

MAPA DE RECURSOS E SERVIÇOS DE APOIO A DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS DO DISTRITO DA GUARDA



Título

Mapa de Recursos e Serviços de Apoio a Doenças Neurodegenerativas do Distrito da Guarda

Autores

Isabel Cristina Antunes Afonso Lopes

ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento

José Carlos Correia

ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento

Helena Rebelo

ADM Estrela - Associação Social e Desenvolvimento

Grupo NeuroQualyfam

Parceiros do Projeto NeuroQualyfam

Capa e Maquetização

Ricardo Oliveira

ISBN: 978-972-8681-92-0

Deposito Legal: 483478/21

Propriedade: Instituto Politécnico da Guarda; Av. Dr. Francisco Sá Carneiro nº 50 |
6300-559 Guarda /Portugal

Contactos: Telf. 271 220 100 * Fax 271 222 690* Email: udigeral@ipg.pt

Publicação realizada no âmbito do Projeto 0541_NEURO_QUALYFAM_6_E - Doenças Neurodegenerativas e Qualidade de Vida

Parceria: Universidade de Salamanca; Instituto Politécnico da Guarda; Instituto Politécnico de Bragança; ADM Estrela; Diputación Provincial Salamanca; A.E. Innovadora - Clúster SIVI; Gerencia Regional de Salud



ÍNDICE

INTRODUÇÃO	3
CONTEXTUALIZAÇÃO: DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS.....	6
Demência	7
Doença de Alzheimer.....	8
Doença de Parkinson	9
Esclerose Lateral Amiotrófica	9
Esclerose Múltipla	10
Ataxia cerebelosa	10
Epilepsia	10
Polineuropatia amiloidótica familiar.....	11
RECURSOS E SERVIÇOS DISPONÍVEIS	13
RECURSOS E SERVIÇOS EXISTENTES POR CONCELHO.....	19
PROGRAMAS E SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	23
CONCLUSÃO	56
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57

MAPA DE RECURSOS E SERVIÇOS A NÍVEL DISTRITAL – GUARDA

ASSOCIAÇÕES, ATIVIDADES, SERVIÇOS E PROJETOS
DIRECIONADOS ÀS DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS

INTRODUÇÃO

O presente documento está inserido no Projeto Internacional entre Portugal e Espanha denominado de **NeuroQualyfam- Doenças Neurodegenerativas e Qualidade de Vida** que se enquadra no âmbito do Programa de Cooperação Espanha-Portugal Interreg (2014-2020) e que ADM- Estrela - Associação Social e Desenvolvimento é responsável pela sua elaboração, na qualidade de parceira do consórcio constituído pela Universidade de Salamanca (entidade beneficiária principal); e pelas seguintes entidades de Espanha: Gerencia Regional De Salud De Castilla Y León; Agrupación estratégica innovadora (AEI) Clúster SIVI: Soluciones innovadoras para la vida independiente; Diputación Provincial De Salamanca; e ainda pelo Instituto Politécnico da Guarda e Instituto Politécnico de Bragança em Portugal.

O Projeto NeuroQualyfam visa melhorar a excelência científica do Espaço de Cooperação transfronteiriço nas linhas de investigação com potencial para serem competitivas internacionalmente. Pretende ainda melhorar os efeitos na qualidade de vida familiar e otimizar os recursos de apoio e assistência das famílias cuidadoras e dos doentes. Trata-se de um contributo para a investigação científica sobre esta problemática e desta forma colaborar para os desafios do impacto nos sistemas públicos de saúde, como o envelhecimento da população principalmente em áreas despovoadas e rurais.

Os principais resultados esperados recaem essencialmente na criação de um plano de ação centrado nas famílias cuidadoras, bem como, a implementação da primeira plataforma TIC que permita a avaliação das necessidades familiares e os recursos de apoio que favoreçam a capacitação das próprias famílias.

Tendo em conta a problemática das doenças Neurodegenerativas, para as quais o projeto é desenvolvido, o core recaiu essencialmente nas doenças neurodegenerativas mais frequentes, desde logo, as demências, e dentro destas de forma particular a doença de Alzheimer, o Parkinson e a Esclerose Múltipla.

Depois, incluíram-se também observações específicas a nível da Polineuropatia Amilóidótica Familiar (PAF) e a nível da Epilepsia, como patologias que, pelas frequências

verificadas no distrito da Guarda, tornaram a oferta de cuidados, quer aos portadores das doenças, quer às suas famílias, uma resposta regional mais diferenciada.

Este potencial torna este projeto e este levantamento particularmente interessantes do ponto de vista da diferenciação dos cuidados existentes no distrito da Guarda, quer pelo desenvolvimento da prática que envolve a prestação de cuidados a estas pessoas e suas doenças raras, quer pela experiência que pode e deve ser partilhada a outros locais, regiões, pessoas e famílias para os ajudar a construir melhores formas de resposta às suas particulares necessidades.

A metodologia envolveu:

- Recolha de informação exaustiva dos recursos disponibilizados, através dos acordos institucionais no distrito da Guarda, desde logo pelo estudo da Carta Social a nível da região; este suporte foi importante, mas não se encontrando completo, foi também ele atualizado pela equipa dinamizadora do projeto.
- Entrevistas telefónicas a responsáveis das instituições e a pessoas de referência no tratamento das patologias, desde logo, psicólogos, assistentes sociais, médicos, enfermeiros e, nalguns casos, as famílias dos próprios portadores das doenças, auscultando ofertas e necessidades;
- Estabelecimento, através da metodologia de focus groups para deteção de orientações/intervenções fenomenológicas para tratamento específico de doenças endémicas na região;
- Contactos institucionais entre a ADM Estrela e três associações nacionais, relativamente a cuidados de doenças neurodegenerativas e um Grupo de Ajuda Mútua local;
- Desenvolvimento de um breve suporte bibliográfico que sustenta a abordagem específica às patologias neurodegenerativas importantes para este projeto;

O presente documento constitui-se assim com a referência a todas as instituições/entidades distribuídas pelos 14 concelhos que compõem o distrito da Guarda e depois com a referência às entidades especializadas nos cuidados de doentes e famílias com necessidades específicas a nível das doenças neurodegenerativas.

Figura 1. Distrito da Guarda e seus 14 concelhos



Fonte: Serra da Estrela Online (2010)

CONTEXTUALIZAÇÃO: DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS

As doenças neurodegenerativas são condições muito debilitantes, ainda sem cura, que afetam pessoas de todas as idades e resultam da degeneração progressiva e/ou morte de neurónios - as células responsáveis pelas funções do sistema nervoso. Esta degradação pode afetar quer a mobilidade - ataxias, quer o funcionamento cerebral, originando demência.

Os seres humanos nascem com cerca de 100.000 milhões de neurónios, as principais células do sistema nervoso. Com a passagem do tempo, alguns perdem-se e morrem, a maioria deles não sendo repostos.

Esta incapacidade de produzir novas células do sistema nervoso é um processo natural relacionado com o envelhecimento. Contudo, por vezes os neurónios degeneram ou morrem mais rápido do que o normal e surgem as doenças neurodegenerativas que podem aparecer em qualquer idade, e não só, em pessoas mais idosas.

As doenças neurodegenerativas diferenciam-se em mais de 600 patologias (Health at a glance, 2019). De uma forma simplista, estas diferenciações relacionam-se com o local onde os neurónios morrem ou degeneram.

Entre os vários tipos de doenças neurodegenerativas destacam-se, quer a nível global, quer a nível distrital:

- **Demência:** O termo é utilizado para descrever os sintomas de um grupo muito alargado de doenças que causam um declínio progressivo da pessoa, entre elas as doenças de Alzheimer e Parkinson.

- ***Doença de Alzheimer:*** os neurónios que degeneram encontram-se no córtex cerebral;
- ***Doença de Parkinson:*** os neurónios morrem numa zona do cérebro chamada de substância negra;
- ***Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA):*** morte dos neurónios motores da espinal medula;
- ***Esclerose Múltipla:*** os neurónios morrem tanto no cérebro como na espinal medula;
- ***Ataxia cerebelosa:*** Ataxia é descrita como a perda do controle muscular durante movimentos voluntários, como andar ou pegar objetos. Sintoma de uma condição subjacente, a ataxia pode afetar a fala, movimentos dos olhos, de engolir e outros músculos do corpo;
- ***Epilepsia:*** É uma doença neurológica que envolve o sistema nervoso e caracterizada por uma predisposição duradoura para gerar crises epiléticas e pelas consequências neurobiológicas, cognitivas, psicológicas e sociais das mesmas;
- ***Doença dos Pezinhos ou Polineuropatia Amiloidótica Familiar (PAF):*** danificação do sistema nervoso periférico.

Estas doenças têm um grande impacto na vida profissional, social e familiar dos pacientes, podendo levar a uma incapacidade total para exercerem qualquer tipo de atividade quotidiana, para a pessoa portadora. Por esta razão, os próprios cuidadores e familiares que acompanham o dia-a-dia destes doentes acabam também por ser vítimas, umas vezes visíveis, outras vezes invisíveis da doença.

Os estudos consultados demonstraram que é forte o impacto negativo das doenças neurodegenerativas nos núcleos familiares. Daí ser fundamental os familiares estarem devidamente informados sobre a patologia de forma a identificarem os comportamentos e pensamentos dos doentes que se podem traduzir em ansiedade e depressão.

Demência

A **demência** representa um dos maiores desafios associados ao envelhecimento da população, não existindo, até ao momento, tratamento substancialmente direcionado para as pessoas que sofrem deste tipo de doenças neurodegenerativas. Portugal ocupa o 4.º

lugar (Health at a Glance, 2019) no ranking de países da OCDE, com mais casos de demência por cada mil habitantes. A média da OCDE é de 15,3 casos por cada mil habitantes, sendo que para Portugal a estimativa é de 20,8.

A idade, a pobreza, a baixa escolaridade, o sedentarismo, o tabagismo, bem como a baixa literacia sobre doenças mentais parecem constituir-se como variáveis preditoras para o desenvolvimento de demências. Neste sentido, a literacia em saúde pode desempenhar um papel fundamental, quer na identificação precoce e diagnóstico integrado, quer no tratamento/ intervenção. Assim, o aumento de conhecimentos sobre doenças neurodegenerativas e a mudança de atitudes, reverterá para apoio no reconhecimento precoce dos sinais da doença, na gestão e na prevenção das demências.

Urge, desta forma, capacitar a sociedade em geral, e os profissionais em particular, sobre os processos neurodegenerativos e sobre as estratégias de cuidado eficazes. Em sequência, potenciar-se-á a melhoria da qualidade de vida das pessoas com demência, minimizar a carga do/a cuidador e melhorar os serviços de saúde locais no apoio às pessoas com demência e às suas famílias.

