



Taxa Paga  
Portugal  
Calvário

Correio  
Editorial

Autorizado a circular  
em um envelope  
de plástico ou papel.

AUTORIZAÇÃO N.º cDE00012020PE

Exmo.(a) Sr(a).

# FACE

## A LEITURA DO MUNDO

15  
EDIÇÃO N.º

MAIO 2020

Distribuição gratuita  
Publicação Semestral

AUTORIZAÇÃO N.º cDE00012020PE

# EM PORTUGAL OU EM MOÇAMBIQUE A RESPONDER À EMERGÊNCIA

EDIÇÃO COMEMORATIVA



# UM APOIO QUE VALE

A **Santos e Vale** é um Operador Logístico que oferece aos seus clientes uma solução integrada de Logística e Transportes, desde a receção da mercadoria em armazém logístico, logística de armazém, logística promocional, expedição e distribuição até à entrega no cliente final. A empresa tem no seu portefólio de serviços todas as soluções logísticas para dar respostas às necessidades mais exigentes dos clientes. Nesta altura tão difícil não poderíamos deixar de ajudar as Organizações que mais apoiam a linha da frente no combate à pandemia.

*Estamos a fazer o mais que podemos para ajudar. Temos já entregas programadas para todos os dias nas próximas semanas. Sabemos que temos um papel importante na cadeia de apoio aos profissionais de saúde, que estão na linha da frente no combate a esta pandemia. Vamos continuar a ajudar Todos os que cada dia arriscam as suas vidas pelo Bem Comum.*, referiu Joaquim Vale, Administrador da **Santos e Vale**.

No passado dia 31 de Março, a **Santos e Vale**, em colaboração com a **Médicos do Mundo**, entregou mais de duas toneladas de alimentos, doados pela empresa **Mondelez**, em 8 Hospitais da Região de Lisboa.

A operação contou com a doação de 50.000 alimentos de suporte pela **Mondelez Portugal** à Organização não Governamental **Médicos do Mundo**, a qual, em parceria com a **Santos e Vale** fez chegar estes bens necessários, aos hospitais selecionados.

A **Santos e Vale** posiciona-se no mercado como uma empresa sólida, inovadora, tecnologicamente avançada e com grande foco na redução da sua Pegada Ecológica.

Com um serviço fiável, rápido, competitivo e seguro, a **Santos e Vale** envolve todos os participantes na cadeia de fornecimento, utilizando a competência dos seus recursos, indo ao encontro das necessidades dos seus clientes, com a garantia do cumprimento rigoroso dos prazos de entrega, preços competitivos e a máxima segurança no transporte das mercadorias.

*Sabemos que o futuro do planeta e da humanidade depende de todos Nós, temos que ser pró-activos e não esperar que sejam os outros a tomar a iniciativa. Nestes tempos difíceis, temos a obrigação de dar o nosso contributo se queremos fazer parte de um mundo melhor.*



Logística



Transporte



Distribuição

# santosevale

A Médicos do Mundo é uma Organização não Governamental que presta cuidados gratuitos de saúde às populações mais vulneráveis em Portugal e além-fronteiras, combatendo também a sua discriminação. Fazemos parte de uma Rede Internacional, constituída por 16 delegações, com mais de 400 projectos de desenvolvimento em todo o Mundo.

Trabalhamos para levar cuidados gratuitos de saúde a pessoas em situação de sem abrigo, migrantes em situação irregular, requerentes de asilo, refugiados, beneficiários de protecção subsidiária, trabalhadores sexuais, utilizadores de substâncias psicoactivas, transsexuais, transgéneros, homens que fazem sexo com homens, jovens com carências socioeconómicas, idosos que vivem isolados e/ou em risco de exclusão social e vítimas de catástrofes naturais.



© Flávio Forner

- 04** — **Editorial**  
Cobertura Universal de Saúde
- 05** — **Resultados**  
Informação financeira
- 06** — **Actualidade Nacional**  
Responsabilidade Social das Empresas
- 07** — **Actualidade Nacional**  
Fujitsu  
Federação Portuguesa de Futebol  
Farmácia Moreno
- 08** — **Actualidade Nacional**  
Parceria com Cabo Verde na prevenção do uso abusivo do álcool  
Atribuição do Prémio Superbrands à Médicos do Mundo em 2019  
Prémio Interculturalidade
- 09** — **Campanha IRS**
- 10** — **Especial**
- 11** — **Especial**  
Intervenção em Moçambique
- 12** — **Especial**
- 13** — **Em Análise**
- 14** — **Em Análise**  
Intervenção Psicossocial em Crise
- 15** — **Actualidade Internacional**
- 16** — **Actualidade Internacional**  
Intervenção no âmbito da emergência COVID-19: Portugal e Rede Internacional da Médicos do Mundo
- 17** — **Actualidade Internacional**
- 18** — **Sensibilização**  
Conselhos e recomendações sobre prevenção da COVID-19



**15**  
EDIÇÃO Nº

**MAIO 2020**

**Distribuição gratuita  
Publicação Semestral**

AUTORIZAÇÃO Nº c/DE01462019CPE/AGCS

**FICHA TÉCNICA**

**PRESIDENTE**  
Dr. Fernando Vasco  
**VICE-PRESIDENTE**  
Dr. Rogério Pacheco  
**COORDENAÇÃO EDITORIAL**  
Médicos do Mundo

**FOTOGRAFIA**  
Médicos do Mundo Portugal  
Médicos do Mundo França  
Fabrice Demoulin  
Flavio Forner  
**PAGINAÇÃO**  
Claim

**IMPRESSÃO**  
Ducks  
**TIRAGEM**  
7.500  
**DEPÓSITO LEGAL**  
326890/11

**CONTACTOS**  
Sede: Médicos do Mundo, Av. de Ceuta (Sul),  
Lote 4, Loja 1 - 1300-125 Lisboa  
Telefone: 213 619 520  
Email: [doadores@medicosdomundo.pt](mailto:doadores@medicosdomundo.pt)





© Flávio Forner

## 4 COVID-19 e Cobertura Universal em Saúde

A pandemia da COVID-19 tem mostrado as dificuldades que a maioria dos países estão a ter para assegurar um direito humano básico, o direito à Saúde.

