Infoiasfa

OUT/NOV/DEZ 2022 - Nº 55

Linha de Informação ao Beneficiário

Ideias que importam

Secretário de Estado da Defesa Nacional escreve sobre o IASFA

ICC e Oeiras 2022

Campos de férias foram um sucesso entre os jovens beneficiários

InfoIASFA

OUT/NOV/DEZ 2022 | Nº 55

Ficha Técnica

Diretor
TGEN Fernando Serafino

Diretora-Adjunta
Paula Costa

Editor
Mónica Oliveira

Redação
Direções de Serviço,
Centros de Apoio Social e GACD

Conceção Gráfica e Paginação
GACD

Fotografia
Bruno Pires,
Adobe Stock e Envato Elements

Propriedade
IASFA, I.P.
Rua Pedro Nunes, nº 8
1069-023 Lisboa
☎ 213194600 / Fax 213572276
✉ infoiasfa@iasfa.pt

NIPC: 500746427

Sede do Editor/Sede da redação:
Rua Pedro Nunes, nº 8
1069-023 Lisboa
☎ 213194600 / Fax 213572276

Periodicidade
Trimestral

Registo ERC nº 127764

Distribuição
Gratuita

Linha Editorial
www.iasfa.pt/publicacoes/

EDITORIAL

A Linha de Informação ao Beneficiário foi criada para dar resposta aos pedidos de informação dos beneficiários, com celeridade e eficiência. Encontra-se a funcionar desde março deste ano e nesta edição da InfoIASFA damos a conhecer este importante serviço e os projetos futuros no âmbito do mesmo.

Os últimos três meses foram de intensa atividade para o IASFA. As comemorações do Dia do IASFA realizadas no Centro de Apoio Social (CAS) de Runa contaram com a presença de Sua Excelência a Ministra da Defesa Nacional e de Sua Excelência o Secretário de Estado da Defesa Nacional, que tiveram oportunidade de visitar as instalações e conhecer melhor o trabalho realizado neste Centro, onde se localiza uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) e que é a origem do próprio Instituto.

Ainda no CAS de Runa, o projeto de investigação em curso sobre as obras de arte do seu Museu deu mais um passo marcante com a análise de pinturas através de modernos equipamentos, conforme noticiamos nas páginas desta edição.

No âmbito do apoio à infância e juventude, o IASFA realizou um campo de férias nacional para os filhos dos beneficiários entre os 6 e os 14 anos, que tiveram oportunidade de realizar diversas atividades lúdicas, no Centro de Apoio Social de Oeiras e em áreas envolventes. O IASFA participou também com um grupo de jovens dos 15 aos 17 anos no International CLIMS Camp, que este ano decorreu na Áustria e juntou mais de 200 jovens de diversos países europeus, numa experiência que os jovens portugueses consideraram inesquecível.

As obras de conservação e reabilitação do património prosseguem a bom ritmo, com destaque para a remodelação de espaços do Berçário e da Creche do Centro de Apoio Social do Alfeite, intervenções em vários imóveis de habitação e múltiplas intervenções de manutenção e reparação de elevadores. O concurso para atribuição das residências assistidas encontra-se em fase de atribuição das frações aos concorrentes.

Nesta edição, damos também a conhecer o importante trabalho realizado pela Unidade de Psicologia do Centro de Apoio Social de Oeiras, através de um artigo da equipa de psicólogos do CAS, onde se procura também desmistificar e combater o estigma em torno dos problemas de saúde mental e se destacam alguns conselhos para prevenir e tratar problemas.

E porque o apoio aos beneficiários não é possível sem recursos humanos, e muitas vezes são as pessoas que prestam o serviço que fazem a diferença, em particular nas ERPI, publicamos também o testemunho de um auxiliar de ação direta do CAS de Oeiras, que iniciou funções durante a pandemia.

Na rubrica "Naquele tempo..." evocamos a história do atual Centro de Apoio Social do Porto, onde atualmente estão instaladas uma Estrutura Residencial para Pessoas Idosas e uma Residência Universitária, além de uma messe para alojamento temporário.

Publicamos a segunda parte do artigo sobre a Assistência na Doença aos Militares das Forças Armadas (ADM), com informações e esclarecimentos sobre vários aspetos do subsistema de saúde. Na próxima edição, publicaremos a terceira e última parte do artigo.

E porque a ADM é da maior importância para todos os nossos beneficiários e é um subsistema de saúde que aplica as regras e tabelas do subsistema público de saúde de Assistência na Doença aos Servidores do Estado (ADSE), como decorre da lei, nesta edição publicamos ainda uma entrevista com a Senhora Presidente do Conselho Diretivo da ADSE, onde são abordados temas sobre as regras e tabelas do subsistema, as perspetivas para o futuro, bem como sobre a relação entre a ADSE e os outros subsistemas públicos de saúde, em particular a ADM.

Na rubrica "Ideias que importam", temos a honra de publicar um artigo de Sua Excelência o Senhor Secretário de Estado da Defesa Nacional, Professor Doutor Marco Capitão Ferreira, sobre a missão do IASFA e a visão para o futuro.

Fernando C. Serafino
TGen

Tenente-General Fernando de Campos Serafino
Presidente do Conselho Diretivo

ÍNDICE

Obras 4

Opinião
Ideias que importam 5

Entrevista
Presidente da ADSE 6

ADM: Conheça melhor o seu Subsistema Público de Saúde 8

Dia do IASFA 12

LIB - Linha de Informação ao Beneficiário 14

Auxiliar de Ação Médica
Uma profissão de amor 16

Projeto PRINCESA 18

ICC 2022 - Áustria 19

Campo de Férias - Oeiras 2022 20

Naquele tempo...
CAS Porto - Do passado à atualidade 22

Saúde Mental 24

Breves 26

Recuperação de património prossegue a bom ritmo

Nos segundo e terceiro trimestres do corrente ano o IASFA realizou diversas obras de conservação e reabilitação do seu património edificado, dando continuidade ao investimento que tem vindo a ser realizado na melhoria do património habitacional e dos Centros de Apoio Social.

Assim, no Centro de Apoio Social do Alfeite foi executada a remodelação do fraldário do Berçário e da lavandaria da Creche, dotando estes espaços das melhores condições para a prestação de um serviço de qualidade às crianças.

Nos imóveis de habitação, destacam-se as obras de conservação e reabilitação realizadas em espaços comuns de vários prédios na cidade de Lisboa.

No Bairro Social do Alfeite, há a registar a recuperação das instalações elétricas de seis prédios.

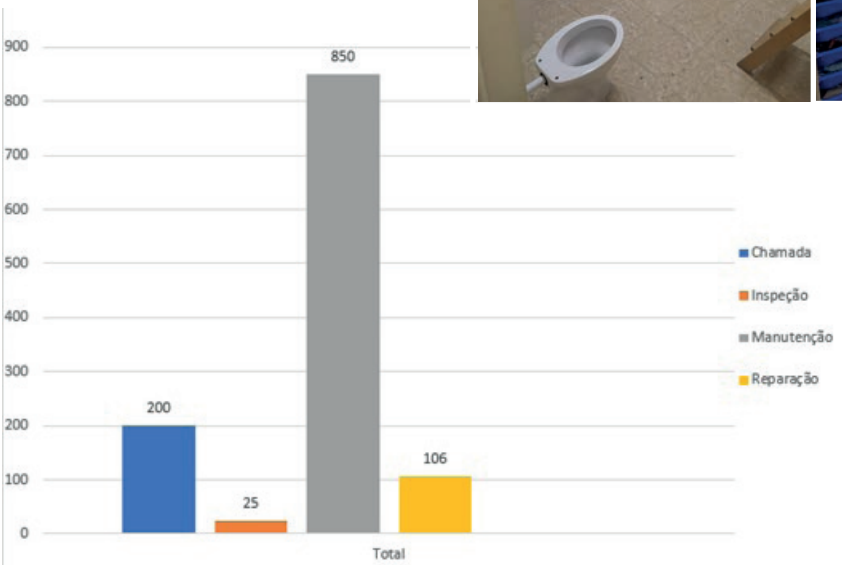
Foram ainda executadas pequenas reparações em diversos outros prédios, um pouco por todo o país.

Na manutenção de elevadores, desde o início do ano foram executadas diversas reparações e inspeções, para além das operações de manutenção mensais.

Antes **Depois**

CAS Alfeite

Gráfico das intervenções (1º, 2º e 3º trimestres) da Empresa de Manutenção de Elevadores no ano 2022:



Legenda:

Chamada - Chamadas respeitantes a anomalias nos equipamentos.

Inspeção - Inspeções efetuadas nos termos legais pela firma ou entidades inspetoras

Manutenção - Operações de manutenção/verificação dos equipamentos mensais (98 equipamentos) ao abrigo do contrato vigente

Reparação - intervenções de reparação/substituição pela Empresa com origem nas visitas de Manutenção.

