

Nº 35 | Julho 2023

NOTÍCIAS da Misericórdia



Santa Casa
da Misericórdia

Sobral de Monte Agraço



HISTÓRIAS INSPIRADORAS

"As festas de Natal e dos Santos Populares são especiais... porque conseguimos reunir todos os residentes, os familiares, dão-nos alegria e motivação para trabalhar."

Cuidadora **Cátia Rodrigues**
Ao serviço desde julho 2008

EDITORIAL



Luís Carlos Almeida Braga Pinheiro Torres, Provedor
pinheirotorres@misericordiasobral.pt

O “ciclo da estupidificação”... ou talvez não.

“(...) até chamei aquilo de ciclo de estupidificação, ou seja, como as instituições não tem dinheiro, levantam os idosos quando estes não conseguem, tomam o pequeno almoço e põem-nos em frente da televisão, depois ao meio dia vão almoçar; depois vão outra vez ver televisão, depois lancham, jantam e mais tarde vão para a cama. É claro que há Misericórdias que fazem coisas muito bonitas, fazem ginástica, fazem animação, fazem estimulação, mas não são obrigadas a isso. E muitas nem sequer tem recursos para fazer isso (...)”.

Tomo emprestadas as palavras (sublinhado meu) do Dr. Manuel de Lemos, presidente da União das Misericórdias Portuguesas em entrevista ao semanário “Nascer do Sol” de 2 de junho passado. E se o cito é para acentuar que a Santa Casa da Misericórdia de Sobral é daquelas “que fazem coisas muito bonitas”, porque proporciona toda uma série de serviços que vão muitíssimo mais além das obrigações contratuais no âmbito dos acordos de cooperação com a Segurança Social. Por exemplo, desde 2011 a Fisioterapia e mais recentemente o acesso a consultas de Neurologia e Psicologia; e desde janeiro deste ano, a contratação de um profissional Nutricionista. O acesso a estes serviços não acarreta qualquer despesa extra para o residente e assim continuará a ser enquanto tal for viável.

Sabia que as Misericórdias não são contratualmente obrigadas a prestar serviços médicos?

Teoricamente o acesso à medicina geral e familiar seria via Centro de Saúde local. Ora o terreno e a experiência contradizem a viabilidade dessa disposição e por isso cabe-nos assumir essa responsabilidade, cada vez mais necessária. Talvez essa disposição fizesse sentido há uns anos, em que estas Casas acolhiam pessoas, de idade, sim, mas ainda com saúde. A realidade mudou!

Na Misericórdia do Sobral a média de idade dos quase 100 residentes é 83 anos e a sua saúde é frágil.

Somos confrontados com desafios, por exemplo na área da saúde mental, para os quais não estamos sequer preparados. E a situação não melhorará.

O envelhecimento da população, a mudança dos hábitos sociais e a evolução económica auguram a nossa indispensabilidade futura.

Tudo isto que nos faz pensar e afirmar convictamente que a Misericórdia do Sobral é um Património Social do concelho. E cuidar desse património não é fardo que se carregue sozinho, quer dizer, a responsabilidade não se esgota na Direção da Instituição e seus profissionais. Antes, caberá a todas as forças do concelho contribuir.

É nesse âmbito que se enquadra a atual campanha “Mealheiro Solidário”, e outras que se seguirão.

Ajude-nos no cumprimento desta missão!



AQUI, O SEU APOIO FAZ BEM À SAÚDE.

Este ano vamos comprar estes equipamentos médicos **com a sua ajuda:**



Maca Neurológica

Ideal para a recuperação de doentes com lesões neurológicas.

1unid. = 1.399€



Desfibrilhador

Fundamental para reanimações em caso de paragem cardiorrespiratória.

1unid. = 2.273€



Monitor Cardíaco

Equipamento para avaliar sinais vitais e identificar problemas cardíacos.

2unid. = 2.720€



Concentrador de Oxigénio

Necessário para fornecer oxigénio a doentes com problemas respiratórios.