Algumas organizações da sociedade civil (Alzheimer Portugal, por exemplo) estão, na atualidade, a desenvolver iniciativas de disseminação de informação e de redução da discriminação e da exclusão social, com vista a construir um caminho da humanização e ética na prestação de cuidados e no respeito pela dignidade e autonomia das pessoas que vivenciam e experienciam a doença.

Doença de Alzheimer

A **doença de Alzheimer** é a forma mais comum de demência (60 a 70%) na qual se verifica uma deterioração global, progressiva e irreversível de diversas funções cognitivas (memória, atenção, concentração, linguagem, pensamento, entre outras), (Alzheimer's Association, 2013; Alzheimer Portugal, 2020).

À medida que as células cerebrais vão sofrendo uma redução de tamanho e número, formam-se tranças neurofibrilares no seu interior e placas senis no espaço exterior existente entre elas. Esta situação impossibilita a comunicação dentro do cérebro e danifica as conexões existentes entre as células cerebrais. Estas acabam por morrer e isto

traduz-se numa incapacidade de recordar a informação. Deste modo, conforme a doença de Alzheimer vai afetando as várias áreas cerebrais vão-se perdendo certas funções ou capacidades.

Calculou-se que em Portugal, em 2009, existiam cerca de 90 mil pessoas com a doença de Alzheimer (Alzheimer Portugal, [s.d.]) e os trabalhos prospetivos apontam para que em 2040, 14 milhões de cidadãos europeus terão a doença de Alzheimer.

Assim, a prevenção da doença de Alzheimer deverá ser considerada uma prioridade pela atual sociedade.

Doença de Parkinson

A **doença de Parkinson** é uma doença crónica que afeta o sistema motor que envolve os movimentos corporais, levando a tremores, rigidez, movimentos corporais lentos, instabilidade postural e alterações da marcha. Surge quando os neurónios de uma região cerebral denominada substância negra morrem, sendo que, quando surgem os primeiros sintomas, já há perda de 70 a 80% destas células. Em condições normais, estas células produzem dopamina, um neurotransmissor que ajuda a transmitir mensagens entre as diversas áreas do cérebro que controlam o movimento corporal. Quando as células da substância negra morrem, os níveis de dopamina tornam-se anormalmente baixos, o que leva a dificuldades no controlo do tónus muscular e movimentos.

Esclerose Lateral Amiotrófica

A **Esclerose Lateral Amiotrófica (ELA)** é uma doença neurológica degenerativa, progressiva e rara, sendo a forma mais frequente de Doença do Neurónio Motor (DNM). Na ELA, os neurónios motores que conduzem a informação do cérebro aos músculos do nosso corpo, passando pela medula espinhal, morrem precocemente. Como resultado, esses músculos ficam mais fracos o que influi e diminui, potencialmente, a mobilidade da pessoa.

Esclerose Múltipla

A **Esclerose Múltipla (EM)** é uma doença crônica, inflamatória e degenerativa que afeta o sistema nervoso central com mais frequência. Tem maior incidência no gênero feminino, e surge mais frequentemente no jovem adulto (entre os 20 e os 40 anos), embora hoje em dia se comece a manifestar em idades mais precoces e/ou mais tardias. É uma doença autoimune na qual o sistema imunitário do homem não tem capacidade de diferenciar as células do seu próprio corpo de células estranhas, acabando por destruir os seus próprios tecidos. O principal alvo deste “ataque” é a mielina, uma camada de gordura protetora das fibras nervosas que auxilia na transmissão de informação ao longo do corpo humano. Quando ocorre uma crise, formam-se cicatrizes que se agrupam formando as conhecidas “escleroses” ou também denominadas “placas”. São afetadas inúmeras áreas do cérebro e da medula espinal pelo que se denomina esta doença de Esclerose Múltipla.

Ataxia cerebelosa

O **cerebelo** é uma estrutura do sistema nervoso central localizada no encéfalo, responsável pelas informações de planeamento dos movimentos, envolvendo principalmente a coordenação da atividade motora, o equilíbrio e força muscular, além de proporcionar controle das atividades musculares, correção e atividade motora. Dentre as degenerações cerebelares, a ataxia é a mais frequente, sendo responsável pela deterioração principalmente do equilíbrio, prejudicando de forma significativa todos os hábitos de vida do indivíduo.

Epilepsia

A **Epilepsia** é uma doença neurológica que envolve o sistema nervoso e é diagnosticada pela ocorrência de, pelo menos, dois episódios de convulsões não relacionados com a abstinência alcoólica, hipoglicémia, problemas cardíacos ou outros. As convulsões resultam de uma alteração da atividade elétrica do cérebro e podem resultar de um traumatismo, da genética ou não terem causa identificada. A Convulsão tem um início imprevisível, durando entre segundos a minutos, raramente ultrapassando os 15 minutos. Estas têm tendência a repetir-se ao longo do tempo, sendo a frequência variável entre doentes

Polineuropatia amiloidótica familiar

A **polineuropatia amiloidótica familiar (PAF)**, ou paramiloidose, ou Doença dos Pezinhos foi pela primeira vez descrita pelo neurologista português, o Professor Corino de Andrade, na população portuguesa da Póvoa do Varzim. A PAF é uma doença genética que está associada à deposição nos tecidos - em particular nos nervos - de uma substância fibrilar altamente insolúvel designada por amilóide. As fibras de amilóide são constituídas por subunidades de uma proteína do sangue que transporta hormonas da tiróide e vitamina A. A mutação é transmitida de uma forma autossómica dominante; se o progenitor for portador heterozigótico (quase todos os casos), a probabilidade de um filho ser também portador da mutação é de 50%. Esta mutação ocorre em diferentes países do mundo, tendo o seu maior foco em Portugal, seguido do Japão, Suécia, a ilha de Maiorca, o Brasil e a Itália.

Em Portugal, um doente portador de PAF, através do Decreto-lei nº 118/92, de 25 de junho, com a redação que lhe foi introduzida pelo Decreto-lei n.º 305/98, de 7 de outubro, ficou deliberado que os custos com o fornecimento dos medicamentos necessários ao tratamento dos doentes afetados com paramiloidose são integralmente suportados pelo Serviço Nacional de Saúde, desde que a prescrição seja efetuada pelas unidades de saúde nele integrada.

No decurso de cada doença as necessidades exigidas por parte do doente e/ou do cuidador podem naturalmente variar. Em Portugal existe um leque alargado de serviços e respostas sociais que pretendem colmatar as dificuldades, limitações e melhorar a qualidade de vida do doente.

As pessoas portadoras de doenças neurodegenerativas podem não encontrar no distrito da Guarda um serviço especializado/dirigido de cuidados individualizados para assim protelar os sintomas e a evolução da doença. No entanto, é necessário ter em conta que existem já muitos serviços disponíveis para apoiar as famílias e o doente tendo em conta que a instituição de resposta social não selecionam as pessoas pelo tipo de doença que possuem, mas sim, pela satisfação das suas necessidades, centrando a sua preocupação na pessoa e na família.

Aquando do diagnóstico e da necessidade o doente é incluído na Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI), que resulta de uma parceria entre os

Ministérios do Trabalho Solidariedade e Segurança Social (MTSSS) e da Saúde (MS). São objetivos da RNCCI 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, na sequência de episódio de doença aguda ou na necessidade de prevenção de agravamentos de doença crónica. Os Cuidados Continuados Integrados estão centrados na recuperação global da pessoa, promovendo a sua autonomia e melhorando a sua funcionalidade, no âmbito da situação de dependência em que se encontra, com vista à sua reintegração sociofamiliar.

RECURSOS E SERVIÇOS DISPONÍVEIS

Unidade Local de Saúde da Guarda, EPE

Presta cuidados de saúde primários, diferenciados e continuados que pretendem satisfazer a integralidade das necessidades, sentidas e não sentidas, da população abrangida.

A sua missão centra-se na promoção da saúde e na prevenção e tratamento da doença, de forma integrada, coordenada e humanizada, no tempo adequado e com eficácia, eficiência, efetividade e qualidade à população da sua área de influência, de acordo com as melhores práticas, procurando a obtenção de ganhos em saúde em parceria com os doentes e contribuindo para a sustentabilidade do Sistema Nacional de Saúde. Desenvolve, ainda, o ensino, a investigação clínica, a formação de recursos humanos e a especialização técnica dos seus quadros.

A sua área de influência corresponde aos concelhos de Almeida, Celorico da Beira, Figueira de Castelo Rodrigo, Fornos de Algodres, Gouveia, Guarda, Manteigas, Meda, Pinhel, Sabugal, Seia, Trancoso e Vila Nova de Foz Côa.

Unidades

Hospital Nossa Senhora da Assunção - Seia

Hospital Sousa Martins - Guarda

Nestas Unidades de Saúde são disponibilizados serviços/consultas que dão resposta a doentes com doenças neurodegenerativas, nomeadamente, no departamento de medicina (medicina física e de reabilitação, serviço de neurologia, unidade da dor, unidade de AVC's) e ainda o departamento de psiquiatria e saúde mental (consultas de psiquiatria e psicologia).

Agrupamento de Centros de Saúde Guarda:

Centro de Diagnóstico Pneumológico Guarda
Centro de Saúde Almeida
Centro de Saúde Celorico da Beira
Centro de Saúde Figueira de Castelo Rodrigo
Centro de Saúde Fornos de Algodres
Centro de Saúde Gouveia
Centro de Saúde Guarda
Centro de Saúde Manteigas
Centro de Saúde Pinhel
Centro de Saúde Meda
Centro de Saúde Sabugal
Centro de Saúde Seia
Centro de Saúde Trancoso
Centro de Saúde Vila Nova de Foz Côa

Os princípios base da Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados:

- Prestação individualizada e humanizada de cuidados;
- Garantia de articulação e continuidade dos cuidados entre os diferentes serviços, setores e níveis de atuação;
- Equidade no acesso e mobilidade entre tipologias e equipas da RNCCI;
- Proximidade da prestação dos cuidados, através da potenciação de serviços integrados na comunidade;
- Multidisciplinaridade e interdisciplinaridade na prestação dos cuidados;
- Avaliação integral das necessidades da pessoa em situação de dependência e definição periódica de objetivos de funcionalidade e autonomia;
- Promoção, recuperação contínua ou manutenção da funcionalidade e da autonomia; Participação do utente e seus familiares ou representante legal, na elaboração do plano individual de intervenção e coresponsabilização na prestação de cuidados; Eficiência e qualidade na prestação dos cuidados.