A Médicos do Mundo (MdM), entende a Saúde como um direito de todo o ser humano, independente da raça, religião, convicção política, condição económica ou social e não como um bem transaccionável. Considera a Cobertura Universal em Saúde (CUS), um garante desse direito.

A CUS visa que todos tenham acesso aos cuidados de saúde de que necessitam, em tempo útil, sem ficarem expostos a dificuldades financeiras. Isto inclui o acesso a serviços essenciais de saúde, da promoção da saúde à prevenção, tratamento, reabilitação e cuidados paliativos.

Atingir a Cobertura Universal de Saúde, é uma das metas estabelecidas por todas as nações do mundo, ao adoptarem (2015), os Objectivos de Desenvolvimento Sustentável (ONU, Agenda 2030).

Há 20 anos que a Médicos do Mundo tem projectos em Portugal, em complemento do Serviço Nacional de Saúde (SNS), assegurando gratuitamente cuidados de saúde primários a populações vulneráveis (pessoas em situação de sem abrigo, idosos, migrantes indocumentados, refugiados e utilizadores de substâncias psicoactivas).

Apesar da COVID-19, a MdM mantém o seu compromisso para com os que a ela recorrem. Para isso organizou-se de forma a poder corresponder às necessidades criadas pela pandemia: proteger os seus profissionais e proteger a população que serve.

Assim, elaborou um Plano de Contingência, adaptável à evolução da situação (vamos na 5ª versão), e Planos Operacionais para as diversas áreas de gestão e de actividade.

Temos equipas no terreno a prestar cuidados de saúde e equipas de suporte em teletrabalho. Estão mobilizados muitos voluntários que, tal como os nossos profissionais, têm sido incedíveis. Continuamos a colaborar com os nossos parceiros, num enorme esforço de entreatajuda. Temos solicitado o apoio dos nossos doadores particulares e institucionais.

Para além destas acções, focámo-nos também em medidas de prevenção. Com o apoio de voluntários e serviços públicos, produzimos um documento com informação e conselhos sobre a COVID-19, disponibilizado em mais de 20 idiomas e dialectos. Realizámos acções de reforço de capacitação aos nossos colaboradores, em Portugal e em Moçambique, e a colaboradores de parceiros.

Assegurar o Direito à Saúde, promovendo a CUS, é responsabilidade do Estado, e exige a melhoria da capacidade de governança, a integração da saúde em todas as políticas públicas e a regulação das actividades do sector público, privado e social, visando a redução das iniquidades e uma melhor Saúde para Todos.

**Fernando Vasco e Celeste Gonçalves**  
Presidente e Membro da Direcção da Médicos do Mundo

# Queremos que saiba o que fizemos com a sua ajuda...

O nosso Muito Obrigada a todos os 4.855 doadores que em 2019 continuaram ao nosso lado, na defesa das mesmas causas. Devemos clareza, e transparência aos nossos doadores e como tal, apresentamos de seguida informações sobre os donativos recebidos.

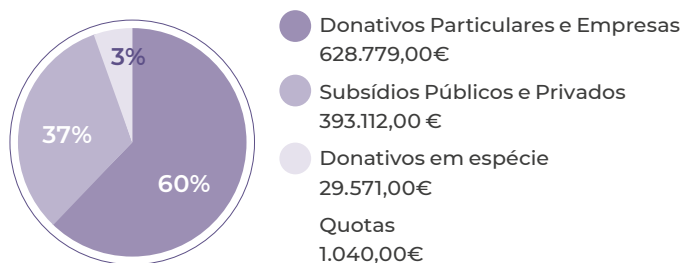
## RESULTADOS 2019

### ■ 4.855 doadores privados



### ■ 100 sócios - 10 novos sócios em 2019

### ■ Origem de Proveitos em 2019 (1.052.502,00 €)



A maioria dos Custos é alocada directamente à nossa missão, na prestação de cuidados de saúde gratuitos, junto da população mais vulnerável (67% em 2019)

### ■ Repartição de Custos em 2019 (1.144.354,00€)



Fonte: Relatório de Gestão da Médicos do Mundo

As Contas da Médicos do Mundo (Associação), são auditadas anualmente pela MRC – Roberto, Graça & Associados, SROC, empresa especializada em Auditoria e Revisão de Contas.

Em 2019, seguindo os princípios de transparência por que nos regemos, as Contas referentes à intervenção em Moçambique (emergência e pós-emergência), foram igualmente auditadas, de forma autónoma, podendo também o seu Relatório ser brevemente consultado no site em [www.medicosdomundo.pt](http://www.medicosdomundo.pt)

## DESTAQUES DE 2019

### ■ Regresso aos Projectos Internacionais: Moçambique

Na sequência do Ciclone Idai, em Março de 2019, com a ajuda dos nossos doadores, foi possível partir em missão de emergência em tempo recorde, encontrando-se a Médicos do Mundo, ainda neste momento, em Moçambique com dois projectos activos de cooperação para o desenvolvimento. Aqui fica o resumo dos totais angariados e gastos em 2019, especificamente para Moçambique:

As Receitas angariadas para Moçambique, totalizaram 74.474,56 € e os Gastos 78.367,29 €.

MOÇAMBIQUE 2019	Valor
Donativos em numerário	60.475,00€
Donativos em espécie	13.999,56€
<b>TOTAL angariado em 2019</b>	<b>74.474,56€</b>
<b>TOTAL Gasto em 2019</b>	<b>-78.367,29€</b>
<b>Saldo (assumido por Fundos Próprios)</b>	<b>-3.892,73€</b>

**O nosso Muito Obrigada a todos os doadores que contribuíram para esta campanha!**

### ■ Campanha de Consignação 0,5% IRS

Registou-se novamente um crescimento nas receitas provenientes do IRS e do IVA, obtendo-se um total de 113.454,00 € em 2019, face aos 101.607,00 € em 2018. De registar que estas fontes de Receita, representam 18% do total de Fundos Próprios da MdM.