Ideias que importam

Prof. Dr. Marco Capitão Ferreira
Secretário de Estado da Defesa Nacional

O IASFA desempenha uma missão de grande valia social no apoio aos homens e mulheres das Forças Armadas e da Família Militar, sendo um dos rostos do reconhecimento da especificidade da condição militar.
Sob a sua Insígnia: "Ali tereis socorro e forte esteio", é dever do IASFA trabalhar para melhorar o dia a dia das mulheres e homens que serviram e servem Portugal com orgulho e abnegação e respetivas famílias.
Uma dimensão central deste apoio, passa pela disponibilidade e qualidade da habitação aos seus beneficiários. Assim, na senda do percurso iniciado na anterior legislatura, foi recentemente aprovada uma alteração legislativa que permitirá alargar a oferta de casas disponíveis. Desta forma, prevê-se a breve trecho a conclusão do terceiro concurso lançado desde 2019, bem como a abertura de um novo concurso. Será com muita satisfação que veremos estas habitações serem entregues.
Ao nível da Ação Social Complementar, o IASFA tem também um papel basilar no que respeita ao apoio à infância e no apoio a pessoas idosas, sendo de sublinhar que este ano foram celebrados oito novos protocolos, estando ainda mais de dez em negociação, por forma a ir ao encontro das necessidades de todo o leque de beneficiários.
Durante o presente ano, foram reforçados os apoios sociais, tendo sido aumentados os montantes e alargados os escalões de rendimentos abrangidos, alargada a comparticipação de apoio escolar a todos os níveis de ensino e, até ao final do ano, celebrados contratos para atribuição de nove Residências Assistidas.

«Concluído no final de 2021 o processo para pagamento da dívida da ADM aos prestadores de saúde privados, 2022 pode ser encarado como um ano de viragem, estando em avaliação o modelo de gestão deste importante sistema de assistência na doença.»

Adicionalmente, com o objetivo de facilitar a comunicação com os beneficiários e o acesso destes a toda a informação, foram já concluídos dois projetos - : o cartão ADM passou a estar disponível na aplicação id.gov.pt, para maior comodidade dos beneficiários e foi criada a Linha da Informação ao Beneficiário, por forma a facilitar o esclarecimento de dúvidas e prestar apoio em questões relacionadas com os processos em curso – e estão em desenvolvimento novas funcionalidades no Portal do Beneficiário.
O IASFA tem tido ainda a responsabilidade de gerir o subsistema de saúde de Assistência na Doença aos Militares das Forças Armadas (ADM), que inclui o apoio aos Deficientes Militares. Concluído no final de 2021 o processo para pagamento da dívida da ADM aos prestadores de saúde privados, 2022 pode ser encarado como um ano de viragem, estando em avaliação o modelo de gestão deste importante sistema de assistência na doença. Simultaneamente, tem sido possível ao IASFA reforçar a rede de prestadores convencionados, reativando ou celebrando mais 42 novos acordos, privilegiando sobretudo as regiões autónomas e as regiões mais carenciadas no interior do país, reforçando a oferta para os beneficiários e indo ao encontro das suas necessidades.

Prof. Dr. Marco Capitão Ferreira
Secretário de Estado da Defesa Nacional

«Pode o IASFA continuar a contar com a atenção e o impulso da tutela no desenvolvimento das soluções adequadas e equilibradas para o cumprimento da sua missão.»

E é este o caminho que terá que continuar a ser trilhado no novo ciclo estratégico que se segue: com foco no desenvolvimento do apoio a prestar aos seus beneficiários, numa lógica de melhoria contínua e adaptação das respostas dos serviços, sem nunca esquecer a sustentabilidade do Instituto.
Neste desafio, pode o IASFA continuar a contar com a atenção e o impulso da tutela no desenvolvimento das soluções adequadas e equilibradas para o cumprimento da sua missão.

Entrevista

Maria Manuela Faria

Presidente do Conselho Diretivo da ADSE

Maria Manuela Faria, licenciada em Direito, é Presidente do Conselho Diretivo do Instituto de Proteção e Assistência na Doença, I.P. (ADSE, I.P.), desde junho de 2020.

Tendo em conta que o subsistema de saúde ADM se rege pelas regras e tabelas da ADSE, a InfoIASFA entrevistou a Presidente do Conselho Diretivo da ADSE para dar a conhecer a sua perspetiva sobre o subsistema público de saúde (SPS).

Maria Manuela Faria
Presidente do Conselho Diretivo da ADSE

Desde que assumiu a presidência do Conselho Diretivo da ADSE, quais têm sido, até agora, os maiores desafios?

Os desafios têm sido vários: por um lado, continuar a modernização dos sistemas da ADSE, que permitem monitorizar a nossa atividade, obtendo dados cada vez mais consistentes que permitam tomadas de decisão cada vez mais informadas; outra prioridade é manter o diálogo franco e transparente com os nossos prestadores, aprofundando a relação de confiança que nos permita trabalhar com todos para encontrar soluções equilibradas que sirvam em primeiro lugar os legítimos interesses e expetativas dos nossos beneficiários e que onerem de forma justa os cuidados de saúde, sem pôr em causa a sustentabilidade futura da ADSE; outro desafio muito importante é melhorar continuamente a comunicação com os nossos beneficiários, adotando canais apelativos e eficazes, quer para responder de forma célere e consistente às questões e aos problemas que nos são colocados, quer para a promoção da saúde, tema que queremos muito aprofundar.

Qual o impacto que as novas tabelas do regime convencionado tiveram até agora?

A decisão de criar "pacotes" fechados para muitos atos médicos revelou-se uma medida acertada que serve os interesses de todos: dos beneficiários, dos prestadores e da ADSE quer pela previsão dos custos envolvidos, quer pela maior facilidade no tratamento dos próprios processos. Há ainda muito trabalho a fazer, mas é um caminho que a ADSE quer continuar a trilhar e aprofundar em diálogo com os prestadores.

Existe alguma previsão para a atualização da tabela do Regime Livre? Foi equacionada a possibilidade dos outros SPS, ainda que como observadores, participarem neste trabalho?

A atualização da tabela do Regime Livre é uma prioridade, considerando que está profundamente desatualizada (a tabela é de 2004). Iniciámos já esse trabalho, que é complexo, mas estamos determinados na sua conclusão com a brevidade possível. É imperioso encontrar soluções que permitam a articulação harmoniosa entre as duas tabelas (do regime convencionado e do regime livre) respeitando as particularidades de cada uma. Todos os contributos serão sempre bem-vindos.

«É imperioso encontrar soluções que permitam a articulação harmoniosa entre as duas tabelas (do regime convencionado e do regime livre) respeitando as particularidades de cada uma.»

Como perspetiva o futuro da ADSE em termos de sustentabilidade e que medidas estão a ser planeadas para consegui-lo?

A sustentabilidade da ADSE está sempre presente nas nossas preocupações e, consequentemente, nas decisões que são tomadas. A ADSE caracteriza-se pela sua dimensão de solidariedade intergeracional que não pode ser posta em causa. Temos a responsabilidade de corresponder às expetativas dos nossos beneficiários mais novos que esperam uma ADSE forte que responda às suas necessidades futuras. Por isso a sustentabilidade da ADSE não pode ser vista apenas a curto e médio prazo, antes é um trabalho diário, que perspetiva também o longo prazo. Trabalhamos com todas as informações ao nosso dispor para fazer previsões e perspetivar o futuro.

«A sustentabilidade da ADSE não pode ser vista apenas a curto e médio prazo, antes é um trabalho diário, que perspetiva também o longo prazo. »

Qual a importância que pode ter o MEEFI no estreitamento do relacionamento entre o IASFA e a ADSE, designadamente, no domínio dos sistemas de informação?

A ADSE sempre esteve aberta ao relacionamento próximo com o IASFA até pela sua vinculação às regras e tabelas da ADSE. Os sistemas de informação da ADSE, continuamente em desenvolvimento, servem a realidade dos seus beneficiários, diferentes dos do IASFA. Contudo, manifestámos já a nossa disponibilidade e cooperação para que o IASFA possa desenvolver um trabalho que sirva a sua realidade, apoiado na experiência dos sistemas da ADSE.

Como avalia o relacionamento entre a ADSE e os outros SPS e que margem existe para aprofundamento da cooperação e sinergias entre os vários SPS?

É um trabalho que tem que ser aprofundado e que está aquém do desejável. Sem dúvida nenhuma que todos beneficiaríamos com um relacionamento profundo e coeso para enfrentarmos os desafios que todos temos pela frente.

Como avalia a eventualidade dos outros SPS, como a ADM, poderem vir a ser integrados na ADSE?

A ADSE estará disponível para o que superiormente for determinado.

«O tema da saúde é difícil, enfrenta desafios enormes e deve estar sempre em cima da mesa o compromisso intergeracional que temos que honrar.»

Considerando que a ADM se rege pelas regras e preços da ADSE, que mensagem gostaria de deixar aos beneficiários de ambos os SPS?

Fundamentalmente, gostaria de deixar uma mensagem de confiança. O tema da saúde é difícil, enfrenta desafios enormes e deve estar sempre em cima da mesa o compromisso intergeracional que temos que honrar. Trabalhamos diariamente com o único propósito de servir todos os beneficiários pensando o futuro, e desafiamo-nos para encontrar as melhores soluções. É um trabalho que nunca está acabado, mas que terá sempre o foco de melhorar continuamente o serviço que prestamos. ▣

Conheça melhor o seu Subsistema Público de Saúde

Assistência na Doença aos Militares das Forças Armadas (ADM)

COR José Sardinha Dias
Diretor de Serviços da ADM

Na última edição da InfoIASFA, abordámos alguns temas introdutórios acerca da ADM, como os tipos de beneficiários existentes, bem como os seus direitos e deveres. Nesta edição, vamos esclarecer a diferença entre Regime Livre e Regime Convencionado.

