



Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante”

Plano Anual de Atividades

2020

**Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa
Duração e Manutenção**

“Vivenda São Francisco”



Plano Elaborado por:
Equipa Multidisciplinar

Índice

Introdução	3
I. Institucional	4
II. Recursos Humanos da UCCI “Vivenda São Francisco”	4
II.I. Equipe Multidisciplinar	5
II.II Competeências da Equipe Multidisciplinar	5
Plano Anual de 2020	6

Introdução

O presente Plano Anual de Atividades pretende ser um instrumento de gestão e enquadramento das atividades dirigidas aos clientes da UCCI “Vivenda São Francisco”.

A Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e Manutenção é uma tipologia de Longa Duração e Manutenção com capacidade para 21 clientes.

A equipa de trabalho é multidisciplinar e pretende dinamizar atividades que vão ao encontro das necessidades específicas do Cliente. Com a realização deste plano é dado a conhecer a dinâmica interventiva da Associação.

As atividades são planeadas mediante um conjunto de objetivos previamente estabelecidos que vão ao encontro do plano individual de cada Cliente. A realização destas atividades visam proporcionar uma vida mais ativa com momentos ocupacionais, lúdicos, criativos e comunicacionais, respeitando sempre as crenças, valores, saberes e culturas de cada um. O enfoque desta intervenção é promover a saúde e o bem-estar, desenvolver a autonomia pessoal e a autoestima, prevenindo o sedentarismo e o isolamento social.

As atividades são desenvolvidas ao encontro das necessidades, interesses e histórias de vida de cada Cliente. O Cliente é convidado a participar em datas comemorativas.

O Plano Anual de Atividades contempla inúmeras atividades planeadas mensalmente, estando este sujeito a alterações.

I. Institucional

II. Recursos Humanos da UCCI “Vivenda São Francisco”

COMPOSIÇÃO DA EQUIPA		
Profissional	Nº	Carga horária
Diretora Técnica	1	20 horas semanais
Diretor Clínico	1	20 horas semanais
Médico	1	20 horas semanais
Enfermeira Coordenadora	1	4 horas semanais
Enfermeira	1	40 horas semanais
Enfermeiros	7	20 horas semanais
Fisioterapeuta	1	20 horas semanais
Terapeuta Ocupacional	1	20 horas semanais
Psicóloga	1	20 horas semanais
Assistente Social	1	40 horas semanais
Educadora Social	1	40 horas semanais
Administrativo	1	40 horas semanais
Auxiliares	9	40 horas semanais
Cozinheiras	2	40 horas semanais

II.I. Equipa Multidisciplinar

Diretor Clínico – Dr.º Alcides Santos

Médico – Drº Jorge Castelo Branco

Diretora Técnica/Psicóloga – Dr.ª Sara Jesus

Enfermeira Coordenadora – Enf.ª Lorena Oliveira

Assistente Social – Dr.ª Ssuana Santiago

Educadora Social – Dr.ª Ana Rita Oliveira

Terapeuta Ocupacional – Dr.ª Catarina Jorge

Fisioterapeuta – Dr.ª Patricia Maltez

II.II. Competeências da Equipa Multidisciplinar

1. Proceder uma avaliação multidimensional do utente, definir o “Plano Individual de Intervenção” e os objetivos atingir;
2. Implementar do ponto de vista técnico, em articulação com a Direcção Clínica e Equipa de Enfermagem, os “Planos Individuais de Intervenção” elaborados pelos diferentes técnicos envolvidos na prestação dos serviços, no seguimento das avaliações periódicas e aferição dos respectivos planos;
3. Proceder aos registos necessários ao desenvolvimento das ações, sua monitorização e respetivas avaliações multidisciplinares;
4. Dar parecer sobre os assuntos que lhe sejam apresentados, nomeadamente sobre questões de ética, humanização e qualidade dos serviços, controlo da infecção hospitalar, entre outros, no âmbito das suas competências;
5. Propor ações que visem a melhoria contínua da qualidade dos serviços e uma maior eficácia e eficiência na prestação de cuidados de saúde, podendo no âmbito da discussão deste ponto ter a intervenção do representante da Direcção da Instituição e/ou do Director da Unidade.