5unid. = 9.056€



À data desta publicação e passados 3 meses do seu lançamento, angariámos já perto de 10.000€. Valor que permitirá começar já a adquirir este equipamento tão necessário ao bem-estar dos nossos residentes. A todos os que contribuíram, particulares e empresas, o nosso **MUITO OBRIGADO!**

A MINHA EXPERIÊNCIA COMO MÉDICA DE UM LAR

Abracei o desafio, em 2017, de assumir a responsabilidade de ser a médica do Lar da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço.

FI-LO, COM ALGUM RECEIO E SIMULTANEAMENTE, COM ENTUSIASMO:

até então, a minha atividade era sobretudo hospitalar, e, neste caso, era uma população envelhecida com muitas necessidades do ponto de vista de saúde, física e mental.

Por isso, dada a importância e seriedade deste cargo e o peso desta Instituição secular - a primeira Misericórdia em Portugal, a de Lisboa, foi fundada pela rainha D. Leonor, em 1498, sendo que o Lar da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço, iniciou atividade em Março de 1987 - decidi fazer cursos de atualização em Geriatria (ramo da medicina que foca o estudo, a prevenção e o tratamento de doenças e da incapacidade em idades avançadas) para melhor servir esta população, que é complexa e com características muito específicas, multidisciplinares e com patologias crónicas.



As patologias mais frequentes nesta faixa etária são:

Doenças degenerativas cerebrais que causam deterioração global, progressiva e irreversível de diversas funções cognitivas (memória, atenção, concentração, linguagem, pensamento, depressão, entre outras).

Doenças cardiovasculares (hipertensão arterial, Cardiopatia isquémica, por exemplo) decorrentes de fatores genéticos e do estilo de vida (alimentação, sedentarismo, tabagismo, diabetes) e responsáveis por alterações de memória, tonturas, cansaço, ou causar um acidente vascular cerebral (AVC) ou cardíaco (Enfarte Agudo de Miocárdio).

Diminuição da acuidade visual, sendo as mais frequentes as Cataratas e a degenerescência macular, dificultando a leitura, ver televisão, e outras atividades tão importantes no dia-a-dia.

Diminuição da audição (Hipoacusia), que causam um enorme impacto sobre a qualidade de vida de muitos idosos, que se isolam e ficam deprimidos.

Diabetes Mellitus, doença caracterizada por aumento de açúcar no sangue e que, a longo prazo, leva a complicações de órgãos-alvo e que interferem no dia-a-dia do idoso e obrigam a gerir medicação e vigilância constante.

Dificuldade na locomoção, por alterações osteoarticulares que, a par da osteoporose, causam dor crónica e quedas frequentes, que limitam a qualidade de vida e podem levar à imobilização no leito.

Incontinência urinária, que leva a um sentimento de vergonha a que se associa uma baixa da auto-estima, exigindo o uso de fraldas e maior dependência de terceiros.

Por fim, falar na **DEPRESSÃO**, que é uma doença mental grave e incapacitante que interfere no quotidiano do idoso e está frequentemente associada a um sentimento de tristeza profunda e prolongada.

A MINHA EXPERIÊNCIA COMO MÉDICA DE UM LAR

De facto, a atuação perante um idoso, tem de ser multidisciplinar, passando, não só pelo pessoal de saúde (médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, terapeutas da fala, nutricionistas, podologistas, psicólogos, técnicos de óptica e audiometria) como por toda uma estrutura montada (animadores, cuidadores, higienistas, monitores de educação física, podologistas, auxiliares, entre outros).

Ao médico cabe descobrir as prioridades do idoso em matéria de cuidados de saúde, criar planos de cuidados de saúde adequados, rever e gerir todos os medicamentos, coordenar os cuidados com outros prestadores de cuidados de saúde, prestar cuidados paliativos e de fim de vida. No entanto, é essencial a participação e envolvimento da família, que é o principal elo de ligação entre o idoso, a comunidade, e o Lar, e manter o sentimento de amor e carinho que ele tanto necessita. O idoso é também essencial na comunidade assegurando a nossa memória coletiva.

À data de hoje, o Lar da Santa Casa da Misericórdia do Sobral de Monte Agraço, alberga cerca de 100 residentes (entre a ERPI Nossa Senhora da Vida e a ERPI Lar de Grandes Dependentes) e apoia até 50 pessoas entre Centro de Dia e Apoio Domiciliário.

Já passaram 5 anos desde que assumi este projeto....