Modalidades de assistência na doença

Regime Convencionado

Modalidade de assistência na doença que permite ao beneficiário da ADM usufruir de serviços de hospitalização, urgências, consultas, exames, tratamentos e partos, e pagar apenas os valores convencionados (correspondentes ao beneficiário) entre o IASFA e as entidades privadas prestadoras de cuidados de saúde;

De salientar que a ADM trabalha com uma rede de cerca de 650 entidades prestadoras, singulares ou coletivas, de cuidados de saúde convencionados (Rede IASFA) e o Hospital das Forças Armadas, distribuídas pelo Território Continental, Regiões Autónomas e República de Moçambique;

Esta rede é constituída por médicos e instituições privadas que lhe dão o melhor apoio e tratamento, a preços muito mais vantajosos;

O Beneficiário pode consultar no Portal do IASFA a relação das entidades convencionadas. De salientar, no entanto, que esta consulta não invalida que o beneficiário solicite toda a informação que entenda por necessária e confirme junto da entidade prestadora, se os cuidados de saúde ou atos médicos a realizar e o respetivo corpo clínico se encontram, à data, efetivamente convencionados naquela Unidade/Clínica Hospitalar;

Neste âmbito cabem informações sobre autorizações prévias a emitir, sobre preços e orçamentos, sobre a natureza e regra da convenção que abranja o pagamento ou o reembolso dos valores devidos pela execução dos atos propostos;

O beneficiário deve procurar saber com a maior aproximação possível, qual o custo total do tratamento ou intervenção a realizar, cabendo às entidades prestadoras assegurar que é transmitida essa previsão, relativamente aos atos clínicos, exames, consumíveis e fármacos cujo pagamento lhes vai ser exigível;

Releva-se, no entanto, que os valores apresentados podem ser meramente indicativos, uma vez que, o processo

de estimativas é complexo face a alguma variabilidade do contexto clínico em causa, pelo que, em termos de montantes a suportar, se aconselha o acompanhamento muito próximo da situação clínica, sobretudo quando a mesma evoluir para além do que estava inicialmente previsto;

De sublinhar que todos os acordos estabelecidos se regem pelas regras e tabelas da ADSE, em vigor, que são públicas e podem facilmente ser consultadas no site da ADSE ou do IASFA;

As denominadas "Tabela de Preços especial- ADSE, IASFA, GNR, PSP" apresentadas por alguns prestadores convencionados são tabelas com preços muito mais elevados do que os preços previstos pelas referidas tabelas da ADSE e nada têm que ver com as convenções estabelecidas;

O beneficiário não precisa de solicitar anuência da ADM para efetuar qualquer tipo de cuidado de saúde (consulta/ato médico/tratamento/etc.), cabendo esta responsabilidade à entidade prestadora, caso o ato médico a realizar exija essa necessidade.

Importante:

- As despesas de saúde correspondentes aos copagamentos (da responsabilidade do beneficiário), não são passíveis de voltarem a ser comparticipadas pela ADM;
- Alerta-se que alguns prestadores privados de cuidados de saúde, na sequência da entrada em vigor das

recentes regras e tabelas da ADSE, comuns a todos os outros SPS, reduziram o corpo clínico e excluíram da convenção determinados atos médicos, que podem implicar o pagamento da totalidade dos mesmos. Sugere-se assim que, sempre que recorrer ao Hospital/Clínica/Unidade de saúde da sua preferência confirme se o médico e os atos clínicos a realizar se encontram abrangidos pela convenção;

• Sugere-se ainda que, sempre que aceda a uma qualquer entidade prestadora de cuidados de saúde solicite ser previamente informado sobre todos os elementos necessários (sobretudo financeiros) ao seu completo e efetivo esclarecimento, para que possa tomar uma decisão, sobre o tratamento ou intervenção a realizar;

• O IASFA não tem qualquer convenção estabelecida com a rede de óticas, pelo que, qualquer tipo de despesa neste âmbito terá sempre de ser apresentada pelo regime livre.

• O que devo tomar em consideração quando necessitar do apoio de uma entidade convencionada?

• Certificar-se de que o seu cartão se encontra válido;

• Confirmar se o corpo clínico e os atos médicos de que vai necessitar se encontram convencionados;

• Solicitar o orçamento do valor que vai suportar como copagamento;

• Acompanhar o evoluir da situação clínica, se a mesma se alterar face ao que estava inicialmente previsto, sobretudo do ponto de vista financeiro;

• Se possível, no final certifique-se de que os valores cobrados correspondem aos atos médicos realizados;

Regime Livre

O Regime Livre constitui uma modalidade de assistência na doença que permite aos beneficiários aceder a cuidados de saúde fora do âmbito da Rede de Prestadores do IASFA;

No Regime Livre, se for a uma consulta ou der entrada num hospital para consulta/exames/intervenção, que não pertença à Rede de Prestadores IASFA, terá de suportar a totalidade dos encargos devendo, posteriormente, apresentar a faturação à ADM, que após processamento da mesma, procederá ao devido reembolso ao beneficiário;

Atenção, nesta modalidade, o prestador não possui qualquer relação contratual com o IASFA pelo que tem plena liberdade na fixação do preço de consultas, exames, tratamentos, etc;

Para atribuição de qualquer reembolso no âmbito do Regime Livre é indispensável a entrega, dos originais da fatura (com o respetivo comprovativo do meio de pagamento utilizado), fatura-recibo ou fatura simplificada. Para Exames e Tratamentos é ainda necessária a respetiva prescrição médica, mesmo que possa ter sido passada por clínico do SNS;

Os documentos de despesa apresentados pelo beneficiário, emitidos nos termos legais por programa certificado pela AT, devem referir e discriminar o NIF do beneficiário, os atos executados com o respetivo código estabelecido pela Ordem dos Médicos/ADSE (no caso de medicina dentária tem ainda de identificar os respetivos dentes/quadrante), data do ato/intervenção clínica, identificação do autor dos atos e número da cédula profissional da Ordem Profissional respetiva (OM ou OMD) através de vinheta ou similar, e ainda a morada das instalações e respetivo nº de licença de funcionamento;

Não se consideram válidos os documentos de despesa cujos dados se encontrem rasurados, bem como só recibos ou cópias/duplicados dos documentos de despesa;

No âmbito do regime livre não precisa de solicitar autorizações prévias para a realização de qualquer ato médico. Deve, no entanto, através da consulta da tabela da ADSE em vigor para o Regime Livre confirmar se o ato médico que vai realizar é passível ou não de ser comparticipado, e caso aplicável quais os respetivos valores máximos de comparticipação;

Para efeitos de estimativa pode consultar o valor das comparticipações e plafonds através das tabelas e regras da ADSE, em vigor, nos sites da ADSE ou do IASFA. Alerta-se, no entanto, para o facto de que, sobretudo no caso dos atos cirúrgicos, pode haver necessidade de inclusão de mais atos médicos que incrementarão os custos previstos;

Os Beneficiários que tenham seguros complementares de saúde devem comunicá-los aos ramos para serem registados nos respetivos cadastros, de modo que, sempre que forem comparticipados de despesas no âmbito do regime livre a aplicação SIADM possa gerar automaticamente uma declaração da parte da despesa não comparticipada, que posteriormente poderá ser apresentada às respetivas seguradoras;

Por outro lado, as despesas com cuidados de saúde que tenham sido anteriormente objeto de comparticipação por entidades privadas serão comparticipadas pela ADM apenas relativamente aos montantes não comparticipados por aquelas entidades. Nestes casos, o beneficiário

deve apresentar cópia dos documentos de despesa acompanhada de declaração original, emitida pela entidade que atribuiu a comparticipação, discriminando as despesas e os montantes comparticipados;
Poderá consultar o histórico e o estado dos seus reembolsos acedendo à sua área reservada no Portal do Beneficiário, em https://iasfa.defesa.gov.pt/. Antes do primeiro acesso deve proceder ao seu "registo" e aguardar a validação prévia do mesmo;
Alerta-se que o documento no estado de liquidado se encontra nos serviços financeiros do IASFA a aguardar o respetivo pagamento.

A ADM não comparticipa:

- Cuidados de saúde resultantes de acidente da responsabilidade de terceiros;
- Cuidados de saúde que tenham sido objeto de reembolso por outros subsistemas de saúde, serviços sociais ou obras sociais integradas na Administração Pública;
- Taxas moderadoras do Serviço Nacional de Saúde (SNS);
- Encargo responsabilidade do beneficiário (copagamento) na Rede Convencionada;
- Despesas resultantes de atividades ocupacionais, centros de dia, lares, cuidados continuados e Covid 19;
- Medicamentos e dispositivos médicos disponibilizados em farmácias comunitárias;
- Qualquer tipo de atos médicos praticados com fins meramente estéticos;
- Consultas e/ou tratamentos não previstos pelas regras e tabelas em vigor, nomeadamente osteopatia, homeopatia, podologia, acupunctura, etc;
- A pesquisa de RNA do vírus SARSCoV-2, análises serológicas, Kit's Covid ou tarifas de proteção ou prevenção de riscos.

Importante:

- Os documentos comprovativos da realização de despesas para efeitos de reembolso devem ser entregues nos serviços da ADM nos seis meses posteriores à realização do ato a que respeitam, num qualquer Posto de Atendimento instalado nas U/E/O, nos Centros de Apoio Social do IASFA ou enviadas por correio;
- Sugere-se que o Beneficiário guarde sempre uma cópia/digitalização dos documentos de despesa e respetiva documentação habilitante (e.g.: relatórios médicos, prescrições, declarações médicas, etc.), enviados ou entregues à ADM.