As Entidades Gestoras que prestam cuidados continuados podem ser públicas e privadas. As entidades públicas são sobretudo Hospitais do Serviço Nacional de Saúde e Agrupamentos de Centros de Saúde (ACeS). As Entidades Privadas podem ser Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS), Santas Casas da Misericórdia,

Empresas Privadas, que prestam cuidados continuados ao abrigo de acordos celebrados com o Estado. Os cuidados são prestados por equipas interdisciplinares, nomeadamente nas áreas de medicina e enfermagem, fisioterapia, terapia ocupacional, psicologia e serviço social, tendo como objetivo a reabilitação, readaptação e reinserção familiar.

Existe um conjunto de respostas de apoio social para **pessoas idosas** cujo objetivo é privilegiar, através de serviços e equipamentos adequados, a manutenção dos utentes no seu meio familiar e social e promover o apoio à família. Em função das necessidades e do grau de autonomia das pessoas idosas, existem os seguintes tipos de respostas sociais a que poderão aceder:

1. **Serviço de apoio domiciliário Serviço:** prioritário para pessoas idosas, pessoas com deficiência e pessoas em situação de dependência.
2. **Centro de convívio:** Pessoas a partir dos 65 anos, residentes naquela área.
3. **Centro de dia:** Todas as pessoas que precisem dos serviços prestados pelo Centro de Dia, com prioridade para pessoas a partir dos 65 anos.
4. **Centro de noite:** Pessoas com autonomia, a partir dos 65 anos. Em casos excecionais, pessoas com menos de 65 anos (a considerar caso a caso).
5. **Acolhimento familiar:** para pessoas idosas e adultas com deficiência Pessoas a partir dos 60 anos.
6. **Estrutura residencial:** para pessoas idosas Pessoas a partir dos 65 anos. Em casos excecionais, pessoas com menos de 65 anos (a considerar caso a caso).

Algumas entidades podem ainda contemplar as seguintes respostas de Cuidados Continuados Integrados:

- **Unidade de Convalescença (UC)** - internamentos até 30 dias.

Unidade dirigida a pessoas que já não necessitam de cuidados hospitalares de agudos, mas que devido a uma situação de doença súbita, recorrência ou descompensação do processo crónico, requeiram cuidados de saúde que, pela sua frequência, complexidade ou duração, não possam ser prestados no domicílio.

A Unidade de Convalescença assegura: reabilitação funcional intensiva; cuidados médicos permanentes; cuidados de enfermagem permanentes; realização de exames

complementares de diagnóstico, laboratoriais e radiológicos; prescrição e administração de medicamentos; cuidados de fisioterapia; apoio psicológico e social; higiene, conforto e alimentação; convívio e lazer.

- **Unidade de Média Duração e Reabilitação (UMDR)** - internamentos com duração entre 30 e 90 dias.

Destina-se a pessoas que, na sequência de doença aguda ou reagudização de doença crónica, perderam a sua autonomia e funcionalidade, mas com potencial de reabilitação funcional e que necessitem de cuidados de saúde, apoio social, que pela sua frequência ou duração, não podem ser prestados no domicílio.

A UMDR assegura: reabilitação funcional; cuidados médicos diários; cuidados de enfermagem permanentes; cuidados de fisioterapia e de terapia ocupacional; prescrição e administração de medicamentos; apoio psicossocial; higiene, conforto e alimentação.

- **Unidade de Longa Duração e Manutenção (ULDM)** - internamentos com mais de 90 dias.

Dirige-se a utentes com doença ou processo crónico, com diferentes níveis de dependência e graus de complexidade, que não reúnam condições para serem cuidadas em casa ou noutro tipo de resposta. Presta apoio social e cuidados de saúde de manutenção que previnam e retardem o agravamento da situação de dependência, favorecendo o conforto e a qualidade de vida.

A ULDM assegura: reabilitação funcional de manutenção; atividades de manutenção e de estimulação; cuidados de enfermagem permanentes; cuidados médicos regulares; prescrição e administração de medicamentos; apoio psicossocial; controlo fisiátrico periódico; cuidados de fisioterapia e de terapia ocupacional; animação sociocultural; higiene, conforto e alimentação.

Estão também definidas respostas de apoio social para **pessoas com deficiência** em situação de carência e desigualdade socioeconómica, dependência e vulnerabilidade social. As respostas sociais têm como objetivos promover a autonomia, a integração social e a saúde, em função da gravidade da deficiência, do grau de autonomia da pessoa e das suas necessidades e das suas famílias.

Respostas sociais para pessoas com deficiência:

1. **Centro de atendimento/acompanhamento e animação para pessoas com deficiência:** Pessoas com deficiência e as suas famílias;
2. **Serviço de apoio Domiciliário (SAD):** Pessoas com deficiência e pessoas em situação de dependência;
3. **Centro de Atividades Ocupacionais (CAO):** Pessoas a partir dos 16 anos com deficiência grave, que não possam trabalhar (temporária ou permanentemente); Pessoas com deficiência cuja situação não se enquadre no regime de emprego protegido e que precisem de apoios específicos.
4. **Acolhimento familiar para pessoas com deficiência:** Pessoas adultas com deficiência, dependentes e sem apoio familiar.
5. **Lar residencial:** Pessoas com deficiência, com mais de 16 anos;

Face ao exposto, serão apresentadas de seguida todas as Instituições/Associações por concelho e freguesia, do distrito da Guarda, disponibilizando todas as Respostas Sociais e contactos existentes com base na Carta Social e Investigação. Relativamente à informação das Respostas Sociais para pessoas com idade superior a 65 anos, verifica-se um maior número de respostas em Estruturas Residenciais para Pessoas Idosas (ERPI), o Serviço de apoio Domiciliário (SAD) e o Centro de Dia (CD). No entanto, também encontramos em algumas localidades Unidades de Fisioterapia (UFisio), Centros de Convívio (CC), Unidades de Convalescença (UC), Unidades de Longa e Média Duração (ULMD) e Unidades de Longa e Média Reabilitação (ULMR), uma vez que tudo depende do diagnóstico que o utente possuiu.

Há ainda o Programa de teleassistência ('eGuard'), realizado pela Guarda Nacional Republicana, por forma a apoiar idosos e pessoas vulneráveis que vivem sós e isoladas e assim aumentar o seu bem-estar. O utente fica na posse de um equipamento, que pode usar ao pescoço, e que, entre outras funções, possui um botão para ser acionado em caso de emergência (botão SOS), define um perímetro de segurança e alerta em caso de imobilidade. O sistema de teleassistência é monitorizado em permanência através de um portal que está acessível na Sala de Situação do Comando Territorial da GNR da Guarda e nos dispositivos móveis das patrulhas que estão no terreno.

O serviço está disponível em 11 dos 14 concelhos do distrito da Guarda nomeadamente, Aguiar da Beira, Almeida, Celorico da Beira, Figueira de Castelo Rodrigo, Gouveia, Mêda, Pinhel, Sabugal, Trancoso e Vila Nova de Foz Côa. O programa surge para proporcionar às pessoas uma maior inclusão, minimizar o isolamento.

Em relação às pessoas com menos de 65 anos portadoras de doenças neurodegenerativas seleccionámos as respostas no distrito capazes de dar uma resposta especializada tendo em conta o diagnóstico.

RECURSOS E SERVIÇOS EXISTENTES POR CONCELHO

Aguiar da Beira		Respostas Sociais								Contactos	
Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
Alzheimer, Parkinson, E. M. e Demências	Aguiar da Beira e Coruche	ASS. RECREATIVA E CULTURAL DE MELHORAMENTOS DE CORUCHE					X		X	Susanacentrossociais@hotmail.com coruche.social@gmail.com	232/687123
	Aguiar da Beira e Coruche	IRMANDADE SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE AGUIAR DA BEIRA- SEDE LAR NOSSA SENHORA DO AMPARO	X	X			X	X		geral@misericordiaaguiardabeira.pt	232 680 170
	Aguiar da Beira e Coruche	CENTRO SOCIAL PADRE JOSÉ AUGUSTO DA FONSECA					X		X	cspadrejaoseafonseca@gmail.com	232687194
	Aguiar da Beira e Coruche	RESIDÊNCIA HUMILDASUS	X							humildasus@gmail.com	232688666
	Aguiar da Beira e Coruche	CENTRO DE REPOUSO DE COJA, UNIPESSOAL, LDA	X						X	geral@centrorepousocoja.com	232680183
	Aguiar da Beira e Coruche	PARTILHAR AMIZADE, LDA	X							geral@partilhaamizade.pt	232687270
	União das freguesias de Souto de Aguiar da Beira e Valverde	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS DE VALVERDE					X		X	asmvalverde@hotmail.com	232687143
	Carapito	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE CARAPITO					X		X	carapito.social@gmail.com	232577212
	Cortiçada	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE CORTIÇADA					X			centrocortizada@hotmail.com	232599082
	Forninhos	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE FORNINHOS					X		X	centroforninhos@sapo.pt	232599116

Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDm	CD	Email	Telefone
Dornelas	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE DORNELAS- COMUNIDADE INCLUSIVA DE SANTO ANTÓNIO	X		X					geralcspdornelas@gmail.com	232599449
	COMUNIDADE INCLUSIVA DA LAGE GRANDE	X		X						
Pena verde	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE PENAVERDE	X				X		X	csp_penaverde@hotmail.com	232577670
Eirado	ASSOCIAÇÃO DE SOLID.MELHORAMENTOS DA IMACULADA CONCEIÇÃO			X					asmic123@gmail.com	

<i>Almeida</i>		Respostas Sociais								Contactos	
Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Almeida	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALMEIDA Lar de Grandes Dependentes	X X				X	X		accaosocial.scmalmeida@gmail.com	271574493
	Castelo Bom	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E CULTURAL DA ALDEIA DE SÃO SEBASTIÃO	X				X		X	adcsaldeia@gmail.com	271518124
	Freineda	COMISSÃO DE MELHORAMENTOS DE FREINEDA	X				X		X	com.melh.freineda@sapo.pt	271511329
	Freixo	CENTRO DE CONVÍVIO DA ASSOCIAÇÃO CULTURAL CONHEÇA A SUA ALDEIA "O FREIXO"			X					geral@mapasocial.pt	
	Malhada Sorda	CENTRO DE BEM ESTAR SOCIAL DE MALHADA SORDA	X							cbesocial@sapo.pt	271566969
	Nave de Haver	CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE SANTO ANTÓNIO DE NAVE DE HAVER	X							larnavedehaver@gmail.com	271555345
	São Pedro de Rio Seco	CENTRO SOCIAL DO RIO SECO	X				X		X	centrosocialdorioseco@gmail.com	271513369
	União das freguesias de Amoreira, Parada e Cabreira	ASSOCIAÇÃO SOCIAL, CULTURAL, DESPORTIVA E RECREATIVA DE AMOREIRA					X			ascdr.amoreira@sapo.pt	271949060
	União das freguesias de Azinhal, Peva e Valverde	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS DE PEVA	X				X			a.m.peva@hotmail.com	271448528

Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
União das freguesias de Castelo Mendo, Ade, Monteperobolso e Mesquitela	ASS. SOCIAL, CULTURAL E RECREATIVA DE MONTEPEROBOLSO							X	ascrmonteperobolso@gmail.com	271581581
	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA CULTURAL E RECREATIVA DE ADE					X		X	adcrade@gmail.com	271580273
União das freguesias de Junça e Naves	CENTRO DE CULTURA E BEM ESTAR DAS NAVES					X		X	centroculturalnaves@sapo.pt	271511060
União das freguesias de Leomil, Mido, Senouras e Aldeia Nova	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E SOCIAL DE MIDO							X	adcsmido@gmail.com	271511000
	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E SOCIAL DE LEOMIL					X		X	associacaoleomil@gmail.com	271448663
União das freguesias de Malpartida e Vale de Coelha	ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO E ACÇÃO SOCIAL DE MALPARTIDA	X				X		X	ades.malpartida@hotmail.com	271571100
	CENTRO SOCIAL CULTURAL E DESPORTIVO MIUZELENSE					X		X	miuzela.centro@gmail.com	271580180
Vale da Mula	ASSOCIAÇÃO RECREATIVA, CULTURAL E SOCIAL VALDAMULENSE					X		X	assvaldamulense@sapo.pt	271571152
Vilar Formoso	CENTRO DE ACOLHIMENTO E INTEGRAÇÃO SOCIAL DE VILAR FORMOSO	X				X		X	centroacolhimento@caisvf.pt	271511479

PROGRAMAS E SERVIÇOS ESPECIALIZADOS

ASSOCIAÇÃO SÓCIO TERAPÊUTICA DE ALMEIDA (ASTA)

- A ASTA oferece aos *companheiros* várias terapias individualizadas e de grupo dependendo das necessidades individuais e específicas; além do trabalho desenvolvido nos vários ateliers, com sentido ocupacional mas sempre utilitário e estético, a ASTA recria o viver comunitário e familiar nos diversos núcleos familiares, como qualquer cidadão, no contexto de respostas como *Lar Residencial* - Casa da Fonte, Casa da Oliveira e casa Cristalina e, como *Residência Autônoma* - Casa São Miguel, dentro do coração da própria aldeia.
- Para além disto, a Instituição cuida ainda de pessoas com patologias diversas as quais advêm, naturalmente, da degeneração evolutiva e/ou envelhecimento - nomeadamente ataxias cerebelosas, epilepsias, demências e outras, tendo na sua abordagem terapêutica uma forma holística de cuidar sempre numa perspetiva bio-psico-social e espiritual já que, o ser humano é um todo e não só uma parte ou uma doença.

ATELIERS:

- “3 Ofícios” – ciclo da Lã
- “Quinta doa 3 Sóis” - Agricultura e Pecuária
- “Carpintaria”
- “Jardinagem E Manutenção”
- “Olaria”
- “Tecelagem”
- “Arteterapia”
- “Intervenção Individualizada” – terapias específicas
- “Ninho” (preparado para um acompanhar mais específico e assistencialista)

ANIMAÇÃO E SOCIALIZAÇÃO:

- Grupo Musical Pé Coxinho;
- Expressão Corporal, Dramatização e Dança;
- Tarde cultural;
- Eventos para marcar os ritmos anuais, com intervenções sócio-culturais, na região;

TERAPIAS PSICO MOTORAS:

- Fisioterapia
- Desporto Adaptado
- Massagem
- Sessões de relaxamento
- Hidroterapia

Para mais informações consultar o link: <https://assterapeutica.com/>

CENTRO LÚDICO CULTURAL E SOCIAL DE VILAR FORMOSO

- O Centro Lúdico, Cultural e Social de Vilar Formoso é uma Instituição Particular, sem fins, lucrativos, de utilidade pública, que presta apoio a crianças, jovens, idosos e famílias. Ao longo dos anos tem vindo a desenvolver a sua missão valorizando as atividades lúdicas, a educação não formal, como forma de intervenção sócio educativa e cultural com uma equipa multidisciplinar.
- A área de atuação da instituição abrange todo o concelho de Almeida e quaisquer outros concelhos do país. Através da atividade lúdica é possível ativar as funções cognitivas comprometidas, estimular áreas prejudicadas, favorecendo a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal, social, intelectual e cultural, além de despertar a afetividade, a convivência e reduzir o nível de ansiedade e angústia. Com a realização destas atividades pretende-se aumentar a socialização e reforçar a autoestima e sensação de bem-estar.
- O Centro de Atividades de Tempos Livres, uma das valências da instituição, é uma resposta social que visa a valorização pessoal e a integração social de todas as crianças e jovens, na faixa etária dos 4 aos 30 anos, fomentando o desenvolvimento das suas capacidades.
É uma resposta social que tem como finalidade, proporcionar atividades socialmente úteis, terapêuticas e apoio pedagógico.

SERVIÇOS DISPONÍVEIS:

ATELIER:

- Capacitação para atividades diárias, desafios pessoais
- Artes plásticas e manualidades
- Oficina de leitura e escrita
- Oficina de matemática e ciência
- Atividade física adaptada
- Oficina de teatro
- Animarte
- Dança
- Musicoterapia
- Educ@online
- Ludoteca Itinerante “Um Raio de Sol”
- Futuroteca
- Ludicolândia

Para mais informações consultar o link: <https://www.centroludicovf.pt/>

<i>Celorico da Beira</i>		Respostas Sociais								Contactos		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose. Múltipla. e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
	Baraçal	LIGA DOS AMIGOS DO BARAÇAL					X				labaracal@gmail.com	939416015
	Carrapichana	COMISSÃO MELHORAMENTOS DA CARRAPICHANA					X		X		cmcarrapichana@hotmail.com	271776236
	Casas do Soeiro	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA, CULTURAL E DE MELHORAMENTOS DE CASAS DE SOEIRO					X		X		adcmcasasdosoeiro@hotmail.com	967278843
	Fornotelheiro	ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE FORNOTELHEIRO	X				X		X		assfornotelheiro@gmail.com	271711042
	Lajeosa do Mondego	ASSOCIAÇÃO LAGEOSENSE DE SOLIDARIEDADE SOCIAL	X				X		X		alss@sapo.pt	271741131
	Lajeosa do Mondego	ASSOCIAÇÃO CANTO D'ACONCHEGO - ASSOCIAÇÃO DE PROTECÇÃO DOS CIDADÃOS	X								associacaopc@gmail.co	271711054
	Linhares	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE LINHARES DA BEIRA	X				X		X		SCMLinharesdabeira@hotmail.com	271776489
	Maçal do Chão	ASSOCIAÇÃO SOCIAL DE APOIO À TERCEIRA IDADE DE MAÇAL DO CHÃO					X				as.macal.chao@hotmail.com	271881190
	Mesquitela	CENTRO SOCIAL DA FREGUESIA DE MESQUITELA					X		X		csfmesquitela@gmail.com	271776230
	Minhocal	ASSOCIAÇÃO SOCIAL DESPORTIVA, RECREATIVA E CULTURAL DE MINHOCAL					X				asdrminhocal@sapo.pt	271878784
	Prados	LIGA DOS NATURAIS E AMIGOS DE PRADOS	X				X		X		liga.prados@gmail.com	271712094

Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Ratoeira	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS DA FREGUESIA DA RATOEIRA					X		X	hlenaad@hotmail.com	271748491
União das freguesias de Açores e Velosa	ASS. DE MELHORAMENTOS CULTURAL, RECREATIVA E DESPORTIVA DA VELOSA					X		X	centrodiavelosa@outlook.pt	927274395
	ASSOCIAÇÃO CULTURA DESPORTO E MELHORAMENTOS DA FREGUESIA DE AÇORES	X				X		X	laracores2010@hotmail.com	271926082
União das freguesias de Celorico (São Pedro e Santa Maria) e Vila Boa do Mondego	LIGA DOS AMIGOS DE ALDEIA DA SERRA ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL E CULTURAL			X					adsc12345@gmail.com	271712138
	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE CELORICO DA BEIRA	X				X		X	geral@scmceloricodabeira.com	271743555
	ASS. MELH. CULTURAL DESPORTIVA PROTECÇÃO À INFÂNCIA E À 3ª IDADE	X				X			a.melhoramentos.vbm@sapo.pt	271748106
União das freguesias de Cortiço da Serra, Vide entre Vinhas e Salgueirais	ASS. DE APOIO SOCIAL E DES. GALISTEU E VIDE ENTRE VINHAS					X		X	ipss.galisteu.vide@hotmail.com	271742247
União das freguesias de Rapa e Cadafaz	ASSOCIAÇÃO SOLIDARIEDADE CADAFAZ					X			as.cadafaz@gmail.com	965106719
	ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DA RAPA	X				X			asocialrapa@gmail.com	271712050
Vale de Azares	ASS. MELHORAMENTOS CULTURAL DESPORTIVA E RECREATIVA DE VALE DE AZARES	X				X		X	amcdrvaledeazares@hotmail.com	271743889

<i>Figueira de Castelo Rodrigo</i>			Respostas Sociais					Contactos	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
	Almofalense	ASSOCIAÇÃO CULTURAL DESPORTIVA E SOCIAL DE ALMOFALENSE			x		x	associacao.almofala@sapo.pt	271366924
	Vermiosa	ASSOCIAÇÃO CULTURAL, SOCIAL MELHORAMENTOS DA VERMIOSA	x		x		x	acsmvermiosa@sapo.pt	271366945
	Freixeda Do Torrão	ASSOCIAÇÃO SOCIOCULTURAL DA FREIXEDA DO TORRÃO	x		x		x	ascftorrrao@gmail.com	271311211
	Escalhão	CASA DA FREGUESIA DE ESCALHÃO	x		x		x		
		ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE BARCA DE ALVA-DOURO			x		x		
	Algodres	CENTRO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE ALGODRES	x				x	cssalgodres@gmail.com	271397919
	Vale de Afonsinho	EQUIP. SOCIAL DA ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DE VALE DE AFONSINHO	x		x			valedeafonsinho.ipss@gmail.com	271227204
	Mata Lobos	CENTRO DE DIA E LAR DE IDOSOS DO CENTRO SOCIAL DE MATA DE LOBOS	x		x		x	centrosocialdematadelobos@hotmail.com	271311313
	Figueira de Castelo Rodrigo	LAR LUÍS BASTOS	x					larluisbastos@gmail.com	271312328
STª CASA MISERICÓRDIA FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO		x					scmfcr.lar@gmail.com	271312198	