Tem sido uma tarefa árdua e complexa!

Tem sido uma aprendizagem contínua!

Tem sido muito enriquecedor!

Tem sido uma aventura!!!

**E, NÃO ESQUEÇAMOS NUNCA:
TAMBÉM NÓS, SEREMOS, UM
DIA, IDOSOS!!!**



Dr.ª Maria Manuel Azinhaga Remo de Noronha
Licenciada desde 1994 em Medicina pela
Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa
Exerce Funções 2 vezes por semana na SCM-SMA

HISTÓRIA DE VIDA JOSÉ FRAGOSO

A família Fragoso é bastante antiga e sempre teve uma presença muito marcante no Sobral. O José Fragoso, residente no Lar Nossa Senhora da Vida, é o último dos irmãos Fragoso e só muito recentemente deixou de fazer parte do grupo de sobralenses que diariamente circula pelas ruas da vila.

Nascido em Sobral de Monte Agraço, é conhecida a sua carreira profissional como Técnico Oficial de Contas, quer no Grémio da Lavoura, quer na Adega Cooperativa de Sobral de Monte Agraço, desde a sua fundação, em 1961 até 1992 (cerca de 30 anos). É um entendido em 'escritas', como todos os sobralenses o reconhecem.

Pelo facto de estar viúvo há 16 anos, portanto sozinho, e a sua mobilidade ser limitada, foi admitido na Santa Casa em maio de 2022 após entrevista realizada pela Dr.ª Susana Martins na sua própria casa. Refere o carinho e amizade com que as diretoras técnicas da Santa Casa acolheram e integraram.

A perda da sua esposa Judite, primeiro, e do filho, mais recentemente, deixaram-no mais debilitado mas nunca se deixou vergar ao peso dos desgostos. Sabemos que tem uma neta, de quem gosta muito, uma nora e sobrinhos que moram na vila de Sobral de Monte Agraço.

Não dispensa os seus telefonemas diários e o telejornal, a que assiste todos os dias, antes de se deitar. Todas as manhãs passa revista aos seus trabalhos e assuntos pessoais. Adora música, especialmente os fados de Amália que 'lhe entram no coração' e fazem emocionar.

Devido à sua fraca mobilidade agora, desloca-se à vila de táxi para tratar das "suas coisas". Portanto, aos 91 anos "adotou" um taxista que o leva a almoçar fora, ao banco, aos CTT e que se tornou um companheiro e amigo.

Era e é um gosto falar com o Sr. Fragoso porque, apesar da sua idade, mantém uma inteligência muito viva e um raciocínio fantástico, que sempre o caracterizaram. Conserva também um sentido de humor notável e gosta de dar a conhecer histórias da sua vida.

Conheceu a Santa Casa da Misericórdia ainda com o Provedor D. António Braamcamp Sobral e reconhece que, desde essa altura até aos dias de hoje, a transformação foi total. A Misericórdia deixou de ser hospital, no centro da vila, e passou a ser lar, sendo também construído de raiz o edifício do Lar Nossa Senhora da Vida, no qual reside atualmente.

Está grato pelos bons cuidados e pelo atendimento pessoal, para além das boas instalações que lhe permitem viver dias tranquilos, com a assistência de que necessita, e manter as deslocações à vila, que tanto valoriza.



José Leandro da Costa Fragoso
91 anos, nascido em Sobral de Monte Agraço
Residente de ERPI - Lar Nª Srª da Vida

JANTAR SOLIDÁRIO



O jantar solidário, dia 24 de março foi um sucesso! Reuniu cerca de 90 pessoas e arrecadou quase 1.500€.

Foi a primeira ação deste ano no âmbito da campanha “Mealheiro Solidário “ e contamos com a presença da Câmara Municipal, várias Instituições e Empresas do concelho do Sobral (e não só), assim como Irmãos, Voluntários e a nossa congénere Santa Casa da Misericórdia de Torres Vedras. Foi palestrante o Dr. Manuel de Lemos, Presidente da União das Misericórdias Portuguesas, que nas suas palavras contextualizou historicamente a ação das Santas Casas e nos esclareceu sobre os desafios atuais e futuros.

MUITO OBRIGADO A TODOS!



