SARS-CoV-2.

Os sintomas eram variáveis e deixavam-se confundir com sintomatologia de muitas doenças. A pouco e pouco percebeu-se que o tal vírus era altamente contagioso e com um impacto brutal ao nível do sistema respiratório. Os meios de comunicação intensificavam a divulgação da notícia, difundindo e aprofundando o conhecimento da mesma. Pouco a pouco já todos associavam o SARS-CoV-2 ao vírus da China. Muito se falou, pouco se sabia, dado que o vírus, foi associado a propaganda, a campanhas de marketing, a uma outra forma impositiva desta grande potencia revelar a sua supremacia no mundo, longe de se imaginar que a doença afetaria, direta ou indiretamente, cada um de nós. E para sempre!

Assim se apresentou ao mundo o (novo) Coronavírus, também designado por doença "COVID19" que, quando chega a Portugal vivíamos já #2020.

O Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS) trabalhava normalmente. Aquilo a chamávamos normal! Diariamente, uma Equipa Técnica (4 Técnicos Gestores de Processos e 1 Coordenadora), concretizava atendimentos presenciais (com e sem marcação prévia) e diferenciava-se pelo facto de permitir que todos/as os/as que recorriam às nossas Instalações tinham sempre um rosto e uma palavra de orientação, encaminhamento, intervenção. Não faltavam os bons dias, o sorriso, a mão que apertava a outra. Os dias eram vividos de forma frenética, queríamos estar todas em todo o lado, a dar o melhor de nós em prol de quem de nós precisasse. E assim era! Realizávamos vistas domiciliárias, acompanhamentos a Hospitais, a Unidades de Saúde Familiar, a Serviços públicos e privados. Marcávamos reuniões, aqui, ali, onde fosse preciso e mais útil. Entre nós… não faltavam os afetos, os lanches, os almoços, as partilhas porque na verdade nós éramos mais do que executores, éramos (somos) Seres Humanos que vivíamos da interação e da proximidade.

Estávamos em Março…

Março de 2020 e as televisões, os jornais, outros meios de comunicação digital, inundavam-nos de alertas: Lavar as mãos. Usar Luvas. Usar máscaras ou viseira. Não beijar. Não abraçar. Ficar em casa. Fechar serviços. Suspender as aulas. Não visitar doentes, nem idosos. Pandemia do século. Guerra biológica. Seleção natural da espécie humana. Morrer sem velório. Isolamento profilático. Ventilação assistida…. Eram tantas as palavras repetidas vezes sem fim… e o seu significado cada vez mais impactante.

Era 16 de Março de 2020 e não sabíamos que posição adotar. Ninguém estava a par do real impacto. Nunca ninguém tinha vivido nesta realidade. Não havia experiência. Havia informação variada, alguma contraditória, mas já se falava em mortes e isto sim assusta qualquer um de nós (simples mortais). Neste dia tomamos a decisão, fechamos a nossa porta! A intranquilidade apoderou-se do nosso dia-a-dia. Nós eramos a mão, o olhar, o conselho, a palavra, o apoio, nós eramos as pessoas mais próximas de muitos/as… mas também tínhamos medo.

A parte dois, se assim se poder chamar, estava a chegar. Era hora de nos reinventarmo-nos, de descobrir novas formas de trabalhar, de chegar a todos/as que continuavam a precisar do nosso trabalho. O esforço foi pedido a todos/as, aos Serviços, às empresas, às autarquias, aos mais diversos profissionais, ao país, ao mundo. Sim, o Mundo, estava todo a viver este desafio.

A porta 94 da Rua Dr. António de Andrade em Vila do Conde, por muitos carinhosamente apelidada da "Casinha amarela" passou a guardar os profissionais, depois, abriu-se às situações de emergência, mais tarde aqueles que, com prévia marcação, viam no contacto presencial a única forma de se expressarem e pedir apoio/orientação. Simultaneamente, passa a fazer parte de nós a máscara, vulgarmente e até então, associada à classe médica, afigura-se em 2020 como a nossa "armadura".

Os atendimentos, em número substancialmente menor, passam a realizar-se a mais de 2 metros de distância. Separam, Técnico e cidadão, duas máscaras, uma barreira de acrílico e um conjunto de regras de higiene e segurança, levadas muito a sério. Falamos de proteger a saúde. Concomitantemente, vêm os desinfetantes - o álcool gel, as toalhitas, os tapetes de desinfeção, as máquinas de pulverização. Os termómetros, passam a ser meios de diagnóstico primário.

