

CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL



Newsletter • n.º 3 • outubro 2024

Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social da Liga dos Combatentes

2.ª JORNADAS NACIONAIS DE PROMOÇÃO DE UM ENVELHECIMENTO ATIVO E BEM-SUCEDIDO

Sala D. Afonso Henriques do Convento São Francisco

Coimbra | 3 outubro 2024

No âmbito da Semana do Envelhecimento Ativo, Saudável e Participativo organizada pela Câmara Municipal de Coimbra entre os dias 29 de setembro e 6 de outubro do presente ano, decorreram as 2.ªs Jornadas Nacionais de Promoção de um Envelhecimento Ativo e Bem-Sucedido.

Estas Jornadas, promovidas pelo Gabinete de Gerontologia e Envelhecimento Ativo do município de Coimbra, tiveram lugar na Sala D. Afonso Henriques do Convento São Francisco, no dia 3 de outubro, e contaram com a presença da equipa do CAMPS 4 – Coimbra da Liga dos Combatentes.



Grupo de participantes nas Jornadas

Das intervenções e temáticas abordadas destaca-se a questão do envelhecimento demográfico em Portugal, o papel das organizações de saúde e sociais como impulsionadoras da longevidade, com particular foco em programas e/ou projetos desenvolvidos em diversas regiões do país.

A título de exemplo, foi debatido o projeto pioneiro criado na cidade de Lisboa em 2018 - «RADAR». Este projeto consiste num plano de intervenção comunitária e de desenvolvimento local com o objetivo central da prevenção, promoção, levantamento e acompanhamento das pessoas 65+ que estejam em situação de isolamento social e de solidão não desejada. É um projeto em rede com várias entidades, das quais fazem parte a Câmara Municipal de Lisboa, a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, a Segurança Social, a Polícia de Segurança Pública, as Juntas de Freguesia e, especialmente, a comunidade (voluntários, vizinhos, comércio local).



O Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social (**CEAMPS**) é um órgão de aconselhamento da Direção Central da Liga dos Combatentes, desenvolvendo as suas ações por meio do Centro de Estudos e Projetos de Investigação (CEPI), do Centro de Apoio à Inclusão Social (CAIS) e dos Centros de Apoio Médico, Psicológico e Social (CAMPS).

Os **CAMPS** são as estruturas efetivas de Apoio Médico, Psicológico e Social aos Combatentes e suas famílias, constituídos por equipas multidisciplinares nas áreas da medicina geral, psiquiatria, psicologia clínica e da saúde, assistência social, reabilitação, ortopedia e enfermagem, abrangendo todas as zonas do país em articulação com os Núcleos da LC.

«LAÇOS EM PARELHAS» - PROJETO

Estágio em Serviço Social interliga o Regimento de Cavalaria n.º 3 e a Residência São Nuno de Santa Maria da Liga dos Combatentes

Estremoz | 11 de junho e 18 de julho de 2024

No âmbito do Estágio em Serviço Social da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Portalegre, realizado na Residência São Nuno de Santa Maria da Liga dos Combatentes, em Estremoz, surgiu o projeto "**Laços em Parelhas**" organizado pelo Segundo-Sargento Miguel Mendes.

Este projeto tem como objetivo a partilha intergeracional de experiências e a criação de novas relações sociais entre 10 militares do **Regimento de Cavalaria n.º 3** e 10 idosos da **Residência da Liga dos Combatentes**, visando combater a solidão e a exclusão social dos idosos institucionalizados, fortalecendo os laços já existentes e a ligação institucional entre as duas organizações estabelecidas em Estremoz.

Por via deste projeto apoiado pelo Exército Português, já decorreram diversas atividades, notando-se as visitas realizadas pelos militares do Regimento à Residência e a visita guiada proporcionada aos utentes na respetiva visita às instalações do Regimento.

No dia 11 de junho, os utentes da Residência receberam a visita de vários militares do Regimento, proporcionando momentos de convívio e de partilha de experiências entre gerações.

Na manhã de 18 de julho, foi a vez dos utentes da Residência visitarem o Regimento, tendo a atividade iniciado com os cumprimentos pelo respetivo Comandante, Coronel Simões de Azevedo, seguida de uma passagem pelos lugares mais emblemáticos do Regimento, como: a Sala do Capítulo, o Salão Nobre, a Capela, a Coleção Visitável, as Cavalariças e o Palácio Reynolds.

A ligação criada entre os militares e os utentes da Residência contribuiu significativamente para a melhoria do bem-estar social dos idosos, especialmente dos Antigos Combatentes residentes nesta Estrutura Residencial para Pessoas Idosas do concelho de Estremoz. A Liga dos Combatentes saúda estes projetos cruciais na promoção da memória coletiva nacional, transmissão dos valores institucionais e respeito por Todos os que serviram Portugal.