Empresas Presentes:

Storemática, Inovacril, OCT (Ótica Central Torriense), Farmácia Moderna, José Luís Gomes (Concessionário da Praça de Touros), Eurorações, Transportes de Valdevez, Caixa de Crédito Agrícola Mútuo SMA, Banco Montepio, Banco Millenniumbcp.

Patrocínios (Géneros):

Adega Mor, Recheio, Hartmann, J Biencard Cruz e Padarias Reunidas Monte Agraco

ATIVIDADES REGULARES

EXERCÍCIOS FÍSICOS E CAMINHADA



JOGOS



TRABALHOS MANUAIS



FESTA DA PRIMAVERA

NO DIA 27 DE MAIO, SÁBADO, REALIZOU-SE A FESTA DA PRIMAVERA NA ÁREA ENVOLVENTE DO LAR DE GRANDES DEPENDENTES

Foi um dia muito divertido, com animação, petiscos, porco no espeto, rifas e muito convívio entre todos. Neste dia passaram pela nossa Festa cerca de 170 pessoas, entre Residentes, Funcionários, Familiares, Irmãos, Voluntários e Comunidade. Queremos agradecer à Câmara Municipal de SMA pela cedência de cadeiras, mesas e bancas, à proteção Civil pela cedência da tenda para “abrigar” os nossos Residentes, ao irmão Fernando Correia (Caixinhas) pela colaboração no transporte de material para a Festa e também ao Café Pé de Galo, Fábrica das Carnes e Adega de Dois Portos pelas doações em géneros.

Agradecemos a todos os que tornaram esta Festa da Primavera um dia tão especial e bonito e que contribuíram para a angariação de quase 1100€ para o nosso Mealheiro Solidário.



FISIOTERAPIA

Realização de sessões individuais de Fisioterapia: terapia pelo exercício com inclusão de exercícios de dupla tarefa (motora-motora e motora-cognitiva) objetivando-se a melhoria da função executiva dos residentes.



SESSÃO MUSICAL

No dia 23 de junho, sexta feira, recebemos a visita do Professor de Música, Alberto Rocha. O seu projeto consiste em animar a população mais idosa, em regime de voluntariado, com cantares antigos e acompanhado pela sua viola campaniça. Foi uma tarde muito animada e divertida. Muito Obrigado, Professor Alberto Rocha!



PASSEIOS AO EXTERIOR E IDAS À PRAIA

Com o início da Primavera e do Verão voltámos aos nossos passeios e idas à Praia, atividades muito apreciadas pelos nossos Residentes.

Ida ao Moinho do Céu, Arruda dos Vinhos, Nossa Senhora da Ajuda, Senhora dos Milagres, Vala do Carregado foram alguns dos Passeios realizados.

Lagoa de Óbidos, Ericeira, Santa Cruz e Foz do Lizandro foram algumas das Praias que visitámos.



1ª JORNADAS DA SAÚDE - VENDA DO PINHEIRO

A Equipa Multidisciplinar da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço, no dia 14 de junho de 2023, esteve em formação, assistindo às Primeiras Jornadas da Saúde da Casa de Repouso São José de Maria e Novo Lar na Venda do Pinheiro.

Foram também palestrantes o nosso Enfermeiro Nuno Conceição e Nutricionista Adriana Picão.

Foi um dia muito importante pela partilha de ideias entre diversos técnicos.



VIATURA ELÉTRICA

Foi apresentada, em outubro de 2021, candidatura a uma viatura elétrica para serviço na resposta social Apoio Domiciliário no âmbito da medida governamental “Mobilidade Verde Social (PRR)”.

No dia 01/04/2022, a Santa Casa da Misericórdia foi notificada pela Entidade Gestora do PRR da aprovação da candidatura, com a consequente dotação financeira de 25.000€.

A 14/12/2022, o Município de Sobral de Monte Agraço atribuiu um subsídio de 2.500€ para aquisição desta viatura elétrica.

A 07/03/2023, entrou ao serviço a nova viatura elétrica Peugeot E Partner Premium (longa) Bateria de 50Kwh. A mesma importou no custo de 38.536€.

Os mais de 30.000 km percorridos anualmente ao serviço do Apoio Domiciliário serão mais económicos, menos poluentes e menos ruidosos.



