

PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE

Avaliação Intermédia



www.cm-valongo.pt
[@municipiodevalongo](https://www.facebook.com/municipiodevalongo)

Serras do Porto
VaLongo
○○○○○○○○○○

 **ISPUP**
INSTITUTO DE SAÚDE PÚBLICA
DA UNIVERSIDADE DO PORTO

FICHA TÉCNICA

Unidade Saúde da Câmara Municipal de Valongo

Ana Melo | Elisa Santos | Helena Oliveira

Valongo, Julho 2022

Índice

INTRODUÇÃO	4
DESAFIOS DO PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE	6
A PANDEMIA	6
A COMUNICAÇÃO	7
- A ESTRATÉGIA DA TRANSVERSALIDADE	8
PROCESSOS DE GESTÃO DO PMS	8
AS PARCERIAS EXTERNAS	12
- PLANO DE AÇÃO 2019/2021	15
INICIATIVAS INSCRITAS NO PLANO DE AÇÃO 19/20	16
INICIATIVAS NÃO INSCRITAS NO PLANO DE AÇÃO 19/20	38
- MAIS GOVERNANÇA	44
ESTUDOS REALIZADOS (EM CURSO E FINALIZADOS)	44
ATÉ 2025: A MESMA ESTRATÉGIA, NOVOS DESAFIOS	49
- ANÁLISE SWOT	49

INTRODUÇÃO

A construção e implementação do Plano Municipal de Saúde de Valongo centra-se numa metodologia participativa e circular, em que a monitorização e as avaliações criam conhecimento e evidência para ajustes e novas intervenções.(...) Os objetivos e metas propostos são uma tarefa partilhada que a Câmara Municipal de Valongo se compromete liderar, no seu domínio próprio de atuação, e em parceria com as entidades da saúde, os agrupamentos escolares e diferentes estabelecimentos de ensino, as empresas, as Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) e outras organizações representativas da sociedade civil.

Plano Municipal de Saúde – Nota Introdutória

O **Plano Municipal de Saúde (PMS)** foi desenhado para o período 2019-2025, tendo o documento final e respetivo **Plano de Ação (PA) para 2019-2020** sido concluído no segundo semestre de 2019. A apresentação pública da estratégia municipal ocorreu em janeiro de 2020, data a partir da qual se iniciou a sua implementação.

Decorridos quatro anos desde o início do processo de elaboração do Plano Municipal de Saúde, e tendo o início da sua implementação no terreno coincidido com uma imprevisível pandemia, a realização de uma avaliação intermédia, no âmbito do Observatório Municipal de Saúde, torna-se ainda mais pertinente, fornecendo informação para implementação de políticas de saúde ao nível municipal.

O presente documento, dividido em 2 partes, visa elencar o trabalho realizado, documentar os processos implementados e analisar criticamente resultados obtidos, de forma a projetar intervenções futuras. A primeira parte do relatório analisa o contexto da intervenção, as estratégias adotadas e as opções na implementação do Plano de Ação; na segunda parte são identificadas linhas de orientação para a ação futura acomodando a experiência adquirida e a informação recolhida na primeira fase de execução do PMS.

O contexto pandémico afetou a planificação e a realização das ações programadas, obrigando a uma reorganização e reafecção dos recursos. Como a seguir se demonstrará, o impacto da COVID-19 na intervenção municipal ao nível da saúde foi, em vários aspetos, propulsor de uma dinâmica de intervenção mais profunda e alargada. A extensão do plano de ação 2019-2020 ao ano de 2021 tornou-se inevitável por força de todo o contexto de confinamento, estados de emergência e de calamidade que vigoraram no ano de 2020. O presente documento analisa os desafios do PMS, tendo em conta o período entre janeiro de 2020 e junho de 2022.

Este relatório está a ser elaborado no momento em que se finalizam os acordos de transferência de competências do Estado Central para as Autarquias. É previsível que as novas responsabilidades do município no domínio da saúde, e os recursos que lhe serão associados, tenham impacto na forma de implementação do PMS; o que não se prevê é que as linhas estratégicas traçadas venham a ser alteradas, tendo em conta que as mesmas foram definidas em sintonia com as agendas e compromissos nacionais e internacionais nesta área.

A monitorização da estratégia municipal de saúde, bem como a produção de conhecimento e a disponibilização de informação quantitativa e qualitativa sobre o concelho estão previstas no Observatório definido no Plano Municipal de Saúde. Este instrumento de apoio à governança em saúde ganha maior relevância no atual contexto de delegação de competências pelo que a disponibilização pública de informação através do portal da saúde, deverá ser uma prioridade para os próximos meses.

Numa síntese prospetiva, a análise da intervenção realizada ao longo dos últimos 30 meses sugere a estruturação da ação até 2023/2025 sobre três pilares:

- **Potenciar as parcerias com entidades relevantes no território** - reforçar as relações de trabalho e confiança estabelecidas com a comunidade escolar e o ACeS, através de um investimento sistemático nos programas comuns;
- **Integrar a comunidade nas respostas à comunidade** - atender às realidades sociodemográficas para definir intervenções (envelhecimento populacional, fluxos migratórios, empregabilidade, etc.) apoiando a criação de soluções sustentáveis;
- **Implementar a delegação de competências** - dentro dos acordos definidos, criando respostas diferenciadas e inovadoras, em articulação com os restantes serviços municipais, parceiros institucionais e sociedade civil, aumentando a eficácia e eficiência dos serviços de saúde prestados à população.

A elaboração do presente relatório realizou-se entre os meses de maio e julho enquanto decorria o encerramento do ano escolar e o trabalho de diagnóstico do ACeS Maia/Valongo para a definição do novo Plano Local de Saúde. Esta coincidência temporal e os contactos regulares com diferentes parceiros sugerem que o futuro Plano de Ação 2022/25 desenhe ajustes nas intervenções ao nível dos hábitos alimentares (contexto escolar), propostas inovadoras para a população cuidadora e iniciativas de maior alcance no domínio da literacia em saúde.

DESAFIOS DO PLANO MUNICIPAL DE SAÚDE

A PANDEMIA

As notícias de uma situação epidémica grave, com relatos trágicos de mortalidade associada, a escassez de meios e recursos, o desconhecimento científico e a imprevisibilidade sobre a magnitude dos danos e a sua dimensão geográfica, ocuparam os meios de comunicação social a partir de janeiro de 2020. A COVID-19 preencheu de forma avassaladora o espaço mediático e concentrou todas as atenções na gestão do quotidiano, dando às entidades públicas responsabilidades acrescidas de orientação e disponibilização de informação e de recursos.

Em fevereiro de 2020, antecipando instruções da tutela, o Município de Valongo iniciou a elaboração de um Plano de Contingência Municipal em parceria com as Autoridades de Saúde Pública e com a direção do ACeS Maia-Valongo. Para a preparação desse documento e apoio à sua implementação foi constituída uma *task-force* no município denominada **Equipa do Plano de Contingência (EPC)** com mobilização de recursos humanos de diferentes serviços (Ação Social, Proteção Civil, Recursos Humanos e Jurídicos, Tecnologias de Informação e Comunicação) e da equipa afeta ao PMS. Nesta altura foram suspensos os trabalhos preparatórios de execução do Plano de Ação que, com o evoluir da situação epidemiológica, se tornaram completamente desadequados.

A integração da equipa da saúde na EPC promoveu a sua aproximação e interação com diversas entidades. O trabalho intenso, realizado em contexto de emergência, possibilitou o conhecimento mais aprofundado das competências, valências, limites, necessidades e possibilidades das várias instituições a atuar no concelho e para a população do concelho, facilitou o estabelecimento de redes e a conceção e agilização de respostas em parceria.

Foi também durante o período de emergência pandémica que foi possível integrar na atual Unidade de Saúde, as estagiárias PEPAL Ana Rita Paupério (Nutrição), Ana Melo (Ciências da Educação) e acolher, no âmbito da parceria com a organização **Teach for Portugal**, a formadora Ana Marta Silva (Educação Não Formal). Estas colaborações enriqueceram o modelo participativo utilizado no trabalho preparatório dos projetos “Rede de Perguntadores” e “O Mercado” e no desenho do projeto “Adolescer”.

Todo o ano de 2020 foi um período de grande demanda, com solicitações na sua maioria inéditas, e simultaneamente de aprendizagem e reconhecimento de necessidades dos municípios e dos recursos existentes no território. Desta intensidade não prevista resultaram ganhos para a execução da estratégia municipal no que respeita a:

- Definição e criação de canais e **conteúdos de comunicação** com os municípios;
- **Estabelecimento de parcerias** – internas e externas;
- **Priorização** das intervenções previstas no Plano de Ação.

O trabalho realizado pelo município no combate à COVID-19 durante o ano 2020 encontra-se sumariado em diversos documentos, nomeadamente no primeiro número da revista **Valongo Melhor Saúde + Cidadania**.

A COMUNICAÇÃO

Estando definida no Plano Municipal de Saúde como área de intervenção prioritária, a comunicação e, particularmente, a veiculação de informação de saúde, ganhou maior urgência com a situação pandémica. A criação de canais de comunicação online (Portal da Saúde, página de Facebook) e de uma publicação em papel foram fundamentais para a divulgação de informação para diferentes grupos populacionais e para a implementação de projetos em período de pandemia.

Estes instrumentos foram fundamentais para estabelecer comunicação com os munícipes, apoiar a difusão de informação e acolher dúvidas em período de pandemia. A sua atualização e adaptação ao contexto pós-pandémico tem servido a estratégia municipal de saúde e reforçado o trabalho de outros parceiros na disseminação de informação relevante na prevenção em saúde.

A produção de conteúdos, sendo da responsabilidade da equipa municipal, está a ser feita em colaboração com entidades parceiras e outros serviços do Município. Desta forma estreitam-se compromissos de colaboração com parceiros como o ACeS Maia/Valongo nas suas diferentes unidades, o Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (ISPUP) ou o Centro de Respostas Integradas (CRI-Porto Oriental).

Além dos instrumentos criados especificamente para comunicar à comunidade, a informação sobre saúde é veiculada no âmbito dos vários projetos de acordo com os seus objetivos e população alvo. É exemplo disso a informação apresentada no âmbito das caminhadas com profissionais de saúde.

Práticas a Destacar

-> Comunicação com a Comunidade

Saude.cm-valongo.pt – portal onde estão alojados todos os projetos do Plano Municipal de Saúde e os seus documentos estratégicos;

www.facebook.com/MelhorSaudeMaisCidadania - rede social da Unidade da Saúde onde são divulgados os projetos municipais e dos parceiros. Este recurso é também usado para veicular informação no domínio da saúde.

Valongo Melhor Saúde + Cidadania – revista semestral, impressa, de distribuição gratuita, com edição de 5.000 exemplares. As temáticas de saúde são abordadas a partir de um tema, com a participação de diferentes parceiros, e divulga iniciativas municipais

- A ESTRATÉGIA DA TRANSVERSALIDADE

PROCESSOS DE GESTÃO DO PMS

Práticas a Destacar

→ Comunicação interinstitucional

Reuniões Saúde Escolar – reuniões mensais, com exceção do mês de agosto, iniciadas em janeiro de 2020, com coordenadoras de educação para a saúde dos Agrupamentos de Escola do Concelho, UCC Vallis Longus, UCC Ermesinde e representante do ISPUP. Desde junho de 2022 integra também representante da Unidade de Saúde Pública.