Visita dos utentes da Residência ao Regimento
© Exército Português



Visita dos militares à Residência
© Exército Português

3.^{as} JORNADAS «PORTO CIDADE AMIGA DAS PESSOAS IDOSAS»

Auditório Super Bock Arena, Pavilhão Rosa Mota

Porto | 26 setembro 2024

Em 26 de setembro, a cidade do Porto, recebeu o evento «Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas», promovido pela Câmara Municipal do Porto. Este evento constitui uma plataforma para discutir, compartilhar e implementar práticas que promovam ambientes urbanos inclusivos, acessíveis, confortáveis e inovadores, reunindo especialistas, académicos, profissionais de saúde, organizações da sociedade civil e os próprios idosos.



Particularidade do espaço das 3.^{as} Jornadas

Os temas abordados e projetos discutidos foram:

- A conceção do Programa «Cidades Amigas das Pessoas Idosas» da Organização Mundial de Saúde e sua expansão;
- Debate “Dar mais vida aos anos”;
- Plano de Ação «Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas» – Resultados e Expectativas;
- «Visita Cidade Amiga Pessoas Idosas – aproximação aos projetos»;

Através do tema «Visita Cidade Amiga Pessoas Idosas - aproximação aos projetos», houve a oportunidade, por parte das técnicas do CAMPS 3 – Porto da Liga dos Combatentes, de conhecer, contactar e esclarecer dúvidas sobre os 73 projetos implementados no seguimento desta iniciativa, visto que estes estão diretamente relacionados com a população-alvo de trabalho dos CAMPS.

Os objetivos destes projetos têm por base o combate ao isolamento e a promoção da proteção social, assim como a capacitação dos idosos para serem protagonistas de vidas ativas e de um envelhecimento saudável.



Credenciais da equipa do CAMPS 3 – Porto



Intervenções no Debate “Dar mais vida aos anos”

Ana Valdivieiso, Psicóloga
Beatriz Pereira, Assistente Social
CAMPS 3 - Porto

CAMPS 3 – PORTO (REGIÃO NORTE)

Atividades Terapêuticas, Cognitivas e Sociais

CAMINHADA DE SENSIBILIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA CONTRA A PESSOA IDOSA (17 junho 2024)

No seguimento do Dia Mundial da Violência Contra a Pessoa Idosa, o CAMPS 3 organizou uma caminhada de sensibilização, onde convidou os Sócios a efetuar um passeio de 3km pela Foz do Douro.

Ao mesmo tempo que se trabalha a atividade física e se combate o isolamento social, houve também a oportunidade de desfrutar de algumas paisagens das belas praias da Foz. A caminhada terminou com um lanche de reflexões e convívio.



VISITA GUIADA À SÉ DO PORTO PORTO HISTÓRICO (10 julho 2024)

Com objetivo de conhecer alguns aspetos característicos da Cidade Invicta, o Núcleo do Porto, com a participação do CAMPS 3, criou uma rota por alguns dos mais interessantes pontos turísticos centrais da cidade, na zona da Sé do Porto.

Conhecer a arte, criar relacionamentos interpessoais, trocas de opiniões e ideias, promover o desenvolvimento de novas perspetivas são alguns aspetos importantes que este tipo de atividades culturais e sociais desenvolvem.

1.ª SESSÃO DE ESTIMULAÇÃO COGNITIVA (26 julho 2024)

O CAMPS 3 organizou a 1.ª sessão de Estimulação Cognitiva nas instalações do Núcleo do Porto. No que consiste a Estimulação Cognitiva? A Estimulação Cognitiva abarca o envolvimento em atividades que visam preservar e/ou melhorar o desempenho de domínios como a memória, atenção, raciocínio, funções executivas, entre outros.

Nesta 1.ª sessão, o grupo iniciou a atividade com uma breve apresentação e reflexão acerca de uma notícia da atualidade. De seguida, realizaram-se duas atividades relacionadas com a história e tradição de Portugal, na qual os participantes tiveram oportunidade de reviver e partilhar memórias antigas. Considerando o interesse demonstrado pelos participantes, estas sessões passarão a ser regulares no CAMPS 3.



ESTUDOS & INVESTIGAÇÕES

A coconstrução de narrativas em famílias de Ex-Combatentes da Guerra Colonial Portuguesa em Angola



Marta Lopes Ferreira Crespo

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica • ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida • Orientadora: Prof.^a Doutora Mariana Pires de Miranda • julho de 2024

Os efeitos psicológicos da Guerra do Ultramar (1961-1974) têm vindo a ser objeto de estudo na área da psicologia. No entanto, poucos são os estudos que consideram o impacto do evento na família, sendo que o foco tem recaído, sobretudo, sobre a dimensão individual e o desenvolvimento de psicopatologia na sequência da experiência de guerra.

Baseado na área crescente de investigação que se debruça sobre as consequências de eventos macrossistémicos, como as guerras, para os sistemas humanos, esta investigação pretendeu estudar o modo como famílias de Antigos Combatentes da Guerra do Ultramar coconstroem narrativas sobre o evento. Foram entrevistadas oito famílias portuguesas (n = 23), com recurso a um guião semiestruturado. Os dados foram analisados através de uma análise temática, tendo emergido dois temas principais: experiência de guerra e metaperceção da comunicação familiar.