NOVO LETTERING

A nossa frota é também a nossa “cara”. No âmbito da renovação em curso da nossa imagem, apresentamos o novo lettering.



CARTA DE AGRADECIMENTO DE FAMILIAR OS MEUS QUERIDOS PAIS



Os meus pais Sr. Armando Purificação Francisco de 86 anos e D. Maria Celeste Lopes dos Santos Francisco de 84 são residentes da Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço da ERPI Lar de Grandes Dependentes deste 2023. O meu pai desde 14 de fevereiro e minha mãe desde 04 maio.

Ambos foram muito trabalhadores, trabalharam uma vida no campo, na agricultura e tinham muitos animais. O meu pai é natural da Sapataria e a minha mãe de Terrual freguesia da Enxara do Bispo. Conheci os serviços da Santa Casa há muitos anos, através do Apoio Domiciliário que prestavam a uma vizinha da minha terra Moita Sapataria que recebia os serviços e estava muito satisfeita. A saúde dos meus pais foi ficando mais debilitada e era eu que prestava os cuidados aos meus pais, tendo deixado de trabalhar para lhes prestar apoio.

Procurei ajuda junto da Dr^a Susana Martins para o Apoio Domiciliário para a minha mãe, teve os serviços de Higiene Pessoal e Habitacional 1 x por semana desde 28 de setembro 2022 até ser integrada em no LGD. O meu pai Sr. Armando teve um AVC em agosto 2022 e esteve hospitalizado em Loures cerca de dois meses, quando teve alta foi para a Clínica da Soerad para recuperação onde teve cerca de 5 meses e meio, depois contactei a Dra. Susana para saber da possibilidade de integração do meu pai em Lar, foi integrado no LGD em fevereiro 2023.

Em dezembro 2022 a minha mãe esteve acamada cerca de 3 meses porque teve uma pneumonia e infeção urinária, durante este tempo a minha mãe usufruiu sempre dos serviços de Apoio Domiciliário da SCM-SMA. Procurei novamente a Dra. Susana para desta vez ser a minha mãe integrada em Lar, junto do meu pai, pois só o Apoio Domiciliário já não era suficiente. Foi integrada no Lar de Grandes Dependentes em maio 2023. Estou muito satisfeita com os serviços, têm muito cuidado com os meus pais, carinho, dedicação, atenção e são muito prestáveis desde as Cuidadoras, Dra. Susana, Enfermeiros, Animadoras, Receção e restante equipa. Também estava muito satisfeita com a equipa do Apoio Domiciliário foram sempre muito cuidadosas, meigas e prestáveis com a minha mãe.

Recomendaria e recomendo a várias pessoas para procurarem a Santa Casa Misericórdia de Sobral de Monte Agraço, que têm sempre soluções para nos ajudar quando é necessário e precisamos de Apoio.

Como filha quero agradecer a todos que no dia a dia cuidam dos meus pais, sou filha única e o apoio e integração dos meus pais na SCM-SMA foi e é muito importante para mim. Sou uma filha muito presente e vejo como são bem cuidados e tratados os meus pais e isso dá-me conforto e algum descanso.

Um agradecimento muito especial à Dr^a Susana Martins, que foi e é um grande apoio para mim, transmite-me confiança e tranquilidade.

A filha: Maria Benilde dos Santos Francisco Ramos



DESTA VEZ COM...

Desta vez apresentamos a **Diretora Técnica Beatriz Cunha Francisco**, que trabalha na Santa Casa da Misericórdia há cerca de 4 anos.

Beatriz Francisco, há quantos anos trabalha na Santa Casa da Misericórdia?

Iniciei as minhas funções na Santa Casa a 10 de Abril de 2019, através de um Estágio Profissional Ativar.PT, há cerca de 4 anos.

Como é que veio trabalhar para a Santa Casa da Misericórdia? E qual foi a sua primeira função?

Em Fevereiro de 2019, após terminar a Licenciatura em Serviço Social, iniciei uma procura ativa de emprego. Existindo no momento, oportunidade de realizar um Estágio Profissional de Serviço Social na Santa Casa da Misericórdia de Sobral de Monte Agraço, candidatei-me e fui chamada a entrevista, tendo sido selecionada para a realização do mesmo, iniciando funções a 10 de Abril de 2019.