**Não deixe de consignar.** Até 30 de Junho, ao submeter a sua declaração de IRS, consigne 0,5% (sem custos) à Médicos do Mundo: **NIF: 504 568 566**



© MdM

## Responsabilidade social: os negócios ao serviço da sociedade

Os principais objectivos das políticas e iniciativas de responsabilidade social desenvolvidas pelas empresas modernas, são beneficiar e diminuir o impacto das suas actividades. A Farmácia Moreno, a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) ou a Fujitsu, são três exemplos de entidades com particular preocupação nesta área e cujos percursos se têm cruzado, ao longo do tempo, com o da Médicos do Mundo.

A responsabilidade social é considerada cada vez mais importante, não só para empresas e accionistas, como para os próprios consumidores. Integra todas as acções conduzidas pelos negócios, com vista a promover o bem-estar da sociedade, a defesa do ambiente e a diminuição do seu impacto junto destes.

Hoje, praticamente todas as empresas e organizações, independentemente da sua dimensão ou área de negócio, contam com políticas de responsabilidade social, que abrangem diversas áreas e iniciativas regulares e com objectivos bem definidos.

### RESPONSABILIDADE DE PROXIMIDADE

Inserida num ambiente urbano, com características muito específicas, a Farmácia Moreno localiza-se no centro da baixa da cidade do Porto que, embora seja uma área muito turística, “não esconde muitos dos problemas do passado, de algum modo ligados a pobreza, consumo de substâncias ilícitas e iliteracia”, conta João Almeida, Director Técnico da Farmácia Moreno. Por isso, a empresa entende que “pode ter um papel social muito relevante no combate a estes três eixos, pela reputação e proximidade, junto da comunidade.”

Neste sentido, entre as actividades que desenvolve, está a angariação de bens de primeira necessidade, como alimentos ou produtos de higiene. Além disso, é de salientar a entrega gratuita de medicamentos a pessoas vulneráveis referenciadas, a intervenção junto da comunidade consumidora de substâncias psicoactivas, através da troca de seringas, e a promoção da literacia, com a realização de palestras dedicadas a temas diversos.



Das iniciativas que levam a cabo, João Almeida destaca, pela sua abrangência e integração, o Programa de Troca de Seringas, que permite “evitar contágios e contactos inadvertidos com materiais de risco”, o programa Cura +, que assegura a medicação essencial a pessoas que de outro modo não a conseguiriam, e o Banco Farmacêutico. Há ainda outras iniciativas, “eventualmente menos visíveis, de cariz próprio e autónomo”, de que é exemplo a “recente angariação de produtos de higiene a favor da Médicos do Mundo”.



**FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
DE FUTEBOL**

## FUTEBOL COMO MOTOR DE INCLUSÃO

Diversidade e inclusão, promoção da saúde e ambiente, são as três áreas de eleição da Federação Portuguesa de Futebol. Na promoção da diversidade e da inclusão, Francisca Araújo, Relações Públicas da Divisão de Pessoas e Media da FPF, explica que “o futebol pode ser um importante motor de uma sociedade mais inclusiva, agregadora, unida”.

Assim, no âmbito do projecto #futebol-paratodos#, a FPF atribui um prémio anual a instituições e entidades que desenvolvem projectos na área do futebol como promotor de inclusão e conta com uma estratégia alargada de inclusão de pessoas com deficiência que abrange diversas actividades.

Na área da promoção da saúde, a FPF desenvolve vários projectos de associação da prática do futebol a estilos de vida saudáveis, nomeadamente combate ao sedentarismo e incentivo a uma alimentação saudável.



Já no ambiente e sustentabilidade, temas vitais para a FPF, “são investidos recursos consideráveis com o objectivo máximo de diminuição do impacto negativo da nossa actividade no meio ambiente e consequente redução da pegada ecológica”, conta a Relações Públicas da FPF. São exemplos os investimentos em energias sustentáveis, separação de resíduos, redução de consumos e reutilização de materiais.

Entre as iniciativas realizadas, Francisca Araújo dá o exemplo, pelo seu impacto, da campanha “Tudo por Portugal”, uma iniciativa que serviu para apoiar famílias afectadas pelos incêndios florestais de 2017. Recentemente, a FPF, em parceria com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML), também promoveu a iniciativa “Estádio Solidário”, que permitiu entregar parte do valor de bilheteira de jogos de futebol a três instituições que apoiam pessoas em situação de sem abrigo, entre as quais a Médicos do Mundo.

## PROGRAMA ALARGADO EM CINCO ÁREAS

O *Programa de Responsible Business* da Fujitsu tem, segundo Sílvia Pacheco, *Business Responsible*, o objectivo de “assegurar que temos sucesso e somos rentáveis, mas também que a forma como atingimos esses objectivos é correcta, ética e está em plena conformidade com as leis e regulamentos nacionais e internacionais”.

Para tal, a Fujitsu foca a implementação deste Programa em cinco pilares estratégicos: ambiente, comunidade, diversidade e inclusão, bem-estar e práticas operacionais. As actividades de responsabilidade social resultam do pilar da comunidade.

Neste campo, a Fujitsu promove, em parceria com clientes, caminhadas solidárias para angariação de fundos, tendo em vista o apoio a instituições; faz doações de hardware usado; realiza trabalho voluntário para escolas ou instituições; e organiza *responsible talks* para aproximar a Fujitsu de instituições e organizações que promovem voluntariado.

Entre as acções já desenvolvidas, Sílvia Pacheco destaca aquelas que envolveram crianças e jovens e que “resultam sempre em momentos de partilha muito intensos”. São exemplos, os trabalhos de pintura em escolas, os convites a crianças de instituições para participação na festa de Natal da empresa, ou o projecto de formação para jovens com autismo/Síndrome de Asperger.



© MdM

## PARCERIA COM CABO VERDE NA PREVENÇÃO DO USO ABUSIVO DO ÁLCOOL

A Médicos do Mundo (MdM) vai promover actividades de prevenção do uso abusivo do álcool junto das comunidades cabo-verdianas em Portugal, nos próximos dois anos. A intervenção resulta da parceria com a campanha “Menos Álcool, Mais Vida”, da iniciativa da Presidência da República de Cabo Verde.

O protocolo assinado entre a MdM e a Comissão de Coordenação desta campanha visa a sua divulgação e promoção junto das comunidades cabo-verdianas, através do desenvolvimento de actividades de educação e informação, com vista a prevenir e reduzir o uso abusivo do álcool.