Reuniões Comunicação ACeS Maia-Valongo – reuniões mensais, com exceção do mês de agosto, iniciadas a 15 de junho de 2021, integram representante do ACES Maia/Valongo, equipa da Unidade de Saúde da CMV e representante do ISPUP.

Reuniões Articulação com ISPUP – inicialmente sem regularidade definida, estas reuniões desde março 2022 passaram a realizar-se mensalmente com a participação da chefe da Unidade de Saúde, o Diretor de Departamento de Cultura, Cidadania, Desporto, Educação e Intervenção Social da CMV e equipa do ISPUP.

→ Articulação interna

A apresentação do PMS às restantes equipas municipais permitiu encontrar possibilidades de sinergia.

O trabalho em parceria com outras equipas municipais (Semana Europeia da Mobilidade, OPJV, ECO XXI, SEDL) rentabiliza recursos e assegura maior impacto e visibilidade.

A definição de circuitos de comunicação preferencial em período de pandemia veio possibilitar a calendarização de encontros regulares com diferentes atores no terreno, apoiando a planificação de intervenções e o acompanhamento da sua execução.

O trabalho com as equipas de **Saúde Escolar**, nomeadamente reuniões regulares com a presença das **UCC Vallis Longus**, **UCC Ermesinde** e das **coordenadoras de educação para a saúde dos Agrupamentos de Escola do Concelho**, iniciou-se em janeiro de 2020. Também aqui tem sido possível assegurar a circulação de informação atualizada, a partilha de práticas e necessidades e a definição de linhas de intervenção ao nível da educação para a saúde, potenciando os recursos de todos os parceiros.

Em junho de 2021 iniciaram-se encontros regulares com outras equipas do ACeS Maia/Valongo, permitindo articular informação e redefinir intervenções, ajustando respostas à realidade e necessidades do terreno e agregar novos elementos a pequenas equipas de trabalho.

A abordagem transversal das temáticas da saúde, e o início da implementação do PMS, assentaram na articulação com os diferentes serviços do município de forma a potenciar projetos existentes e responder a necessidades e oportunidades ainda não cobertas.

Nesse sentido foram dinamizadas sessões de trabalho com as diferentes equipas do município, apresentando o PMS e respetivo Plano de Ação, e auscultando necessidades e oportunidades de intervenção. Este trabalho ganhou mais pertinência a partir de setembro de 2021, numa fase de reorganização pós-confinamentos, integrando aprendizagens, ferramentas e conhecimentos adquiridos com a pandemia. Os resultados destes encontros de trabalho têm servido de suporte para a priorização dos projetos a implementar bem como para a adaptação ou mesmo substituição de intervenções.

→ **Ação Social – Avaliação de vulnerabilidades**

No período entre maio e junho de 2020, com a equipa da ação social, foram analisadas as perceções de vulnerabilidade das diferentes equipas técnicas do município. Este trabalho teve como objetivo preparar a implementação do projeto “Mapa de Pessoas Vulneráveis”, constante do Plano de ação 2019-2021.

Utilizando um modelo participativo de identificação de vulnerabilidades e pessoas vulneráveis, respostas existentes no território e respostas desejadas, foram realizadas 3 sessões de trabalho com as equipas da Ação Social, Rede Social, ASA e Banco Local de Voluntariado. A apresentação e discussão dos resultados foi orientada pelo Chefe da Divisão Educação, Saúde e Ação Social, em agosto de 2020, estabelecendo ligações com outras estratégias municipais, nomeadamente a elaboração da estratégia da habitação e a planificação de intervenções sociais.

Foram identificadas 4 grandes áreas de trabalho, a saber:

- Criação de canais de comunicação e articulação institucional – Município e ACeS – facilitando a identificação e encaminhamento de situações de vulnerabilidade, em particular o acesso da equipa da ação social aos serviços clínicos;
- Reforço da resposta no domínio da Saúde Mental - reforço da atividade do Centro Hospitalar Universitário S. João (CHUSJ) – consultas e terapêuticas; apoio a cuidadores;

- Reforço e criação de medidas de habitação – melhoria de habitações de realojamento; apoio à reabilitação urbana; medidas de apoio a jovens casais, residências partilhadas para seniores e para integração de sem-abrigo ou pessoas vulneráveis;
- Melhoria das acessibilidades por transporte – mais serviços e serviços específicos para pessoas de mobilidade reduzida – “táxi dos recados”.

A partir das conclusões deste trabalho, da análise das intervenções em curso ou em vias de implementação e da complexidade da realização de um mapeamento de pessoas vulneráveis - registos regulares para atualização, questões de proteção de dados e duplicação de atividade face a intervenções de outras entidades (PSP e Autoridades de Saúde) - entendeu-se não ser oportuna a realização de um mapeamento de pessoas vulneráveis, mas, antes, equacionar uma intervenção estruturada junto dos cuidadores informais.

→ **Educação – intervenções do Município em ambiente escolar**

Com o objetivo de reunir as equipas municipais da Educação e da Saúde com atuação em ambiente escolar foi realizado, em outubro de 2021, uma sessão de trabalho para apresentação da ação do município.

A reunião contou com a participação das equipas E-MIEV, Ler a Valer, Ação Social Educativa e Intervenção Educativa, havendo assim a oportunidade de conhecer os elementos de cada equipa e as especificidades da intervenção realizada no concelho.

Foi elaborado um quadro tendo como referência o ciclo escolar e as áreas de intervenção - Competências cognitivas e socio emocionais; Estilos de vida (alimentação e atividade física); Literacia, ATL, Saúde, e Comportamentos Aditivos.

Da análise final do quadro de intervenções, feita por todos as participantes, foram referidas duas notas de relevo:

1. Exiguidade de oferta para o 2º ciclo – a maioria dos projetos do município dirige-se ao 1º e 1º CEB;
2. Necessidade de realizar uma partilha regular de informação para melhor rentabilização dos recursos.

No seguimento desta ação foram reforçados os contactos com vista à circulação de informação, utilização de recursos de comunicação e cruzamento de projetos, potenciando o alcance das intervenções. Alguns exemplos disso são as notícias no jornal +Educação, a participação de professores/as e enfermeiras no curso MBSR e as oficinas do “Mercado” no campo de férias Tok’a Mexer.

→ **Juventude – comunicação com jovens**

Em setembro de 2020 foi apresentado o Plano Municipal de Saúde à equipa da Juventude, tendo em vista um trabalho articulado, em particular, no que respeita à comunicação e à promoção de comportamentos protetores de saúde. Este encontro permitiu que a equipa da saúde conhecesse as instalações da Casa do Conhecimento e as suas potencialidades. Como pontos de trabalho comum foram destacados os projetos “Rede de Perguntadores” e o portal “Adolescer”, ambos em fase pré-implementação.

A articulação com a Divisão da Juventude tem permitido:

- Planificar atividades conjuntas: OPJV no âmbito da Rede de Perguntadores e Palestras sobre sexualidade programadas pela Associação de Estudantes da Escola Secundária de Campo;
- Articular a apresentação conjunta de projetos ao IPDJ;
- Divulgar informação nas redes sociais das duas equipas.

Desporto – atividade física para a comunidade

A articulação com a Divisão do Desporto (DD) iniciou-se em janeiro de 2020, tendo como mote o projeto Toc'Andar e os percursos urbanos, o que permitiu:

- Participação da DD na iniciativa Com Profissionais de Saúde a Caminhar;
- Integração dos Centros de Marcha e Corrida na oferta para o projeto Toc'Andar.

Departamento de Inovação e Tecnologias de Informação e Comunicação – Funcionalidade na app do município

Para além da colaboração necessária ao funcionamento dos diferentes projetos no que diz respeito aos sistemas de informação e à comunicação, a colaboração com a equipa da DITIC tem permitido criar respostas customizadas aos projetos previstos no PMS, com particular destaque para:

- Criação da plataforma de encomendas do projeto “O Mercado” e apoio na sua operacionalização;
- Desenvolvimento de uma funcionalidade, dentro da aplicação municipal, para servir de suporte digital ao projeto Toc'Andar.

→ Ambiente – Eco XXI e Green Leaf

A inclusão regular de projetos da Unidade da Saúde nas candidaturas da Divisão do Ambiente cria oportunidades de comunicação e visibilidade que de outra forma seriam mais difíceis de realizar.

A integração da equipa do Ambiente em atividades da Unidade da Saúde, nomeadamente em sessões da Rede de Perguntadores e nas atividades “Com profissionais de Saúde a Caminhar” possibilita uma abordagem holística das temáticas da saúde com outros recursos de comunicação

- Merchandising para as iniciativas BUS Pedestre e “Com profissionais de Saúde a Caminhar”;
- Reconhecimento público das iniciativas da saúde através das redes de comunicação do ambiente.

AS PARCERIAS EXTERNAS

Práticas a Destacar

- **O trabalho com o tecido económico** com vista ao enraizamento dos projetos assegurando-lhes sustentabilidade (Cooperativa de Produtores Agrícolas do Concelho de Valongo e Associação Industrial e Empresarial de Valongo);
- **Partilha regular e sistematizada de informação e recursos** com parceiros institucionais potenciando sinergias e gestão eficiente de recursos;
- **Integração de propostas dos parceiros no PMS/Plano de Ação.**

Estabelecer parcerias de intervenção com entidades externas tem sido uma das marcas da implementação do PMS. Enumeram-se as que têm sido mais regulares e os resultados que têm sido alcançados.

ISPUP

- Criação de conteúdos para as revistas “*Melhor Saúde Mais Cidadania*”;
- Criação de conteúdos para o separador “*Adolescer*” (Alimentação)
- *Criação de conteúdos para o separador Mais Saúde e para as redes sociais*
- Elaboração dos materiais didáticos para professores no âmbito do projeto “*Neste Carro Não se Fuma*” e formação de docentes e não docentes;
- Contributo na elaboração dos materiais para o projeto O Mercado (panfletos informativos)
- Criação dos materiais para avaliação do Projeto Bus Pedestre
- Proposta do desenho do projeto “*Refrigerante não entra*”

Cooperativa de Produtores Agrícolas do Concelho Valongo

A primeira experiência teve como parceira a Cooperativa de Produtores Agrícolas do Concelho de Valongo e visou a realização do projeto “O Mercado”. Em julho de 2020 foi feita a apresentação do PMS e a proposta de criação de uma oferta adaptada às restrições da pandemia. Na primeira semana de dezembro de 2020 foram entregues os cabazes dos primeiros clientes do Mercado, nas freguesias de Ermesinde e Valongo tendo, um ano depois, sido alargada a oferta à freguesia de Alfena.

Esta parceria não se tem limitado à venda de cabazes. A participação da Cooperativa Agrícola em outras atividades do município – *Com profissionais de saúde a caminhar*; campo de férias *Tok’ A Mexer Páscoa*, *Switch to Innovation Summit* – tem permitido a divulgação da iniciativa e o envolvimento de diferentes grupos populacionais nas questões da sustentabilidade alimentar e na alteração de comportamentos e estilos de vida.