Mas nós precisávamos de estar com as pessoas!

Surgem as batas, os macacões, as toucas, os "tapa pés", aquilo que agora chamamos de EPI´s – Equipamentos de Proteção Individual. Não solucionou, nem nos levou àquilo que era a "nossa realidade", mas permitiu que, de forma mais segura, em caso de efetiva necessidade pudéssemos estar no terreno.

Equipamentos de Proteção Individual (EPI)

O número de pessoas que, diariamente, afluíam às nossas instalações, deixou de poder ser uma realidade. Não era seguro. E tínhamos pela frente mais um desafio. Não podíamos descurar as medidas de prevenção de contágio por Covid-19, mas por outro lado, não podíamos deixar de responder eficazmente aos pedidos que diariamente nos chegavam, ou porque já beneficiavam do acompanhamento deste Serviço, ou porque, pela primeira vez, se viam a necessitar desta retaguarda. É nesta sequência que o telefone ganha ainda mais notoriedade no nosso dia-a-dia, o recurso às tecnologias de informação e comunicação torna-se o meio mais rápido e eficaz para encurtar a necessária distância física. Porém, nem todos/as possuem esses recursos ou têm capacidades (económicas ou intelectuais), para utilizar estas vias de comunicação, pois apesar de sermos um mundo, tendencialmente, tecnológico, esta não é a realidade de todos/as - evidenciam-se níveis de exclusão digital – que outrora se diluíam num atendimento presencial. Deste modo, tornou-se fundamental a articulação e mobilização de outras esferas da sociedade, ganhando ainda maior enlevo, o envolvimento e participação no processo de apoio, das rede de suporte informal (família alargada, comunidade vicinal e outros elementos da comunidade, como por exemplo, membros de grupos associativos) das pessoas que recorrem/são apoiadas por este Serviço, garantindo-se que, sempre que possível, se evitavam deslocações adicionais ao Serviço, por exemplo, para entrega de documentos, sem que se deixasse de apoiar/garantir/manter os necessários apoios face às necessidades evidenciadas pelos agregados familiares mais vulneráveis.

Encontradas estratégias e meios alternativos para a comunicação, começámos a verificar que de dia para dia, os pedidos de ajuda não paravam, eram famílias inteiras que, autonomamente, já não conseguiam sobreviver, nem pagar as suas contas, porque

também os elementos das respetivas redes de suporte à qual muitas vezes recorriam, também estavam a precisar de ser ajudadas. Era o impacto "Covid19" a acentuar-se. As quebras de rendimentos verificavam-se, também, pelo necessário período de isolamento, em caso de infeção ou contacto com o vírus. Tínhamos cada vez mais gente com "casa" mas sem "pão". Perante esta situação, e por forma a minorar os impactos e a conjuntura dramática que se agravava com o passar do tempo, esta Santa Casa Misericórdia, reforçou a sua intervenção a este nível, através da ampliação do Programa Operacional de Apoio às Pessoas Mais Carenciadas (distribuição mensal de bens alimentares, de acordo com o número de elementos que compõem cada agregado familiar que, comprovadamente, necessite), duplicando a abrangência do respetivo Acordo de Cooperação com o Instituto de Segurança Social (passando de 457 pessoas para 914 pessoas apoiadas – com possibilidade de acréscimo de 10%)…em novembro de 2020 o valor máximo, de 1005 pessoas, já estava atingido e a lista de espera começava a existir, sendo, por isso, necessário continuar a acionar outros Programas existentes, por forma a colmatar as necessidades que se iam evidenciando cada vez mais, nomeadamente, ao nível alimentar, podendo referenciar-se, o "Programa de Emergência Alimentar" (refeições confecionadas a consumir na Cantina Social da SCMVC ou no domicílio dos beneficiários) e o "Projeto Partilhar" (cabazes alimentares distribuídos por diferentes Entidades no Concelho de Vila do Conde).

O SAAS é feito de pessoas e para as pessoas. É dinâmico. Feito de histórias, de vivências, de necessidades e objetivos diferentes. Este Serviço, situado em "*Vila do Conde espraiada / Entre pinhais rio e mar….*" (cit. José Régio), é terra de muitos/as e é destino de outros/as que, por escolha ou impulso, aqui vieram parar. Homens e mulheres, crianças e velhos, Vilacondenses e naturais de outros Concelhos, Portugueses e outros tantos estrangeiros, sozinhos ou em família, com e sem emprego, com e sem teto, com e sem rumo… a todos/as procuramos dar o melhor. Por ser desta forma, só faz sentido relembrar 2020, se todos/as poderem "ter voz", ser parte integrante e ativa deste testemunho:

"De quando em quando eu e a minha mãe, que tem 81 anos, recebemos apoio dos Serviços de Ação Social da Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde em colaboração com a Segurança Social porque temos alturas das nossas vidas em que a nossa situação financeira é incomportável para os encargos que temos de suportar.