Através da realização de estudo, pretende-se não só estimular mudanças de comportamento e adopção de estilos de vida saudáveis, como também conhecer a evolução do uso abusivo de bebidas alcoólicas nesta comunidade.

Além das actividades a realizar em articulação com a Embaixada de Cabo Verde em Portugal, e que envolvem diversas associações comunitárias, organizações e programas de saúde, a colaboração da Médicos do Mundo abrange ainda a criação e divulgação de conteúdos e material da campanha.

## MÉDICOS DO MUNDO VENCE PRÉMIO SUPERBRAND

A Médicos do Mundo (MdM) foi considerada Superbrand 2019, na categoria “Marca de Excelência” do Terceiro Sector. A escolha do público, a partir de uma votação que incluiu 23 organizações, resultou na atribuição do Prémio Especial de Solidariedade Social Superbrands/RTP +.

A Superbrands® é uma organização internacional independente, que se dedica à identificação e promoção de marcas de excelência de diferentes áreas de actuação em 89 países. No caso específico do Prémio Especial de Solidariedade, a Superbrands e a RTP+ seleccionaram previamente as organizações, que depois foram submetidas a votação do Conselho da Organização, composto por personalidades do sector do Marketing e Comunicação, e do público, através de um inquérito.

Neste processo foram inquiridas mais de mil pessoas, que atribuíram uma pontuação de 1 a 10 quanto a missão, reconhecimento, cumprimento da promessa transparência/rigor e inovação. A MdM foi a marca mais reconhecida pelo público e considerada a que mais cumpre a promessa, assim como a mais transparente e inovadora.

## PRESIDENTE DA MDM DISTINGUIDO COM PRÉMIO INTERCULTURALIDADE

O Presidente da Médicos do Mundo, Dr. Fernando Vasco, foi distinguido com o Prémio Personalidade Intercultural 2019, na categoria Ajuda Humanitária, atribuído em conjunto pelo Espaço T e pela Comunidade do Bangladesh no Porto. A entrega do galardão decorreu durante as comemorações do Dia Internacional da Língua Materna, a 22 de Fevereiro de 2020, no Ateneu Comercial do Porto.

A noite foi não só de celebração da interculturalidade e da diversidade cultural, mas também de agradecimento e reconhecimento de todos os que, em Portugal, se dedicam à promoção e defesa dos valores da diversidade e do diálogo cultural.



O prémio recebido pelo Dr. Fernando Vasco, significa uma distinção honrosa para a nossa Organização, que viu assim reconhecido, mais uma vez, o seu trabalho diário junto das populações vulneráveis, na “luta contra todas as doenças, até mesmo a injustiça”.



# 0,5% do seu IRS pode ajudar a desenhar um mundo melhor

Dando seguimento ao mote de 2018, “Desenhar um Mundo Melhor”, a campanha deste ano envolveu quatro conceituados artistas de arte urbana: Alex Senna, Corleone, Vanessa Teodoro e Vhils. Através de desenhos criados pelos próprios, ilustraram “um mundo melhor”, inspirando-se na intervenção da MDM, quer a nível nacional, quer internacional, junto dos diferentes públicos a que chegamos.

Ao fazer a sua declaração de IRS, aceda ao quadro 11 e coloque uma cruz na opção de consignação do seu imposto a “instituições particulares de solidariedade social ou pessoas colectivas de utilidade pública” e insira o NIF da MDM (504 568 566). Desta forma, estará a ajudar a nossa Associação a prestar mais cuidados de saúde gratuitos junto das pessoas mais vulneráveis.

**A SOLIDARIEDADE É O CAMINHO PARA  
UM MUNDO MELHOR.**

**AJUDE-NOS A DESENHÁ-LO!**



Quem conhece tão bem as ruas como o Vhils?



Quem conhece tão bem as ruas como a Vanessa Teodoro?



Quem conhece tão bem as ruas como o Alex Senna?



Quem conhece tão bem as ruas como o Corleone?





# Há mais de um ano junto das populações de Moçambique

© Ana Oliveira

A Médicos do Mundo (MdM) está em Moçambique há mais de um ano, junto das populações afectadas pelo ciclone Idai. Todos os dias, trabalhamos para melhorar a saúde, a vidas das pessoas e o conhecimento dos técnicos locais.

A noite de 14 de Março de 2019 mudou a vida de muitos moçambicanos que, até hoje, continuam a enfrentar os desafios provocados pelo Ciclone Idai. Ao todo, o fenómeno provocou mais de 600 mortos e de 1600 feridos e destruiu, parcial ou totalmente, cerca de 150 mil casas, com efeitos em mais de 1,8 milhões de pessoas.

Uma das regiões mais afectadas foi a província de Sofala, no centro do país, e a sua capital, a Beira. Devido às necessidades no local, a delegação

portuguesa da MdM e a Cruz Vermelha Portuguesa (CVP), numa parceria pioneira, levaram para o terreno a Operação Embondeiro, com o objectivo de atenuar as consequências da tragédia e prestar ajuda humanitária aos sobreviventes.

Cerca de quatro meses após o início da intervenção, e por volta da mesma altura em que terminou a Operação Embondeiro, a MdM Portugal recebeu das mãos da congénere espanhola a responsabilidade de coordenar o Campo de Reas-

seamento Ndeja, na província de Nhamatanda, também na região central do país, com 402 famílias, num total de 2.170 pessoas.

Na altura em que se assinala um ano da intervenção em Moçambique, Ana Pinto de Oliveira, Directora de Projectos Nacionais e Internacionais da MdM, faz um balanço “francamente positivo” do trabalho realizado. “O nosso primeiro objectivo foi tratar as pessoas no âmbito dos traumas físicos. Simultaneamente prestámos apoio medicamentoso para evitar exacerbações de doenças de base identificadas ou, simplesmente, iniciar terapêutica em doenças por nós diagnosticadas”, explica.

## MELHORAR A SAÚDE E O CONHECIMENTO

Em Ndeja, a Médicos do Mundo continua mobilizada para ajudar a melhorar a saúde e a vida das pessoas, assim como o conhecimento dos profissionais moçambicanos. Segundo Ana Pinto de Oliveira, uma das actividades que estão a ser desenvolvidas é “a capacitação da equipa local de saúde”, com médicos e enfermeiros de diferentes especialidades, voluntários expatriados da organização, “que se deslocam ao país regularmente por períodos de um mês”.