A Cooperativa tem tido particular atenção na escuta dos clientes, percebendo necessidades e integrando sugestões. Um exemplo é a disponibilidade para reforçar o cabaz fixo com outros produtos da cooperativa, o que tem assegurando o escoamento de produção local e a fidelização de clientes à proposta inicial de consumo de produtos frescos e da época.

Espera-se que até outubro de 2022 toda a gestão do projeto “O Mercado” seja assumida pela Cooperativa - definição dos cabazes, divulgação do produto e venda – contando com o apoio da CMV na criação de materiais de comunicação e interligação com outros projetos do PMS. Alguns resultados deste trabalho:

- 3 freguesias abrangidas pela iniciativa;
- Uma média de 150 cabazes (1 tonelada de hortofrutícolas) vendidos semanalmente;
- Aumento do número de produtores de hortícolas, de 22 para 25;
- Reconhecimento do trabalho da cooperativa pelos seus pares com apresentação do projeto em diferentes fóruns, publicação de artigo na revista da Agros e a visita de congéneres para conhecerem o modelo e a operacionalização do projeto.

ACeS Maia/Valongo - Unidades de Cuidado na Comunidade

A parceria com as UCC Vallis Longus e Ermesinde tornou-se progressivamente mais relevante, fruto da participação regular nas reuniões com as coordenadoras da saúde escolar dos seis agrupamentos de escolas do concelho. A apresentação de iniciativas dentro e fora do contexto escolar, a identificação de necessidades de intervenção e a partilha de experiências pautou os encontros mensais, facilitando sinergias e tornando a implementação do PMS uma tarefa partilhada por diferentes entidades. Alguns resultados deste trabalho conjunto:

- Participação no ciclo “Ordem na Conversa”, sessão sobre sexualidade “Como nos Orientamos?”;
- Participação nas sessões da Rede de Perguntadores sobre o tema “sexualidade”; → Integração da formação “Eu e os Outros”;
- Dinamização da iniciativa “Com Profissionais de Saúde a Caminhar” em Valongo; → Participação no projeto “Adolescer” – resposta a questões de sexualidade.

Agrupamentos de Escola do Concelho de Valongo – Rede Pública

O trabalho com os agrupamentos de escola foi bastante reforçado pela regularidade das reuniões de coordenação da saúde escolar. A colaboração entre as estruturas municipais (Unidade de Saúde e Divisão de Educação) e a articulação com as associações de encarregados de educação revelaram-se práticas importantes para uma intervenção de maior proximidade com as escolas, potenciando recursos. Alguns resultados deste trabalho:

- Participação de docentes na formação MBSR dinamizada pela Divisão de Educação
- Implementação do projeto “Neste Carro Não se Fuma” nas EB1
- Realização da formação “Eu e os Outros” para docentes de 2º e 3º ciclo
- Realização do *webinar* “Comportamentos auto lesivos na adolescência” dirigido a docentes de 3º ciclo e secundário, em parceria com CHUSJ e UCC Vallis Longus

Centro de Respostas Integradas – Porto Oriental (CRI)

O trabalho com o CRI tem permitido encontrar soluções customizadas às necessidades que vão sendo identificadas.

Esta parceria permitiu:

- Criação de conteúdos para o separador “*Adolescer*” e para o n.º 2 da revista “*Melhor Saúde Mais Cidadania*”;
- Formação de docentes e não docentes no âmbito do projeto “Neste Carro Não se Fuma”;
- Formação de docentes no programa “Eu e os Outros”.

Ordem dos Psicólogos Portugueses – Delegação Regional do Norte (OPP)

O ciclo “Ordem na Conversa” resultou da proposta inicial da OPP de criar uma intervenção integrada no Programa Regional de Promoção da Literacia em Saúde Mental. A parceria realizada com esta entidade tem, desde janeiro, permitido a realização mensal de uma conversa, com, pelo menos, dois convidados, para abordar temáticas tão diferentes como o luto, a sexualidade, a produtividade ou a agressão. Feitas em regime misto – presencial e online – as sessões possibilitam a interação com o público e resposta às suas questões em direto e em diferido já que as conversas ficam disponíveis para visionamento posterior, na página do município.

Esta parceria permitiu:

- Divulgação dos recursos existentes no território, de acordo com cada uma das temáticas abordadas;
- Criação de conteúdos visuais (teasers) para divulgação de informação sobre saúde mental e psicológica;
- Criação de panfleto informativo e orientador para familiares e encarregados de educação de jovens atletas.

- PLANO DE AÇÃO 2019/2021

Apesar de o Plano Municipal abranger o período 2019-2025, e o plano de ação estar definido para 2019-2020, só em janeiro de 2020 o documento estratégico foi formalmente apresentado e, por isso, só a partir dessa data começou a trabalhar a equipa que haveria de implementar os projetos desenhados.

Visando os objetivos definidos no PMS, foram desenhados 13 projetos, salvaguardando o caráter dinâmico do processo de implementação que poderia acolher projetos já em curso (como foi o caso da iniciativa *Lancheiras Felizes*); novas propostas em resposta a necessidades posteriormente identificadas ou sugestões apresentadas (projetos *Adolescer*, *Ordem na Conversa*, e *Com os profissionais de Saúde a Caminhar*); ou a suspensão/reformulação por alteração de contexto (projeto A Carreira, Rede de Cuidadores Informais e Mapa de pessoas Vulneráveis).

O contexto pandémico afetou a planificação e a realização das ações previstas obrigando a uma reorganização e reafecção dos recursos. A extensão do plano de ação ao ano de 2021 tornou-se inevitável por força de todo o contexto de confinamento, estados de emergência e calamidade que vigoraram no ano de 2020.

No quadro abaixo (*quadro 1*) elencam-se as iniciativas inscritas no plano de ação 19/20 com informação sobre: ações previstas, análise da implementação, metas, indicadores de realização (quantitativos e qualitativos) e continuidade do projeto.

Os quatro projetos acrescentados ao Plano de Ação 19/20, entretanto implementados, são também alvo de análise em quadro idêntico (*quadro 2*), com informação sobre: Objetivo do projeto, Enquadramento nos objetivos estratégicos e indicadores de realização (quantitativos e qualitativos). Estes projetos decorrem das necessidades auscultadas no terreno – pela equipa da saúde ou pelos parceiros - pelo que a sua continuidade será inscrita no plano de ação 2023/25.

INICIATIVAS INSCRITAS NO PLANO DE AÇÃO 19/20

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
<p>Valongo Comunica Saúde</p> <p>1 - Estabelecer protocolo com ACeS Maia/Valongo para divulgação de informação em saúde através dos meios e plataformas da autarquia;</p> <p>2 - Formar o conjunto de profissionais da autarquia, com papel mais direto na divulgação de mensagens de saúde;</p> <p>3 - Criar e implementar o Plano Anual de Comunicação em Saúde em articulação com o PMS;</p> <p>4 - Criar regularmente conteúdos para as plataformas de comunicação da autarquia já existentes (meios digitais, boletim municipal, etc.), ou outras plataformas e meios a criar (newsletter, página própria, etc.).</p>	<p>O projeto não foi concretizado. Contudo, são dinamizadas, desde 15 de junho de 2021, reuniões mensais entre representantes do ACES Maia/Valongo, equipa da Unidade de Saúde (CMV) e representante do ISPUP com vista ao acompanhamento e/ou operacionalização do PMS;</p> <p>2 - Formação realizada pelo ISPUP;</p> <p>3 - Concebido Plano de Comunicação tendo por base calendário de efemérides;</p> <p>4 - Foram criadas novas plataformas e suportes de comunicação regular para os quais são produzidos conteúdos regulares:</p> <p>Portal municipal da saúde https://saude.cm-valongo.pt/; Rede social da saúde Facebook/melhorsaudemaiscidadania;</p> <p>Revista <i>Valongo Melhor Saúde + Cidadania</i>. Edição bianual para comunicar temas relacionados com a saúde, com intervenção dos parceiros.</p>	<p>Até dez 2019 – Capacitação dos/as profissionais da autarquia;</p> <p>Até mai 2020 – Plano de comunicação definido.</p>	<p>, promovendo o curso ISPUP (13 nos em fev. 2021) e a comunicação municipal no domínio da saúde pública.</p> <p>Em nov. 2020: tendo em conta a situação de emergência e a necessidade de aplicação de medidas de prevenção e contenção da doença.</p>	<p>N.º de reuniões realizadas: 12</p> <p>N.º de profissionais capacitados: 1</p> <p>Meios/plataformas autárquicos utilizados: Site Saúde, Site Câmara Municipal, FB Saúde, FB Município, FB Educação, FB Juventude</p> <p>N.º de edições da Revista: 2</p> <p>1ª edição Abril: a Memória e o Futuro (abr. 2021)</p> <p>2ª edição Outono/Inverno – Novas Tendências (jan. 2022)</p>	<p>A dinâmica de parceria com o ACeS foi impactada pela COVID19; a indicação de profissionais de saúde como interlocutores/as possibilitou a divulgação de atividades e criação de respostas mais ajustadas (caso <i>Com profissionais de Saúde a Caminhar e Campanha de Saúde Oral</i>).</p> <p>A página da saúde tem sido abastecida regularmente e muito consultada para informações relativas ao Centro de Vacinação Covid.</p> <p>A organização e a tipologia da informação a disponibilizar têm vindo a ser alvo de reflexão para futuros ajustes tendo em conta o público-alvo e os recursos humanos disponíveis.</p> <p>O plano de comunicação, no formato inicialmente pensado não se revelou útil, mantendo-se o calendário de efemérides como uma boa âncora para algumas ações.</p>	<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>Criar conteúdos para o OBSERVATÓRIO onde constarão dados específicos do Concelho e os estudos decorrentes da monitorização do Plano de Ação do PMS.</p>

O Mercado			Projeto lançado novembro de 2020	2 Tipologias de cabazes: Família - 4 a 5Kg;	Realizadas as três fases de avaliação previstas (ISPUP):	
1 - Dinamizar um mercado semanal (à quarta-feira) com horário compatível com as	1 - Projeto concretizado. Sofreu uma conversão por força da pandemia e foi transformado em proposta de					

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
----------------------------------	--	-----------------------	--	--	---	---------------------------------------