Plano Anual de 2020

O presente Plano constitui parte integrante de todas as atividades desenvolvidas na Associação Centro Cívico Polivalente “O Emigrante”, desenvolvendo-se aqui as temáticas específicas da Unidade de Cuidados Continuados Integrados de Longa Duração e de Manutenção para o decorrer do ano de 2020.

A Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados tem como objetivos a prestação de cuidados de saúde e de apoio social de forma continuada e integrada a pessoas que, independentemente da idade, se encontrem em situação de dependência. Os Cuidados Continuados Integrados estão centrados na manutenção/recuperação global da pessoa, promovendo a sua autonomia e melhorando a sua funcionalidade, no âmbito da situação de dependência em que se encontra.

Os serviços prestados e as atividades desenvolvidas pela Unidade de Longa Duração e Manutenção (ULDM) visam garantir o bem-estar, o conforto, a qualidade de vida e a segurança dos utentes, bem como contribuir para a prevenção, estabilização ou o retardamento do processo de dependência, criar condições que permitam preservar a sociabilidade e ainda incentivar a relação familiar. No sentido da unificação global da equipa multidisciplinar da ULDM VIVENDA SÃO FRANCISCO e da *otimização de recursos humanos*.

A planificação e o registo das atividades serão feitos num modelo próprio mensal, assim como o registo diário. O Plano Anual de Atividades é preenchido de acordo com as atividades da Equipa Multidisciplinar, onde constam os seguintes itens: Atividade, Objetivos Gerais, Recursos Humanos e Materiais, Calendarização e Destinatários. A avaliação das atividades é feita diariamente seguida a cada atividades, ou em caso de impossibilidade no final do dia, na ficha de registo de atividade. Esta calendarização poderá ser mais detalhada no plano de sessão, sendo introduzidas/alteradas atividades não previstas. O registo das atividades contempla: a data, local, designação da atividade e sua descrição, afetação dos recursos (materiais), a respetiva avaliação, o registo de presença dos clientes e observações. Avaliação é uma parte fundamental para toda e qualquer atividade, pois através dela é possível conhecer os resultados. Esta avaliação será feita através da observação direta e do nível de desempenho do utente.

Nos quadros seguintes temos as atividades da Equipa Multidisciplinar:

Objetivos	Ações	Recursos Humanos	Metas
Manter/Melhorar a qualidade dos serviços prestados	• Cumprir o Regulamento Interno e normas de segurança da instituição; • Cada colaborador desempenhar a sua função de acordo com a descrição funcional que lhe está associada; • Promover formação contínua dos colaboradores; • Zelar pela conservação e manutenção dos equipamentos e materiais.	Direção Equipa Multidisciplinar	• Dar cumprimento ao Regulamento Interno ou reclamação; • Realização de, pelo menos, uma formação por mês; • Optimizar os equipamentos ou proceder à aquisição de novos equipamentos.
Manter o Processo Individual do Utente em dia, assim como o registo na Plataforma, respeitando a confidencialidade do mesmo	• Realizar os registos periódicos previstos; • Registar qualquer agudização/intercorrência do internamento dos utentes; • Realizar os registos na Plataforma.	Diretora Equipa Multidisciplinar	• Desde a admissão à alta dos utentes, a totalidade dos processos estar atualizada, mostrando a realidade da situação dos utentes.
Assegurar cuidados de higiene e conforto	• Incentivar a autossatisfação das necessidades no âmbito dos cuidados de higiene e conforto pessoal, de maneira a promover a independência e autonomia individuais, bem como, a afirmação pessoal; • Satisfazer as mesmas necessidades dos utentes que não o conseguem realizar sozinhos; • Respeitar a intimidade e a privacidade do utente.	Direção Equipa Multidisciplinar	• Autonomia do utente no âmbito dos cuidados de higiene e conforto pessoal; • Satisfação dos cuidados de higiene e conforto dos utentes não capazes de o realizar sozinho.
Providenciar uma alimentação adequada e saudável	• Promover uma alimentação adequada a cada utente e às necessidades; • Assegurar hidratação; • Prevenir risco de engasgamento; • Incutir bons hábitos alimentares a utentes, familiares e colaboradores	Direção Equipa Multidisciplinar	• Assegurar a colaboração de uma nutricionista; • Manter/Aproximar i IMC nos padrões normais; • Realização de uma formação destinada a utentes, familiares e colaboradores, sobre bons hábitos alimentares.