		Instituição	ERPI	CC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
		EQUIP. SOCIAL DE FIGUEIRA S.O.S- ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL		x	x			figueirasos@sapo.pt	271311188
	Barca D'Alva	DOURO SOCIAL - ASSOCIAÇÃO SOLID. DE BARCA D'ALVA			x			dourosocial@gmail.com	
	Vilar do Amargo	CENTRO DE DIA VILAR DE AMARGO					x	cssalgodres@gmail.com	271397919
		EQUIP. SOCIAL DO CENTRO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE ALGODRES	x				x	cssalgodres@gmail.com	271397919
	Reigada	CENTRO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE REIGADA (S/ACORDO)	x				x	reigadasocial2012@gmail.com	271377003

Fornos de Algodres		Respostas Sociais							Contactos		
Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla. e Demências	Maceira	ASSOCIAÇÃO PROMOÇÃO SOC. RECR. DESP. HUMANITÁRIA DE MACEIRA	x			x		x	associacao.maceira@sapo.pt	271789817	
	Mata	ASSOCIAÇÃO MELHORAMENTOS SOCIAL, CULTURAL E RECREATIVA DA MATA				x		x	amscr.mata@gmail.com	271789811	
	Vila Ruiva	ASSOCIAÇÃO PROMOÇÃO SOCIAL RECREATIVA DESPORTIVA DE VILA RUIVA				x		x	apsrd.vilaruiva@gmail.com	271776580	
	Fornos de Algodres	ASSOCIAÇÃO PROMOÇÃO SOCIAL CULTURAL E DESPORTIVA DE FORNOS				x			x	apscdfa@gmail.com	271701335
		ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DO FORNOS DE ALGODRES	x						x	iscmfa@gmail.com	271700190
		LAR DE SANTA TERESA	x							larsantateresa@apscfda.pt	271701349
	Sobral Pichorro	ASSOCIAÇÃO LIGA DOS AMIGOS DO SOBRAL PICHORRO				x		x	alasobralpichorro@hotmail.com	962787810	
	Muxagata	ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DA MUXAGATA				x		x	apdmuxagata@hotmail.com	271789034	
	Casal Vasco	ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO SOCIAL DO RAMIRÃO	x			x			apdsramirao@hotmail.com	271701266	
Figueiró Da Granja	CENTRO DIA DA LIGA DOS AMIGOS FIGUEIRÓ DA GRANJA				x		x	lafg@iol.pt	271701005		

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Matança	LIGA DOS AMIGOS DA MATANÇA	x			x			ligaamigosmatanca@gmail.com	██████████
Juncais	ASSOCIAÇÃO PROMOÇÃO S. R. DESPORTIVA JUNCAIS				x		x	juncais.centrodia@iol.pt	271709584

ASSOCIAÇÃO DE PROMOÇÃO SOCIAL CULTURAL E DESPORTIVA DE FORNOS DE ALGODRES

- A Associação de Promoção Social Cultural e Desportiva de Fornos de Algodres (APSCDFA) pretende ser uma organização de referência a nível regional na dinamização de atividades integradoras, sustentáveis, solidárias e inovadoras em contexto rural.

- SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS

PARKINSON

- Acompanhamento psicológico;
- Psicomotricidade;
- Fisioterapia (técnicas específicas- Manipulativas e de Facilitação e/ou Inibição neuromuscular);
- Terapia ocupacional;
- Terapia da fala;
- Hidroterapia.

ALZHEIMER

- Acompanhamento psicológico;
- Estimulação cognitiva;
- Terapia ocupacional;
- Terapia da fala;
- *Snoezelen*.

FRONTO-TEMPORAL

- Estimulação cognitiva;
- Acompanhamento psicológico;
- Atividades lúdicas e culturais.

Para mais informações consultar o link: <https://www.apscdfa.pt/index.php>

<i>Vila Nova de Foz Côa</i>		Respostas Sociais								Contactos		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla. e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	UMDR	CD	Email	Telefone	
	Almendra	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE ALMENDRA	X			X				X	cspalmendra@hotmail.com	279718072
	Castelo Melhor	CENTRO SOCIAL DE CASTELO MELHOR				X				X	cscastelomelhor@gmail.com	279718036
	Cedovim	CASA DA FRGUESIA DE CEDOVIM	X			X				X	lar.cedovim@hotmail.com	279777414
	Chãs	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE CHÃS	X							X	cspchas@gmail.com	279759116
	Custóias	IRMANDADE DE NOSSA SENHORA DO VISO				X				X	ipsssenhoraviso@hotmail.com	279106983
	Freixo de Numão	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL FREIXO DE NUMÃO				X	X	X		X	centro.freixonumao@hotmail.com	279789628
	Numão	CENTRO DE APOIO SOCIAL E CULTURAL DE NUMÃO				X				X	centronumao@live.com.pt	279779387
	Santa Comba	ASSOCIAÇÃO DE BEM FAZER DE SANTA COMBA	X			X				X	abfsantacomba@hotmail.com	279759302
	Sebadelhe	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE SEBADELHE	X			X					cspsebadelhe@hotmail.com	279789372
	Seixas	ASS. CULTURAL, RECREATIVA E DE ASSISTÊNCIA DE SEIXAS				X					acra.seixas@sapo.pt	279788093
	Foz Côa	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE VILA NOVA DE FOZ CÔA	X			X				X	info@scmfzcoa.com	279762170

Guarda		Respostas Sociais							Contactos	
Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Avelãs de Ambom				X		x	apscaavelasambom@hotmail.com	271926169	
	Trinta				X		x	abcdtrinta@gmail.com	271598329	
	Vila Soeiro				X		x	centrodiasantaana.vilasoeiro@gmail.com	271224939	
	Albardo				X			albardo.amigosliga@gmail.com	967092207	
	Pousade						x	lapousade@gmail.com	271580278	
	Rochoso		x					x	ctjmjose@gmail.com	271585133
	Vale de Estrela		x			X		x	admestrela@admestrela.pt	271221579
	Valhelhas				X				cscvalhelhas@sapo.pt	275487612
	Vela		x						scmguarda@gmail.com	275430100
	Videmonte		x			X		x	cmvidemonte@gmail.com	271598505

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Ramela	CENTRO CULTURAL SOCIAL E DESPORTIVO DA RAMELA				X		X	centro.dia.ramela@gmail.com	271239269
Vila Cortês do Mondego	ASSO. DE MELHORAMENTOS E APOIO SOCIAL DE VILA CORTÊS DO MONDEGO	X			X		X	amasvilacortez@sapo.pt	271926624
Vila Fernando	EQUIP. SOC. DO CENTRO JUVENIL SOCIAL DE VILA FERNANDO				X		X	centrojuvenilsocial@sapo.pt	271979997
Vila Garcia	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS CULTURAL RECREATIVO DE VILA GARCIA				X		X	assocmelhor.vilagarcia@gmail.com	271979109
Santana de Azinha	RESIDENCIA SÉNIOR DONA ANA	X						residenciasenior.ana@gmail.com	271227132
	CENTRO DE DIA E LAR DE SANTA ANA DE AZINHA	X			X			larsantana@sapo.pt	271231260
	GOLD PALACE - EMPRENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS E TURÍSTICOS	X						goldpalace.cm@gmail.com	271225391
Porto da Carne	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS E APOIO SOCIAL DO PORTO DA CARNE	X			X		X	amasportodacarne@hotmail.com	271926521
	LAR DO MONDEGO	X						geral@lardomondego.com.pt	271926502
Pera de Moço	CENTRO DE DIA DA ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA E MELHORAMENTOS PARA A FREGUESIA DE PERA DE MOÇO				X		X	abmfpm@sapo.pt	217963846
	CASA DE REPOUSO DO AMIAL	X						ana.bela.pires@hotmail.com	271963099
Pêga	ASSOCIAÇÃO CULTURAL DESPORTIVA E SOCIAL DE PÊGA	X			X		X	acdspega@gmail.com	271698332

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Panoias de Cima	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E SOCIAL DA FREGUESIA DE PANOIAS				X		X	acsfpanoias@sapo.pt	2712227817
Marmeleiro	EQUIP. SOCIAL DO CENTRO CULTURAL SOCIAL DO MARMELEIRO				X		X	marmeleiroccs@sapo.pt	271979039
Adão	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS DE ADÃO	X				X		ass.melhoramentos.adao@gmail.com	271979019
Aldeia do Bispo	CENTRO SOCIAL E CULTURAL DA ALDEIA DO BISPO					X		c.s.c.aldeiadobispo@gmail.com	271223434
Aldeia Viçosa	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS DE ALDEIA VIÇOSA	x				x		amav1@sapo.pt	271926690
Alvendre	COMISSÃO DE MELHORAMENTOS DE ALVENDRE					X		cmalvendre@sapo.pt	271237439
Arrifana	OS AMIGOS DE ARRIFANA LIGA DE SOLIDARIEDADE SOCIAL MELHORAMENTOS					X		amigosdaarrifana@gmail.com	271963030
Avelãs da Ribeira	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA E SOLIDARIEDADE SOCIAL DE AVELÃS DA RIBEIRA					X		absavelas@sapo.pt	936408954
Benespera	CENTRO PAROQUIAL DE CULTURA E ASSISTÊNCIA DE BENESPERA	X				X		anateresabarbara@hotmail.com	275431316
Casal de Cinza	COMISSÃO DE MELHORAMENTOS DE CASAL DE CINZA					X		casaldecinzacentrodia@gmail.com	271963993
Castanheira	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO	X				X		geral@cspconceicao.pt	271947180
Famalicão	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E SOCIAL DE FAMALICÃO					X		ipss090717@gmail.com	275487325
Fernão Joanes	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS NOSSA TERRA	X				X		aantfernaojoanes@gmail.com	271591287
Gonçalo	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE GONÇALO					X		anacarolinabarbara@hotmail.com	275431308

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Guarda	ASSOCIAÇÃO CULTURAL SOCIAL RECREATIVA DA SEQUEIRA					X		assoc.sequeira@hotmail.com	271033845
	CENTRO DE FORMAÇÃO ASSISTÊNCIA E DESENVOLVIMENTO	X				X	X	comunidadeemaccao@cfad.pt	271214166
	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA GUARDA	X		X	X		X	scmguarda@gmail.com	271211410
	CENTRO DE ACOLHIMENTO DE S. JOÃO DE DEUS	X						casjd@mail.telepac.pt	271238160
	FUNDAÇÃO JOÃO BENTO RAIMUNDO	X						geral@fjbr.org	271220410
	ASSOCIAÇÃO CULTURAL SOCIAL RECREATIVA DA SEQUEIRA					X		Xassoc.sequeira@hotmail.com	271033845
	NÚCLEO DESPORTIVO E SOCIAL					X		ndsguarda@gmail.com	271230624
	CÁRITAS DIOCESANA DA GUARDA					X		direcao@caritasguarda.pt	271212428
	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DA SÉ					X		centroparouquialdase.guarda@gmail.com	271212993
Maçainhas	CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE MAÇAINHAS - CSPM					X		c.s.p.macainhas@gmail.com	271211750

CASA DE SAÚDE BENTO MENI

- A Casa de Saúde Bento Menni, sediada na cidade da Guarda, acolhe, cuida e reabilita, unindo ciência e caridade. Na Casa de Saúde Bento Menni, na Guarda, são cuidadas pessoas com patologias psiquiátricas, psicogerítricas, desde logo, as pessoas portadoras de demências, como Alzheimer, entre outras, doentes de Parkinson, doentes com esclerose múltipla e pessoas com deficiência intelectual.
- Os cuidados podem ser desenvolvidos em ambulatório, em situação aguda ou em situação crónica.