<p>atividades profissionais da maioria da população, junto de centros de transportes (estações CP ou centrais de transporte);</p> <p>2- Contactar pequenos/as produtores/as locais (ou organizações que os/as representem);</p> <p>3 - Criar condições logísticas para implementação da ação (bancas nos espaços selecionados);</p> <p>4- Divulgar e dinamizar os mercados.</p>	<p>encomenda digital e entrega em pontos de recolha definidos. Encomenda online d'O Cabaz da Semana com peso e preço predefinidos, a levantar em horário pós-laboral em locais diferenciados (Alfena, Ermesinde, Valongo), em parceria com a Cooperativa Agrícola de Valongo. O cabaz inclui ainda uma proposta de receitas gastronómicas a confeccionar com os produtos do Cabaz e Dicas para facilitar as escolhas do dia-a-dia;</p> <p>2 - Foi protocolada parceria com a Cooperativa dos Produtores Agrícolas do Concelho de Valongo;</p> <p>3 - Foi criada plataforma de encomenda online e sistema de gestão de encomendas com o parceiro (Cooperativa); Foi definido e implementado protocolo de avaliação do projeto (ISPUP);</p> <p>4 - Foi criada imagem do projeto e produzidos materiais de comunicação e merchandising (sacos, aventais, panfletos e cartazes); Foi feita divulgação junto dos Órgãos de Comunicação Social, nomeadamente imprensa local, JN, RTP e TVI.</p>	<p>Até dez 2020 - 1 mercado por freguesia implementado;</p> <p>Pelo menos 20 pequenos agricultores/produtores locais envolvidos.</p>	<p>1.ºs cabaz no início do mês de dezembro.</p> <p>Encomendas feitas através de plataforma digital criada no site https://saude.cmvalongo.pt/</p> <p>Envolvimento de 25 pequenos agricultores/produtores;</p> <p>3 freguesias com pontos de entrega.</p>	<p>Super Família - 8 a 9Kg. Possibilidade de acrescentar produtos ao cabaz.</p> <p>N.º de cabazes</p> <p>Mais de 10.250 cabazes, valor aproximado de 71 toneladas de produtos hortofrutícolas.</p> <p>N.º de clientes: 1030</p> <p>N.º de agricultores: 25</p> <p>N.º de pontos de entrega: 4.</p> <p>Nº freguesias: 3</p> <p>Alfena</p> <p>Atlético Clube Alfenense</p> <p>Ermesinde</p> <p>- Fórum Cultural de Ermesinde</p> <p>- Loja da Cooperativa Agrícola</p> <p>Valongo</p> <p>Apeadeiro de Susão</p>	<p>relatório "Um ano de Mercado" apresentado em abril de 2022.</p> <p>Protocolo de parceria com a Cooperativa Agrícola executado. Regista-se um pequeno atraso na passagem da plataforma de encomendas para a gestão do parceiro (data prevista maio de 2022), que deverá ocorrer até outubro de 2022.</p> <p>Boa prática apresentada a 19/03/21 no VIII Fórum da Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis no Webinar "Ecologia e Saúde" realizado a 19 de março 2021 - Da Terra para "O Mercado": o Cabaz da Semana.</p> <p>Projeto integrado no Prémio European Green Leaf 2022 – Valongo.</p> <p>Integração do projeto em reuniões do setor de atividade do parceiro por convite de outras entidades (Revista da AGROS, Reuniões de Agricultores, etc).</p> <p>Participação em atividades do Município – Com os profissionais de Saúde a Caminhar; Campo de Férias Tok'A Mexer Páscoa.</p>	<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>Gestão da plataforma de encomendas em fase de autonomização.</p> <p>Articulação do projeto com outras iniciativas do município</p> <p>Redefinição dos termos da parceria.</p>
---	---	--	--	---	--	--

Rede de Perguntadores 1 - Criação de grupo de trabalho para definição de	Projeto reconvertido tendo em conta outras intervenções do município			<u>Ano letivo 2020/2021:</u>		
--	--	--	--	------------------------------	--	--

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
----------------------------------	---	----------------	--	---	--	--------------------------------

<p>atividades a implementar nos estabelecimentos de ensino para promoção da participação das crianças e jovens nas políticas do Concelho;</p> <p>2 - Planificação de pelo menos 2 Assembleias Municipais participativas para discussão de temáticas relativas ao PMS, e não só, com vista a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acompanhamento do PMS (avaliação, sugestões, alterações); • Definição de políticas e intervenções públicas. <p>3 - Promover a definição de estratégias e ações no âmbito do PMS, para crianças e jovens, desenvolvidas e avaliadas por pares.</p>	<p>existentes no território (áreas da Juventude e da Educação). A redefinição de objetivos e planificação da intervenção foi realizada por 2 técnicas, no âmbito do estágio <i>PEPAL</i> e do <i>Programa de Liderança da Teach for Portugal</i>, sob coordenação da Unidade de Saúde.</p> <p>Objetivos redefinidos</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estimular a cidadania ativa e participativa, dinamizando a integração juvenil em processos de decisão; - Criar um espaço de questionamento e partilha para jovens adolescentes, onde as suas preocupações possam ser expostas e trabalhadas; - Capacitar os jovens para comportamentos protetores de saúde (em particular a saúde emocional e mental) e para a exposição das suas ideias e preocupações. <p>A implementação em contexto escolar (3.º CEB) em 2 ambientes que se complementam:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sala de aula com sessões mensais sobre temas escolhidos pelos/as alunos/as onde se debate, escuta e analisam problemas, procurando estratégias de ação. - Clube de Perguntadores espaço de questionamento, partilha e ação. 	<p>Início da Implementação – set 2020;</p> <p>Duração – Sem prazo.</p>	<p>O projeto iniciou com uma turma piloto (8.º ano) da E.B. <i>Vallis Longus</i> em outubro de 2020.</p> <p>Em contexto pandémico, avançou-se com a criação de um centro de recursos, no site https://saude.cm-valongo.pt/, para utilização de docentes e jovens. Foi facultada informação de suporte sobre temáticas identificadas na sessão inicial realizada junto da turma-piloto e criados desafios para utilização de jovens em contexto educativo e/ou familiar.</p>	<p>N.º de Agrupamentos de Escola: 1 (AE <i>Vallis Longus</i>)</p> <p>N.º de turmas: 6</p> <ul style="list-style-type: none"> - 2 turmas do 7.º ano - 2 turmas do 8.º ano - 2 turmas do 9.º ano <p>Ano letivo 2021/2022:</p> <p>N.º de Agrupamentos de Escola: 2</p> <p>AE <i>Vallis Longus</i> AE Valongo</p> <p>N.º de turmas: 8 - AE <i>Vallis Longus</i>: 2 turmas - 8º ano - AE Valongo: 6 turmas 4 - 7.º ano 2 - 8.º ano</p> <p>N.º de Clubes criados: 2 1 E.B. <i>Vallis Longus</i>, 1 E. Sec. de Valongo</p> <p>N.º médio de jovens por Clube: 5</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Intervenção de Psicólogos/as (Rede EsPSIS) em situações expostas durante a atividade; - Criação de canais de comunicação com responsáveis da escola facilitando a exposição e o conhecimento dos interesses académicos e pessoais dos alunos e as necessidades sentidas. - Criação de competências para a identificação de interesses e oportunidades de intervenção, planeamento e desenvolvimento das mesmas em contexto escolar, lideradas pelos jovens (ex: ação com escola segura; agendamento de sessões sobre sexualidade, redes sociais, etc.) - Difusão de informação sobre atividade do município e apoio à participação cívica através de programas dedicados a esta faixa populacional como é o caso do OPJV. Destaque para a participação de 4 jovens do Clube de Perguntadores da E. Sec. de Valongo no Switch to Innovation Summit - 2ª Edição, no painel: Rede de Perguntadores - Os jovens perguntam sobre Lixo Zero, Criptomonedas, Redes Sociais e Novas Profissões. 	<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>A consolidação da estrutura e funcionamento da Rede de Perguntadores implica a afetação de recursos humanos, possibilitando a passagem de modelo piloto para uma oferta a todos os agrupamentos de escolas do concelho.</p> <p>A longo prazo esperase que o Clube de Perguntadores seja o Clube da Cidadania na Escola.</p>
<p>Bus Pedestre</p>						

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
<p>1 Definir circuitos pedestres de acesso à escola e respetivos horários;</p> <p>2 - Assegurar estruturas que promovam a segurança (p. ex. passadeiras, gestão de semáforos, etc);</p> <p>3 - Definir a estratégia de implementação e divulgação com agentes de segurança, assoc. de EE, e responsáveis das escolas;</p> <p>4 - Criar imagem;</p> <p>5 - Estabelecer equipas de adultos responsáveis por acompanhar as crianças.</p>	<p>1 - Foi criada, em plataforma SIG, uma aplicação com a rede de linhas (percursos) e formulário de inscrição de condutores e passageiros;</p> <p>2 - Os percursos foram analisados e ajustados com os serviços municipais de forma a garantir segurança e a sinalizar a presença do BUS;</p> <p>3- Foram envolvidas as direções das escolas e as associações de EE e/ou representantes de turma para definição de circuitos, divulgação do projeto e sua implementação;</p> <p>4 - Foi criada imagem do projeto e toda a campanha de divulgação. Foram criados materiais de comunicação e de visibilidade com a imagem do projeto;</p> <p>5 - Foram criadas 5 linhas com os respetivos condutores e foi feita uma sessão de capacitação inicial aos condutores.</p>	<p>Até jul 2019 - estabelecimentos de ensino envolvidos;</p> <p>Até dez 2020 - 100% estabelecimentos de ensino públicos envolvidos.</p>	<p>Este projeto foi impactado pelas medidas de contenção pandémica tendo sido lançado em set 2021 no âmbito da Semana Europeia da Mobilidade, na EB1 da Gandra.</p>	<p><u>Escolas com Percursos do Bus Pedestre criados:</u></p> <p><u>Ermesinde</u> Escola Básica da Gandra</p> <p>Escola Básica das Saibreiras</p> <p>Escola Básica da Bela</p> <p>Escola Básica de Sampaio</p> <p>Escola Básica da Costa</p> <p>Escola Básica Montes da Costa</p> <p><u>Valongo</u> Escola Básica Nova de Valongo</p> <p>Escola da Ilha</p> <p><u>Percursos ativos durante o ano letivo 2021/2022:</u></p> <p>Escola Básica da Gandra 22/09/2021 – 2 percursos</p> <p>Escola Básica Saibreiras 15/11/2021 – 1 percurso</p>	<p>EB da Gandra e EB da Ilha com utilização regular dos percursos.</p> <p>Famílias recetivas, mas com muita resistência quanto à inscrição de crianças e disponibilidade para condutores.</p> <p>Divulgação do projeto nos órgãos de Comunicação Social e nas redes do município com o envolvimento de EE:</p> <p>https://www.in.pt/local/especialpatrocinado/videos/valongotem-um-projeto-que-incentiva-ohabito-de-caminhar-ate-a-escola14487196.html</p> <p>Apresentação do projeto no encontro de utilizadores de ESRI - EUE 2021 realizado em 21 de outubro de 2021. O tema do encontro SIG: Construir um Futuro Sustentável.</p> <p>Apresentação do projeto piloto na iniciativa conjunta da CM de Paredes e Escola Secundária de Paredes sobre Mobilidade Sustentável.</p> <p>Projeto integrado no Prémio European Green Leaf 2022 – Valongo.</p>	<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>Realizar maior trabalho de envolvimento comunitário dando visibilidade às iniciativas individuais de caminhar para a escola.</p>

				<p>Escola Básica da Costa 18/11/2021 – 1 percurso</p> <p>Escola Básica da Ilha 10/01/2021 – 1 percurso</p> <p>N.º de ações de formação condutores: 1</p> <p>N.º de participantes na ação de formação: 5</p>		
Neste carro Não se Fuma						