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

Objetivos	Ações	Recursos Humanos	Metas
Promover a comunicação com a família/cuidadores	• Facilitar contato com familiares/cuidadores; • Recolher os diversos contactos pessoais dos cuidadores e coloca-los à disposição dos respetivos utentes; • Colocar à disposição dos cuidadores os diversos contactos da Instituição; • Incentivar as visitas de familiares e amigos.	Direção Equipa Multidisciplinar	• Facultar o Guia de Acolhimento ao cuidador; • Registo dos contactos dos cuidadores/familiares no Processo Individual do Utente; • Registo dos contactos efetuados.
Providenciar, se solicitado pelo utente ou familiares, assistência religiosa, independentemente da religião	• Informar da existência de atos religiosos programados pela Instituição; • Facilitar a assistência religiosa solicitada, de acordo com as suas crenças; • Providenciar assistência religiosa.	Direção Equipa Multidisciplinar	• Facilitação da satisfação das necessidades espirituais e religiosas;
Higienizar e tratar das roupas dos utentes	• Marcar individualmente, na data de admissão, com um número atribuído pelo serviço, a roupa dos utentes; • Lavar, secar e engomar periodicamente a roupa dos utentes, consoante necessidades; • Acondicionar roupa com risco biológico.	Diretora Técnica Enfermeiros Auxiliares de Ação Direta Auxiliares de Serviços Gerais	• Monitorização da sinalização das roupas em minuta própria – inventário da roupa; • Manutenção do estado de conservação e limpeza das roupas dos utentes; • Tratamento específico de roupa em risco biológico.

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

Objetivos	Ações	Recursos Humanos	Metas
Prescrição e administração medicamentosa	• Prescrição de medicação; • Elaboração da tabela terapêutica individual do utente; • Preparação diária da administração da medicação; • Registo diário da administração da medicação; • Vigilância de sintomas extrapiramidais; • Administração de medicação e saídas do Stock; • Realizar pedido de medicação semanal;	Diretora Técnica Diretor Clínico/Médico Enfermeiro	• Assegurar a correta administração de medicamentos: utente, medicamento, dosagem, via e horário corretos; • Assegurar stock medicamentoso de acordo com as necessidades dos utentes; • Compensar/manter/melhorar estado clínico do utente.
Prevenir úlceras de pressão	• Preenchimento e avaliação da Escala de Braden mensalmente; • Posicionar utentes de acordo com a necessidade hemodinâmica; • Assegurar aporte calórico e hidratação adequada; • Colocar material anti escara.	Equipa Multidisciplinar	• Manter a integridade cutânea; • Garantir o máximo conforto e bem estar no utente.
Prevenir quedas dos utentes	• Avaliar o risco de quedas e fraturas; • Mantar/melhorar mobilidade geral dos utentes; • Evitar medicação que afete o equilíbrio; • Eventual utilização de auxiliares de marcha ou outros dispositivos; • Identificar barreiras arquitetónicas e outros fatores de risco e tentar minimizá-los/eliminá-los; • Manter o equipamento em bom estado funcional; • Prescrição de imobilização de segurança sempre que se justifique, com comunicação ao cuidador.	Equipa Multidisciplinar	• Minimização das quedas dos utentes.