Apoio aos beneficiários abrangidos pela Portaria nº 1034/2009, de 11 de setembro

A assistência na doença aos militares e ex-militares incapacitados, de forma permanente, por acidente de trabalho ou doença profissional ocorridos ou derivados da prestação do serviço militar, independentemente do regime jurídico em que estejam inseridos, são ressarcidos pelo subsistema de Assistência na Doença aos Militares das Forças Armadas, através da respetiva entidade gestora, de todas as importâncias suportadas com cuidados de saúde, quando:

- Os atos médicos sejam prestados pelo HFAR e por entidades prestadoras de cuidados de saúde convencionadas com o IASFA;
- Correspondam a assistência medicamentosa;
- Disponibilizados em regime de exclusividade pelo Laboratório Nacional do Medicamento, digam respeito a produtos de apoio e dispositivos médicos, desde que necessários e adequados ao diagnóstico ou ao restabelecimento do estado de saúde físico ou mental e da capacidade de trabalho ou de ganho do sinistrado e à sua recuperação para a vida ativa.
- Produtos cosméticos, de higiene diária e equipamentos de proteção individual serão suportados pela ADM, apenas se, através de relatório médico da especialidade, seja devidamente justificada a sua necessidade.

Importante:

O acesso aos benefícios anteriormente referidos por parte dos ex-militares incapacitados, não é extensível ao respetivo agregado familiar.

Na próxima edição

Na edição Nº 56 da InfoIASFA, vamos abordar questões como o apoio domiciliário, o apoio a lares, entre outros. ▣

PUBLICIDADE

WIDEX ESPECIALISTAS EM AUDIÇÃO

Filomena Ferreira
Cliente Widex
desde 2022

35 anos
a **recuperar**
a música
da sua vida

35
ANOS EM PORTUGAL

Aproveite a parceria IASFA/WIDEX*

20% DESCONTO
NUM PROGRAMA DE REABILITAÇÃO AUDITIVA

5 ANOS DE PILHAS | **4 ANOS** DE SEGURO

*A oferta de serviços varia consoante o Programa de Reabilitação Auditiva adquirido.
Não acumulável com outras campanhas, acordos e protocolos em vigor.

iasfa
Instituto de Ação Social
das Forças Armadas

www.widex.pt

Dia do iasfa e do CAS Runa

O Dia do IASFA, habitualmente celebrado a 18 de junho, associou-se, este ano, ao Dia do CAS Runa, comemorado a 25 de julho.

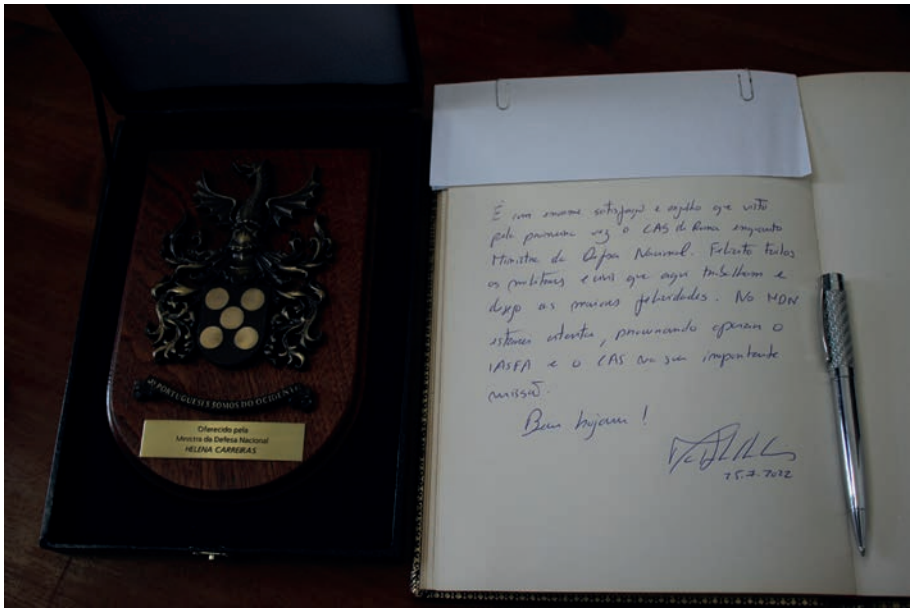
O Dia do IASFA, habitualmente celebrado a 18 de junho, associou-se, este ano, ao Dia do CAS Runa, comemorado a 25 de julho.

Após três anos sem abrir a celebração das efemérides ao exterior, o IASFA juntou estas duas comemorações numa cerimónia presidida por S. Exa. a Ministra da Defesa Nacional, Helena Carreiras, e que contou com a presença do Secretário de Estado da Defesa Nacional, Marco Capitão Ferreira, da Presidente da Câmara Municipal de Torres Vedras, Laura Rodrigues, do Conselho Diretivo do IASFA, de dirigentes de diversos organismos do universo da Defesa Nacional, vogais e antigos vogais do Conselho Consultivo, bem como de dirigentes e colaboradores, militares e civis, do Instituto e residentes do CAS Runa.

Durante a cerimónia, foram agraciados alguns dirigentes do IASFA, pelo trabalho excecional em período de pandemia, antigos membros do Conselho Consultivo, pelos prestimosos contributos enquanto vogais do Conselho, e foi entregue um medalhão a uma ex-colaboradora do CAS Runa por passagem à reforma.

A Ministra da Defesa Nacional referiu a importância do IASFA no apoio à família militar, enalteceu o trabalho realizado pelo instituto e reafirmou o seu empenho no apoio à missão do organismo.

O Presidente do Conselho Diretivo do IASFA recordou as principais realizações do instituto nos últimos anos, destacando o saneamento da dívida da ADM aos prestadores de saúde privados do regime convencionado, e referiu os desafios futuros, nomeadamente, a sustentabilidade da ADM a médio e longo prazo e as necessidades de investimento em sistemas de informação e infraestruturas. O Tenente-General Fernando Serafino aproveitou a oportunidade para anunciar o debate que o IASFA pretende encetar juntos dos *stakeholders* por forma a recolher contributos que permitam a definição da estratégia do instituto para o ciclo 2023-2025, com base no documento onde é apresentado «um conjunto de ideias, opções e princípios orientadores que devem merecer reflexão». Durante o discurso, o Presidente do Conselho Diretivo do IASFA afirmou «que esta reflexão é necessária face ao potencial que o IASFA encerra para se assumir, efetivamente, como instrumento essencial de uma política de apoio social às Forças Armadas e à Família Militar, mais robusta, inclusiva e socialmente mais justa, que fomente o bem-estar das pessoas e a confiança nas instituições a que pertencem, favorecendo, complementarmente, o recrutamento e a motivação que é indispensável à retenção nas fileiras, salvaguardando, naturalmente, a sustentabilidade do sistema».



O dia 25 de julho assinala a inauguração do Real Asilo de Inválidos Militares, hoje conhecido como Centro de Apoio Social de Runa, que é simultaneamente o dia do 276° aniversário da Princesa Maria Francisca Benedita, benfeitora que iniciou a obra que o IASFA prossegue. O Dia do IASFA é assinalado a 18 de junho, por ter sido a data de início da construção do Palácio de Runa.

No dia 22 de julho, foi realizada uma cerimónia simbólica com deposição de uma coroa de flores junto ao túmulo da Princesa Maria Francisca Benedita.▣

Linha de Informação ao Beneficiário

Em atividade desde 07 de março de 2022, a Linha de Informação ao Beneficiário (LIB) vem responder a uma necessidade conjunta, do IASFA e dos beneficiários, de criar um veículo de comunicação personalizado e diferenciador do que até então existia no Instituto.
Assente na nova identidade visual com a assinatura «Ao seu lado, hoje e sempre», a LIB concretiza um dos eixos estratégicos estabelecidos para o ciclo que agora encerra, e cujo intuito era melhorar a comunicação institucional, aproximando o IASFA dos *stakeholders* e, principalmente, dos seus beneficiários.

Marcar a diferença

Uma das faltas apontadas pelos beneficiários, através dos mais diversos meios, foi a dificuldade de estabelecer contacto com o IASFA no sentido de obter respostas às suas dúvidas, quer fosse no âmbito da Assistência na Doença aos Militares (ADM) ou no âmbito da Ação Social Complementar (ASC). Foi neste contexto que o IASFA decidiu arrancar com o projeto LIB: um centro de contactos onde fosse possível dar resposta nas duas vertentes da missão do Instituto.
O objetivo da LIB é dar resposta aos pedidos de informação dos beneficiários do IASFA, assegurando um atendimento ao público com elevados níveis de eficiência e de eficácia e um tratamento eficaz de todas as solicitações que não são passíveis de resposta no imediato, carecendo de análise técnica especializada. Atendendo a que o IASFA lida com questões sensíveis de âmbito social e do âmbito da saúde, o atendimento ao beneficiário exige análise por parte de especialistas das áreas correspondentes, que necessitam de tempo e recursos para perceber o contexto em que o beneficiário se insere. É por este motivo que a LIB não é uma linha de atendimento e, sim, de informação. Considerando a complexidade das duas áreas abrangidas, a LIB constitui-se exclusivamente como uma linha de informação generalista, cujas respostas imediatas não requeiram qualquer tipo de análise técnica.

