



## CONTRATO-PROGRAMA – APOIO ANUAL

Entre:

1 - Município da Marinha Grande, pessoa coletiva de direito público, com sede na Praça Guilherme Stephens, Marinha Grande, NIPC 505 776 758, representada por Paulo Jorge Campos Vicente, na qualidade de Vice Presidente da Câmara Municipal da Marinha Grande, adiante designada como entidade concedente ou primeiro outorgante; e

2 – Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson, pessoa coletiva de direito privado sem fins lucrativos, com sede no Largo 5 de Outubro, nº 5-A, Marinha Grande, NIPC 504058550, representada por Octávio Matos Serrenho Ferreira, na qualidade de Delegado Distrital de Leiria, adiante designada como entidade beneficiária ou segundo outorgante.

É celebrado o presente contrato-programa nos seguintes termos:

### Cláusula 1.ª

#### Objeto do contrato

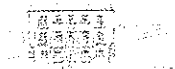
O presente contrato tem por objeto a atribuição de uma subvenção pública, de natureza financeira, para a concretização do plano anual de atividades 2015, promovido pela entidade beneficiária.

### Cláusula 2.ª

#### Obrigações do segundo outorgante

Constituem obrigações do segundo outorgante:

- a) Assegurar a execução integral e atempada do plano anual de atividades 2015 proposto, que se dá por integralmente reproduzido e fica anexo ao presente contrato;
- b) Assegurar a execução integral dos termos do presente contrato;
- c) Afetar todos os apoios financeiros, materiais e logísticos concedidos exclusivamente à execução do programa objeto deste contrato;
- d) Informar de imediato a entidade concedente de quaisquer factos que sejam suscetíveis de perturbar a normal execução do contrato;
- e) Prestar consentimento expresso para a consulta da respetiva situação tributária pelos serviços da entidade concedente, nos termos da lei;
- f) Incluir nos seus relatórios anuais de atividades uma referência expressa à execução do contrato-programa;
- g) Elaborar e enviar à entidade concedente, até 31 de Janeiro do ano seguinte, um relatório final sobre a execução do contrato-programa, designadamente sobre os resultados alcançados e os custos envolvidos (receitas e despesas);
- h) Prestar quaisquer informações ou apresentar documentos solicitados pela entidade concedente que respeitem à execução do programa, e os que sustentem os relatórios de execução;
- i) Dar conhecer aos seus associados, dirigentes, beneficiários e outros, a celebração deste contrato-programa.







**Cláusula 3.ª**

**Período de vigência do contrato**

Sem prejuízo do disposto na cláusula 6.ª, o contrato vigora até ao cumprimento de todas as obrigações assumidas pela entidade beneficiária.

**Cláusula 4.ª**

**Comparticipação financeira**

- 1 — O primeiro outorgante compromete -se a prestar apoio financeiro ao segundo outorgante através de subsídio, no montante de 1.000,00 euros (mil euros), para prossecução do plano de atividades 2015, apoiado no âmbito do presente contrato.
- 2 — O pagamento da participação financeira depende da inexistência, à data do mesmo, de uma situação de incumprimento por parte do beneficiário das suas obrigações fiscais, para com a segurança social e para com a entidade concedente.
- 3 — O pagamento a que se refere o n.º anterior deve ocorrer, impreterivelmente, até 30 de novembro de 2015, sob pena de cessação automática do presente contrato, salvo se o facto for imputável à entidade concedente.
- 4 — A despesa inerente a este contrato será satisfeita por dotação existente na seguinte classificação económica: 06/040701; cabimento n.º 1690/2015; compromisso n.º 1573/2015;
- 5 - Em caso algum, será efetuado pelo primeiro outorgante qualquer pagamento no âmbito do presente contrato no ano de 2016 e subsequentes.

**Cláusula 5.ª**

**Colaboração entre as partes**

O segundo outorgante compromete-se a assegurar uma estreita colaboração com o primeiro outorgante, com vista ao correto acompanhamento e execução deste Contrato e, em especial, a assegurar princípios de boa gestão financeira, tendo em conta a relação do custo/benefício do plano anual de atividades 2015.