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

Objetivos	Ações	Recursos Humanos	Metas
Promoção da mobilidade dos utentes	• Avaliar o risco de quedas e fraturas; • Minimizar a permanência prolongada na cama; • Promover o exercício individual e em grupo; • Treino de AVD's; • Melhorar o estado de nutrição; • Supervisionar a marcha e transferências • Prevenir o Síndrome de Imobilização.	Equipa Multidisciplinar	• Evitar/Minimizar quedas dos utentes; • Melhoria/Manutenção do estado feral de mobilidade;
Promoção da autonomia dos utentes	• Implementar procedimentos facilitadores da recuperação de capacidades funcionais e/ou cognitivas que conduzam a maior autonomia possível; • Prevenir, retardar ou compensar o aumento de dependência; • Compensar, modificar ou adaptar atividades e/ou ambientes, com o objetivo de melhorar o desempenho e facilitar a participação nas situações do dia-a-dia.	Equipa Multidisciplinar	• Recuperação funcional, quando possível; • Manutenção/recuperação de grau de dependência; • Adaptação as atividades e/ou ambientes facilitadores de autonomia.

Atividades Anuais desenvolvidas na UCCI "Vivenda São Francisco", pela Educadora Social em colaboração com a Equipa, de Janeiro a Dezembro de 2020:

Calendarização	Tema	Atividades	Objetivo	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Local
6 de Janeiro	<i>Dia de Reis</i>	Realização de coroas para relembrar o dia e de uma atividade de estimulação cognitiva para reviver as tradições antigas.	Promover o convívio; Desenvolver a destreza manual.	Colaboradores	Papel Tesouras Material Decorativo Cartolinas	Sala de convívio
14 de Fevereiro	<i>Dia de S. Valentim</i>	Decoração da sala; Recolha de hábitos, costumes e tradições; Dramatização da história de S. Valentim feita pelas técnicas e colaboradoras.	Recordar hábitos, costumes e tradições.	Colaboradores	Pequena peça de teatro sobre o Amor; Computador Retroprojektor	Sala de convívio
25 de Fevereiro	<i>Carnaval</i>	Realização de mascarilhas; Partilha de tradições dos hábitos e tradições desta época	Recordar hábitos e tradições	Colaboradores	Computador Retroprojektor Cartolinas Papel Eva	Ginásio Sala de convívio
10 de Março	<i>Dia Internacional da Mulher</i>	Realização de um painel “Ser mulher é ...”	Trocar informações sobre o papel da mulher; Valorizar o papel da mulher na sociedade.	Colaboradores	Papel; Tesouras; Material Decorativo; Cartolinas	All de entrada Sala de convívio
Março	<i>Primavera</i>	Decoração da sala de acordo com a temática – flores de fuxico	Explorar a temática da primavera; Desenvolver a criatividade, o sentido estético e motricidade fina.	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	All de entrada Sala de convívio e Ginásio
19 de Março	<i>Dia do Pai</i>	Realização de lembranças para oferecer aos utentes	Valorizar o papel do utente na família; Visualizar fotografias da família.	Colaboradores	Computador Retroprojektor	Sala de convívio
21 de Março	<i>Dia Mundial da Árvore e da Floresta</i>	Realização de uma atividade plástica e manual	Partilha de experiência; Desenvolver a criatividade e a motricidade fina.	Colaboradores	Computador Retroprojektor Cartolinas Papel Eva	Jardim da Unidade Sala de convívio
27 de Março	<i>Dia Mundial do Teatro</i>	Leitura de uma peça de teatro com ajuda dos utentes	Comemorar o dia do teatro; Estimular a criatividade; Promover convívio e a coesão social.	Colaboradores	Peça de teatro Figurinos	Sala de convívio