Espaço utilizado para implementação da LIB antes da adaptação

Infraestrutura

Para que o projeto não ficasse inviabilizado pela falta de financiamento, o IASFA optou por adaptar uma sala existente e transformá-la num ambiente acolhedor e funcionalmente adequado ao desenvolvimento da atividade de *contact center*. Com os recursos existentes no Instituto, reajustamos equipamentos, formámos operadores e criámos um *software* CRM (*Customer Relationship Management)* que facilitasse a interação com os beneficiários. No espaço de dois anos, em plena pandemia, conseguimos sonhar, desenhar, desenvolver e criar aquele que é hoje o espaço dedicado à relação de proximidade que o IASFA pretende consolidar com os seus beneficiários.

A equipa LIB

Recursos

A LIB, que funciona todos os dias úteis, das 09H30 às 12H30 e das 14H00 às 16H30, é constituída, atualmente, por quatro operadores de primeira linha, que recebem as chamadas e esclarecem o interlocutor, com recurso às «Perguntas Frequentes» disponibilizadas no site do IASFA, área à qual qualquer beneficiário ou interessado pode aceder e esclarecer dúvidas, sem recurso a qualquer contacto. Sempre que a questão colocada exija algum tipo de análise mais personalizada ou de cariz confidencial, a LIB dispõe de interlocutores nas diversas áreas de atuação da ASC e da ADM que recebem os pedidos de esclarecimento da LIB e contactam o beneficiário diretamente com a resposta à sua solicitação.

Seis meses de atividade

Pode considerar-se positivo o balanço dos primeiros seis meses de atividade, considerando que um dos grandes objetivos da LIB é dar resposta imediata às questões colocadas pelos beneficiários. O primeiro semestre revelou uma taxa de cerca de 85% de FCR (*First Call Resolution*), que significa que a grande maioria dos contactos obtém o esclarecimento pretendido na primeira chamada, não carecendo de análise técnica ou especializada, contribuindo, assim, para a satisfação dos beneficiários.

LIB

214 464 999

Dias úteis

09H30 - 12H30

14H00 - 16H30

Espaço LIB

Projetos futuros

Num nível de ambição superior, ainda que com escassez de recursos, o IASFA pretende implementar, num futuro próximo, o crescimento do *contact center* para o atendimento via *e-mail*, permitindo uma interação cujo âmbito poderá passar pelo envio de informação escrita, formulários, entre outros documentos que possam facilitar e ajudar a simplificar processos entre o IASFA e os seus beneficiários. ▣

Auxiliar de Ação Médica
Uma profissão de amor

Cristiano Salem, brasileiro, 50 anos, é auxiliar de ação médica (AAM) na Unidade Funcional 2 (UF2) na Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI) do Centro de Apoio Social (CAS) de Oeiras. Abraçou a carreira na altura mais improvável (no início da pandemia por Covdi-19 em Portugal), considerando os riscos e desafios que se apresentavam, num cenário completamente desconhecido para todos. Ainda com algumas restrições nas ERPI e nas unidades de saúde, o AAM Cristiano Salem contou à InfoIASFA o que o mantém até hoje nesta profissão.

Após 19 anos no ramo da hotelaria, Cristiano vê-se a braços com o desemprego. Com dois filhos menores a cargo, resolveu agarrar todas as oportunidades de trabalho que aparecessem. Através de uma amiga, soube de uma vaga como auxiliar de ação médica no CAS Oeiras, através de uma empresa prestadora de serviços. Iniciou serviço em março de 2020, numa altura em que os recursos humanos eram escassos e havia o medo de que qualquer pessoa pudesse estar infetada. Sem experiência alguma, pensou muitas vezes em desistir. «Como não vinha da área, foi uma coisa muito desafiadora para mim. Mas, no fundo, era como se eu visse ali o meu pai e a minha mãe, porque eles ficaram sem acesso aos familiares e como não tinham mais ninguém, era a nós que se agarravam.»
Durante o pico da pandemia, em 2020, Cristiano ficou na UF2 durante 42 dias seguidos, sem ir a casa, apesar de sempre ter tido testes PCR negativos. «Apesar disso, eu tinha medo de levar alguma coisa para casa ou trazer para aqui.» O CAS Oeiras criou, nessa altura, uma ala própria para receber os residentes infetados por Covid, para evitar, nos casos em que era possível, que fossem deslocados para os hospitais, que estavam em sobrelotação, garantindo o máximo do conforto possível aos beneficiários que ali iam parar. Durante esse tempo, a convivência, 24 horas por dia, tornou quem ali trabalhava num membro da família de cada residente. Cristiano foi conquistando o afeto dos residentes que passavam pelo chamado "covidário", local onde ficavam isolados os residentes com teste positivo. «De manhã, quando nos viam ao acordar, o sorriso que davam, a esperança e a confiança que depositavam em nós... Não havia preço que pagasse isso.»
Ao longo da conversa, Cristiano fez várias referências à Enfermeira Élia Varelas, Diretora Técnica da UF2, que entrevistámos na edição nº 47 da InfoIASFA. Cristiano define a Enf.ª Élia como uma líder. Mais do que uma chefe, lidera pelo exemplo, porque ensinava demonstrando como fazer e fazia tudo o que fosse preciso, inclusive lavar alguma loiça, quando não havia mais ninguém. Cristiano refere que durante os 42 dias em que ele e uma colega se mantiveram sempre ao serviço sem ir a casa, a Enf.ª Élia trazia, ao sábado, uma sandes mista «de um pão maravilhoso» e um leite achocolatado. «Era um miminho que ela nos fazia», referiu Cristiano.
A falta de recursos humanos em época de pandemia foi um desafio para quem se apresentava ao serviço. Houve profissionais ausentes por contágio e outros que acabaram por desistir da função, por receio. «Eu sou melhor do que os outros? Não. Eu apaixonei-me por eles [os residentes]. Esse foi o meu defeito. Os outros defenderam-se como podiam.» Cristiano interessou-se pelo trabalho e afeiçoou-se aos residentes. Começou a estudar sobre os assuntos relacionados com a função, absorvia todas as informações que lhe eram dadas e tentava aplicar sempre melhor de dia para dia tudo o que ia aprendendo. «Como em qualquer profissão, também nos auxiliares de ação médica existem dois tipos de profissionais: aqueles que só o fazem por necessidade e aqueles que lhe acrescentam amor. Ambas as formas estão corretas, mas só numa é feito com amor.»
Os laços de afeto que foi criando com os residentes tornaram o Cristiano num profissional dedicado, um amigo, fazendo com que os postos e distintivos fossem deixados de lado na relação diária. Nessa proximidade, ter de lidar com a morte continua a ser um misto de emoções, porque se por um lado se sabe que a pessoa deixa de sofrer, por outro deixa um vazio para quem fica. «Uma das pessoas que me marcou muito foi um General, uma pessoa íntegra, de uma cultura fora de série, com um orgulho imenso na farda e na Pátria que serviu. Foi com estes casos que a Covid nos mostrou como enfrentávamos uma guerra injusta, que aprisionava as pessoas a quem restavam poucos anos de vida e os levava sem, no fim, poderem ter um funeral digno.» Cristiano recorda, também, com a voz embargada, o último suspiro de um Coronel cuja confiança foi difícil de conquistar, mas com o passar do tempo, era por este auxiliar que aguardava para dar uns passeios ao sol.
Cristiano continua na UF2 do CAS Oeiras, «apaixonado» pelos residentes e pela profissão. «Os residentes... A cada dia nos ensinam mais sobre um limite que não existe.... Eles são muito especiais e têm uma força que nem eles imaginam. Gostava que eles soubessem o tanto que eles nos ensinam, em cada gesto, em cada palavra... Quando os deitamos, aconchegamos a roupa da cama com carinho e eles dizem "Deus lhe pague", até esqueço o cansaço.» ▣

Fisiolar
Saúde ao Domicílio

PORQUÊ DESLOCAR-SE
SE VAMOS TER CONSIGO?

ACORDO DIRETO
IASFA/ADM

6€ /sessão + OFERTA CONSULTA FISIATRIA

FISIOTERAPIA
FISIATRIA
TERAPIA DA FALA
ENFERMAGEM

GRATUITO PARA DFA
REGIME ESPECIAL PORTARIA 1034/09

TRATAMENTOS 7 DIAS/SEMANA
EM TODO O PAÍS

Atendimento 212 841 984
Dias úteis: 9:00 - 21:30 | Sáb., dom. e feriados: 9:00 - 17:00

info@fisiolar.pt www.fisiolar.pt

Projeto PRINCESA

Primeira fase de investigação concluída

O museu do Centro de Apoio Social (CAS) de Runa acolheu a primeira fase do Projeto PRINCESA (Palácio de Runa - Investigação sobre a Nobre Coleção, Estudo e Salvaguarda do Acervo Artístico). Sob a orientação da investigadora Vanessa Antunes, da Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, com projeto registado na Fundação para a Ciência e Tecnologia, em colaboração com o Centro Hercules e o Laboratório José de Figueiredo, este projeto visa o estudo parcial da coleção de pintura da Princesa Maria Francisca Benedita, em termos materiais, que irá permitir novas conclusões histórico-artísticas sobre o espólio existente no CAS Runa.