OS PROGRAMAS DE INTERVENÇÃO INCLUEM:

Internamento

1. Psiquiatria, Psicogeriatria e Deficiência Intelectual

A nível de internamento os utentes usufruem dos seguintes serviços técnico-assistenciais:

- Serviços Médicos (Psiquiatria, Medicina Interna, Medicina Dentária);
- Enfermagem;
- Serviço Social;
- Psicologia Clínica e Neuropsicologia;
- Psicopedagogia;
- Fisioterapia;
- Educação física adaptada;
- Reabilitação sócio-ocupacional;
- Pastoral da Saúde;

Ambulatório

2. Consultas Externas de Psicologia Clínica, Neuropsicologia e Psiquiatria;
3. Sala Multissensorial (*Snoezelen*);
4. Programa de Intervenção Precoce nas Alterações da Memória. O Programa de Intervenção Precoce nas Alterações de Memória (PIPAM) insere-se na área de ambulatório e constitui uma intervenção especializada da neuropsicologia. O objetivo é realizar um rastreio cognitivo e estimular as áreas afetadas com recurso às novas tecnologias - programa COGWEB. As sessões são prescritas consoante as expectativas e necessidades identificadas, segundo as melhores práticas clínicas com enfoque na prevenção e reabilitação neuro psicológica.
5. Gabinete de Intervenção Comunitária a desenvolver terapia ocupacional na área da saúde Mental.

Para mais informações consultar o link: <http://csbm.irmashospitaleiras.pt/index.php>

CERCIG – COOPERATIVA DE EDUCAÇÃO E REABILITAÇÃO DE CIDADÃOS INADAPTADOS

- A CERCIG é uma cooperativa de educação e reabilitação de cidadãos inadaptados, fundada em 21 de julho de 1977. É uma cooperativa de carácter assistencial, sem fins lucrativos e Instituição de Utilidade Pública desde 1983. Tem como missão, promover de forma sustentável e inovadora a intervenção junto dos cidadãos com deficiência e/ou incapacidades e suas famílias, e outros grupos vulneráveis, de forma a proporcionar a sua Inclusão Social e melhoria da qualidade de Vida.
- Como de sonhos também se vive...e crer é acreditar, a Visão da entidade é oferecer serviços de excelência na concretização do projeto de vida de todo o cidadão numa Sociedade em que “Ser Diferente é Ser Igual a toda a Gente”.

As estratégias de intervenção da CERCIG passam por:

1. Promove pelos mais diversos meios a educação, formação e reabilitação de cidadãos com dificuldades especiais, de forma a proporcionar a sua inclusão na sociedade.
2. Promove a prevenção da deficiência, diminui e/ou minimiza as suas consequências, apoiando a respetiva família.
3. Intervém na deteção precoce das perturbações da personalidade ou do desenvolvimento das crianças. Incentiva o desenvolvimento das capacidades de crianças, jovens e adultos com deficiência e/ou problemas ao nível da inserção social.
4. Desenvolve atividades de apoio a pessoas com graves problemas ao nível da autonomia, visando o seu bem-estar e salvaguardando padrões de qualidade de vida;
5. Pugna pela erradicação de preconceitos e atitudes de incompreensão ou geradoras de situações de marginalização ou exclusão social que porventura se coloquem relativamente à pessoa com deficiência. Desenvolve ações de informação e sensibilização junto da opinião pública para a problemática associada à defesa dos direitos da pessoa com deficiência e família. Cidadãos da região da Guarda, portadores de algum tipo de deficiência ou necessidades educativas especiais.

EM TERMOS DE VALÊNCIAS, CONTA COM:

- | | |
|---------------------------------------|--|
| ▪ Intervenção Precoce, | ▪ Formação Profissional, |
| ▪ Centro de Recursos para a Inclusão, | ▪ Unidade Residencial, |
| ▪ Serviço de Apoio ao Domicílio, | ▪ Centro de Atividades de Tempos Livres, |
| ▪ Centro de Atividades Ocupacionais, | ▪ Quinta Agrícola e Pedagógica. |
| ▪ Lar Residencial, | ▪ Residência Autónoma Centro de Reabilitação |

PARA UTENTES COM DOENÇAS NEURODEGENERATIVAS A CERCIG DISPÕE DE SERVIÇOS COMO:

- | | |
|------------------------|--------------------------------------|
| ▪ Terapia da fala; | ▪ Apoio Psicossocial; |
| ▪ Terapia ocupacional; | ▪ Fisioterapia; |
| ▪ Psicomotricidade; | ▪ Sala de <i>Snoezelen</i> ; |
| ▪ Hidroterapia; | ▪ Apoio especializado com recurso às |
| ▪ Hipoterapia; | |

Para mais informações consultar o link: <https://www.cercig.com/>

<i>Gouveia</i>		Respostas Sociais								Contactos		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULD M	UM DR	CD	Email	Telefone	
	Lagarinhos	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA CULTURAL E RECREATIVA DA FREGUESIA DE LAGARINHOS				x				x	abcrf.lagarinhos@sapo.pt	238487953
	Rio Torto	LAR E CENTRO DE DIA DE RIO TORTO	x							x	joapinto@abpg.pt	23848475
	Melo	ASSOCIAÇÃO BENEFICÊNCIA CULTURAL E RECREATIVA DE MELO	x			x				x	associacaomelo@gmail.com	238745300
	Nabais	EQUIP. SOCIAL DO CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE NABAIS	x			x				x	centrosocialparoquial.nabais@gmail.com	238748156
	Vila Cortez da Serra	ASSOCIAÇÃO DE VOLUNTÁRIOS AÇÃO SOCIAL VILA CORTEZ DA SERRA				x				x	avasvilacorteserra@gmail.com	271776241
	Nespereira	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS DA NESPEREIRA	x			x				x	a.a.nespereira@hotmail.com	238494015
	Vila Nova De Tazem	CENTRO DE DIA DO CENTRO SOCIAL PAROQUIAL NOSSA SENHORA DA ASSUNÇÃO	x			x				x	centrosparoquial@sapo.pt	238486150
	Vila Franca Da Serra	CENTRO ASSISTÊNCIA CULTURA VILA FRANCA DA SERRA				x				x	cac.vfserra@gmail.com	271701382
	Paços Da Serra	CENTRO ASSISTÊNCIA CULTURA E RECREIO DE PAÇOS DA SERRA				x					geral.cacrps@sapo.pt	238495462
	Arcozelo Da Serra	CENTRO ASSISTÊNCIA CULTURA RECREIO ARCOZELO DA SERRA	x			x				x	lardearcozelo@outlook.com	238771804

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	UMDR	CD	Email	Telefone
Vinhó	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE VINHÓ	x			x			x	centrosocialparoquial-vinho@hotmail.com	238491561
Gouveia	GOUVEIA				x			x	fundacaoanossacasa@mail.telepac.pt	238492379
	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA POPULAR DE GOUVEIA				x			x	joapinto@abpg.pt	238490000
	LAR DE IDOSOS DA MISERICÓRDIA DE GOUVEIA	x							scm.gouveia@sapo.pt	238490110
	CASA DE REPOUSO S. JULIÃO	x				x			joapinto@abpg.pt	238490000
Figueiró Da Serra	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE FIGUEIRÓ DA SERRA				x			x	centrodediafigueiro@gmail.com	960367649
	EQUIP. SOCIAL DA COMISSÃO MELHORAMENTOS DE FIGUEIRÓ DA SERRA				x				cmfigueirodaserra@outlook.pt	271776009
Freixo da Serra	COMISSÃO DE MELHORAMENTOS DE FREIXO DA SERRA	x						x	larfreixodaserra@hotmail.com	238748085
Vinhó	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE VINHÓ	x			x			x	centrosocialparoquial-vinho@hotmail.com	238491561
Moimenta da Serra	FUNDAÇÃO D. LAURA DOS SANTOS	x						x	lar@flsantos.com	238496638
Ribamondego	LIGA DOS AMIGOS DE RIBAMONDEGO	x			x				liga.amigos.ribamondego@hotmail.com	238774251
Aldeias	LIGA HUMANITÁRIA SOCIAL E CULTURAL DE ALDEIAS	x			x			x	liga.h.s.c.aldeias@gmail.com	238498321
São Paio	LIGA PROMOÇÃO HUMANITÁRIA E CULTURAL DE S. PAIO	x			x				ligaphcspaio@sapo.pt	238498293
Folgosinho	ASSOCIAÇÃO LAR DE FOLGOSINHO	x							crisrina.pinto@igep.pt	238748059

ASSOCIAÇÃO DE BENEFICIENCIA POPULAR DE GOUVEIA (ABPG)

- O CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS- ATIVIDADES TERAPEUTICAS:

PSICOMOTRICIDADE

Aqui trabalha-se o movimento do corpo global: o desenvolvimento cognitivo, o desenvolvimento psicomotor (domínio do movimento e desenvolvimento físico) e o desenvolvimento afetivo (autoconceito, relação jogo e de grupo).

EQUITAÇÃO TERAPÊUTICA

Na Equitação Terapêutica, o cavalo é utilizado como meio terapêutico, em que os movimentos e estímulos produzidos pelo animal atuam sobre o utente de modo a produzir efeitos benéficos na evolução ou desenvolvimento de capacidades antes inexistentes, perdidas ou reduzidas.