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

7 de Abril	<i>Dia Mundial da Saúde</i>	Ginástica dedicada à temática; Debate sobre hábitos de vida saudáveis	Estimular a prática de atividade física; Elucidar os utentes sobre atitudes saudáveis; Preparação de uma salada de fruta para o almoço.	Colaboradores	Fruta: Maça, Pêras, Banana, Laranja, Kiwi, Uvas, ...	Refeitório
12 de Abril	<i>Páscoa</i>	Decoração da sala de acordo com a temática; Celebração da eucaristia	Estimular a criatividade e a participação; Relembrar hábitos do meio em que os utentes estavam inseridos; Promover/manter hábitos religiosos, tendo em conta a crença de cada utente.	Colaboradores; Pároco	Arranjo de flores; Músicas para a Eucaristia	Capelinha de São Francisco; Sala de convívio
23 de Abril	<i>Dia Mundial do Livro</i>	Realização de separadores de livros;	Desenvolver a motricidade; Desenvolver a imaginação e criatividade.	Colaboradores	Papel; Tintas; Pincéis; Cartolinas de várias cores	Ginásio e Sala de convívio
29 de Abril	<i>Dia Mundial da Dança</i>	Promover uma atividade de dança	Proporcionar novas experiências; Reforçar a proximidade e interação entre colaboradores e utentes.	Colaboradores	CD's de Música; Rádio	Sala de convívio
1 de Maio	<i>Dia da Mãe</i>	Realização de lembranças para oferecer às utentes e colaboradoras	Valorizar o papel da utente na família	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Sala de convívio
4 de Maio	<i>Dia Internacional do Bombeiro</i>	Debate sobre a importância do Bombeiro	Estimular o diálogo entre utentes e espírito crítico	Colaboradores	Computador Videoprojetor	Sala de convívio
13 de Maio	<i>Aparições de Fátima</i>	Visualização das celebrações; Visionamento do filme "Fátima"	Manter/Promover hábitos religiosos; Valorizar e respeitar crenças religiosas dos utentes.	Colaboradores	Computador Videoprojetor	Capelinha de São Francisco, Ginásio; Sala de convívio
15 de Maio	<i>Dia Internacional da Família</i>	Escrever um poema para oferecer a um familiar; Lanche convívio com a família.	Promover a união entre familiares e utentes; Estimular a escrita.	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Sala de convívio
13 de Junho	<i>Santos Populares</i>	Realizar um arraial e decoração da unidade	Promover o convívio entre utentes e colaboradores; Recordar Tradições.	Colaboradores	Música ao vivo Materiais decorativos	Jardim da Unidade
20 de Julho	<i>Verão</i>	Decoração da sala de acordo com a temática	Desenvolver a motricidade fina; Estimular a criatividade.	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Corredores da Unidade e Sala de convívio