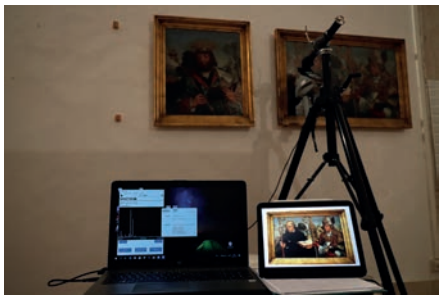
A investigadora Vanessa Antunes explicou à InfoIASFA que «este projeto surgiu porque um dos pintores primitivos portugueses que eu estudo é Gregório Lopes e eu sabia que existiam em Runa três pinturas de Gregório Lopes que eram de especial importância porque têm uma temática única, nomeadamente o São Luís de França, e quando vim ver deparei-me com uma coleção imensa que me encantou logo à partida.»

Nesta primeira fase de investigação, que decorreu entre os dias 19 e 21 de julho, foram utilizados equipamentos para exame e análise não-destrutiva das pinturas (reflectografia de infravermelhos, XRF e FORS).

A investigadora Vanessa Antunes explicou o propósito da utilização destes aparelhos: «São aparelhos complementares, de interação não destrutiva, não invasiva, e complementam-se na leitura, ou seja, quando fazemos um diagnóstico a uma obra de arte nunca podemos utilizar um só aparelho de análise. Fazemos uma panóplia de aparelhos complementares para podermos chegar a uma conclusão acerca do material e das técnicas que foram utilizadas. Um dos aparelhos mais fantásticos que temos aqui é a reflectografia de infravermelhos que permite ver o desenho subjacente à pintura, ou seja, o desenho preparatório feito pelo pintor antes de

pintar e, normalmente. temos sempre grandes descobertas. Por exemplo, no retrato maior da Princesa, que não tem atribuição enquanto pintor, mas conseguimos perceber que o retrato foi pintado antes de terminar o edifício porque a planta tem alguns elementos que foram modificados e que hoje em dia não existem no edifício, portanto foi numa fase intermédia de construção do próprio edifício.»

Entusiasta do legado e do espólio deixado pela Princesa Maria Francisca Benedita, a investigadora Vanessa Antunes acredita que o acervo existente deve ser dado a conhecer, tanto à comunidade científica como



à comunidade em geral: «O resultado ideal desta investigação é a preservação desta coleção, porque é uma coleção de imenso valor a nível nacional e é pouco conhecida, portanto, a grande motivação desta investigação é dar a conhecer para preservar.»

Estão envolvidos nesta campanha MoLab do E-RIHS.pt os investigadores Vanessa Henriques Antunes, proponente do projeto PRINCESA (ARTIS-FLUL), Sara Valadas (Laboratório HERCULES, UÉvora), Ana Machado e Luís Pedro Piorro (Laboratório José de Figueiredo, DGPC). ▣

ICC 2022 - Áustria

Após dois anos de paragem devido à pandemia, em 2022 foi retomado o campo de férias internacional International CLIMS Camp (ICC).
O ICC-2022 decorreu de 23 de julho a 06 de agosto.

Este ano, os jovens, entre os 15 e os 17 anos, de diversas nacionalidades europeias, tiveram a oportunidade de conhecer a Áustria, numa interação que juntou 213 jovens e 24 *group leaders*.

De Portugal, participaram 14 jovens nas mais diversas atividades radicais, de grupo e de convívio.

A Mafalda participou pela primeira vez no ICC e descreveu a experiência como «incrível, conhecer tantas nacionalidades e estar com elas 24 horas por dia». A Ana afirmou que melhorou o inglês e ganhou com a experiência de socialização com pessoas de outros países. O Noé afirmou que «o facto das atividades serem diversificadas permitiu não nos aborrecermos». Para o Rodrigo,

assim como para a maioria dos jovens portugueses, a atividade de eleição foi o *rafting*. No último dia os sentimentos misturam-se com a tristeza da partida, como nos contou a Isabel: «Foram duas semanas muito intensas e agora separarmo-nos de repente... O pior dia é sempre o último. Mas foi uma experiência muito positiva, tanto pelas atividades como pelas pessoas, o convívio com as diferentes nacionalidades, o sairmos da nossa zona de conforto para podermos comunicar. Foi muito bom.»

Em 2023, está prevista a realização do ICC na Roménia, entre os dias 29 de julho e 12 de agosto. Neste campo de férias vai ser possível visitar o Castelo do Conde Drácula, as minas de sal, um Parque Aventura e experimentar atividades como *paintball*, ciclismo, escalada, orientação, entra outras.
O IASFA pretende continuar a disponibilizar aos mais novos a oportunidade de estabelecer relações interculturais, numas férias ativas, didáticas e cheias de aventura. ▣

Campo de Férias do IASFA
Oeiras 2022

Este ano, o IASFA voltou a organizar um Campo de Férias de verão, à semelhança do que acontecia noutros tempos, como contámos na edição nº 51 da InfoIASFA, na rubrica «Naquele Tempo…». Este campo de férias nacional, não residencial, decorreu em três turnos de uma semana, contando com um total de 67 crianças, entre os seis e os 14 anos.

O IASFA contou com a colaboração do Exército Português e do Agrupamento de Escolas Agualva Mira Sintra e com parcerias com a Marinha, a Associação Náutica Clássicos de Oeiras (ANCORAS), a Associação Marítima e Recreativa de Oeiras (AMARO), a Federação Nacional de Remo, entre outras.

A iniciativa foi um sucesso e as crianças tiveram oportunidade de ter experiências inesquecíveis em atividades como *surf*, *paddle*, caiaque, *laser tagging*, vela tradicional com passeio no Tejo, praia, jogos tradicionais, entre outras atividades.

Em 2023, está planeado um novo campo de férias para os beneficiários mais novos da ação social complementar do IASFA. Esteja atento ao *site* do IASFA e às redes sociais para não perder a oportunidade de proporcionar uma semana de aventura aos seus filhos! ▣

Naquele tempo...

Centro de Apoio Social do Porto

Do passado à atualidade

Quartel do Bom Pastor – Vista sobre a parada, edifício de Comando e Messes em construção, 1985

O Centro de Apoio Social do Porto (CAS Porto) tem a sua origem na Delegação do Porto dos extintos Serviços Sociais das Forças Armadas (SSFA). Como Delegação dos SSFA, funcionou inicialmente no Quartel-General/RMN, posteriormente transferida, em meados de 1973, para o Quartel das Portas do Sol (junto à Praça da Batalha), onde se manteve até 1978, ano da sua transferência para o Prédio Militar da Avenida de França. Desde 24 de abril de 2002, ocupa uma parte das instalações do antigo Quartel do Bom Pastor, Arca d'Água, no Porto. A outra parte do Quartel, constituída pela parada, edifício de comando e camaratas, foi cedida ao Ministério da Administração Interna, estando afeta à PSP.

A necessidade de um equipamento de apoio social no Norte data da década de 70. Tendo como referência o Complexo Social de Oeiras, esteve projetada a construção de um Complexo Social no Porto, nos terrenos em frente do então Regimento de Infantaria do Porto (Senhora da Hora/Viso). O projeto inicial não se concretizou, não tendo os SSFA efetuado qualquer construção na zona prevista para a implantação do Complexo Social do Porto. No entanto, o essencial do projeto de criação de instalações de apoio social no Porto manteve-se. A oportunidade surgiu em 1993, na sequência de uma reestruturação nas Forças Armadas que permitiu que o Exército disponibilizasse o quartel do Bom Pastor, por transferência da Escola Prática de Transmissões (EPT) para o quartel do Viso, o qual, por sua vez, ficara vago com a desativação do Regimento de Infantaria do Porto.

A cedência de parte do Quartel do Bom Pastor ao IASFA concretizou-se em 1997, iniciando-se então obras de adaptação no edifício da antiga messe de Oficiais e Sargentos para a transformar numa resposta social com duas valências: a Messe e a Estrutura Residencial para Pessoas Idosas (ERPI), oficialmente inauguradas em 05 de julho de 2002 embora, esta última, sem as condições necessárias para apoiar idosos dependentes.

Só em 2014, após a realização de obras de adaptação das instalações, entrou em funcionamento a unidade destinada a acolher idosos na situação de dependência moderada ou grave. A criação desta valência foi de extrema importância pois, para além de corresponder às fundadas expectativas e necessidades dos beneficiários do IASFA residentes na região norte do país, potenciou a procura pela unidade destinada a pessoas autónomas, na medida em que conferiu aos residentes desta unidade segurança na continuidade dos cuidados, ao possibilitar que se mantenham na mesma instituição, mesmo na situação de perda de autonomia.

Antigo Paiol - Infraestrutura Icónica do CAS Porto. Terá sido construído em 1822

Entrada do CAS Porto, Rua 9 de abril, 912

As respostas sociais atuais do CAS Porto

O estado atual de desenvolvimento das valências do CAS Porto proporciona serviços que, pela sua natureza, se podem diferenciar entre serviços prestados a beneficiários internos, nomeadamente alojamento permanente em ERPI e serviços a beneficiários externos, com destaque para o alojamento temporário em Messe, serviços de apoio social e ADM.

A ERPI tem capacidade para alojar 41 utentes, distribuídos por duas unidades distintas: Unidades Funcionais 1 e 2. A Unidade Funcional 1 (UF1), destinada a pessoas autónomas, é constituída por nove quartos duplos e seis individuais, tem capacidade para acolher 24 residentes. A Unidade Funcional 2 (UF2), destinada a pessoas dependentes ou com autonomia limitada, tem capacidade para acolher 17 residentes, distribuídos por oito quartos duplos e um individual.