A médica Ana Filipa, é uma dessas voluntárias da MdM que esteve em Moçambique. Fala-nos de um trabalho intenso e exigente, com dezenas de consultas por dia e de muitas pessoas com necessidade de atenção, assim como do papel dos profissionais locais.

“Os soldados mais valentes desta batalha, eram os técnicos moçambicanos que diariamente consultavam cerca de 100 pessoas cada”, conta a médica portuguesa. Para com eles, “tinha um nobre dever, o dever de os ensinar a ser mais e melhor, de ensinar a fazer uma entrevista clínica, um bom exame físico e até de como usar o mais rudimentar instrumento médico ou os parcos fármacos que teimavam chegar a conta-gotas”.



© Flávio Forner

Entre os moçambicanos a trabalhar no Campo de Reassementimento Ndeja está Saringo. É técnico de medicina e integra, desde Abril do ano passado, a equipa da MdM Portugal, depois de já ter colaborado com a delegação espanhola e a UNICEF.

Com funções na triagem de adultos, na intervenção em casos de saúde mental e na prestação de cuidados básicos de saúde ao domicílio, Saringo considera que a experiência tem superado todas as expectativas. “Tem sido muito enriquecedor, quer pelo acumular de experiências em contexto de intervenção e de formação, quer pelos conhecimentos adquiridos”.

Para além da capacitação de profissionais locais, a Directora de Projectos Nacionais e Internacionais da MdM conta que foi ainda possível, no início das actividades, realizar “um estudo com base num sistema de informação geográfico”, que permitiu “a identificação de todas as unidades de alojamento, latrinas, furos de água e outros espaços”.

Ao mesmo tempo, a MdM levou a cabo um “censo à comunidade” para obter dados socio-demográficos e clínicos das famílias. Tal possibilitou “criar um sistema de vigilância epidemiológica de doenças transmissíveis e não-transmissíveis, um sistema de cuidados de saúde ao domicílio para casos crónicos e agudos e ainda implementar a Toma Observada Directa, uma das estratégias significativas na resposta à problemática da Tuberculose”, explica.

## INTERVENÇÃO ESTENDE-SE AO DONDO-SAVANE

Para além de Ndeja, a Médicos do Mundo integrou, mais recentemente, um projecto financiado pelo Camões – Instituto da Cooperação e da Língua (IC), com o apoio da APOIAR – Associação Portuguesa de Apoio a África. Destaque para a Academia para Mães, no distrito de Dondo, província de Sofala, um curso para jovens mães moçambicanas, que pretende capacitá-las em cuidados básicos de nutrição e de saúde.



As duas organizações criaram ainda uma parceria com vista a promover a saúde dos habitantes das comunidades rurais do Corredor Savane-Dondo, afectadas pelo ciclone Idai. “Estamos a replicar o que está ser feito em Ndeja no que se refere à georreferenciação, o que permitirá o planeamento de acções de prevenção da doença e promoção da saúde, com especial atenção sobre a saúde reprodutiva e materno-infantil”, realça Ana Pinto de Oliveira.

Paralelamente, a MdM está a realizar acções de formação aos profissionais de saúde da Academia de Formação & Nutrição Materno-Infantil Mayi, da APOIAR, e a rever os conteúdos formativos da mesma, bem como a capacitar jovens activistas da comunidade, para temas como higiene, doenças transmissíveis e não-transmissíveis, nutrição, redução do estigma e igualdade de género.

“Esperamos concretamente que, no terreno, esta parceria signifique para a população um aumento na procura de cuidados de saúde, resultante do conhecimento adquirido nas acções de formação realizadas”, conclui a responsável pelos projectos da MdM.



© Ana Oliveira

## DESAFIOS CONSTANTES

Os milhares de quilómetros que separam Portugal de Moçambique, as situações de vulnerabilidade reforçadas pelo impacto do Idai e a falta de bens e de equipamentos essenciais no terreno trazem dificuldades a quem trabalha, todos os dias, para melhorar a saúde e a vida das populações. Para Ana Pinto de Oliveira, “o financiamento foi o principal desafio” da Médicos do Mundo, “não só para podermos prolongar no tempo a nossa missão, como para alargá-la a outros campos de reassentamento, que não dispõem de cuidados de saúde”.

Quem esteve em Moçambique assume ainda que “lidar com a morte” é outro dos grandes desafios que se enfrentam. “Lembro-me de mães que já não choravam, já não tinham mais lágrimas depois da perda de mais de metade dos filhos. A morte naquele lugar é vivida de uma outra forma, acabando por ser um acontecimento “normal” do dia-a-dia. A verdade é que, de outra forma seria impossível sobreviver a tanto sofrimento e a tanta perda”, conta Ana Filipa.



© Flávio Forner

A médica portuguesa testemunha que, no posto de saúde, os desafios eram permanentes, com a prática clínica “feita quase por instinto”, sem qualquer meio de diagnóstico e, muitas vezes, sem medicação para alívio dos sintomas ou cura de situações simples. “Valia-nos a criatividade para solucionar problemas gravíssimos, como pneumonias em crianças VIH positivo, uma crise de asma resolvida com uma garrafa de água a simular uma câmara expansora ou suturas a mãos dilaceradas por catanas com recurso à boa vontade”.

Também Saringo aponta o tratamento das pessoas como sendo o maior desafio que enfrenta diariamente. “Nem ambulância temos para as levar ao hospital”, lamenta.

Contudo, o técnico de medicina sublinha o muito que tem sido feito para ultrapassar os obstáculos e ajudar a melhorar a saúde da população. “Com a ajuda da Médicos do Mundo têm sido realizadas acções de formação sobre higiene na culinária, palestras para as comunidades, psicoterapia para as pessoas com problemas mentais, domicílios às pessoas com deficiências físicas e vários programas de educação para a saúde”.

# Intervenção Psicossocial em Crise COVID-19

© MdM

A Organização Mundial de Saúde (OMS) define que “saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não somente ausência de doença.”

