

## **1.ª Reunião do Grupo de Trabalho da Prescrição Social, Ambiental e Cultural (PSAC)**

A 1.ª Reunião do Grupo de Trabalho da Prescrição Social, Ambiental e Cultural (PSAC) realizou-se no dia 11 de fevereiro, na Sede da CCDR LVT, em formato híbrido. Estiveram presentes 17 entidades signatárias do Memorando de Entendimento da PSAC.

Os Municípios de Alcanena, Lourinhã e Arruda dos Vinhos participaram online, por impossibilidade de deslocação, devido às situações de calamidade ocorridas nos respetivos territórios.

A sessão contou com a presença da Vice-Presidente, Rita Barradas, que destacou a importância estratégica da Prescrição Social, Ambiental e Cultural na Região de Lisboa e Vale do Tejo.

Conforme referido durante a reunião, o projeto da Prescrição Social, Ambiental e Cultural foi o primeiro a ser alavancado pela Rede dos ODS na RLVT, pretendendo-se que esta Rede venha igualmente a acolher e a dar continuidade a outros projetos que promovam o desenvolvimento e o aprofundamento do conhecimento dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) na região.

Posteriormente, a Equipa da UPDR/DEIC, representada por Ana Cláudia Ribeiro e Raquel Trindade, deu continuidade aos trabalhos, tendo apresentado uma breve infografia sobre o tema. Foi evidenciado que 40 entidades da Rede dos ODS na RLVT já manifestaram interesse em subscrever o Memorando de Entendimento, das quais 27 formalizaram a sua adesão.

Foi igualmente salientado que este Grupo de Trabalho resulta da vontade convergente de diversas entidades, com tipologias distintas, em trabalhar de forma articulada esta temática.

A Diretora da UPDR, Ana Cláudia Ribeiro, destacou ainda que a CCDR LVT assume neste processo um papel de enquadramento estratégico e de coordenação macro, não colidindo, em momento algum, com a operacionalização da Prescrição Social que está a ser desenvolvida no território pela Academia, em articulação com os diferentes atores locais.

Trata-se de processos distintos, situados em diferentes níveis de governação, que convergem para a afirmação da Prescrição Social, nas suas diversas vertentes, no território da RLVT, assegurando contributos diferenciados e complementares por parte de cada interveniente.

Foi ainda referido que a CCDR LVT se encontra numa fase de mudança e reconfiguração, com a nomeação de um novo Conselho Diretivo e com a integração de novas competências nos domínios da educação e da saúde, o que implica responsabilidades acrescidas e novos desafios. O objetivo da DEIC, nestas matérias, é trabalhar com todos e para todos, numa lógica de Grupo de Trabalho, promovendo a partilha de práticas desenvolvidas pelos parceiros na RLVT, suscetíveis de serem trabalhadas e replicadas noutros territórios.

Para tal, considera-se necessário centrar o foco em áreas de intervenção mais específicas, designadamente: capacitação, divulgação, mapeamento de iniciativas e definição da metodologia a aplicar no âmbito deste Grupo de Trabalho.

Em seguida, passou-se a outro ponto da agenda, tendo sido convidadas as entidades presentes a apresentar projetos e iniciativas que estão a desenvolver nesta temática, numa lógica de partilha de sinergias, boas práticas e potenciação de recursos.

• **Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde** – Cristina Vaz de Almeida, Presidente da Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde (SPLS), começou por agradecer ao Dr. Cristiano Figueiredo por ter sido o primeiro a implementar, em Portugal, a Prescrição Social, nomeadamente ao conseguir passar da teoria à ação. A SPLS tem atualmente em desenvolvimento, a nível nacional, vários projetos nesta área, tendo sido destacados três projetos.

- 1) Do Passo ao Abraço: Como se pode demonstrar que a atividade física é importante e benéfica para as pessoas com cancro

**A Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde (SPLS) é parceira e coordenadora do projeto “Do Passo ao Abraço – um Programa de Política Pública para a Atividade Física, Literacia em Saúde e Conexão Social para a longevidade saudável de pessoas idosas com cancro.**

O mentor deste projeto foi o Médico Oncologista Dr. Vasco Fonseca.

Fazem parte do Programa, a Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, a Junta de Freguesia da Ajuda, o Hospital S. Francisco Xavier, a Escola Nacional de Saúde Pública, as Unidades de Saúde da Ajuda, a SIOG, a Direção Geral da Saúde, Associação Unidas para Vencer, a MOG — Movimento Cancro do Ovário e outros cancros Ginecológicos, a Hope Care e outros.

Este é um programa integrado entre social, saúde, educação e cultura para o desenvolvimento da atividade física da pessoa idosa, acima dos 65 anos, com cancro ou que já teve cancro.

O programa teve início a 4 de janeiro de 2024, e retende revolucionar a forma como as pessoas idosas com cancro percebem a importância da atividade física e a monitorização da sua saúde.

Dia 21 de maio de 2024 foi assinado um Protocolo com o Plano Nacional de Envelhecimento Ativo e Saudável com vista ao desenvolvimento de estratégias e intervenções de inovação social, integração da saúde e do social de forma harmoniosa, com forte sustentabilidade na atividade física para fundamentar e fortalecer as políticas públicas na área da literacia em saúde, promoção da saúde, prevenção da doença e mudança comportamental da pessoa idosa com cancro e com doença crónica.

A avaliação dos resultados do projeto é efetuada através de um dispositivo de monitorização individual, disponibilizado a cada participante, permitindo o acompanhamento contínuo dos indicadores definidos (ritmo cardíaco, sono, respiração, humor, etc).