A Messe funciona em regime similar a uma unidade hoteleira, é constituída por 18 quartos com capacidade para alojar 36 pessoas.

A Residência Universitária proporciona alojamento a estudantes, com capacidade atual para alojar oito estudantes. Em virtude do aumento na procura desta valência, justificado, quer pela proximidade ao Campus Universitário, quer pelo aumento de rendas das casas na cidade do Porto, está em estudo a ampliação da capacidade desta valência.

O serviço de atendimento no âmbito da ADM proporciona atendimento para efeitos do processamento de comparticipações do regime livre do SPS dos Militares da Forças Armadas.

O serviço de atendimento no âmbito do Apoio Social assegura o atendimento e acompanhamento dos beneficiários, satisfazendo as suas necessidades de informação, apoio social, emocional e encaminhamento, nomeadamente nos domínios das respostas sociais para pessoas idosas; das prestações sociais, sobretudo as atribuídas pela Ação Social Complementar do IASFA, dos processos de candidatura às ERPI e dos apoios aos Deficientes das Forças Armadas (DFA).

Vista atual - edifício principal onde funcionam todos os serviços: ERPI, Messe, Restauração, atendimento Social e ADM

Conclusão Prospetiva

Decorridas mais de duas décadas desde a afetação de parte das instalações do quartel do Bom Pastor aos então SSFA, para a instalação de um Complexo de Apoio Social, é possível confirmar a pertinência da necessidade de tal infraestrutura para servir a zona do Porto, tendo dado origem ao atual Centro de Apoio Social do Porto. A estrutura dos serviços é idêntica ao CAS de Oeiras, com o foco no apoio aos idosos, através da resposta social ERPI. O Serviço de Apoio Médico teve obras de beneficiação recentemente, melhorando as condições de acesso e privacidade.

O apoio a idosos através da resposta social ERPI constitui, sem dúvida, o *core* dos serviços proporcionados pelo CAS Porto. A procura desta resposta por parte dos beneficiários durante os últimos anos constitui um bom indicador sobre as necessidades mais prementes por parte dos beneficiários. Considerando o aumento da procura pela UF2 e a redução da procura da UF1, está em estudo a criação de mais vagas na UF2 e redução de vagas na UF1, sendo necessário procurar fontes de financiamento para esse efeito..

A par do apoio aos idosos, o apoio aos jovens, nomeadamente em termos de Residência Universitária, aparece como necessidade emergente dos beneficiários. Esta resposta é atualmente constituída por quatro quartos duplos, em instalações do antigo edifício destinado à companhia de Guerra Eletrónica da antiga EPT. O projeto de ampliação e beneficiação da Residência Universitária requer um investimento financeiro significativo, estando em análise as alternativas para a sua concretização.▣

Saúde Mental

Unidade de Psicologia do CAS Oeiras e a Promoção da Saúde Mental

Eugénio Rodrigues e Luís Milheiras
Psicólogos da Unidade de Psicologia do CAS Oeiras

O conceito de Saúde Mental tem vindo, ao longo do tempo, a ser objeto de diversas discussões e conceitos, frequentemente definido como sendo algo oposto à perturbação mental, mas pode considerar-se que há unanimidade na relação existente entre o bem-estar, a qualidade de vida e a forma como interagimos entre nós.

O que é a Saúde Mental?

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define Saúde Mental como sendo "o estado de bem-estar no qual o indivíduo realiza as suas capacidades, pode fazer face ao stress normal da vida, trabalhar de forma produtiva e frutífera e contribuir para a comunidade em que se insere."
O estigma da doença mental tem vindo a diminuir, mas ainda há um longo caminho a percorrer, quer a nível da elaboração de legislação sobre o tema, quer mesmo a nível da sensibilização à população e em especial àqueles que desempenham um papel importante na sociedade nessa área.
Assim, a saúde mental não é a simples ausência de doença, mas sim um estado de bem-estar em que cada um de nós utiliza o seu próprio potencial para lidar com os desafios ao longo da vida e interagir na comunidade.

Em que momento a nossa Saúde Mental poderá estar em causa?

Muitas vezes, o senso-comum refere-se à doença mental de forma estigmatizante como sendo apenas as patologias graves, como algo distante que só acontece aos outros, não incluindo na doença mental as situações mais leves que colocam em causa o bem-estar de cada um de nós, tal como o stress e a ansiedade, pois ao longo da vida, todos nós podemos ser afetados por problemas de saúde mental devido a alguns acontecimentos e dificuldades do nosso quotidiano, tais como a perda de familiar próximo, o divórcio, o desemprego, entre outros.
Podem, então, considerar-se os problemas de Saúde Mental como sendo de natureza diversa, onde se incluem: a ansiedade; o mal-estar psicológico ou stress continuado; a depressão; a dependência de álcool e outras drogas; as perturbações psicóticas como a esquizofrenia; o atraso mental e as doenças neurodegenerativas (nomeadamente os quadros de demência), entre outras.
Com o progressivo envelhecimento da população surge um aumento significativo de casos de demência, reconhecendo-se uma preocupação a nível da saúde pública, sendo que alguns estudos atuais encontraram evidências que essa incidência foi agravada com a pandemia COVID-19.

Intervenção Psicológica e Saúde Mental

São diversas as modalidades de intervenção utilizadas pela psicologia no âmbito da sua prática, o aconselhamento psicológico, acompanhamento e apoio psicológico e a psicoterapia, assumindo cada uma a sua importância, não se caracterizam por graus ou relevâncias, utilizam o método científico, mas todas com o mesmo objetivo.
Assim, a intervenção psicológica é usada na promoção da Saúde Mental como um importante recurso, que permite uma ajuda e adaptação do sujeito a uma situação ou acontecimento em que se encontra, através da otimização dos seus recursos pessoais no que respeita ao seu autoconhecimento e autonomia com a finalidade de promover o bem-estar psicológico.
É reconhecida a eficácia da intervenção psicológica em diversos quadros psicopatológicos, sendo mesmo indispensável em alguns, os quais comprometem o bem-estar e a qualidade de vida.
A intervenção do Psicólogo assume, assim, na sociedade atual, uma responsabilidade crescente na promoção da Saúde Mental.

Estimulação Cognitiva e Saúde Mental

A estimulação cognitiva surge como uma ferramenta importante a nível da promoção da Saúde Mental, tendo como objetivo melhorar a capacidade das pessoas que por diversas razões podem apresentar um comprometimento cognitivo que se pode classificar de leve, moderado ou grave (pessoas com alterações funcionais específicas, provocadas por disfunções ou lesões encefálicas como dos acidentes vasculares cerebrais (AVC), traumatismos crânio-encefálicos, doenças degenerativas, neoplasias, epilepsias, entre outras.).
A literatura tem vindo a demonstrar que a estimulação cognitiva conjuntamente com outras terapias, como é o caso das farmacológicas, tem tido um papel importante na promoção da Saúde Mental, dado que permite potencializar as capacidades cognitivas que se encontram diminuídas

ou lesadas, com vista a prolongar o máximo possível a autonomia e independência ao longo do tempo.
No entanto, a eficácia da reabilitação cognitiva depende de diversos fatores que variam de indivíduo para indivíduo, tendo em conta as diferentes organizações cerebrais, dimensão e localização da lesão e faixa etária, bem como outros problemas de saúde pré-existentes.

O papel da Unidade de Psicologia na promoção da Saúde Mental

Ao longo do tempo, a Unidade de Psicologia tem vindo a desempenhar um papel crucial na promoção da Saúde Mental, tendo uma abordagem não só para os residentes do Centro de Apoio Social (CAS) de Oeiras, como também para os beneficiários externos em geral, bem como para colaboradores. Assim, tem disponibilizado diversas intervenções, destacando-se as seguintes:

- Disponibilizar apoio psicológico aos residentes do CAS Oeiras (Unidade Funcional 1 e Unidade Funcional 2) e funcionários do IASFA, nomeadamente avaliação psicológica, avaliação neuropsicológica, acompanhamento psicológico, reabilitação cognitiva, constituição de grupos terapêuticos e participação nas entrevistas de admissão, bem como rastreios cognitivos;
- Garantir a supervisão/orientação de estágios académicos na área da psicologia com o objetivo de preparar futuros profissionais que irão ter um papel crucial na promoção da Saúde Mental;
- Garantir a participação do CAS Oeiras em projetos de investigação científica na área da Saúde Mental;
- Garantir o envolvimento no âmbito da Saúde Ocupacional do IASFA;
- Assegurar aos beneficiários externos, através da consulta externa, acompanhamento psicológico, avaliação psicológica, avaliação neuropsicológica e reabilitação cognitiva;

Cabe à Unidade de Psicologia assegurar e promover a Saúde Mental, pelo que tem vindo a participar na organização e colaboração de diversos eventos de promoção da Saúde Mental, quer a nível interno, quer em colaboração com parceiros externos;
Recentemente, a equipa desta Unidade foi integrada nos procedimentos relacionados com Saúde Ocupacional no IASFA, no que concerne à intervenção a nível psicológico tendo em conta a importância da Saúde Mental nos colaboradores do IASFA;
Uma outra preocupação do IASFA relativamente à Saúde Mental dos colaboradores prende-se com a integração da Unidade de Psicologia na avaliação e prevenção de riscos psicossociais;
É de salientar o contributo da Unidade de Psicologia na promoção da Saúde Mental durante o contexto pandémico vivido recentemente (Covid-19), tendo em conta o impacto do confinamento a nível dos residentes que foi de elevada intensidade. Também a impossibilidade da realização da consulta externa presencial aos beneficiários externos levou esta Unidade a procurar alternativas, teleconsulta e vídeo consulta, no sentido de tentar assegurar, dentro do possível, a Saúde Mental destes beneficiários. ▣

O que se deve fazer para manter a boa Saúde Mental?