Os Serviços de Ação Social da Santa Casa têm sido inexcedíveis no apoio à minha família, não o digo por dizer porque também o tenho verificado no atendimento a outros utentes. Na pessoa da Dra. Marta Ferreira tenho tido um apoio fundamental neste tempo confuso e incerto. Ela inclusive ajudou-me a sair de uma situação que no Inverno de 2018/2019 estava a prejudicar a saúde da minha mãe. Muito lhe devo, portanto. Assim como aos outros funcionários, mais na pessoa agora da Dra. Cátia Ferreira, coordenadora do Serviço. Claro que tudo isto não seria possível sem o apoio de retaguarda dos serviços da Segurança Social mas para todos os efeitos quem está no terreno é a Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde.

A pandemia afetou consideravelmente os rendimentos da minha família pois no espaço de um ano perdemos a renda da única loja que temos para alugar por duas vezes. Nunca tal tinha acontecido em anos anteriores quando também atravessámos dificuldades.

Dito isto, sublinho mais uma vez o meu agradecimento a todos os que na Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde e fora dela lutam por tornar a vida daqueles que sofrem um pouco melhor".

J.A.C.

Agregado familiar: monoparental feminino

"Eu sou utente deste Serviço desde 2012 (ano desde o qual o utente é apoiado pela Ação Social da SCMVC)

Sempre achei que tinham uma grande responsabilidade para tentar resolver todos os problemas que apareciam.

O ano de 2020, acho que foi muito mais complicado devido ao COVID19, porque surgiu mais desemprego, pessoas a precisar de apoio alimentar, tentar pelo menos o R.S.I., pedidos de ajuda para conseguirem um quarto para dormir…

É um trabalho árduo, que requer muito empenho da parte dessa Equipa de profissionais.

No acompanhamento, posso dizer com toda a franqueza que somos 100% bem acompanhados. Muitas das vezes não são é bem compreendidas pelos utentes.

As Dras. são muito prestáveis, amáveis e acima de tudo muito competentes.

Despeço-me a agradecer à administração da Santa Casa no nome do Sr. Provedor Eng. Rui Maia.

O meu profundo agradecimento por ter nesse Serviço Excelentes profissionais.

Bem-hajam"

A.V.
Agregado familiar: isolado

Santa Casa, e o nome já bem diz, Casa, que nos faz pensar no lar, e no acolhimento que ele nos dá!

Por muito tempo me senti fora de casa, mesmo nos melhores dias vividos cá em Portugal, era sempre uma sensação de faltar segurança, aconchego de casa... Sabe aquela viagem longa, e quando abrimos nossa porta pensamos, enfim cheguei?!

Eu tinha sempre a sensação de estar viajando. Quando conheci o Serviço de Atendimento Social, eu pude sentir um pouco desse acolhimento que me faltava.. Era sempre uma sensação boa saber que eu tinha algum Porto seguro pra correr enquanto as coisas ainda não se ajustavam como eu gostaria.

Em março de 2020 com a chegada da COVID-19, foi se nossos empregos, meu e do Eduardo. E veio também o medo, desespero e muitas incertezas. Foi quando o meu telefone tocou, uma voz com tanta animação, em dias tão difíceis; Dra Marta Ferreira, sem que eu se quer tivesse a dito a nossa situação atual, nos ligou a saber se estávamos trabalhando, naquela altura muitas empresas já estavam "parando". Aquela ligação foi o início de uma nova jornada em nossas vidas, e de uma parceria de apoio total.

Lembro me que a Dra Marina, tinha uma vaga de emprego numa determinada fábrica, foi quando começamos a tentar voltar ao mercado de trabalho.

De lá pra cá, todo medo foi desaparecendo, minha família e eu nos sentimos acolhidos, em todos os aspectos. Sentimos o carinho com que as Dras nos atendiam, quando precisávamos. Sempre dispostas e com palavras de incentivo, e até de fé!