Porém, medo é a palavra que se ouve nos últimos tempos – mais do que se pretendia, ou do que alguma vez pensámos. Medo da dificuldade de tratamento, de ficar doente, ou de que algum familiar adoça... Medo associado à sensação de “desinformação”, à raiva, à estigmatização de doentes e de trabalhadores de primeira linha nos cuidados de saúde...

Muitos destes medos têm fundamento, mas é necessário que sejam “desconstruídos”, com factos reais. Tememos aquilo que desconhecemos. É próprio da natureza humana: poucos são os que gostam de sair da sua “zona de conforto” – mesmo esses, têm especial atenção ao modo como o fazem... pois além do medo, vivenciam outras reacções, normais perante o evento anormal (pandemia): raiva, angústia, revolta, apreensão, tristeza, sensação de impotência, hipersensibilidade, irritabilidade, preocupação, estado de choque, pensamentos

recorrentes, pânico, exaustão, estado de confusão...

Neste momento de pandemia, simplifiquemos ao afirmar que a nossa “zona de conforto” corresponde à nossa “zona de medo” – onde todas as emoções são experienciadas, minuto a minuto, no espaço confinado das nossas casas ou, na apreensão de irmos trabalhar e contactar com potencial fonte de ansiedade.

Quando falamos em intervenção psicossocial em crise, remetemo-nos para algo simples e intuitivo; trata-se do “apoio familiar ou de amigos, que não é mais do que estar presente com quem sofre (fisicamente presente), dando algumas palavras de conforto e ajudando a pessoa a lidar com os momentos após o acontecimento que lhe trouxe imensa dor.” (Brito, B. & Gouveia, S., 2018)

A intervenção psicossocial em crise, adaptada às circunstâncias, deve contribuir multidisciplinarmente, para o restabelecimento ou promoção de maior conforto, junto de quem passou pelo evento que interrompeu o curso normal da sua vida. É uma intervenção a ser realizada durante, ou imediatamente após o incidente crítico, potenciando os recursos internos da pessoa.

Pretendemos sensibilizar o leitor a pensar, pesquisar e debater com familiares e amigos, sugestões que poderão ajudá-lo a manter-se ocupado durante a quarentena. Lembre-se: Um pequeno esforço de cada um de nós, terá grande impacto para todos.

Sendo o Homem um ser holístico, com exigências multidimensionais, numa situação de crise, é desafiado a autopromover momentos de conforto para a saúde, nas suas dimensões.

Na fase de distanciamento social/contenção, é fundamental ter rotinas saudáveis, adaptando-as à nova realidade – assim, contribui para a promoção do equilíbrio ocupacional e do bem-estar físico e mental. Além de praticar uma alimentação saudável, deve evitar bebidas com açúcar e/ou gaseificadas, não consumir tabaco, álcool ou outras substâncias psicoactivas, como estratégias para “aliviar a pressão”. Para suprimir as necessidades, é útil ver adaptações como oportunidades de superação e crescimento pessoal.

A ocupação é parte integrante da condição humana e elemento central da nossa identidade, pelo que se pretende que as pessoas se reorganizem e vivenciem esta situação de isolamento/confinamento de modo estimulante, confiante e sereno. As ocupações dão significado e sentido à vida, daí ser fundamental redescobrir interesses (ex: ler um livro, ver um filme, pintar...), identificando o que é importante e arriscar novas aprendizagens (ex: aprender a tocar um instrumento musical, dançar, inscrever-se num curso on-line...).



© João Pedro Marnoto

A quarentena é como um “momento de aprendizagem” e preparação para a nova realidade; ponto em que tomamos consciência dos factos (e não dos mitos). É a fase em que sentimos, de novo, percepção de controlo sobre o que se está a passar – e encontraremos recursos nossos (antigos ou ajustados) para melhor lidar com desafios diários. Percebemos que ganhamos, se olharmos a situação pela positiva e encontrarmos formas de entrada na chamada “fase de crescimento” ou “recuperação”.

Na “fase de crescimento” conseguiremos voltar a **perspectivar o futuro, vivendo o presente de modo a que tenhamos aprendido com o passado**. Estaremos psicologicamente mais robustos, com maior competência interpessoal – porque, a luta contra o medo foi feita, diariamente, com actos de amor que transformarão a sociedade e valorizarão a palavra **HUMANIDADE**.

**Ana Margarida Nunes** (Fisioterapeuta)

**Sara Moura** (Terapeuta Ocupacional)

**Susana Gouveia** (Psicóloga)

Situações de crise levam a desmotivação, o que conduz à adopção de comportamentos mais sedentários, já por si potenciados por uma situação de confinamento. As inúmeras vantagens da prática de actividade física são há muito estudadas e usadas como abordagem nos mais diversos contextos, constituindo um pilar essencial no combate à redução da mobilidade e capacidade funcional e cognitiva, mas também a nível da redução de sensações, como ansiedade e irritabilidade. Exercícios que se foquem no fortalecimento muscular, flexibilidade, equilíbrio e relaxamento - tendo a **respiração** sempre um papel preponderante em todos eles - devem fazer parte das estratégias adoptadas no nosso dia-a-dia, ganhando uma maior importância em situação de confinamento.

O isolamento/distanciamento social levam a que o autocuidado seja essencial, exigindo de nós papel determinante e activo, na definição das estratégias de *coping*, face à situação. Ao cuidarmos de nós, estaremos a cuidar dos outros e a sermos **agentes de saúde pública**.





## COVID-19:

© MdM

# MdM concentra esforços para proteger populações vulneráveis

15

Em Portugal, na Europa e em todos os locais onde se encontra, a Médicos do Mundo (MdM) concentra todos os esforços na protecção das populações vulneráveis, face à pandemia da COVID-19, através da prestação de cuidados de saúde e de acções de prevenção, educação e sensibilização.

Mais do que nunca, com a propagação do novo Coronavírus, colocam-se enormes desafios na resposta dos serviços de saúde às populações em todo o mundo. No meio da emergência, é necessário assegurar que todos têm acesso a cuidados e a meios de prevenção, independentemente da sua condição sócio-económica.

Em território nacional, além de ter reajustado as operações, para melhor responder às necessidades dos utentes, a MdM constituiu dois novos grupos: um de crise, outro operativo e activou o Plano de Contingência, que segue as recomendações da Direcção-Geral da Saúde (DGS), para cada fase do estágio da Epidemia.