- Não se isole;
- Reforce os laços familiares e de amizade;
- Diversifique os seus interesses;
- Mantenha-se intelectual e fisicamente ativo;
- Alimente-se de forma equilibrada;
- Pense positivo;
- Consulte os profissionais de saúde, perante sinais ou sintomas de perturbação emocional e/ou cognitiva;
- Defina objetivos de vida, não seja espetador passivo da vida;
- Hierarquize prioridades na tomada de decisões;
- Contribua para promover a sua saúde mental e a dos outros.

Breves

Residências Assistidas em fase de atribuição

Está a decorrer a fase de entrega das nove frações das Residências Assistidas, atribuídas por sorteio público a 29 de setembro. O sorteio foi transmitido em direto na página de Facebook do IASFA e contou com a presença do júri do concuro e da Vogal do Conselho Diretivo do IASFA, tendo ainda marcado presença dois candidatos.

Atividades sénior retomadas no CAS Alfeite

As aulas de ginástica e de música no Centro de Apoio Social (CAS) do Alfeite foram retomadas em setembro. O número de participantes tem vindo a aumentar, mantendo os beneficiários física e mentalmente mais ativos. Para mais informações sobre estas atividades, deve ser contactado o CAS Alfeite através do número 212 736 360 ou do *e-mail* casalfeite@iasfa.pt.

Bases para uma estratégia para o IASFA

O IASFA elaborou uma proposta de bases para a definição da estatégia do Instituto para o próximo ciclo (2023-2025), disponibilizando este documento para consulta dos interessados, podendo os beneficiários enviar comentários e sugestões através do formulário disponível em https://www.iasfa.pt/documentos/documentos-publicos/estrategia-2023-2025/. O objetivo é recolher o máximo de contributos que possam ajudar na definição da estratégia para o triénio que se avizinha. Neste sentido, foram já auscultados alguns *stakeholders* como as associações militares, os ramos das Forças Armadas e órgãos do Ministério da Defesa.

ADM já tem cartão digital

O cartão digital da ADM já está disponível na aplicação para telemóvel da Administração Pública id.gov.pt, que pode ser descarregada nas plataformas *Google Play Store* (para sistemas Android) e na *Apple Store* (para sistemas IOS).

Os documentos digitais disponíveis nesta aplicação têm a mesma validade que os documentos originais, em território nacional.

Recorde-se que o cartão ADM é de renovação automática para os/as beneficiários/as associados/as, devendo os restantes proceder à sua renovação junto do Ramo a que pertence o/a beneficiário/a titular.

Acompanhe o IASFA em www.iasfa.pt e nas redes sociais

PROTOCOLOS

Casas de Repouso

Gold Palace Residência Sénior
Lar da Estrela Residência para idosos
Fundação Beatriz Santos
Lar São Salvador Salus Domus
Casa de Repouso NOVOLAR DESDE 1994
Clube dos Avós
Primus vitae residências sénior
Sossego do Avozinho RESIDÊNCIA ASSISTIDA PARA SÉNIORES
LAR S.SALVADOR
Casa de Repouso Quinta da Relva
Lider na Arte de Cuidar Lar Familiar N Sra da Esperança
lar via sol
CHÃO DO GROU RESIDÊNCIAS SENIORES
Casa de Repouso S. José de Maria DESDE 1969
CASA DA FIDALGUIA RESIDÊNCIA PARA SÉNIORES
ALCO LAR VILA DE ALCOCHETE LAR DE 3.ª IDADE
abes Companhia de Assistência, Bem-Estar e Serviços para Seniores, Lta
Solar da Verdizela Casa de Repouso Rua Lagoa de Obidos, nº 6 Verdizela 2855-625 Corroios
Lar Peninsular Praceta do Minho, nº. 8 2870-246 Montijo Tel: 212 303 334
SOLSERRA
F&M Residência Sénior
LRA
Casa do Povo Abrunheira Formação Profissional Apoio Social Desporto Cultura Saúde
Residência LAR DA MINHA MÃE
CIBEDY Lar – Casa de Repouso e Recuperação
M.H.A.S. CENTRO GERIÁTRICO
Fundação D. Pedro IV Instituição Particular de Solidariedade Social
UNIÃO DAS MISERICÓRDIAS PORTUGUESAS
A idade de Ouro A Qualidade ao seu Alcance
GOLDEN HAVEN LAR ~ ALMOSTER
Lar Residencial da Aroeira
Lar Quinta da Ponte
JARDIM DE OUTONO Casa de Repouso
Residência Geriátrica DELICADO RAMINHO

Educação

UNIVERSIDADE LUSÓFONA DO PORTO
ISDOM INSTITUTO SUPERIOR D. DINIS Marinha Grande
ISLA LISBOA
GRUPO UI UNIVERSIDADE INTERNACIONAL
UNIVERSIDADES LUSÍADA SOL LUCET OMNIBUS
Almeida Garrett ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE LUSÓFONA de Humanidades e Tecnologias
ISTEC INSTITUTO SUPERIOR DE TECNOLOGIAS AVANÇADAS
ISPO INSTITUTO SUPERIOR POLITÉCNICO DO OESTE
ISAG VALORES DE FUTURO

Funerárias

Anjos de Deus Funerária
Servilusa Agências funerárias

Creche e Jardim de Infância

Maryjinho
Colégio Oficina dos Sonhos
Fundação D. Pedro IV Instituição Particular de Solidariedade Social

Automóveis

MITSUBISHI MOTORS
EVICAR SUL mazda
HYUNDAI Drive your way

Lazer

CLUB L
phive
Fado no centro
movijovem Pousadas de Juventude European Youth Card CARTÃO JOVEM
O Barro Alojamento Local

Financeira

RightPrice Consultoria Financeira e Avaliação Imobiliária
MAX FINANCE
Reorganiza

Restauração

CCD BRAGA

Cabeleireiro/Estética (ao domicílio)

MVM PORTUGAL

Ação Social

ssgnr SERVIÇOS SOCIAIS

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTACTE A DIVISÃO DE APOIO SOCIAL
Telefone 213 407 678 ou visite-nos em www.iasfa.pt

PROTOCOLOS

Apoio Domiciliário

Ajuda & Companhia
Serviços de Apoio Domiciliário, Lda

ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA GRANDE IDADE
INOVAÇÃO E DESENVOLVIMENTO

LADO A LADO
O bem estar em sua casa.

VitaLiving
Apoio Domiciliário

Casa do Povo de Vila Nova de Anços
IPSS
Instituição Particular de Solidariedade Social

www.reabilitar-em-casa.com

companhia feliz
apoio domiciliário

IDADE
SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO

CAUSA POSITIVA
APOIO DOMICILIÁRIO AO IDOSO

GESTUSENIOR
Centro Geriátrico
Serviço de Apoio Domiciliário | Ajudas Técnicas | Material Ortopédico

Anjos do Lar

Fundação D. Pedro IV
Instituição Particular de Solidariedade Social

Girassol dos Afectos,Lda
Apoio Domiciliário
Conforto, Conhecimento e Confiança

Casa do Povo Abrunheira
Formação Profissional · Apoio Social · Desporto · Cultura · Saúde

GOLTZ DE CARVALHO
IPSS | FIGUEIRA DA FOZ

SemIdade
Apoio Domiciliário

FÓRMULA de AFETO
APOIO DOMICILIÁRIO

Residências Montepio

Netas do Coração
SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

familycare

HABICUIDADOS
APOIO DOMICILIÁRIO
AVEIRO

sensil
Viver Feliz, apoio domiciliário

Idade dos Afectos
serviço de apoio domiciliário

OCTIVA
SERVIÇO DE APOIO DOMICILIÁRIO

NORTEcare
apoio domiciliário

Consolar
Serviços de Apoio Domiciliário

CUIDA&APOIA
Serviços de Apoio Domiciliário

Apoio na Saúde

loja das ajudas

FarmáciaGastromil

Dr. HENRIQUE A G OLIVEIRA
MÉDICO DERMATOLOGISTA

CentrOpticas
DUQUE AVEIRO, Lda

ClinicAL
Policlínica António Leitão

SALRIFARMA
Produtos Farmacêuticos

WIDEX
CENTROS AUDITIVOS

CidadedasGerações

OCULISTA CENTRAL DE ALVALADE

farmácia europa

FARMÁCIA PICOAS
Happy Health

institutoptico
Mafra

Farmáciavenida

ANDRÉ OPTICAS

NaturConfort

Consultório de Oftalmologia
Dr. António Luís G Costa Martins
Médico Oftalmologista

ópticasofia

GERMANO DE SOUSA
CENTRO DE MEDICINA LABORATORIAL

www.reabilitar-em-casa.com

olhar cintilante
ÓPTICA MÉDICA

alm

Farmácia Jardim Arca d'Água

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTACTE A DIVISÃO DE APOIO SOCIAL
Telefone 213 407 678 ou visite-nos em www.iasfa.pt