RELAXAÇÃO TERAPÊUTICA / SNOEZELEN

As técnicas de relaxamento são múltiplas, e têm como denominador comum visar uma descontração psicofísica através de uma ação sobre o corpo na sua atividade tónica, muscular e visceral.

TREINO DE ATIVIDADES DA VIDA DIÁRIA

É desenvolvido o treino das habilidades da vida diária de forma a minimizar a limitação existente ao nível do cuidado pessoal e das atividades domésticas.

DINÂMICAS DE GRUPO

Pretende-se proporcionar um espaço onde cada um exprima os seus sentimentos, isto é, que diga o que sente e como percebe o mundo à sua volta, melhorando as suas capacidades de comunicação, a sua auto-estima e a relação com o outro.

- ATELIERS

São ateliers que funcionam **1 vez por semana** com um grupo de cada CAO, com um professor responsável da área.

- Cerâmica
- Fotografia
- Música

Para mais informações consultar o link: <https://www.abpg.pt/index.asp>

<i>Manteigas</i>			Respostas Sociais						Contactos	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla, Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
	Vale De Amoreira	ASSOCIAÇÃO MELHORAMENTOS VALE DE AMOREIRA	x			x			amvamoreira@gmail.com	275487071
	Manteigas	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE MANTEIGAS	x			x	x	x	geral@scmmanteigas.pt	275980070

AFACIDASE – ASSOCIAÇÃO DE FAMILIARES E AMIGOS DO CIDADÃO COM DIFICULDADES DE ADAPTAÇÃO DA SERRA DA ESTRELA

- A AFACIDASE- Associação de Familiares e Amigos do Cidadão com Dificuldades de Adaptação da Serra da Estrela, é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), sem fins lucrativos, que integra a comunidade com necessidades especiais do Concelho de Manteigas, alargando o seu âmbito de ação aos concelhos limítrofes da Serra da Estrela. Tem trabalhado sempre para a promoção de uma maior qualidade de vida da pessoa com deficiência e concomitantemente para a o bem-estar das suas famílias e da comunidade.
- A AFACIDASE age continuamente em prol do desenvolvimento e promoção das capacidades dos seus utentes, preocupando-se com as respetivas famílias.

SERVIÇOS ESPECÍFICOS

ATELIÊS:

- Doçaria;
- Trabalhos Manuais;

TERAPIAS ESPECÍFICAS

- Hidroterapia;
- Hipoterapia;
- *Snoezelen*;
- Terapia ocupacional.

Para mais informações consultar o link: <https://www.afacidase.pt/>

<i>Mêda</i>		Respostas Sociais							Contactos	
Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Barreira	ASSOCIAÇÃO MELHORAMENTOS E DESENVOLVIMENTO SOCIAL CULTURAL DA BARREIRA				x		x	hlenaad@hotmail.com	279718072
	Outeiro De Gatos	ASSOCIAÇÃO BENEFICÊNCIA E CULTURA DE OUTEIRO DE GATOS				x		x	abc.gatos@gmail.com	279718036
	Meda	LAR NOSSA SENHORA DE FÁTIMA	x						secretariasantacasameda@hotmail.com	279777414
	Mêda	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE MEDA	x			x		x	secretariasantacasameda@hotmail.com	279759116
	Aveloso	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE AVELOSO				x		x	centrosocialaveloso@gmail.com	279106983
	Coriscada	NOITES DE MAGIA	x							279789628
	Prova	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE PROVA				x			centrosocialprova@gmail.com	279779387
	Marialva	CLUBE DESPORTIVO RECREATIVO SOLIDARIEDADE SOCIAL MARIALVA				x		x	marialva.clube@gmail.com	279759302
	Ranhados	ASSOCIAÇÃO SOCIAL DE CULTURA E RECREIO DE RANHADOS				x			ascr.ranhados@gmail.com	279789372
	Rabaçal	CENTO SOCIAL E PAROQUIAL SOLAR DO MORGADO				x		x	csp_solardomorgado@hotmail.com	279788093

<i>Pinhel</i>		Respostas Sociais							Contactos	
Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla. e Demências	Bouça cova	EQUIP SOCIAL DA ASSOCIAÇÃO CULTURAL RECREATIVA DE BOUÇA COVA				x		abcova@sapo.pt	271477954	
	Alverca da beira	IRMANDADE DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALVERCA DA BEIRA				x	x	scmalvercabeira@sapo.pt	271477331	
	Freixedas	CASA DE REPOUSO SANTA EUFÉMIA - ACOLHIMENTO DE PESSOAS IDOSAS	X						crsantaefemia@gmail.com	271451060
		CENTRO DE DIA DO CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE FREIXEDAS				X		X	c.s.p.freixedas@sapo.pt	271456181
	Lamegal	ESTRUTURA RESIDENCIAL PARA PESSOAS IDOSAS DO CENTRO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVO DE LAMEGAL	X						cscr.lamegal@sapo.pt	271448535
		CENTRO DE DIA DO LAMEGAL				X		X	cscr.lamegal@sapo.pt	271448535
	Manigoto	GAMEQUIP. SOCIAL DO GRUPO DE AMIGOS DO MANIGOTO	X			X		X	gam.servicosocial@gmail.com	271411472
	Pala	CENTRO DE APOIO SOCIAL DE PALA	X			X		X	caspala@sapo.pt	271401020
	Malta	ASSOCIAÇÃO RECREATIVA, DESPORTIVA, CULTURAL E SOCIAL DE MALTA						X	maltaonline@missiva.net	271027255
	Pinhel	EQUIP. SOC. DA MISERICÓRDIA DE PINHEL	X			X			scmp@mail.telepac.pt	271411908
ASSOCIAÇÃO MELHORAMENTOS CULT.DESPORTO REC.SANTA EUFÊMEA					x		x	asantaefemia@gmail.com	271 401 043	

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Pínzio	CENTRO DE DIA MENSAGEM DE FÁTIMA	X					X	centromensagemdefatima@gmail.com	271940010
	ASSOCIAÇÃO DE APOIO SOCIAL MELHORAMENTOS CULTURA E DESPORTO DE TERRAS DE STª BARBARA				X		X	atsbarbaraa@gmail.com	271947136
Souropires	CENTRO SOCIAL RECREATIVO CULTURAL SOUROPIRES				X		X	csrscsouropires@gmail.com	271412217
Safurdão	EQUIP. SOCIAL DA ASSOCIAÇÃO SOCIAL E CULTURAL E DESPORTIVA DE SAFURDÃO				X		X	ascdsafurdao@sapo.pt	271448628
Atalaia	ASSOCIAÇÃO CULTURAL DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE ATALAIA E CARVALHAL						X	associacaoatalaiaecarvalha@sapo.pt	
Azêvo	ASSOCIAÇÃO DE MELHORAMENTOS, CULTURAL, SOCIAL E DESPORTIVA DE AZÊVO	X			X		X	azevo.social@gmail.com	271408740
Valdeime	ASSOCIAÇÃO CULTURAL, DESPORTIVA E SOCIAL DE VALDEIME				X			acds.valdeime@sapo.pt	271408 515

<i>Sabugal</i>		Respostas Sociais							Contactos		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone	
	Aldeia da ponte	ASSOCIAÇÃO AMIGOS DE ALDEIA DA PONTE	X							ass.amigos.adp@gmail.com	271647561
	Aldeia do Bispo	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE NOSSA SENHORA DOS MILAGRES	X							larsantoantao@sapo.pt	271496151
	Aldeia velha	CASA DO POVO DE ALDEIA VELHA	X					X		c.povoaldeiavelha@sapo.pt	271496544
	Alfaiates	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE ALFAIATES	X			X				scm-alfaiates@sapo.pt	271647111
	Baraçal	ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE BARAÇAL DO CÔA				X		X		centrodiabaracal@hotmail.com	968706447
	Bendada	CASA DO POVO DE BENDADA	X			X		X		casapovobendada@sapo.pt	275456103
	Bismula	IRMANDADE DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DA BISMULA	X			X				bismulasantacasa@gmail.com	271606062
	Casteleiro	ASSOCIAÇÃO DO LAR E CENTRO DE DIA DE SÃO SALVADOR DO CASTELEIRO	X			X			X	larcasteleiro@hotmail.com	271388548
	Cerdeira	SEDE CULTURAL DE ENSINO E TRABALHO E CENTRO DE DIA PARA IDOSOS				X			X	scet1@sapo.pt	271581824
	Fóios	COMISSÃO DE MELHORAMENTOS DE FÓIOS	X			X				comimel.foios@sapo.pt	271496588
	Malcata	ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE MALCATA	x			x				lardemalcata@sapo.pt	271615331
	Nave	ASSOCIAÇÃO SOCIAL DE IDOSOS DO DIVINO SANTO CRISTO DA NAVE	X			X				a.d.cristo.nave@gmail.com	271605530
	Quadrazais	CENTRO SOCIAL DE QUADRAZAIS – LAR SANTA EUFÉMIA	X			X				csocialquadrazais@hotmail.com	271601113

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Rapoula do Coa	CENTRO SOCIAL DA RAPOULA DO CÔA	X			X			csrapoulacoa@portugalmail.pt	271606052
Rebolosa	ASSOCIAÇÃO SOCIAL CULTURAL E DESPORTIVA DE REBOLOSA	X			X		X	ascdrebolosa@sapo.pt	271647475
Soito	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DO SOITO	X			X		X	scmsoito@sapo.pt	271601036
União das freguesias de Aldeia da Ribeira, Vilar Maior	IRMANDADE DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA VILAR MAIOR				X		X	anacarolinabarbara@hotmail.com	271648048
União das freguesias de Lajeosa e Forcalhos	CENTRO SOCIAL DE LAGEOSA DA RAIA	X			X			utentes@cslageosa.pt	271496866
União das freguesias de Pousafoles do Bispo, Pena Lobo e Lomba	ASSOCIAÇÃO CULTURAL DESPORTIVA E HUMANITÁRIA DE POUSAFOLES DO BISPO	X			X			larpousafoles@sapo.pt	271690000
União das freguesias Sabugal e Aldeia Santo António	LIGA DOS AMIGOS DA FREGUESIA DE ALDEIA DE SANTO ANTÓNIO	X			X		X	liga.amigos@sapo.pt	271754295
União das freguesias de Santo Estêvão e Moita	LIGA DE AMIGOS DE SANTO ESTÊVÃO	X			X		X	ligaamigossantoestevao@gmail.com	271388715

Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
Vale de Espinho	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL SÃO JOSÉ DE VALE DE ESPINHO	X			X		X	centroparochialjose@gmail.com	271606208
Vila Boa	ASSOCIAÇÃO SOCIAL E CULTURAL OS VILABOENSES				X		X	ass.s.c.vilaboenses@hotmail.com	271601042
Vila do Touro	ASSOCIAÇÃO SOCIAL DE S. LAZARO	X			X			larviladotouro@hotmail.com	271697510

FUNDAÇÃO PADRE JOSÉ MIGUEL - SOITO

- A Associação Cristã Paz e Bem é uma instituição Particular de Solidariedade Social, que pretende ser o espaço e instrumento de Paz e Bem adequado às exigências e carências sociais. Neste sentido existe um Lar Residencial para Pessoas com Deficiência e um CAO (Centro de Atividades Ocupacionais) permitindo aos utentes ocuparem ludicamente os seus tempos livres.