**Cláusula 6.ª**

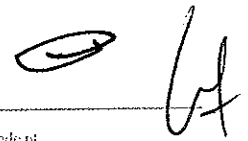
**Acompanhamento e controlo deste contrato**

- 1 — O primeiro outorgante exerce a fiscalização da execução do contrato-programa, podendo realizar, para o efeito, inspeções, inquéritos e sindicâncias.
- 2 — A entidade beneficiária deve prestar à entidade concedente da participação financeira todas as informações por esta solicitadas acerca da execução do presente contrato.

**Cláusula 7.ª**

**Revisão do contrato-programa**

Qualquer alteração ou adaptação ao presente contrato carece de prévio acordo do primeiro outorgante, a prestar por escrito.



**Cláusula 8.ª**

**Suspensão**

Os benefícios financeiros concedidos ao abrigo do presente contrato suspendem-se se a entidade beneficiária se encontrar, em qualquer momento, em situação de incumprimento das suas obrigações fiscais, para com a segurança social ou para com a entidade concedente.

**Cláusula 9.ª**

**Incumprimento e rescisão do contrato**

1 — A falta de cumprimento do presente contrato ou desvio dos seus objetivos por parte do segundo outorgante constitui justa causa da rescisão do contrato, podendo implicar a devolução dos montantes recebidos.

2 — A não afetação da verba atribuída aos fins a que se destina implica a devolução dos montantes recebidos ao abrigo deste contrato.

**Cláusula 10.ª**

**Publicidade**

Todas as ações realizadas ao abrigo deste contrato-programa, quando publicitadas ou divulgadas por qualquer forma, devem, obrigatoriamente, fazer referência à participação assumida pela Câmara Municipal no seu desenvolvimento, fazendo a menção: "Com o apoio da Câmara Municipal da Marinha Grande" e respetivo logótipo.

**Cláusula 11.ª**

**Omissões**

1. Os casos omissos no presente contrato-programa são supridos por recurso ao disposto no Regulamento Municipal de Atribuição de Apoios ou Benefícios a Entidades de Natureza Social, Cultural, Desportiva, Recreativa ou Outra.

2. Quaisquer outras situações serão resolvidas pela Câmara Municipal da Marinha Grande.

**Cláusula 12.ª**

**Efeitos**

1. O presente contrato produz efeitos, a partir de 1 de janeiro de 2015.

2. O presente contrato-programa foi aprovado através de deliberação de Câmara Municipal n.º 523, de 23 de julho de 2015.

Marinha Grande, 19 de Agosto de 2015

1º Outorgante

Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson  
2º Outorgante

**Delegação de Leiria**

Largo 5 de Outubro - Casa Alpendrada, n.º 5-A

**2430-262 Marinha Grande**

Telef.: 244 099 530 - Telex.: 917 066 007

E-mail: [leiriaparkinson@sapo.pt](mailto:leiriaparkinson@sapo.pt)

[www.parkinson.pt](http://www.parkinson.pt) - Delegação de Leiria

FB: [www.facebook.com/parkinsonleiria](https://www.facebook.com/parkinsonleiria)





**REQUERIMENTO DE CANDIDATURA**

**ATRIBUIÇÃO DE APOIOS OU BENEFÍCIOS A ENTIDADES DE NATUREZA SOCIAL,  
CULTURAL, DESPORTIVA, RECREATIVA OU OUTRA**

CÂMARA MUNICIPAL DO CONCELHO DE MARINHA GRANDE  
Carimbo de Registo de Entrada

30 SET. 2014

**ENTRADA**  
**E/8056/2014**

A  
DCD  
LEJUC

Ano: 2011  
Ao Lejuc  
F. 40.40.29/14

**IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE**

**Dados da Entidade:**

Nome Completo: Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson

Morada: Largo 5 de Outubro, Casa Alpendrada, 5A

Código Postal: 2430 - 269 Marinha Grande

N.º Contribuinte: 504058550 Telefone / Telemóvel: 917066007

Fax: \_\_\_\_\_ E-mail: leijuparkinson@sejuc.cm-mg.pt

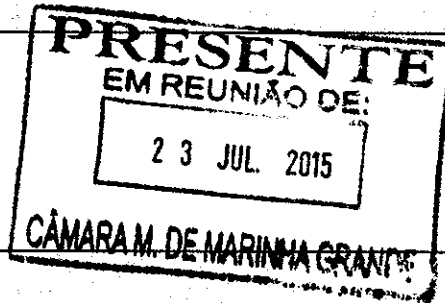
NIB: 0007 0000 0020 9691 5992 3

Nome do responsável: Octávio Almeida Cargo: Delegado

**MODALIDADE DE PROGRAMA**

(conforme artº 7.º do regulamento)