Passei por dias difíceis, quando meu filho precisou de apoio, eu não sabia o que fazer, e logo me lembrei que eu tinha aqui pessoas que podiam me ajudar e me orientar! Sentiram comigo a minha angústia, torceram pra que tudo ficasse bem, e se alegraram quando tudo já estava no lugar devido. Eu tenho tanta gratidão e carinho por essas pessoas que acolheu a minha família, no momento de desespero da falta de emprego, como fomos apoiados!

Conseguir voltar ao mercado de trabalho com o apoio moral, Psicológico, e do trabalho de vocês, poder reintegrar meu filho a creche, ao seu ciclo de amizade com

as vossas dicas, e aconselhamentos, não tem preço que pague. Minha família e eu, esperamos que toda nossa gratidão, que não tem fim seja o combustível pra que vocês continuem com tanta dedicação e esforço para ajudar outras famílias...

Encontrei no Serviço de Apoio pessoas que até sabiam se eu estava bem ou não, pela maneira que eu atendia ao telemóvel, que pela minha voz, identificavam os meus momentos difíceis.. Assim como os momentos bons!

Eu não poderia deixar de mencionar a atenção que a Dra. Daniela deu ao meu Joaquim, ele está sempre a lembrar desses nomes, e quando o mesmo precisa de ajuda por se ter magoado, ele me pede pra chamar a Dra. Marta e Daniela. Eu tenho muito a agradecer a vocês!

Hoje, estamos de volta ao mercado de trabalho, numa nova casa, uma nova creche, um novo olhar do que é estar aqui!

Como mais eu posso chamar isso, se não de casa?! Sim, casa é onde encontramos segurança, apoio, aconchego, é onde nossa família esta acolhida, protegida, e bem!

Seremos gratos eternamente!

De toda minha família muita gratidão!
Eduardo, Joaquim, Lucas e Pamella

Pamella
Agregado familiar: nuclear

Este Serviço readaptou-se, e readaptar-se-á quantas vezes forem necessárias, basta que haja alguém que precise de nós!

A Equipa Técnica do SAAS
Cátia Pires Ferreira, Marta Ferreira, Ana Araújo, Daniela Ribeiro e Daniela Monteiro

Incorpora

O amor que não se mede

Retratar o programa Incorpora implica, inegavelmente, uma viagem à etimologia da palavra: in (no)+corporo (corpo). Incorporar significa, assim, dar corpo, formar parte, tornar-se tangível. O compromisso dos profissionais que se dedicam a este projeto reside na génese destes construtos, admitindo que as pessoas mais vulneráveis possam ser integradas e reunidas na narrativa de uma sociedade, muitas vezes segregadora.

O âmago deste projeto manifesta-se no apoio prestado a essas pessoas, possibilitando-lhes integração laboral, contando, para o efeito, com as desmedidas e incansáveis parcerias do tecido empresarial que, em pleno ano de pandemia, demonstraram uma força avassaladora e uma criatividade única de se (re)inventarem, encontrando resiliência ante todas as contingências nascidas e inesperadas. Nesse sentido, assumiram um papel fulcral na aventura poiética de dar corpo a quem vive esquecido, gerando oportunidades que dão vida aos rostos segregados, desconfinando-os dos seus medos através de uma metodologia valorativa, capaz de dar esperança, ânimo, resiliência e *empowerment* a todas estas pessoas, cuja força anímica se esgotou, ficando, tantas vezes, com a vida crestada e esquecida nas periferias de uma sociedade que se autoproclama integradora.

Nas ruas da nossa cidade, que socalcamos em cada dia, transbordam mensagens de um "Amor que não se mede". Dar corpo a estas pessoas, implica, outrossim, dar-lhes voz. *"A melhor maneira de entender as pessoas é ouvindo-as" (Ralph G. Nichols)*.

Quando estamos na disposição de uma escuta vulnerável (Mcchelland, 2017), ouvir é uma tarefa que não exige somente prática, mas a capacidade de cuidar-nos da nossa própria vulnerabilidade e da vulnerabilidade dos outros.

E, porque o poder de escuta ajuda no processo de mudança (Itzchakov & Kluger, 2018), queremos deixar-vos o testemunho de quem vive, agora, incorporado.

Marina Leonor Pinheiro
Responsável Incorpora

"Não poderia iniciar esse texto ou qualquer outra narrativa sem me definir como um homem apaixonado por Jesus Cristo, amando de forma transparente e incondicional, pondo em prática o verdadeiro sentido do amor Agape, que desconhece preconceitos, denominações, dogmas, paradigmas, usos ou costumes e simplesmente ama no mais intenso e perfeito sentido da palavra.