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

20 de Julho	<i>Dia da Amizade</i>	Definição do conceito de amizade de acordo com a opinião de cada utente – criação de painel	Promover a coesão grupal; Estimular a memória.	Colaboradores	Painel em cartolina; Tesouras; Material decorativo	Sala de convívio
26 de Julho	<i>Dia dos Avós</i>	Realização de uma prenda para os utentes oferecerem aos netos	Promover a interação e o convívio entre utentes; Favorecer laços afetivos.	Colaboradores	Molas; Cartolinas; Cola; Tintas	Sala de convívio
27 de Agosto	<i>Emigração</i>	Realização de um mapa com os principais destinos de emigração dos utentes e seus familiares; Partilha de experiências.	Partilhar informações sobre a emigração; Recordar as adversidades e “forças” do passado.	Colaboradores	Painel em cartão; Computador; Videoprojetor	Sala de convívio
17 de Setembro	<i>Vindimas</i>	Utilização da folha videira (parra) para efetuar uma tela para decoração	Relembrar as vindimas; Partilhar conhecimentos; Estimular motricidade fina.	Colaboradores	Folhas de videira; Cola branca; papel; Marcadores	Sala de convívio
27 de setembro	<i>Dia Mundial do Coração</i>	Discussão de hábitos saudáveis; Ginástica.	Sensibilizar para a prática de hábitos saudáveis; Incutir a prática de exercício físico de forma regular.	Colaboradores	CD's de Música; Rádio e material de ginástica (bolas, balões e arcos)	Ginásio
1 de Outubro	<i>Dia do Idoso</i>	Partilhar conceitos e opiniões sobre a temática	Desmitificar algumas crenças e preconceitos em relação ao tema; Promover a partilha de opiniões	Colaboradores	CD's de Música; Rádio e material de ginástica (bolas, balões e arcos);	Sala de convívio
1 de Outubro	<i>Dia Mundial da Música</i>	Audição de músicas escolhidas pelos utentes	Promover a interação e o convívio entre utentes	Colaboradores	CD's de Música e Leitor de CD's	Sala de convívio
16 de Outubro	<i>Dia Mundial da Alimentação</i>	Elaborar uma roda de alimentos; Sensibilizar para a realização de uma alimentação saudável	Elucidar os utentes sobre a importância de uma alimentação saudável e malefícios de uma alimentação desregrada.	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Sala de convívio
1 de Novembro	<i>Dia de Todos os Santos</i>	Confeção de broinhas	Recordar tradições, hábitos e costumes; Partilha de conhecimentos.	Colaboradores	Ingredientes: Farinha; Açúcar; Óleo, Ovos, Nozes	Capelinha de São Francisco
11 de Novembro	<i>Dia de S. Martinho</i>	Realização de um magusto	Promover o contacto entre utentes e colaboradores; Partilha de tradições de cada região.	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Sala de convívio

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2020

18 de Novembro	<i>Dia Nacional do Mar</i>	Ginástica com atividades baseadas nesta temática; Visualização do musical de Filipe La Féria “A menina do mar”	Reconhecer o valor deste recurso natural; Desenvolver a criatividade.	Colaboradores	CD’s de Música; Rádio e material de ginástica (bolas, balões e arcos); Computador e Videoprojetor	Ginásio
Dezembro	<i>Aniversário da Unidade</i>	Comemorar o V aniversário da UCCI “Vivenda São Francisco”	Promover o contacto e partilha entre utentes, familiares e comunidade em geral.	Colaboradores	Decoração; Material para a refeição (pratos, talheres, copos); Música	Exterior da Unidade
Dezembro	<i>Natal</i>	Preparação da decoração de natal	Desenvolver a motricidade; Explorar a criatividade dos utentes	Colaboradores	Cartolinas; Papel Eva; Lápis; Marcadores; Materiais decorativos	Corredores da Unidade e Sala de convívio
Dezembro	<i>Festa de Natal para os utentes</i>	Lanche na Unidade; Canção dos funcionários;	Comemorar esta época festiva; Estimular a participação; Promover o convívio e a união.	Colaboradores	Música ao vivo Materiais decorativos	Sala de convívio
Mensalmente	<i>Comemoração dos aniversários dos utentes</i>	Confeção de um bolo para cantar os parabéns	Preservar a identidade dos utentes; Fomentar a confraternização entre utentes.	Colaboradores	Ingredientes: Farinha; Açúcar; Óleo, Ovos, Nozes/ Sumo de Laranja/ iogurte	Sala de convívio

Avaliação:

Taxa de execução de atividades planeadas vs concretizadas: _____ %

Divulgação - Afixação mensal do plano de atividades e cartaz alusivo com forma aplicável.

Elaborado: *Equipa Técnica*

Diretor Clínico: *Artur Santos*

Médico: *J. P. Gomes*

Diretora Técnica/Psicóloga: *Sara Jesus*

Enfermeira Coordenadora: *Lorena Oliveira*

Assistente Social: *Suzana Santiago*

Educadora Social: *Ana Rita Oliveira*

Terapeuta Ocupacional: *Catarina Jorge*

Fisioterapeuta: *Patricia de Oliveira Falcão*

Verificado: *Presidente da Associação*

Eva Mendes

Aprovado em reunião de Assembleia Geral:

Eva Mendes

Data: *30* / *11* / *2019*