O projeto abrangeu 50 participantes e os resultados alcançados até ao momento são muito positivos, destacando-se o reforço da conexão social, a melhoria do bem-estar e a dignificação do indivíduo.

2) Programa Acolher (Saúde/Migrantes): Lançado pela SPLS, este projeto oferece avaliação clínica, promoção de competências de saúde e rastreios a populações vulneráveis, garantindo respeito pela diversidade cultural e histórias de vida. Visa a integração de refugiados e requerentes de asilo, com apoio da AIMA (Agência para a Integração, Migrações e Asilo), ACNUR (Agência da ONU para Refugiados) e a OIM (Organização Internacional para as Migrações)

3) Leitura em voz alta para crianças — Projeto que reconhece e valoriza a importância desta prática na promoção da literacia em saúde junto das crianças.

- **Cooperativa SEIES** -Isabel Rebelo, cofundadora

A SEIES desenvolve, desde 2007, um modelo de voluntariado propositivo, incentivando e acolhendo iniciativas apresentadas pelos próprios cidadãos. Este modelo dirige-se, maioritariamente, a pessoas em situação de desemprego ou vulnerabilidade social.

Nestes casos, a SEIES procura identificar, através do seu Centro de Cidadania Ativa, uma atividade adequada e de integração imediata, promovendo o envolvimento dos participantes em projetos que reforcem o seu bem-estar, autoestima e dignidade, contribuindo simultaneamente para a sua capacitação e inclusão social.

Importa salientar que muitas destas pessoas foram envelhecendo com a SEIES, sendo gratificante constatar que a maioria conseguiu concretizar os seus objetivos pessoais, melhorar o seu bem-estar e reforçar a sua qualidade de vida.

Foi também referido que a SEIES está a desenvolver um projeto inovador, que pretende alargar a três territórios, em parceria com a Câmara Municipal de Palmela, a ULS da Arrábida e a ENSP. O desenvolvimento destes projetos a partir da base, no próprio território, permite um funcionamento mais eficiente e adequado às necessidades locais.

Outras entidades presentes também apresentaram projetos e iniciativas que estão a desenvolver no âmbito desta temática, numa lógica de partilha de sinergias e potenciação de recursos. Foi uma manhã profícua, com a tónica na co-construção e no trabalho articulado entre os diversos parceiros.

- **Ecomood- António Gonçalves Pereira**, Vice-Presidente

Projeto Pedalar sem idade" com os cabelos ao vento

O projeto "**Cabelos ao Vento**" dispõe de passeios de curta duração numa bicicleta elétrica adaptada a uma cadeira de rodas, em diferentes zonas planas, ribeirinhas, ciclovias e jardins — pensada para pessoas com mobilidade reduzida. O objetivo é proporcionar momentos de bem-estar, contacto com a natureza e inclusão.

- **APEE (Associação de Ética Empresarial)** -Mário Parra da Silva, Presidente

Os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) enfrentam desafios consideráveis e não estão isentos de oposição. Um exemplo é o ODS 3, que, aquando da sua adaptação ao contexto português, perdeu a referência explícita ao "bem-estar".

O setor da saúde é extremamente dinâmico, o que é muito importante. No entanto, os orçamentos disponíveis não são ilimitados, e é por isso que a Prescrição Social assume um papel complementar, contribuindo para o bem-estar das pessoas e reforçando a eficiência das ações de saúde. Trata-se de uma abordagem complementar e não concorrente em relação ao setor da saúde.

O Global Wellness Institute (GWI) é a principal autoridade mundial em pesquisa sobre a economia do bem-estar, definindo o bem-estar no trabalho como uma busca ativa por atividades, escolhas e estilos de vida que levam a um estado de saúde holística. O GWI destaca o "Workplace Wellness" (Bem-Estar no Trabalho) como uma das maiores tendências, com o mercado de bem-estar corporativo a atingir níveis altos, focando na saúde mental e física. No contexto português, o conceito de "norma de bem-estar e felicidade organizacional" é consolidado pela **Norma NP 4590:2023**, lançada pelo Instituto Português da Qualidade (IPQ), que define um sistema de gestão para promover a felicidade e o bem-estar nas empresas.

Nota: O INE já apresenta desde 2024 o índice de Bem Estar.

O Objetivo é fazer de Portugal, um país do Bem-Estar, e nesse sentido já estão a ser desenvolvidos Planos Municipais do Bem-Estar.

- **USF da Baixa do ACES Lisboa Central**- Cristiano Figueiredo, médico de família e orientador do internato de Medicina Geral e Familiar, cofundador e coordenador do primeiro projeto de Prescrição Social em Portugal

Cristiano Figueiredo referiu que, na sua perspetiva, o papel da CCDR LVT está relacionado com o financiamento, nomeadamente na forma de identificar e disponibilizar recursos para apoiar estas iniciativas.

Foi igualmente apresentado um protótipo/Demo de Plataforma Digital de Prescrição Social, desenvolvido pela sua equipa, cuja implementação depende de financiamento, sendo solicitado o apoio da CCDR LVT para viabilizar o projeto.

No final da reunião, a UPDR solicitou aos participantes que enviassem informações sobre as suas entidades, especialmente no que diz respeito a esta temática, incluindo a comunicação de eventos ou outras atividades que queiram divulgar. Foi ainda pedido que refletissem sobre a metodologia a adotar neste Grupo de Trabalho.

Foi uma manhã proficiente, marcada pela co-construção e pelo trabalho articulado entre os diversos parceiros.

As palavras-chave que emergiram desta reunião foram: "**Bem-Estar, Colaboração, Financiamento, Futuro, Parcerias, Expetante**".

16 de Fevereiro

A Técnica

*Lara Marques*