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
----------------------------------	--	-----------------------	---	--	---	---------------------------------------

<p>1 - Criar selo e documento de compromisso a assinar por munícipes que integrem as atividades planificadas para a obtenção do selo;</p> <p>2 - Criar materiais de divulgação sobre riscos de exposição ao tabaco;</p> <p>3 - A apresentação da ação e proposta de assinatura de compromisso em unidades de saúde – durante o curso de preparação para o parto e nas consultas que integram o Programa Nacional de Saúde Infantil e Juvenil; e em Jardins de Infância, Escolas do Ensino Básico (1.º, 2.º e 3.º Ciclo), públicos e privados.</p>	<p>O projeto foi reconvertido para ser possível a sua aplicação no terreno. O contexto pandémico possibilitou a sua implementação através da formação on-line de docentes, e do trabalho autónomo em sala de aula;</p> <p>A reformulação do projeto visou a capacitação de docentes para realização de atividades em sala de aula e com as famílias, centrando a comunicação na diminuição da exposição ao fumo passivo.</p> <p>Objetivos redefinidos</p> <ul style="list-style-type: none"> – Criação dos selos e compromissos; criação de materiais para utilização em contexto de sala de aula (panfleto sobre riscos de exposição ao tabaco); - Criação e implementação de uma formação para docentes e auxiliares de ação educativa; – Acompanhamento das ações em sala de aula e criação e divulgação de propostas de atividades. <p>O projeto avançou apenas nas escolas da rede pública – ensino pré-escolar e 1.º CEB.</p>	<p>Até dez 2019 - das unidades de envolvimento e 1/3 c estabelecimentos de ensino envolvidos;</p> <p>Até dez 2020 – 10 das unidades de envolvimento e dos estabelecimentos de ensino envolvidos.</p>	<p>Este projeto foi impactado pelas medidas de contenção pandémica. Em julho e setembro de 2021, 9 das 28 escolas do 1.º CEB da rede pública aderiram ao projeto, participando (on-line) na Ação de Curta Duração Certificada pelo Centro de Formação Sebastião da Gama, ministrada pelo CRI-Porto Oriental e pelo Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto.</p>	<p><u>N.º de participantes na formação:</u></p> <p>Docentes - 55</p> <ul style="list-style-type: none"> - 16 AE de Ermesinde - 16 do AE S. Lourenço - 6 AE de Vallis Longus - 17 AE de Valongo <p>Não Docentes: 11</p> <p>6 Escolas realizaram atividades envolvendo crianças e famílias. Nestas atividades foram assinados compromissos por adultos e crianças, e atribuídos selos.</p> <p><u>N.º de compromissos assinados e selos atribuídos</u></p> <p>EB Saibreiras – 20 EB Gandra – 14 EB Paço – 16 EB Balsa – 11 EB Campelo – 25 EB Fijós – 63</p>	<p>A dinamização e criatividade dos/as docentes tem permitido acrescentar atividades às inicialmente previstas pela equipa de formação;</p> <p>Foi realizada uma ação na EB das Saibreiras (colagem de selos em veículos de docentes) no dia 17 de novembro (Dia do Não Fumador) com participação do Sr. Vereador da Educação.</p>	<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>Realizar sessão de avaliação e recolha de boas práticas.</p> <p>Planificar alargamento da atividade a todas as escolas</p> <p>Realizar novas sessões de capacitação.</p> <p>Integrar escolas privadas.</p> <p>Implementar atividades com as famílias.</p>
<p>Toc'Andar</p> <p>1 - Identificar percursos para a prática de exercício físico, nas áreas de maior densidade populacional, apresentando propostas para 3 níveis de dificuldade diferente;</p>	<p>A operacionalização deste projeto esteve suspensa grande parte do tempo, sobretudo pela dificuldade, decorrente da pandemia, na articulação com as unidades de saúde local com vista à elaboração e</p>	<p>Até dez 2019 – Pelo menos 4 percursos (1/freguesia) em funcionamento;</p>				<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p>

	divulgação de percursos e inerente					
--	------------------------------------	--	--	--	--	--

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
----------------------------------	--	----------------	--	---	--	--------------------------------

<p>2 - Criar <i>flyers</i> e outros suportes de comunicação que possam ser utilizados para identificação dos percursos e monitorização da prática individual;</p> <p>3 - Garantir a manutenção e condições de utilização dos circuitos (iluminação, bebedouros, etc);</p> <p>4 - Promover a programação de atividades nos circuitos, estimulando a sua utilização;</p> <p>5 - Articular com as unidades de saúde local a divulgação dos circuitos, a integração desta opção na prescrição de atividade física aos utentes da unidade de saúde e a monitorização da adesão;</p> <p>6 - Criar procedimentos para receber sugestões e alertas da população no sentido de agilizar a manutenção dos circuitos e melhorar as ofertas.</p>	<p>prescrição de utentes. unidade física de</p> <p>A iniciativa “Com os Profissionais de Saúde a Caminhar” tem per condições para implementação d num formato reconvertido, em p: ACeS e com o apoio da DITIC.</p>	<p>Até dez 2020 – Pelo menos 12 percursos em funcionamento.</p>				
--	--	---	--	--	--	--

<p>Dia Municipal sem Álcool</p> <p>1 - Envolver associações de comércio, restauração e hotelaria;</p> <p>2 - Envolver estabelecimentos de ensino e associações culturais e</p>	<p>desde projeto no período da</p> <p>A implementação esteve suspensa pandemia.</p> <p>Foi elaborada proposta de multifacetado com vista a alertar para o impacto do consumo</p>	<p>Até maio 2020:</p> <p>- Adesão de 30% dos clubes e associações;</p> <p>- Adesão de 25% dos estabelecimentos</p>				<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>A aguardar contributos do ISPUP.</p>
---	--	--	--	--	--	---

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
---------------------------	---	----------------	--	---	--	--------------------------------

<p>desportivas na organização de atividades;</p> <p>3 - Criar programa de atividades sem álcool (debates, concerto, exposição, flashmob, etc) com participação de entidades locais e personalidades de referência;</p> <p>4 - Elaborar e implementar campanha de divulgação.</p>	<p>excessivo de álcool na saúde dos indivíduos e na comunidade tendo em conta:</p> <ul style="list-style-type: none"> - o envolvimento da Associação Industrial e Empresarial de Valongo; - o envolvimento da Divisão de Cultura na articulação de eventos (espetáculos e instalações); - o envolvimento dos Agrupamentos de Escola, nomeadamente, dos Jovens Promotores de Saúde, projeto da LPCC no concelho de Valongo. <p>Esta proposta está a ser analisada pelo ISPUP que deverá entregar contributos para a sua execução.</p>	<p>comerciais (hotelaria e restauração).</p>				
--	---	--	--	--	--	--

Refrigerante Não Entra 1 - Criar um selo (autocolante) de sinalização de adesão à campanha, a colocar nas instalações dos estabelecimentos de ensino, associações culturais e desportivas;	Implementação não iniciada devido ao contexto pandémico. Na análise feita para a implementação deste projeto foram identificados elementos que sugerem a sua reconversão:	Até dez 2019: 25% dos equipamentos escolares aderem à iniciativa;				- Projeto a reverter construindo uma oferta que reforce e apoie a ação das equipas do ACeS e Coord Saúde Escolar neste domínio.
--	--	--	--	--	--	---

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
---------------------------	---	----------------	--	---	--	--------------------------------

<p>2 - Definir e implementar a produção de regras que utilizam açúcares nomeados refrigerantes, no âmbito das atividades da instituição/estabelecimento</p> <p>3 - Criar materiais de capacitação/motivação para técnicos/as e profissionais de educação.</p>	<p>- Versão online do projeto Lancheiras Felizes;</p> <p>- Necessidade de intervenção ao nível do 2º ciclo identificada pelas Coordenadoras da Educação para a Saúde e pelos docentes;</p> <p>- A implementação do PASSE - Programa de Alimentação Saudável em Saúde Escolar - no concelho de Valongo.</p> <p>Esta reconversão deverá ser feita no sentido de reforçar a oferta existente no território apoiando as equipas na sua implementação, nomeadamente equipa ACeS e Coord Saúde Escolar.</p>	<p>25% das associações culturais e desportivas aderem à iniciativa.</p> <p>Até dez 2020:</p> <p>75% dos profissionais e técnicos/as de associações culturais e desportivas;</p> <p>75% dos equipamentos escolares aderem à iniciativa;</p> <p>25% dos equipamentos culturais e desportivos, integrados na iniciativa.</p>				
---	---	---	--	--	--	--

<p>Violência, Não!</p> <p>1 - Definir com os estabelecimentos de ensino público e privado, associações culturais e desportivas, instituições religiosas, um calendário de atividades a desenvolver em cada instituição;</p>	<p>Implementação não iniciada devido ao contexto pandémico.</p> <p>Tendo em conta a intervenção já existente em contexto escolar, nomeadamente a Rede de Perguntadores, deverão ser definidas estratégias e ações que articulem estes</p>	<p>Até dez 2019 – Calendário, conteúdo das ações e participantes de fóruns definido;</p>				<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação com reformulações.</p>
--	---	--	--	--	--	---

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
<p>2 - Promover formação sobre violência a dirigentes e técnicos de associações culturais e desportivas;</p> <p>3 - Promover concurso criativo (produção de pequenos vídeos) para jovens entre os 13 e os 18 sobre a temática da violência a partir da pergunta “Sabes o que é isto?”;</p> <p>4 - Identificar, com as entidades parceiras atuantes no terreno, melhores práticas no acompanhamento de agressores identificados e situações de risco;</p> <p>5 - Definir estratégias para escalar a prevenção de situações de violência e acompanhamento</p>	<p>dois projetos e assegurem o tratamento da questão da violência junto dos mais jovens. As ações a realizar junto da população adulta (educadores, dirigentes e técnicos de associações culturais e desportivas) deverá ser alvo de um trabalho conjunto com outros serviços municipais.</p>	<p>Até mai 2020 – Lançamento do Concurso vídeo.</p>				

de agressores e vítimas.						
<p>Empresas Certificadas</p> <p>1 - Definir com as associações empresariais uma estratégia para implementação da ação;</p> <p>2 - Definir critérios de atribuição de Certificação a empresas que implementem ações que contribuam para os objetivos do Plano Municipal de Saúde;</p>	Implementação não iniciada devido ao contexto pandémico.	<p>Até jul 2020 – Plano de certificação criado e implementado;</p> <p>Até dez 2020 – 5 empresas candidatas a certificação.</p>				<p>Projeto a manter no próximo Plano de Ação.</p> <p>Envolvimento do tecido empresarial na promoção dos estilos de vida saudável através de um processo de certificação a</p>