- **SERVIÇOS ESPECIALIZADOS:**
 - Psicologia;
 - Fisioterapia;
 - Psicomotricidade;
 - Desenvolvimento Cognitivo / Académico;
 - Terapia Ocupacional;
 - Animação Sócio-Cultural;
 - Carpintaria;
 - Informática;
 - Atividade Motora;
 - Desporto Adaptado: Judo, Boccia, Ténis de mesa, etc.;
 - Hidroterapia/Natação;
 - Visitas Pedagógicas/ Caminhadas / Festividades;
 - Hipoterapia / Equitação;
 - Desenho e Pintura;
 - Trabalhos Manuais;
 - Horta Pedagógica;
 - *Snoezelen*;

Para mais informações consultar o link: <https://padremiguel.wordpress.com/category/padre-miguel/>

<i>Seia</i>		Respostas Sociais								Contactos		
Alzheimer, Parkinson, Esclerose Múltipla e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UMDR	UC	SAD	CD	Email	Telefone	
	Alvoco da Serra	CENTRO PAROQUIAL DE ASSISTÊNCIA E FORMAÇÃO SOCIAL DE ALVOCO DA SERRA							X		cpafs.alvocodaserra@gmail.com	238954129
	Loriga	ASSOCIAÇÃO LORIGUENSE DE APOIO À TERCEIRA IDADE							X	X	alti@sapo.pt	238954418
		CENTRO DE ASSISTÊNCIA PAROQUIAL DE LORIGA	X							X	crsgloriga@sapo.pt	238951852
	Paranhos	ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA DE PARANHOS DA BEIRA	X							X	larparanhos@sapo.pt	238976394
	Sabugueiro	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA PARA O SABUGUEIRO	X						X		absabugueiro@sapo.pt	238094178
	Sandomil	ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA SANDOMIL	X								ahsandomil@hotmail.com	238900020
	Santa Comba	A CASA DOS MEUS AVÓS, LDA	X								casadosavos@live.com.pt	238094049
	Santiago	SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE SEIA	X			X			X		lar@misericordiadeseia.pt	238310080
	Sazes da Beira	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL SAZES DA BEIRA	X						X		lar.sazes@gmail.com	238949100
	Travancinha	FUNDAÇÃO ANGELINA FERREIRA MOUTINHO							X	X	f.angelinaferreiramoutinho@gmail.com	238644667

Freguesia	Instituição	ERPI	U.F	CC	UMDR	UC	SAD	CD	Email	Telefone
União de freguesias Santa Marinha e São Martinho	FUNDAÇÃO AURORA RESSUREIÇÃO COELHO BORGES	x					x	x	fundacaoauroraborges@sapo.pt	238310090
União das freguesias de Seia, São Romão e Lapa dos Dinheiros	CENTRO SOCIAL QUINTA DO MONTERROSO	X					X	X	quintadomonterroso@gmail.com	238393790
União das freguesias de Torrozele e Folhadosa	FUNDAÇÃO DR. ANTÓNIO VIEIRA TOVAR MAGALHÃES E ALBUQUERQUE - CASA DE REPOUSO NOSSA SENHORA DO SOCORRO	X							larfolhadosa@sapo.pt	238902138
	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA E SOLIDARIEDADE SOCIAL DE TORROSELO	X					X	X	absstorroelo@hotmail.com	238903603
União das freguesias de Tourais e Lajes	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICÊNCIA E SOLIDARIEDADE DE LAJES						X	X	absctourais@gmail.com	238977065
	ASSOCIAÇÃO DE BENEFICENCIA SOCIAL CULTURAL DE TOURAI						X	X	absctourais@gmail.com	238977065
Valezim	ASSOCIAÇÃO VALEZINENSE DE APOIO À TERCEIRA IDADE						X		avati2015@sapo.pt	238954077
Vila Cova à Coelheira	CENTRO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE VILA COVA À COELHEIRA							X	cssvilacova@sapo.pt	238321111
Pinhanços	ASSOCIAÇÃO HUMANITÁRIA SOCIAL E CULTURAL DE PINHANÇOS	x					x	x	ahscp@sapo.pt	238487108

FUNDAÇÃO AURORA BORGES

- A Fundação Aurora Borges iniciou atividade em 1992 sendo uma IPSS ao serviço da Solidariedade Social, e estende a mão aos mais necessitados através da prestação de serviços de elevada qualidade nas várias valências, relacionando-se com o meio onde se encontra inserida e também pelos serviços de auto-estima, como o salão de cabeleireiro, o solário, ou mesmo a sauna.

Respostas Sociais:

- Creche e Jardim de Infância
- CATL - Centro de Ativ. Tempos Livres
- Lar de Idosos e Centro de Dia
- Lar Residencial para Pessoas Portadoras de Deficiência
- Centro de Atividades Ocupacionais
- Cantina Social
- Serviço de Apoio Domiciliário

Serviços Específicos:

- Laboratório de Neuropsicologia Clínica: Investigação, Avaliação e Intervenção em Processos Demenciais
- Serviço de Fisioterapia
- Atelier de Olaria e Cerâmica
- Atelier de Costura e Trabalhos Manuais
- Atividades Lúdico-Expressivas e Lúdico-Recreativas

Para mais informações consultar o link: <http://www.fundacaoauroraborges.pt/>

<i>Trancoso</i>			Respostas Sociais						Contactos	
Alzheimer, Parkinson, E. M. e Demências	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
	Aldeia nova	CENTRO DE DIA DO CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE ALDEIA NOVA	x			x		x	centroaldeianova@sapo.pt	271789735
	Cogula	EQUIP. DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE TRANCOSO - COGULA	x			x		x	scm.trancoso@sapo.pt	271805129
	Cótimos	EQUIP. SOCIAL DO CENTRO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE SANTO ANDRÉ				x			c.s.s.andre@gmail.com	271805607
	Fiães	EQUIP. SOCIAL DO CENTRO SOCIAL E PAROQUIAL DE FIÃES				X		X	centro.social.paroquial.fiaes@sapo.pt	271811557
	Guilheiro	ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE GUILHEIRO				X		X	assguilheiro@gmail.com	937829164
	Moimentinha	ASSOCIAÇÃO DOS AMIGOS E NATURAIS DE MOIMENTINHA				X		X	associacaoamigos.naturais@gmail.com	271881014
	Trancoso	EQUIP.SOCIAL DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE TRANCOSO				X			scm.trancoso@sapo.pt	271817292
	Reboleiro	CENTRO SOCIAL CULTURAL E RECREATIVO DA TORRE DO TERRENHO				x			x	
LIGA DE MELHORAMENTOS DA FREGUESIA DE REBOLEIRO		x			X				larsantacatarina_reboleiro@hotmail.com	271829800

	Freguesia	Instituição	ERPI	CC	UC	SAD	ULDM	CD	Email	Telefone
	Rio de mel	EQUIP. SOC. DA ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA FREGUESIA DE RIO DE MEL				X		X	acr.riodemel@sapo.pt	271813232
	Freches	CENTRO DE DIA E APOIO DOMICILIÁRIO DE FRECHES - MISERICÓRDIA DE TRANCOSO				X		X	scm.trancoso@sapo.pt	271811754
	Torre de terreno	SANTA CASA DA MISERICORDIA DE TRANCOSO - TORRE DE TERRENHO				x		x	scm.trancoso@sapo.pt	271811754
	Vila franca das naves	CENTRO SOCIAL PAROQUIAL DE VILA FRANCA DAS NAVES				x		x	paroquialcentro@sapo.pt	271881136

CONCLUSÃO

As doenças neurodegenerativas afetam milhões de pessoas em todo o mundo, havendo mais de 600 tipologias diferentes que incidem sobre o sistema nervoso, sendo que as mais prevalentes são atualmente as doenças de Alzheimer e Parkinson.

Tendo em conta a progressão desta tipologia de doença os cuidadores e familiares que acompanham o dia-a-dia destes doentes acabam também por ser vítimas invisíveis, tonando-se possível analisar o forte impacto negativo que uma doença deste tipo tem no núcleo familiar, quer a nível financeiro, emocional e/ou físico.

Nesta perspetiva, e assumindo a importância das doenças neurodegenerativas é importante continuar a direcionar a investigação e a divulgar os serviços disponibilizados, no sentido de melhorar não só o tratamento clínico, mas também a qualidade de vida do doente e da família. É, portanto, neste contexto que surge o projeto internacional NEUROQUALYFAM, que surge com o objetivo de identificar e recolher todos os recursos, serviços, atividades e projetos existentes e disponíveis em Portugal (distritos da Guarda e Bragança) e na região de Castilla y León (Salamanca). Pretendemos que no futuro estes serviços possam estar disponíveis numa plataforma eletrónica de forma a torná-los disponíveis para terceiros e outros projetos, ajudando então a tão desejada centralização do conhecimento sobre estas doenças, o que representa um passo importante na direção dos objetivos traçados por este projeto.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Associação Alzheimer Portugal (2020). Demência. Consultado em 10/08/2020 em <https://alzheimerportugal.org/pt/text-0-9-32-18-o-que-e-a-demencia>

- Ciência em cena- o cérebro e as doenças neurodegenerativas (2015). Consultado em 14/08/2020 em https://content.gulbenkian.pt/wp-content/uploads/sites/16/2018/04/24100926/Dossie_2015_Neurodegenerativas.pdf

- Fernandes, A. (2020). Uma perspetiva sobre o relatório da OCDE “Health at a Glance 2019”, Acta Med Port, 33(1):4-6

- Instituto da Segurança Social (2014). Guia Prático - Programa de Cooperação para a Qualidade e Segurança das respostas Sociais

- Instituto da Segurança Social (2017). Guião Prático Apoios Sociais - Pessoas Idosas

- Gabinete de Estratégia e Planeamento (2017). Carta Social - Rede de Serviços e Equipamentos 2018. Consultado em 3/8/2020 em <http://www.cartasocial.pt/index2.php>



Fondo Europeo de Desarrollo Regional