2020 mostrou-se um ano em que Deus nos permitiu parar e pensar sobre tudo o que estava a acontecer connosco. Para mim, o maior dos desafios foi a batalha pela própria vida, após o meu prazo de "validade" ser datado em cinco anos, por um melanoma que se fulminou em metástases que me afetaram os pulmões e o dorso, tudo isso desvendado oito meses após chegar a Portugal com a minha esposa e filho, momento em que o sonho de recomeçarmos uma nova vida era voraz e tudo dependia do nosso empenho e disposição para trabalhar e reconstruir a nossa historia. Diante do inesperado quadro, tive impossibilidades para trabalhar devido ao tratamento e às suas diversas reações. Foi quando o manifestar de Deus se levantou nas nossas vidas e, milagrosamente, ao fim de nove meses subsequentes ao diagnóstico inicial, todos os nódulos haviam desaparecido, contrariando o que seria óbvio aos olhos carnais.

Nesse tempo, fui abençoado pelo Serviço Social da Misericórdia de Vila do Conde, quando recebi o fundamental e precioso apoio dada Dra. Daniela Ribeiro e a Dra. Marina Pinheiro, que, extremamente éticas, não mediram esforços para reverter o quadro no qual eu estava inserido. Fui

inscrito no programa INCORPORA, que me inseriu no mercado de trabalho, inicialmente na Unidade de Fisioterapia da SCMVC, onde apesar da Licenciatura em Fisioterapia, tive uma experiência imensurável como auxiliar de ato médico. Conheci pessoas extraordinárias que quero levar para a minha vida! Pessoas totalmente solicitas, desprovidas de qualquer preconceito ou descriminação, o que me trouxe a sensação de dignidade que existia, mas que se havia silenciado no meu coração.

Infelizmente, em Março fomos surpreendidos pela pandemia e fui remanejado na Unidade de Touguinha (CARPD), onde a nitidez do meu propósito se tornou claro e evidente. Porém, na segunda semana de serviço, dentro de casa de banho com um utente dependente e com a fralda encharcada de um "perfume "desagradável, longe de qualquer demagogia pensei: "Eu desisto, não consigo fazer isso!". E ali, naquele contexto, humanamente improvável de qualquer entendimento, onde o meu limite se extravasou, sentindo-me constrangido de mim mesmo, percebi que os nossos problemas, por maiores que pareçam, podem tornar-se medíocres diante de alguém que, mesmo em contexto extremamente desfavorável, me olha com ternura e com um sorriso inocente.

Hoje, Touguinha traz consigo a possibilidade de fomentar as minhas necessidades de provedor familiar, mantendo a sensação de dignidade vida, submetendo-me a uma autolapidação diária e constante em tolerância e complacência, além de exercer uma das mais honrosas e nobres atividades, quiçá a maior de todas as missões: a de servir.

Servir com dedicação, com cuidado, com amor! Em resumo, percebo que é impossível apaixonar-me por Jesus sem amar a quem verdadeiramente precisa de atenção, respeito, cuidado e de um amor verdadeiramente Agape! "E eu lhes fiz conhecer o teu nome, e lho farei conhecer mais, para que o amor com que me tens amado esteja neles, e eu neles esteja" (Joao 17:26)."

Altair Barilari Pinheiro
Beneficiário Incorpora

Linha de Apoio e Atendimento Psicológico COVID-19

LINHA DE APOIO E ATENDIMENTO PSICOLÓGICO | COVID19

ASCMVC, preocupada com o quadro babelesco ostentado na comunidade, evidenciou sempre a sua missão de ajudar, espelhando atitudes de preocupação e cuidado com o próximo. Nesse momento de crise, em que se vivia a denominada primeira vaga, fazendo jus à sua história multisecular e benfazeja, não poderia ficar indiferente às pessoas que necessitavam, e necessitam, de uma voz amiga que lhes dissesse: "não estás só no meio da escuridão".

Por tudo isso, julgou-se necessário fazer face às necessidades emergentes dos colaboradores da Instituição e do respetivo agregado familiar, promovendo o bem-estar e a saúde psicológica dos mesmos. Deste *background* surge a Linha de Apoio e Atendimento Psicológico – COVID-19, procurando-se chegar mais perto daqueles que, apesar da situação caótica, continuavam a levantar-se diariamente para trabalhar e apoiar quem deles mais necessitava, deixando para trás o regaço familiar e colocando-se na linha da frente. Sarando aqueles que tombavam perante o engenho pérfido do inimigo comum da humanidade.