O Plano de Contingência da MdM prevê, entre outras, medidas e acções nas áreas relacionadas com a coordena-

ção, prevenção e controlo da infecção, saúde mental dos colaboradores e voluntários, informação e comunicação, assim como em relação às instalações e equipamentos.

**Em termos operacionais, a Médicos do Mundo mantém-se junto das populações que serve habitualmente, tanto em Portugal como em Moçambique. Entre as diversas actividades que estão a ser desenvolvidas pelas equipas de terreno a nível nacional, destaque para o apoio às Pessoas em Situação de Sem Abrigo (PSSA), nos locais de acolhimento disponibilizados pelas autarquias, com a prestação de cuidados de saúde, realização de acções de informação e identificação de casos suspeitos.**

A MdM também está atenta aos mais idosos, população que requer especial protecção nesta emergência, através da monitorização e articulação institucional com parceiros da rede social de suporte, para sinalização e respostas às suas necessidades. Para salvaguardar a segurança de todos, procede-se à aquisição e entrega de bens essenciais, como alimentação e medicamentos, a beneficiários sem rectaguarda familiar e à sensibilização para a importância do cumprimento de confinamento domiciliário.

## OPERAÇÕES REAJUSTADAS PARA ESTAR JUNTO DE QUEM MAIS PRECISA

Em todos os locais onde está presente à volta do mundo, a Médicos do Mundo (MdM) reajustou as suas operações, para continuar a apoiar quem mais precisa. De forma individual, com as autoridades de saúde nacionais ou com outras organizações, o objectivo é sempre proteger e garantir cuidados de saúde às populações mais vulneráveis.

Em França, a intervenção foi adaptada em função da evolução das recomendações das autoridades e as actividades habituais deram lugar a acções prioritárias de monitorização da saúde das populações sem acesso ao sistema de saúde.

As equipas estão concentradas em actividades móveis, destinadas a apoiar pessoas em situações de vulnerabilidade, nos locais onde estas se encontram. O objectivo é prevenir a propagação do vírus e combater as dificuldades de movimentação.

A MdM França mantém também as actividades internacionais, nomeadamente em África, onde, de dia para dia, se colocam questões de segurança devido à estigmatização dos europeus no contexto da COVID-19. Estão, por exemplo, em preparação projectos de resposta à pandemia em Madagáscar, com vista a promover a informação e a prevenção.

16



© MdM

## APOIO NAS URGÊNCIAS EM MADRID

Em Madrid, a área geográfica de maior emergência no país vizinho, a delegação espanhola da MdM esteve desde logo preparada para começar a apoiar o Ministério da Saúde na gestão do fluxo de doentes e apoio nas urgências numa unidade hospitalar. Mantêm-se ainda muitas

das actividades em diversas cidades, disponibilização de informação preventiva e distribuição de kits de higiene junto das Pessoas em Situação de Sem Abrigo (PSSA).

Aposta-se na assistência telefónica, com as equipas a contactar os utentes dos programas nas áreas do trabalho sexual, migração e mutilação genital feminina, para fornecer informação de prevenção sobre a COVID-19 e avaliar necessidades.

Ainda em Espanha, a MdM tomou várias medidas com vista a reduzir o risco para os seus colaboradores e continuar a servir as populações com as quais trabalha todos os dias. Com este objectivo, tem realizado acções de formação online para os colaboradores espalhados pelo país e desenvolvido Planos de Contingência.

## REFORÇO DE ACTIVIDADES E NOVOS SERVIÇOS

Em vários países, a Médicos do Mundo está a reforçar as suas actividades, a apostar no acompanhamento ou preparação remota dos atendimentos e a implementar novos serviços para dar resposta às diferentes populações.

Para além do reforço das actividades com as PSSA e os utilizadores de substâncias psicoactivas, a delegação grega está concentrada, juntamente com o município de Atenas, em promover rastreios e à protecção destas pessoas em novos abrigos. Para além do apoio psicológico por telefone em Lesbos, onde se encontram muitos migrantes, estão a ser desenvolvidas novas actividades para populações vulneráveis, como a entrega de medicamentos, e um serviço de triagem online.

Na Bélgica, colabora-se com a Médicos sem Fronteiras para ajudar as PSSA migrantes e requerentes de asilo. Em Bruxelas, foi criada uma zona de triagem na Human Before Borders (HUBB) e a MdM está responsável pelo acompanhamento médico dos casos negativos.

Na MdM Bélgica, ao nível internacional, estão em desenvolvimento planos de contingência para o Mali e Níger.

Na Holanda, mantém-se o apoio médico por telefone, sempre que possível, e disponibilizam-se novos serviços, como medicação e suporte psicológico. No Luxemburgo, os contactos remotos preparam as consultas de 20% dos beneficiários e os restantes mantêm o atendimento em locais específicos. Na Suécia, a delegação está a trabalhar, em Estocolmo, com o Ministério da Saúde na área da triagem.





© MdM

## ACESSO A EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO

No Reino Unido, outro dos países europeus especialmente atingidos pela pandemia, além das consultas online e da continuação do apoio móvel às PSSA, procuram-se ultrapassar os desafios colocados pela necessidade de equipamento de protecção pessoal.

Também na Alemanha, trabalha-se para garantir o acesso a material de protecção e salvaguardar assim a continuação das actividades. Apesar das restrições, continuam os projectos internacionais e, no plano doméstico, mantêm-se os trabalhos e as consultas, agora realizadas por videoconferência.

Mais a oriente, as limitações impostas pelas autoridades turcas na fronteira com a Síria, são desafios que a Médicos do Mundo Turquia enfrenta para fazer chegar materiais médicos e de protecção ao território vizinho. A nível nacional, adaptam-se operações e reforçam-se as consultas telefónicas.

No Japão, as equipas da MdM continuam a assegurar os projectos e investem na distribuição de produtos de higienização e máscaras e, na sensibilização para a higiene das mãos. Há ainda um trabalho essencial na resposta à pandemia no Bangladesh, Laos e Sri Lanka.


No continente americano, o Canadá reformulou algumas das actividades nacionais, enquanto no Haiti, procura-se responder às necessidades colocadas pela COVID-19 e aos desafios relacionados com estigmas e a resistência em procurar os Centros de Saúde. Finalmente, nos EUA, a delegação local está concentrada em procurar financiamento para fazer face às necessidades da emergência.