Os resultados indicam que a experiência de guerra é multinível, tendo sido descritos fatores paliativos e perturbadores ao nível individual, familiar e contextual, que se interinfluenciaram entre si. Os resultados sugerem, ainda, o silenciamento do tema da guerra na família e, simultaneamente, a sua presença psicológica através de objetos do tempo da guerra e da comunicação não explícita. Os resultados são discutidos à luz da investigação sobre transmissão transgeracional de trauma.

Mais informação [AQUI](#)



Análise de duas narrativas de homens mobilizados para a Guerra Colonial Portuguesa (1961-1974) - **“Estávamos convencidos que não vínhamos mais”**

Sílvia da Conceição Santos Pereira da Costa

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica • ISPA – Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida • Orientadora: Prof.^a Doutora Maria Silva Marques • janeiro de 2024

O presente estudo visa contribuir para a compreensão das vivências subjetivas de homens conscritos mobilizados para a Guerra do Ultramar (1961-1974). A autora do estudo recorreu ao Método das Narrativas de Associação Livre (Hollway & Jefferson, 2000), realizadas a dois participantes, ambos com 73 anos, mobilizados entre 1972 e 1974 para Moçambique e Angola.

A análise das narrativas, orientada pelos postulados teóricos da metodologia proposta, revela que as experiências de guerra, dada a sua natureza traumática, desencadeiam alterações à subjetividade dos participantes. Parte das vivências poderão tornar-se irrepresentáveis, dada a dificuldade da mentalização necessária à sua definição e nomeação, processamento e elaboração.

Sugere-se que o contexto de cada ex-combatente, quer individual, como contextual, poderá contribuir na determinação dos fenómenos psíquicos a que recorrem predominantemente para lidar com as experiências de destrutividade.

Mais informação [AQUI](#)



SUGESTÕES DE LEITURA

Coping e Stress Traumático em Combatentes

Carlos Manuel Magro Anunciação

Edição Liga dos Combatentes | 175 pág. | ISBN: 978-972-97209-4-9

Esta obra baseia-se num estudo sobre as estratégias de Coping e a Perturbação de Stress Pós-Traumático (*Post Traumatic Stress Disorder* - PTSD) realizado numa população de Combatentes da Guerra do Ultramar (1961-1975).

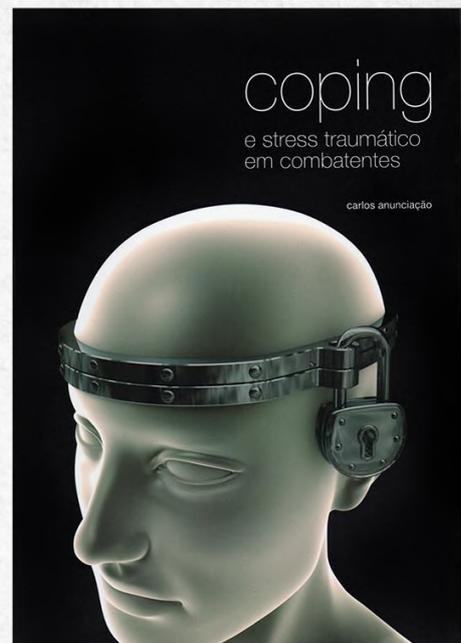
Esta investigação permitiu obter diversa informação, nomeadamente quais as estratégias mais adequadas que o Combatente de Guerra e a sua família utiliza para lidar com esta doença (PTSD).

A partir de uma amostra de Combatentes do Ultramar, testaram-se várias hipóteses quanto às estratégias de Coping utilizadas, verificando-se que os Combatentes com PTSD recorreram menos a estratégias centradas na resolução de problemas e manifestaram mais sintomatologia psicopatológica, quando comparados com Combatentes que não preencheram todos os critérios de diagnóstico desta doença.

Estes resultados são idênticos a diversos estudos homólogos de Combatentes das guerras do Vietname, Israelo-Árabe e do Golfo.

É um livro da área clínica da Psicologia e da Psiquiatria com interesse para técnicos, médicos, psicólogos, enfermeiros, psicoterapeutas, incluindo todo o pessoal da área de saúde militar e civil, bem como estudantes interessados nesta temática.

Constitui, igualmente, um livro de enorme interesse para os próprios Combatentes, suas famílias e Associações/Instituições, na medida em que apresenta informações úteis para o Combatente com Stress Pós-Traumático e para a sua família.



15€
+ portes

À venda na Liga dos Combatentes

Pedidos para: patrimonio@ligacombatentes.org | **Loja online:** www.ligacombatentes.org/loja

CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL

Newsletter



FICHA TÉCNICA

Newsletter **CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL**

Liga dos Combatentes • Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social

Rua João Pereira da Rosa, 18 • 1249-032 Lisboa • Tel. 21 346 82 45/46

Email: geral@ligacombatentes.org | ceamps@ligacombatentes.org

Mais informação



www.ligacombatentes.org