Nos relatos vivos, de quem desesperadamente acionava a Linha de Apoio Psicológico, ouvia-se o medo e a incerteza do inimigo. Tal como nos "campos de minas", vivemos na insegurança de onde colocamos os nossos pés. O desconhecido é gerador de medo, ansiedade e desânimo. Vocabulário que passou a dominar o nosso diretório.

Este dado, que não é novo, aliás, sobejamente representado pela literatura, corrobora a ideia de que os profissionais da primeira linha, como é o caso dos nossos colaboradores, são vulneráveis a sentimentos de medo e ansiedade (e.g., medo de infeção pela exposição, insegurança, culpa, sobrecarga emocional), muitas vezes associados a elevadas taxas de *burnout* e *turnover* (Joshi & Sharma, 2020; Tandon, 2020). Trata-se da factualidade de uma pandemia que deixa e deixará consequências na saúde psicológica.

Algumas das chamadas que foram recebidas, acolhiam colaboradores que se encontravam em confinamento (*lockdown*), após infeção pelo coronavírus. O confinamento trazia consigo, por um lado, o agravamento de algumas dinâmicas familiares e, por outro, a ausência do contacto com a família, tendo o (a) visado (a) que enfrentar a solidão, a perceção de estigma e expetativas rígidas, germinando em resultados emocionados e psicológicos como raiva, ansiedade, insônia e stresse perante a incerteza (Ran t al., 2020; Giusti et al., 2020). Além disso, tornava-se evidente a preocupação relacionada com a possibilidade de irradiação do vírus, que, em hipótese, poderia atingir e infetar os familiares e/ou colegas de trabalho. Houve, pois, a necessidade de promover algumas estratégias de *coping* para lidar com o stress contínuo e prolongado do confinamento (Dave, 2020; Ran et al., 2020). Servem de exemplo profissionais expostos a turnos de trabalho mais longos, com vista à mitigação das infeções e crescimento de cuidados aos utentes, sendo, por vezes, retratadas como condições adversas pela

necessidade constante e prolongada dos EPI's, que causam desconforto e dificuldades respiratórias (Huang et al., 2020; Ornell et al., 2020), exacerbando a sintomatologia ansiógena e depressiva retratada.

Durante as situações críticas, não podem ser descurados os fatores de proteção que os nossos colaboradores apresentam para lidar com a emergência exigida pelo quadro pandémico. A este nível, devem ser salientados os traços de personalidade, cujas caraterísticas de otimismo, resiliência e altruísmo se encontram associadas a uma redução do sofrimento psicológico entre estes profissionais (Lee et al., 2007). Apesar de todas as vozes ouvidas e atendidas, transparecia uma inquietação transversal em todas as chamadas: a sobrecarga dos colegas que ficaram a cuidar dos nossos utentes, gerando um sentimento de impotência perante quem era obrigado a ficar em isolamento, e o receio de uma reinfeção. Esta inquietação espelha a missão coletiva que foi vivida na nossa Instituição, própria de quem se sente membro de um corpo.

A Linha de Apoio Psicológico permitiu prestar aconselhamento, encaminhamento e facilitação. Com recursos singelos, foi-nos possível acalmar, mostrar saídas, treinar estratégias de regulação emocional. Coisas tão simples como ensinar a respirar e relaxar, sendo um momento para pensarem sobre os próprios pensamentos (metacognição), conferindo-lhes lastro seguro para a tomada de decisões e adoção de comportamentos pró-sociais e pró-saúde. Por vezes, o que os colaboradores da SCMVC e os seus familiares procuravam era alguém que os "abraçasse com as palavras".

Em suma, somos todos heróis de uma fragilidade terrena!

Marina Leonor Pinheiro, Psicóloga
C.P. nº 22329

Grupo Vitalino

Vitalino Vitalmédica Vitagnosis Vitalcare Vitalsénior

O seu Parceiro na área médico-hospitalar

- Vitalino - fisioterapia, ortopedia, consultório, emergência
- Vitagnosis - med. desportiva, med. no trabalho, diagnóstico
- Vitalcare - dentária, podologia, estética
- Vitalsenior - cuidados seniores, creches, desinfecção
- Vitalmédica - assistência técnica

Já conhece a nossa loja online?

www.grupovitalino.pt

Rua das Tulipas, 160 - 170 4510-679 Fânzeres (GDM) Portugal
tel +351 22 466 48 80 fax +351 22 483 22 02 email geral@grupovitalino.pt