- a) Programa de apoio a atividades com carácter anual;
- b) Programa de apoio a atividades com carácter pontual;
- c) Programa de apoio a infraestruturas;



**BREVE DESCRIÇÃO DO PEDIDO**

Renovamos a pedido de um conjunto de ações em 2014, dos benefícios dos doentes de Parkinson, como sejam:

- transmissão de informação sobre a doença, promoção e divulgação de conhecimentos e formação, sensibilização a população em geral para o problema, promoção de eventos de lazer e convívio, realigner festões de grupo terapêuticas, promoção de tratamentos de fisioterapia, danças, a fim de combater os doentes

**Declaração de compromisso:**

O representante da entidade assume inteira responsabilidade nos termos da lei, pela exactidão de todas as declarações e veracidade dos documentos entregues na presente candidatura. Falsas declarações sujeitam a entidade a sanções legais.

Data: 28/09/2014 Assinatura e Carimbo: [Assinatura]  
Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson  
**Delegação de Leiria**  
Largo 5 de Outubro - Casa Alpendrada, 1.º A  
**2430-262 Marinha Grande**  
Telf: 244 999 520 - Telfax: 247 066 087  
www.apdp.org.pt  
www.apdp.org.pt/delegacao/leiria  
www.apdp.org.pt/contatos/leiria

**A PREENCHER PELA CÂMARA MUNICIPAL DA MARINHA GRANDE**

Lista de documentos entregues:

- a) Justificação detalhada do pedido, com indicação das acções que se pretendem desenvolver e respectivo orçamento discriminado;
- b) Último relatório de contas, quando a entidade esteja legalmente obrigada a dispô-lo deste documento;
- c) Ata de aprovação do relatório de contas assinada pelos seus representantes legais;
- d) Autorizações para consulta da situação tributária e da situação contributiva para a segurança Social;
- e) Outros documentos julgados pertinentes.

(são dispensados da apresentação destes documentos, as entidades cujos documentos já estejam na posse da Câmara Municipal)

**OUTRAS INFORMAÇÕES**

**PRESENTE**  
EM REUNIÃO DE:  
**23 JUL. 2015**  
**CÂMARA M. DE MARINHA GRANDE**

**Assinatura do responsável pela receção da candidatura:**

Confirmo receção dos documentos,

\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

Área/Serviço: \_\_\_\_\_



# Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson

Instituição Particular de Solidariedade Social

## DELEGAÇÃO PARKINSON



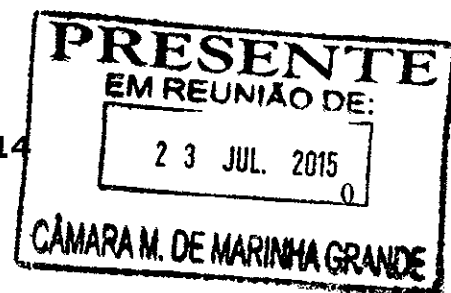
## Região de Leiria



## PLANO DE ACTIVIDADES

- ANO DE 2015

Marinha Grande, setembro de 2014



## 1. Introdução

Passaram 10 anos desde que a Delegação de Leiria iniciou funções no distrito de Leiria e pensamos que este passado nos dá garantias e atesta a utilidade da nossa intervenção na região através de mais de uma centena de ações realizadas, em contacto com milhares de pessoas e com muitas centenas de doentes de Parkinson e/ou dos seus familiares, boa parte das quais foram divulgadas e constam no site da Associação [www.parkinson.pt](http://www.parkinson.pt) e, posteriormente no Facebook da Delegação [parkinsonleiria@facebook.com](https://www.facebook.com/parkinsonleiria).