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
<p>3 - Preparar propostas de ações de promoção da saúde e de comportamentos /estilos de vida saudáveis que possam ser implementadas pelas empresas, nomeadamente no que se refere ao consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo, alimentação e atividade física (avaliar a possibilidade de inclusão no âmbito das formações previstas na lei);</p> <p>4 - Fomentar a difusão de informação e a promoção do acesso aos rastreios organizados no âmbito dos cuidados de saúde primários;</p> <p>5 - Promover a implementação de estratégias de preparação de trabalhadores e trabalhadoras na transição para reforma.</p>						<p>elaborar em articulação com parceiros, nomeadamente a OPP, tendo como modelo a campanha “Locais de trabalho saudáveis”</p>
<p>Rede de Cuidadores Informais</p> <p>1 - Identificar a população</p>	<p>Em articulação com o Banco Local de Voluntariado, ao nível do voluntariado de substituição, constatou-se, por um lado, a existência de um número insuficiente de pessoas voluntárias</p>	<p>Até dez 2020:</p>				<p>Não integrar no novo Plano de Ação.</p>

cuidadora do concelho						
-----------------------	--	--	--	--	--	--

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
<p>(junto do ACeS Maia/Valongo e da Rede Social Municipal);</p> <p>2 - Promover o voluntariado de substituição de cuidadores/as e capacitar uma rede de voluntários/as para essa tarefa;</p> <p>3 - Assegurar formação às pessoas cuidadoras;</p> <p>4 - Apoiar e desenvolver o contacto entre pessoas cuidadoras para troca de experiências;</p> <p>5 - Promover a articulação de respostas institucionais no terreno.</p>	<p>para este fim, por outro, insegurança das famílias na substituição da pessoa que cuida.</p> <p>Verificou-se a existência na comunidade de projetos para este fim, nomeadamente:</p> <p>Projeto IDDA - Intervenção Domiciliar na Doença de Alzheimer: projeto de intervenção social na área das Demências, com foco na diminuição do desgaste e isolamento social do <i>Cuidador Informal</i></p> <p>Projeto Chave dos Afetos: solução integrada com componente tecnológica e humana que monitoriza as pessoas idosas de forma contínua, contribuindo para uma diminuição do isolamento sénior.</p> <p>Projeto ECCOS – Em casa com Saúde: projeto de inovação social, através do qual se pretende combater o isolamento e a solidão. Esta iniciativa visa a complementaridade e articulação entre a equipa responsável, pessoas voluntárias e respostas existentes na comunidade.</p>	<p>100% das pessoas cuidadoras identificadas e georreferenciadas;</p> <p>25% destas pessoas capacitadas;</p> <p>Bolsa de 25 voluntários/as capacitada para suporte a pessoas cuidadoras.</p>				

Mapa de Pessoas Vulneráveis 1 - Criar critérios para identificação de pessoas vulneráveis;	Na fase inicial da pandemia, percebeuse que saber quem são e onde estão as pessoas vulneráveis e isoladas geograficamente não era difícil, bastando uma intervenção conjunta entre a proteção civil, as forças de segurança e o serviço social.	Até dez 2020 – Elaboração de critérios de vulnerabilidade para diferentes riscos; Definição de protocolo de resposta aos riscos	Relatório elaborado em junho de 2020.		Vulnerabilidades identificadas: - Condições de saúde (com grande relevância para a Doença Mental); - Condições de Habitabilidade;	Não integrar no novo Plano de Ação.
--	---	---	---------------------------------------	--	---	-------------------------------------

Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade
2 - as Georreferenciar pessoas vulneráveis; 3 - para protocolo, articulando diferentes atores, resposta a situações de risco vulnerabilidades definidas; 4 - Articular com a Rede Social a manutenção do M e do Protocolo de resposta.	Foi feito um trabalho de identificação de vulnerabilidades em conjunto com a equipa da Social e da Rede Social. A conclusão dos desenvolvimentos numa participativa, foi feita reunião presencial com participação de todo o grupo de trabalho (equipas da saúde, social e rede social) e da chefe da Divisão de Educação, Saúde e Social, apresentando-se prioridades de intervenção e respostas existentes para prioridades e propostas a implementar	Identificados; Identificação de municípios vulneráveis aos riscos definidos.			- Baixos Rendimentos e Desemprego; - Isolamento e redes de suporte (idosos e não só); - Acessibilidades – iliteracia e acesso a serviços; - Cuidadores. A Unidade de Saúde, alinhada com a estratégia municipal para a saúde, deverá contribuir: - ao nível institucional, nos fóruns de articulação com o ACeS Maia/Valongo, Hospital de S. João e CRI Porto Oriental; - ao nível da intervenção, no desenvolvimento de projetos de literacia e informação.	

A Carreira	A acessibilidade de pessoas vulneráveis e isoladas a serviços básicos foi analisada por outros serviços do município e integrada no Plano de Mobilidade Urbana Sustentável de Valongo.	Até dez 2020 – um circuito por freguesia definido e implementado.				Não integrar no novo Plano de Ação.
1 - Identificar rotas de transporte municipal (em articulação com as freguesias) que possam assegurar percursos não cobertos pela rede de						
Projeto - Ações Previstas	IMPLEMENTAÇÃO O projeto foi executado? Justificar desvios.	METAS PA 19/20	Informação relativa às METAS. Justificar desvios (pandemia covid 19)	INDICADORES de Realização - informação quantitativa	INDICADORES de Realização - informação qualitativa	Continuidade/ Sustentabilidade

<p>transporte público, facilitando a acessibilidade a serviços de saúde, mercados, bancos, correios, etc.;</p> <p>2 - Definir estratégias para a implementação das rotas identificadas;</p> <p>3 - Implementar rotas de transporte.</p>						
---	--	--	--	--	--	--

INICIATIVAS NÃO INSCRITAS NO PLANO DE AÇÃO 19/20

Projeto	Enquadramento no PMS	Indicadores de Realização – informação quantitativa	Indicadores de Realização – informação qualitativa
<p>Receitas Felizes</p> <p>Em novembro de 2020, com o lançamento do portal municipal da saúde, surgiu possibilidade de criar uma versão on-line do projeto Lancheiras Felizes (sessões teórico-práticas presenciais nas escolas), interrompido durante a pandemia.</p> <p>No separador <i>Receitas Felizes</i> a população tem acesso a exemplos práticos de receitas saudáveis, facilitadoras das escolhas do dia a dia. Para além de receitas, foram criados vídeos, sobre o tema da alimentação, e desafios para os mais novos.</p> <p>https://saude.cm-valongo.pt/projetos/receitas-felizes</p>	<p>OE 2 – Melhorar a ingestão alimentar</p> <p>OE 3 – Inverter a tendência na evolução da prevalência de obesidade, particularmente de obesidade infantil</p>	<p>N.º de vídeos temáticos: 8</p> <p>N.º de receitas: 16</p> <p>N.º de desafios: 18</p>	<p>Estes recursos são promovidos periodicamente nas redes sociais (saúde e educação) do Município.</p>
<p>Adolescer</p> <p>Espaço online criado em março de 2021 para “ouvir” e esclarecer jovens sobre estilos de vida, sexualidade, comportamentos aditivos e dependências, orientação vocacional e profissional e outros assuntos.</p> <p>https://saude.cm-valongo.pt/adolescer</p>	<p>OE 4 – Diminuir fatores de isolamento da população</p> <p>OE 7 – Melhorar a comunicação em saúde e a literacia</p>	<p>N.º de especialistas envolvidos: 6</p> <p>N.º de entidades envolvidas: 4 (CRIPorto Oriental; Liga Portuguesa Contra o Cancro, ACeS Maia/Valongo e Câmara Municipal de Valongo)</p> <p>N.º de perguntas recebidas no Falatório:</p>	<p>Contributo de vários parceiros para responder às perguntas e para colocar textos informativos;</p> <p>Página com ligação às redes sociais da juventude.</p>

		26	
--	--	----	--

	OE 8 – Melhorar a prestação de cuidados e a acessibilidade		
Projeto	Enquadramento no PMS	Indicadores de Realização – informação quantitativa	Indicadores de Realização – informação qualitativa

<p>“Ordem Na Conversa”</p> <p>Criação e implementação de um programa de atividades de promoção da literacia em Saúde Mental com a Ordem dos Psicólogos Portugueses assente num ciclo mensal de conversas temáticas dirigidas a públicos específicos.</p> <p>Estas conversas são realizadas em parceria com entidades presentes no território, em espaços do Concelho, com acesso gratuito. Do programa faz parte a difusão de mensagens portadoras de informação segura, através dos meios de comunicação do município.</p> <p>Projeto associado ao Plano Nacional de Literacia em Saúde Mental da Ordem dos Psicólogos Portugueses.</p> <p>Desafio lançado ao Município de Valongo pela Delegação Regional do Norte da Ordem dos Psicólogos Portugueses.</p> <p>Encontro presencial com transmissões em <i>streaming</i> nas redes sociais do Município.</p>	<p>OE 5 – Melhora a Saúde Mental</p> <p>OE 7 – Melhorar a comunicação em saúde e a literacia</p>	<p>28/01/2022 - “A ansiedade dos Atletas” Local: Clube de Propaganda da Natação N.º jovens presentes: 20 N.º adultos presentes: 8 N.º visualizações: 1.159 (01.08.2022)</p> <p>25/02/2022 - “Sexualidade: como nos orientamos?” Local: Junta de Freguesia de Ermesinde N.º jovens presentes: 65 N.º adultos presentes: 7 N.º visualizações: 553 (01.08.2022)</p> <p>24/03/2022– “O que faço com esta dor?” Local: Centro Social Alfena N.º de presenças: 20 N.º visualizações: 734 (01.08.2022)</p> <p>29/04/2022 - "Socorro! Tenho que escolher..." Local: Escola Secundária de Alfena N.º jovens presentes: 60 N.º adultos presentes: 7 N.º visualizações: 389 (01.08.2022)</p>	<p>Envolvimento de diferentes parceiros abrangendo, de forma transversal, o tecido social do concelho;</p> <p>Reconhecimento da pertinência dos temas e criação de materiais vídeo para posteriores intervenções em diferentes contextos;</p> <p>Criação de sinergias pelo contacto dos diferentes interlocutores. (Ordem dos Psicólogos Portugueses; Agrupamentos de Escola concelhios; Rede Espsis; ACeS Maia/Valongo)</p> <p>Consolidação de intervenção entre instituições com intervenção no concelho, nomeadamente através da divulgação das respostas locais, tendo em conta os temas das conversas.</p>
--	--	---	---

		<p>27/05/2022 – “Redes Sociais - Uma Segurança ou uma Ameaça?” Local: Escola Secundaria de Valongo N.º jovens presentes: 60 N.º adultos presentes: 10 N.º visualizações: 984 (01.08.2022)</p> <p>27/06/2022 - Saúde Mental e Produtividade - uma combinação a preservar Local: Biblioteca Municipal de Valongo N.º presenças: 15 N.º visualizações: 354 (01.08.2022)</p> <p>Em 6 meses, tivemos a participação de 17 oradores/as:</p> <ul style="list-style-type: none"> – 7 psicólogos/as (indicados pela OPP) – 10 especialistas (propostos pela Unidade de Saúde) 	
--	--	---	--