Com o aproximar do término do Estágio, recebi uma proposta de emprego para continuar a ser parte integrante da equipa, a qual aceitei, iniciando funções de Técnica Superior de Serviço Social a 02 de Fevereiro de 2020.

Como é que recorda os tempos iniciais da Santa Casa?

O meu primeiro contacto com o mercado de trabalho foi na Santa Casa, sendo que os tempos iniciais enquanto estagiária foram tempos de adaptação e aprendizagem, uma oportunidade para compreender a realidade laboral, a realidade destas Instituições e como a teoria difere, incontestavelmente, da prática. Contudo, quando recordo os tempos iniciais, recordo maioritariamente o ano de 2020, ano em que assumi funções enquanto profissional do quadro Institucional, onde me foi possível ir construindo, gradualmente, não só a minha autonomia, assim como desenhando os meus métodos de trabalho e atuação.

O que mais a marcou durante este tempo?

Em 2020, após um mês de atividade profissional, deu-se o início da pandemia Covid-19, que acabou por se tornar um desafio bastante intenso, quer a nível de aquisição de conhecimentos e

aprendizagens, quer a nível de desenvolvimento pessoal, tendo vivenciado situações completamente atípicas. Fora do âmbito pandémico, o que mais me marca e certamente continuará a marcar no meu dia-a-dia laboral é o processo de admissão dos nossos residentes, uma vez que a necessidade de deixarem as suas casas para serem integrados em ERPI, por não conseguirem assegurar as suas necessidades de forma autónoma, torna-se sempre um momento de fragilidade, quer para os idosos, quer para os seus familiares, sendo certamente um passo que não estaria nos planos da maioria dos mesmos.

Este processo, marca-me ainda mais por sentir que, apesar da fragilidade sentida pelos idosos e suas famílias, estes têm para connosco um grande sentimento de gratidão e reconhecimento e são esses sentimentos que nos devem deixar orgulhosos do trabalho que fazemos diariamente.



Há algum episódio marcante que queira recordar?

De entre os diversos episódios marcantes que vivenciei durante estes 4 anos, talvez o mais impactante, tenha sido a minha primeira admissão em ERPI.

Esta admissão deu-se em plena pandemia, sendo um caso de uma idosa sem qualquer tipo de apoio familiar, estando naquele momento, a vivenciar uma situação de grande fragilidade de saúde e social. Sendo que até ali, tinha apenas assistido a processos de admissão com apoio familiar, foi um grande desafio encontrar soluções para as diversas situações que aquela idosa enfrentava, tendo sido a minha primeira admissão realizada autonomamente.

Como vê os próximos tempos da Santa Casa?

Tempos desafiantes, de crescimento e de muito trabalho, tendo sempre em vista a melhoria contínua dos serviços prestados.

Que conselho daria a alguém que chegue à Santa Casa da Misericórdia?

Trabalhar com pessoas é sempre desafiante, contudo nestas casas não trabalhamos apenas com estas, trabalhamos sim para a pessoa, trabalhamos para satisfazer as suas necessidades, desde as fisiológicas, às de segurança e às sociais, sendo por vezes uma tarefa árdua. Deste modo, o conselho que posso dar a quem chegue à Santa Casa da Misericórdia é que abrace a sua atividade profissional, seja ela qual for, com espírito de missão e especialmente com empatia, ou seja, com a capacidade de se colocar no lugar do outro, de compreender o outro no momento, os seus sentimentos, ideias e ações, seja o outro um residente, um familiar, um colaborador ou uma chefia.



MARQUE JÁ NA SUA AGENDA!

3ª Jornadas da Saúde

25 de outubro de 2023

Cine-Teatro de Sobral de Monte Agraço



NOTÍCIAS da Misericórdia



Santa Casa da Misericórdia | Sobral de Monte Agraço

Propriedade, edição e redação
Santa Casa da Misericórdia
de Sobral de Monte Agraço
E.N. 248 - Alto dos Fetais
2590-095 Sobral de Monte Agraço

Tel.: 261 941 603
Email: geral@misericordiasobral.pt

Visite-nos no Facebook e Página Web

Tiragem: 200 exemplares | Distribuição: Gratuita