No ano de 2015 continuaremos a trabalhar e a intervir para fazer mais e melhor na Delegação Parkinson de Leiria em benefício dos doentes de Parkinson da região, daí o presente Plano de Actividades para execução de um conjunto de ações no nosso espaço de intervenção, que poderão ainda ser melhoradas e aumentadas, caso se proporcione, seja oportuno e desejável ao longo do ano.

É comumente aceite que a doença de Parkinson pode afectar duas em cada mil pessoas, concentrando-se nos indivíduos acima dos 50/60 anos, pelo que residirão nos 10 concelhos que constituem atualmente a Comunidade Intermunicipal da Região de Leiria (CIRL) onde a Delegação intervém, cerca de 585 portadores da doença (quadro 1).

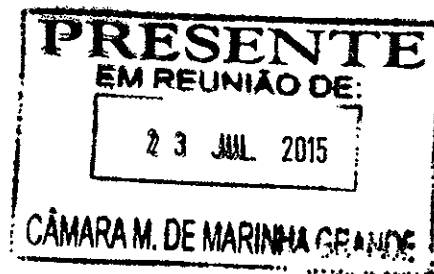
Quadro 1 – Nº de habitantes e (nº provável) de doentes de Parkinson

Concelho	População residente	Nº de doentes espectável
Alvaiázere	8263	17
Ansião	13636	27
Batalha	15216	30
Castanheira de Pêra	3590	7
Figueiró dos Vinhos	7189	14
Leiria	121409	243
Marinha Grande	37419	75
Pedrógão Grande	4326	9
Pombal	57154	114
Porto de Mós	24356	49
<b>Total Delegação</b>	<b>292558</b>	<b>585</b>

## 2. Súmula das atividades para 2015

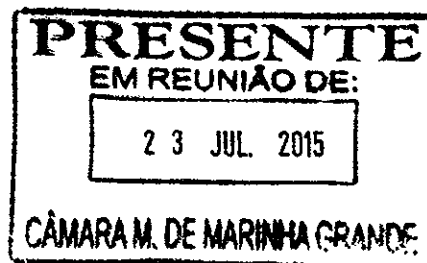
Apresentam-se de seguida as atividades e os projetos que pretendemos implementar em 2015, que mais adiante se discriminam e se apresentam detalhadamente e que são:

- Transmitir informação sobre a doença de Parkinson
- Promover a divulgação do conhecimento e a formação
- Sensibilizar a sociedade e informá-la sobre a doença
- Promover encontros de lazer, de convívio e de reforço do espírito associativo
- Promover tratamentos individuais de fisioterapia especializada – Projeto de fisioterapia em ginásio da APDPK na Marinha Grande
- Realizar sessões de grupo de terapia ocupacional, fisioterapia, terapia da fala, psicologia e nutricionismo – Projeto "Encontros Parkinson em Leiria"
- Disponibilizar apoio e acompanhamento a doentes e seus familiares
- Participação dos técnicos de saúde numa ação de formação, no interesse das pessoas com Parkinson e dos próprios;
- Participação num congresso ou conferência sobre assuntos de saúde