Projeto	Enquadramento no PMS	Indicadores de Realização – informação quantitativa	Indicadores de Realização – informação qualitativa
<p>Com Profissionais de Saúde, a Caminhar!</p> <p>Caminhada mensal, com profissionais de saúde, num circuito com extensão de 3Km (45'). Inclui exercícios de aquecimento, alongamento e um tema para conversa apresentado nos primeiros 10 minutos.</p> <p>Iniciativa inspirada no modelo Americano “Walk with a Doc”, realizada em parceria com Unidades de Saúde concelhias.</p> <p>Desafio lançado ao Município de Valongo pela Unidade de Saúde Familiar de Alfena.</p> <p>Prevê-se o alargamento a outras unidades de saúde concelhias.</p> <p>https://saude.cmvalongo.pt/projetos/com-osprofissionais-de-saude-a-caminhar</p>	<p>OE 2 - Reduzir a inatividade física</p> <p>OE 3 - Inverter a tendência na evolução da prevalência de obesidade, particularmente de obesidade infantil</p> <p>OE 4 - Diminuir fatores de isolamento da população</p> <p>OE 5 - Melhorar a saúde mental</p>	<p>Alfena</p> <p>Data início da iniciativa: 18 de setembro de 2021</p> <p>N.º de participantes por caminhada: a caminhada tem uma periodicidade mensal (3.º sábado de cada mês); realizou-se, sem interrupções, até ao momento, em média, com 30 participantes.</p> <p>Valongo</p> <p>Data de início da iniciativa: 29 de janeiro de 2022</p> <p>N.º de participantes por caminhada: a caminhada tem uma periodicidade mensal (4.º sábado de cada mês); realizou-se, sem interrupções, até ao momento, em média, com 40 participantes.</p>	<p>Iniciativa propulsora do projeto Toc'Andar.</p>

- MAIS GOVERNANÇA

A implementação do Plano Municipal de Saúde de Valongo segue dois eixos: O eixo MELHOR SAÚDE, em que se executam medidas e atividades que visam diretamente promover a adoção de comportamentos e estilos de vida saudáveis; e o eixo MAIS GOVERNANÇA onde se recolhem e analisam informações relevantes para implementação de políticas de saúde ao nível municipal.

Neste último eixo inscreve-se a ação do Observatório Municipal de Saúde no que diz respeito à implementação de processos de monitorização e avaliação, a dinamização de atividades de auscultação e de validação de propostas no domínio da saúde, e a produção de relatórios e outros documentos. É este o contexto de produção do presente relatório que identifica processos e descreve alguns resultados obtidos na implementação do Plano de Ação.

No sentido de produzir evidência para a caracterização do concelho, a identificação de carências e oportunidades de intervenção e de ajuste nas medidas em curso, entre janeiro de 2020 e junho de 2022 foram implementados dois estudos, sob orientação do ISPUP, em colaboração com os serviços da Câmara Municipal de Valongo e os Agrupamentos de Escolas do Município.

Enquanto instrumento de apoio à governança em saúde, o Observatório não foi implementado, carecendo de investimento no planeamento e operacionalização da disponibilização de informação recolhida por rotina e em estudos específicos para produção de conhecimento e divulgação aos parceiros e à população em geral.

ESTUDOS REALIZADOS (EM CURSO E FINALIZADOS)

AVALIAÇÃO DAS PRIORIDADES E NECESSIDADES DA COMUNIDADE EDUCATIVA DE VALONGO NA ÁREA DA PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

A avaliação realizada em 2021 sistematizou as necessidades e prioridades de intervenção no âmbito escolar, reportadas pelas coordenadoras de saúde escolar e pelos docentes dos seis agrupamentos escolares do município de Valongo (Alfena, Campo, Ermesinde, São Lourenço, Valongo e Vallis Longus). Avaliou também os recursos que os/as docentes necessitam para melhorar a resposta na área de promoção e educação para a saúde em contexto escolar. O desenho da avaliação enquadrou-se nas atividades para elaboração e ajustamento de um plano de ação sinérgico, de colaboração entre os agrupamentos de escolas (AE) do município, o ISPUP, e a Câmara Municipal de Valongo, reconhecendo a necessidade de planeamento participativo no desenho e na implementação dos projetos e atividades.

Objetivo - Caracterizar as necessidades e prioridades de intervenção na área da promoção e educação para a saúde no âmbito escolar, e dos recursos necessários para adequar as respostas às necessidades existentes.

Período de implementação - 10 de maio a 8 de julho de 2021

Metodologia - A avaliação considerou dois componentes: a perspetiva das coordenadoras de saúde escolar e a perspetiva dos docentes. A recolha dos dados foi realizada através da

aplicação de questionários anónimos, disponibilizados online. Para a avaliação da componente relativa à perspetiva da coordenação, foram convidadas as professoras que à data da avaliação exerciam a função de coordenadora de saúde em cada AE; para a componente relativa à perspetiva dos docentes, foram considerados elegíveis todos os docentes dos seis agrupamentos de escolas (AE) públicas do Concelho. Os convites à participação das coordenadoras foram enviados, por email, pela equipa de investigação, os convites à participação dos docentes foram enviados por email pela coordenadora de saúde do respetivo Agrupamento Escolar. No email foram explicados os objetivos da avaliação e disponibilizados os links para os formulários.

O questionário às coordenadoras avaliou quatro tópicos: o grau de importância dos fatores com impacto na saúde da comunidade escolar do AE; áreas de intervenção em que foram implementadas atividades nos últimos 3 anos; a perceção sobre as áreas de intervenção que devem ser reforçadas com participação de parceiros externos; o grau de interesse do AE nos projetos desenvolvidos no âmbito do PMS de Valongo que tenham a escola como contexto preferencial de implementação. O inquérito aos docentes analisou três tópicos: experiência de trabalho do docente na área de prevenção e promoção da saúde; as prioridades de intervenção na comunidade escolar do seu Agrupamento de Escolas e áreas de intervenção que devem ser reforçadas com participação de parceiros externos; os recursos necessários para facilitar a implementação das atividades desta área. Ambos os questionários solicitavam, em resposta aberta, informação complementar e sugestões.

Principais resultados - Ao questionário dos docentes responderam 298 professores que corresponde a 26% do universo total dos docentes. Entre os fatores reportados como tendo maior relevância para a comunidade educativa os docentes e as coordenadoras em saúde concordam em destacar os hábitos alimentares não saudáveis, a violência (*bullying/cyberbullying* e violência doméstica) e o sedentarismo. Como esperado, os fatores identificados estão em consonância com as temáticas privilegiadas pelos docentes para a intervenção, sendo a promoção de uma alimentação saudável, a promoção de atividade física e a prevenção de violência as áreas que são identificadas como as que mais necessitam de reforço para a implementação de atividades.

As coordenadoras de saúde referiram que a implementação das atividades no âmbito de educação alimentar é mais necessária no pré-escolar e nos primeiros dois ciclos de ensino, e a prevenção de violência deveria ser reforçada a partir do 2º ciclo, enquanto os docentes reportam a necessidade de reforço destas duas áreas independentemente de ciclo de ensino. De realçar que as áreas de intervenção mencionadas são também as que as coordenadoras referem que já foram implementadas nos três anos anteriores, o que pode refletir a insuficiência sentida nas respostas existentes.

Os docentes realçam a necessidade de mais tempo para planear e desenvolver as atividades de prevenção e educação para a saúde e precisam de reforço de recursos humanos, nomeadamente, dos técnicos especializados das instituições externas e de equipas multidisciplinares.

Os resultados do estudo foram publicados no relatório final da avaliação que apresentou os resultados ao nível do concelho e por cada Agrupamento de Escolas (colocar link se existir). O

relatório foi enviado a todos os Agrupamentos através das respetivas direções e das coordenadoras de Saúde Escolar. Estes dados serviram de suporte para a seleção de algumas propostas de projeto à comunidade escolar e foram, entretanto, partilhados com as UCC Vallis Longus e Ermesinde, no âmbito das reuniões regulares com a equipa municipal de saúde, e mais tarde com a Unidade de Saúde Pública do ACeS Maia/Valongo no âmbito da recolha de informação para a definição do novo Plano Local de Saúde.

“O MERCADO”: AVALIAÇÃO DO EFEITO NA AQUISIÇÃO E CONSUMO DE HORTOFRUTÍCOLAS

A iniciativa O Mercado é alvo da monitorização e avaliação contínua com um conjunto de ferramentas que permitem caracterizar os consumidores, a sua experiência de compra e avaliar a evolução da implementação e qual o impacto da iniciativa no consumo destes produtos. Os dados de avaliação permitem melhorar o conhecimento sobre alguns elementos do comportamento alimentar e ambiental da população do município, que podem ser úteis para adequar as estratégias de intervenção e ajustar medidas para dar respostas às necessidades identificadas.

Objetivos - Caracterizar os aderentes ao Mercado, identificando os desvios relativamente à população alvo do projeto; Caracterizar evolução das vendas e dinâmica de fidelização de clientes; Avaliar o efeito do projeto “O Mercado”, como medida para promover a saúde da população de Valongo através do consumo de hortofrutícolas, e melhorar atitudes e comportamentos relacionados com o ambiente; Identificar aspetos a melhorar na implementação do projeto para ajustar a proposta às necessidades dos aderentes.

Período de implementação: A partir de abril de 2021 até ao presente.

Metodologia - Para avaliar a evolução das vendas ao longo do projeto e a fidelização dos clientes foram utilizados os dados fornecidos pela Cooperativa Agrícola de Valongo sobre os cabazes vendidos (data da venda, tipo de cabaz, quantidade dos cabazes vendidos).

A recolha dos dados dos participantes foi realizada através da aplicação dos questionários *online* aos participantes adultos que no momento de encomenda no *microsite* da Câmara Municipal de Valongo, indicaram aceitar ser contactados no âmbito do projeto. A avaliação de caracterização dos participantes é realizada no momento da primeira encomenda (avaliação pré), as avaliações de seguimento, para avaliar a sua experiência e a evolução das atitudes e comportamentos, estão planeadas para ocorrer a cada seis meses, até ao momento foram realizadas aos seis meses e doze meses depois do primeiro questionário.

Principais resultados – Nos primeiros 18 meses de implementação do Mercado (de dezembro 2020 a maio de 2022), fizeram pelo menos uma encomenda 1177 pessoas e foram vendidos 9990 cabazes.

Para a primeira avaliação (pré) foram considerados para análise 475 respostas (63% dos convidados). Os resultados da primeira avaliação revelam que os aderentes ao projeto

integram agregados familiares relativamente grandes e com pelo menos uma criança. Os participantes têm um nível de escolaridade elevado e no momento da adesão compram ou consomem produtos alimentares biológicos, o que confirma que a população que aderiu ao Mercado tem características que os torna mais predispostos a envolver-se neste tipo de projetos. No que diz respeito aos canais de comunicação que deram a conhecer o projeto, a rede social *Facebook* foi a fonte de informação mais reportada (39,2%), seguido da recomendação de amigos, conhecidos ou familiares (28,4%).

Até ao momento, a avaliação aos 6 meses baseou-se na análise de 216 questionários (55% dos convidados) e para a avaliação aos 12 meses foram considerados 120 questionários (43% dos convidados).