© MdM




# COVID-19



## O QUE É A COVID-19? INFEÇÃO PELO SARS-CoV-2


COVID-19 é a doença observada em pessoas infectadas com uma nova estirpe de coronavírus (SARS-CoV-2), não conhecida anteriormente em humanos. A 31 de Dezembro de 2019, as autoridades chinesas notificaram a Organização Mundial de Saúde de um surto de pneumonia na cidade de Wuhan, que mais tarde foi classificado como uma nova doença: COVID-19.

### PERÍODO DE INCUBAÇÃO




EXPOSIÇÃO → 14d → SINTOMAS


### SINAIS E SINTOMAS



FEBRE

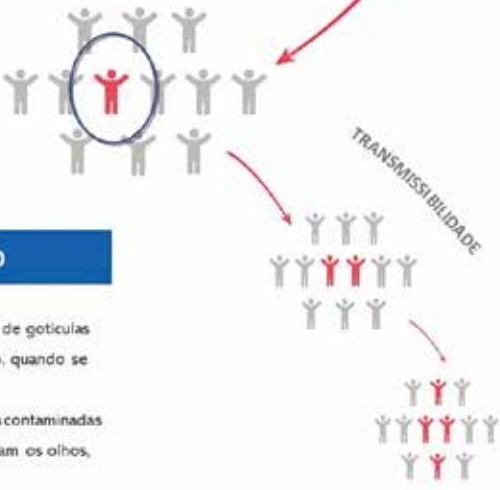


TOSSE



DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA

em casos mais graves pode levar a pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos e eventual morte



TRANSMISSIBILIDADE

### TRANSMISSÃO

- de **pessoa a pessoa**, através de gotículas que se emitem, por exemplo, quando se tosse ou espirra
- através do **contacto de mãos** contaminadas que, posteriormente, contactam os olhos, nariz ou a boca

Para mais informação, visite [www.dgs.pt/corona-virus](http://www.dgs.pt/corona-virus)

Médicos do Mundo  
Av. de Ceuta (Sul), Lote 4, Loja 1,  
300-125 Lisboa, Portugal



## 3 CONSELHOS PARA EVITAR A INFEÇÃO PELO NOVO CORONAVÍRUS SARS-CoV-2

O novo Coronavírus (SARS-CoV-2) pode transmitir-se por contacto directo ou indirecto

**CONTACTO DIRECTO**

Através de gotículas que uma pessoa infectada transmite para boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra podendo estas entrar directamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima

**CONTACTO INDIRECTO**

Através das mãos, que tocam nas superfícies contaminadas com as gotículas espalhadas pelas pessoas infectadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente.



SARS-CoV-2

Diminuir a necessidade de propagação do vírus

Evitar o grupo de epidemia

Reduzir o n.º de visitas

Reduzir a transmissão comunitária

Reduzir o risco de transmissão individual

Reduzir o n.º total de casos e de casos graves

Para mais informação, visite [www.dgs.pt/corona-virus](http://www.dgs.pt/corona-virus)



## HIGIENE DAS MÃOS UMA DAS MEDIDAS PARA EVITAR A COVID-19

**PORQUÊ?** A higienização correta e completa das mãos, efetuada de forma regular, está fortemente recomendado, já que reduz a transmissão do vírus, que ocorre quando existe contacto directo ou indirecto. (DGS, 2020)

**COMO?**

LAVAGEM COM ÁGUA E SABÃO

**COMO?**

FRICÇÃO COM SABA\*

**QUEM?**

Público em geral e comunidade.

**QUEM?**

Preferencialmente profissionais de saúde.

**ONDE?**

Em casa e espaços coletivos.

**ONDE?**

Unidades de saúde, espaços coletivos.

**QUANDO?**

Depois de espirrar, tossir ou assoar-se; Após contacto directo com pessoas doentes.

**QUANDO?**

Depois de espirrar, tossir ou assoar-se; Após contacto directo com pessoas doentes.



SARS-CoV-2

LAVE AS MÃOS REGULARMENTE DURANTE PELO MENOS 20 SEGUNDOS.

EVITE TOCAR NOS OLHOS, NARIZ E BOCA COM AS MÃOS.

Para mais informação, visite [www.dgs.pt/corona-virus](http://www.dgs.pt/corona-virus)

A 30 de Janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que o surto da doença causada pelo novo coronavírus (COVID-19) constitui uma Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional. A 12 de Fevereiro foi declarada pandemia do novo coronavírus, denominado de SARS-CoV-2.

Os casos de COVID-19 foram notificados pela primeira vez em 31 de Dezembro de 2019, na República Popular da China.

# AJUDA TECNOLOGIA SOLIDARIEDADE HIGH-TECH VOLUNTARIADO

Nunca estas palavras estiveram tão próximas.

A Fujitsu é uma empresa que tem preocupações e obrigações na área de responsabilidade social.

A Médicos do Mundo é uma Associação que se enquadra nos nossos objectivos éticos e actividades em prol de uma sociedade mais solidária, onde a Fujitsu através do Programa de *Responsible Business* tem uma estreita colaboração, como doadores da Médicos do Mundo.

Há uma total identificação com a acção/operação dos Médicos do Mundo, até porque o seu trabalho é refletido no terreno com acções que visam a luta contra todas as doenças e as injustiças que proliferam na sociedade.

A Fujitsu continuará a sua acção solidária no fornecimento de equipamentos, serviços e voluntariado, que facilitem o trabalho meritório da Médicos do Mundo.

  
FUJITSU





Quem conhece tão bem  
as ruas como o Vhils?

## A Médicos do Mundo.

Somos uma organização internacional presente em 75 países. Profissionais de todo o mundo, prestam apoio gratuito a todos os que se encontram privados de cuidados primários de saúde, actuando em situações de emergência humanitária, como cenários de catástrofe e conflito.

Cooperamos para o desenvolvimento.

Eles precisam de nós. Nós precisamos de si.

Modelo 3

▶ Quadro 11

▶ Campo 1101

▶ NIF 504 568 566

O Estado permite que 0,5% do seu IRS transite **gratuitamente** para a Médicos do Mundo.