Tendo em conta os diferentes indicadores de satisfação recolhidos, verifica-se um elevado grau de satisfação com o projeto, que se reflete na vontade de continuar a fazer encomendas e de divulgar entre as pessoas mais próximas. Os itens com os quais foi reportada menor satisfação são a quantidade de fruta e legumes e a relação qualidade/preço nas ambas avaliações. Considerando a informação do grupo que tem duas avaliações da satisfação, isto é, que respondeu ao questionário aos 6 e aos 12 meses, verificou-se que a satisfação global desceu para todos os itens questionados exceto para a eficácia de comunicação com a equipa do projeto.

No que se refere ao acesso à informação disseminada no âmbito do projeto, quanto comparamos resultados dos questionários aos 6 e aos 12 meses, em ambas as avaliações, dois terços reportam conhecer as informações sobre o Produto da Semana e a Receita de Semana. A utilidade da informação do Produto da Semana é reconhecida pela quase totalidade das pessoas inquiridas (93% e 95%, respetivamente aos 6 e aos 12 meses). Dos utilizadores que reportaram conhecer a Receita da Semana, a proporção de participantes que referiu ter experimentado alguma das receitas propostas aumentou de 59% aos 6 meses para 66% aos 12 meses.

Na comparação do consumo de hortofrutícolas, verifica-se que a amostra avaliada aos 12 meses tem maior consumo de vegetais no prato em comparação com a amostra avaliada aos 6 meses. Embora este resultado pode ser consequência de diferenças entre as duas amostras, parece haver realmente aumento do consumo de hortofrutícolas uma vez que, na pergunta direta sobre a auto percepção da variação do consumo, um terço dos participantes reporta o aumento na ingestão destes produtos. Adicionalmente, 44% dos participantes refere que passou a ingerir alimentos que não ingeria. Sendo a diversidade na ingestão alimentar um fator que contribui para melhorar a saúde da população, a informação recolhida suporta que o projeto contribui para a melhoria dos hábitos alimentares dos participantes.

Os resultados dos inquéritos foram apresentados à Cooperativa Agrícola de Valongo e divulgados à população através de publicação da revista “Melhor Saúde, Mais Cidadania” e das redes Sociais do Município. As sugestões de melhoria recolhidas no inquérito integraram as alterações implementadas pela Cooperativa Agrícola, melhorando a oferta e adequando o serviço prestado às necessidades dos munícipes. Destaque para o aumento de pontos de entrega, o alargamento do período de encomendas e a possibilidade de acrescentar produtos

ao cabaz pré-definido. A passagem da plataforma de encomendas para a gestão da cooperativa (até outubro 2022) deverá possibilitar outras melhorias entretanto sugeridas pelos utilizadores.

ESTILOS DE VIDA DAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES DO CONCELHO DE VALONGO

Seguido às recomendações da OMS, o planeamento das intervenções no âmbito da promoção da saúde implica a avaliação do efeito e a monitorização contínua das intervenções com indicadores apropriados. No entanto, não existem dados a nível municipal que caracterizam os estilos de vida e os seus determinantes na população. Além de caracterizar os comportamentos, este estudo pretende compreender melhor as necessidades dos residentes do concelho e possibilitar a monitorização das intervenções a implementar no âmbito do Plano Municipal de Saúde de Valongo.

Objetivo - Caracterizar a saúde e os estilos de vida que a condicionam (hábitos alimentares, prática de atividade física, hábitos de sono, consumo de álcool e de tabaco, dependências) das crianças, adolescentes e adultos do concelho de Valongo, e compreender as necessidades e preocupações da população adulta acerca dos assuntos de saúde e do bem-estar (satisfação com qualidade de vida no município, com as infraestruturas e equipamentos existentes, com o acesso aos cuidados de saúde).

Período de implementação: recolha de informação realizada entre fevereiro e junho de 2022

Metodologia - A recolha da informação foi realizada através da aplicação dos questionários, previamente testados em estudo piloto. Todos os questionários foram estruturados e desenhados de forma a serem autoaplicados. No âmbito do estudo foram avaliados os alunos que frequentavam o **4º, 9º e 12º anos** de escolaridade nos estabelecimentos de ensino públicos do concelho de Valongo e os seus encarregados de educação (independentemente de residirem com a criança/adolescente) e/ou outros adultos coabitantes. Foram convidadas a participar todas as turmas do 4º, 9º e 12º ano das escolas públicas do Concelho.

O preenchimento do questionário de aluno foi realizado em sala de aula através da plataforma online, e em algumas turmas, em papel, sob supervisão do professor responsável ou de um elemento da equipa do ISPUP. Ao questionário responderam os alunos cujos encarregados de educação devolveram os consentimentos informados assinados. Os questionários de encarregados de educação e dos coabitantes foram preenchidos online ou em papel pelos pais/coabitantes que solicitaram esta via.

O questionário do 4º ano permitiu recolher de informação sobre saúde física e mental, prática de atividade física, hábitos alimentares, hábitos de adultos que vivem com criança (uso de tabaco), relações com os pares e exposição ao bullying, características sociodemográficas. Adicionalmente às áreas avaliadas no 4º ano, o questionário do 9º e 12º ano permitiu recolher a informação sobre comportamento e atitudes em relação às substâncias químicas. Os questionários de adulto abordaram as questões das necessidades e preocupações acerca das questões de saúde comunitária, estado de saúde físico e mental, acesso aos cuidados de saúde, prática de atividade física, hábitos alimentares, uso de substâncias psicoativas, estado de saúde e estilos de vida da criança, características sociodemográficas.

Principais resultados – Na avaliação participaram os alunos de todos os Agrupamentos de Escolas de Valongo. No total 1075 alunos responderam ao questionário, dos quais 430 crianças frequentam o 4º ano, 407 alunos o 9º ano e 238 adolescentes o 12º ano de escolaridade.

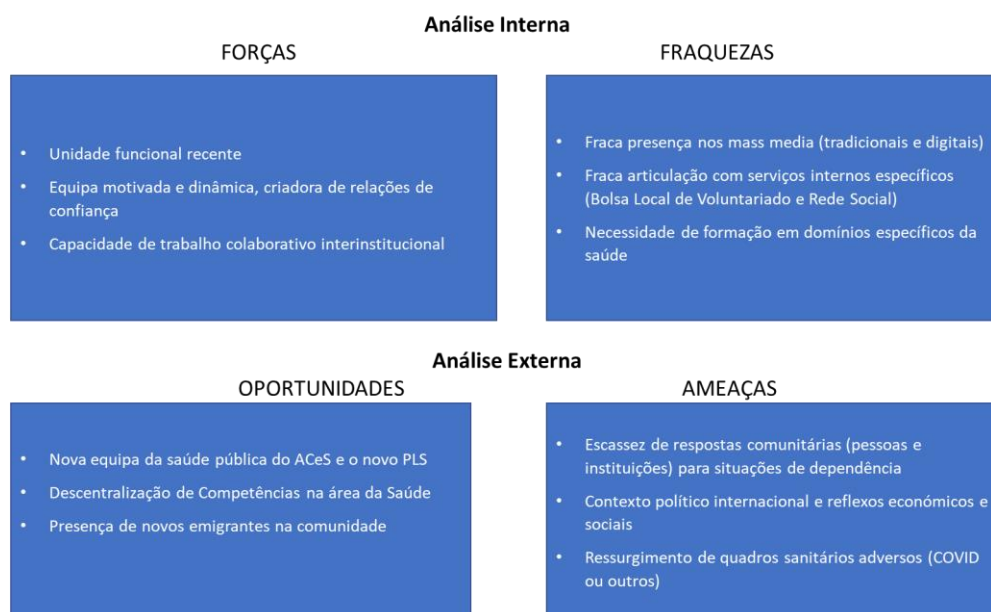
Considerando o universo de alunos elegíveis de cada ano, a proporção de participação corresponde a 63% no 4º ano, 49% no 9º ano e 54% no 12º ano. No que se refere a avaliação da população adulta, 388 encarregados de educação e/ou coabitantes das crianças e adolescentes completaram o questionário.

No momento da publicação do presente relatório, os dados recolhidos encontram-se em análise. Após a conclusão do estudo, os resultados serão divulgados em linguagem compreensível a todos os participantes, tendo como unidade de análise o agrupamento de escolas ou a escola se isso não colocar em risco a confidencialidade da informação.

ATÉ 2025: A MESMA ESTRATÉGIA, NOVOS DESAFIOS

O novo ciclo de intervenção (2022-2025) decorrerá em fase pós pandemia pelo que deve atender à implementação de projetos constantes em documentos anteriores cuja relevância se mantenha, e acomodar realidades e contextos entretanto identificados, respondendo às necessidades da comunidade.

- ANÁLISE SWOT



A realização de uma análise SWOT à unidade da saúde permitiu aferir áreas de melhoria no que diz respeito ao seu funcionamento e definir pilares sobre os quais deve assentar o próximo plano de ação.

Ao nível do funcionamento interno propõe-se:

- ➔ Reforço na articulação com os serviços internos onde foram identificadas fragilidades;
- ➔ Elaboração de calendário de formação visando o reforço de competências dos diferentes elementos;

A comunicação externa, nomeadamente a relação direta com *mass media*, não depende da equipa da Unidade de Saúde. Manter-se-á, no próximo ano, o esforço na colocação de notícias nos meios de comunicação de massas, além da produção dos conteúdos e utilização dos meios que já hoje vigoram.

Ao nível da implementação do novo Plano de Ação sugere-se que a intervenção, dando continuidade ao que tem vindo a ser realizado, tenha por base em três pilares, a saber:

- Reforço das parcerias com entidades relevantes no território

Sendo identificada como uma das forças da unidade de saúde, a capacidade de trabalho em equipas interinstitucionais deverá potenciar as relações de confiança estabelecidas com a comunidade escolar e o ACeS, aproveitando a presença de novos elementos nas equipas da saúde pública para reforçar o investimento em programas comuns, evitando desperdício de recursos (materiais, financeiros e humanos). Esta metodologia deve ser alargada a outras entidades no território e os resultados alcançados devem ser partilhados com outras Unidade Funcionais do município, rentabilizando sinergias.

- Integração da comunidade nas respostas à comunidade

Tendo em conta as realidades sociodemográficas (envelhecimento populacional, contexto político-económico, fluxos migratórios, empregabilidade, etc) e o contexto político-económico (PRR, impacto da guerra na europa, etc.), a definição de intervenções deverá atender à sustentabilidade futura das soluções propostas, incluindo a sociedade civil no seu desenho e execução. A atuação em rede com outros serviços do município e com as respostas já existentes na comunidade poderá evitar custos e rentabilizar recursos.

- Implementação da delegação de competências

A delegação de competências abrangerá outras áreas além da saúde. A rentabilização de sinergias e a articulação de recursos serão fundamentais para operacionalizar estas políticas e servir a comunidade. Dentro dos acordos definidos e dos limites que a lei preconiza, devem ser desenhadas e implementadas respostas diferenciadas e inovadoras, em articulação com os restantes serviços municipais, parceiros institucionais e sociedade civil, aumentando a acessibilidade e a eficácia da resposta dos serviços de saúde à população.