Quadro 2 - Orçamento de 2015

R E C E I T A S				
71	<b>1. VENDAS</b>			%
711	- Mercadorias		500.00 €	5
72	<b>2. PRESTAÇÕES DE SERVIÇOS</b>			
721	- Quotizações		700.00 €	7
725	- Serviços secundários			
75	<b>3. SUBSÍDIOS A EXPLORAÇÃO</b>			
751	<b>Subsídios do Estado e Outros Entes Públicos</b>			
7511	- IEPF			
752	<b>Subsídios de Outras Entidades</b>			
7521	- Autarquias		4,500.00 €	42
7528	- Outros subsídios		1,500.00 €	14
78	<b>4. OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS</b>			
7888	<b>- Outros não Especificados</b>			
78881	- Donativos Autarquias			
78882	- Donativos Empresas		500.00 €	5
78883	- Donativos particulares		100.00 €	1
78884	- Serviços fisioterapia / outros			
78885	- Vendas livros e outros objetos		50.00 €	1
78886	- Receitas formações / cursos e outros			
78887	- Cedência espaço			
78888	- Jornadas / atividades / comemorações		2105.00 €	20
78889	- Outros		750.00 €	7
79	<b>5. JUROS, DIVIDENDOS E OUTROS REND. SIMILARES</b>			
791	- Juros obtidos		60.00 €	1
		<b>TOTAL DAS RECEITAS</b>	10765.00 €	100
D E S P E S A S				
43	<b>6. ACTIVOS FIXOS TANGÍVEIS</b>			
433	- Equipamento Básico			
62	<b>7. FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS</b>			
622	<b>Serviços Especializados</b>			
6224	- Honorários (recibos verdes, incluindo segurança social)		8,700.00 €	81
6226	- Conservação e Reparação (instalações e equipamento de fisioterapia)		620.00 €	6
6228	- Outros (almoços de Natal a associados doentes)		500.00 €	5
623	<b>Materiais</b>			
6232	- Livros e documentação técnica			
6233	- Material de Escritório (fotocópias, tinteiros, papel, etc.)		340.00 €	3
6238	- Outros			
624	<b>Energia e fluidos</b>			
6241	- Eletricidade			
6242	- Combustíveis / gás			
6243	- Água			
6248	- Outros			
625	<b>Deslocações Estadas e Transportes</b>			
6251	- Deslocações e Estadas		200.00 €	2
6252	- Transportes de Pessoal			
6258	- Outros			
626	<b>Serviços Diversos</b>			
6261	- Rendas e alugueres			
6262	- Comunicação (telefone, internet, correio)		200.00 €	2
6263	- Seguros			
6266	- Despesas de Representação			
6267	- Limpeza, Higiene e Conforto		80.00 €	1
6268	- Outros Serviços			
63	<b>8. GASTOS COM O PESSOAL</b>			
632	- Remunerações do Pessoal			
635	- Encargos Segurança Social			
636	- Seguros de Acid. no Trabalho e Doenças Profissionais		125.00 €	1
638	- Outros Gastos com o Pessoal		0.00 €	
64	<b>9. GASTOS DE DEPRECIAÇÃO E AMORTIZAÇÃO</b>			
642	- Ativos Fixos Tangíveis			
68	<b>10. OUTROS GASTOS E PERDAS</b>			
6883	- Quotizações (Nacionais/Estrangeiras)			
6888	- Outros não especificados			
69	<b>11. GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO</b>			
6988	- Outros			
69881	- Serviços Bancários			
	(Modelo aprovado pela direção nacional na reunião n.º 21, em 19/10/13.)	<b>TOTAL DAS DESPESAS</b>	10,765.00 €	100





### 3. Receitas e despesas

Apresenta-se o quadro resumo de receitas e despesas para 2015, estando o orçamento muito dependente das receitas e designadamente dos apoios que habitualmente nos são concedidos, mas estamos convictos de que poderemos continuar a apoiar os associados, pois os habituais apoios irão continuar e o nosso trabalho em regime de puro voluntariado está cada vez mais disponível (quadro 2).

### 4. Objetivos gerais

Como objetivos gerais da Delegação pretendemos continuar com a aplicação, na região de Leiria, dos princípios da APDPk, ou seja, " *contribuir para melhorar a qualidade de vida dos portadores da doença de Parkinson, por todos os meios e através de todas as ações que se afigurem oportunas, tais como intervir junto dos organismos competentes para obter formas de apoio*", tendo presente, obviamente, algumas das especificidades da região, designadamente as condições sociais, classe etária da população, número de habitantes e de doentes de Parkinson residentes nos 10 concelhos onde a Delegação da Região de Leiria intervém.

Daremos ainda todo o apoio possível a associados de concelhos limítrofes que estão habitualmente connosco, com os quais também contamos, na medida das nossas possibilidades e tendo presente a nossa condição de voluntários e algumas limitações decorrentes das nossas atividades profissionais.

Queremos continuar a desenvolver algumas das ações já anteriormente realizadas, designadamente a divulgação da APDPk para apoio a um número cada vez maior de doentes e suas famílias, a efectivação de Encontros de Associados, de modo a transmitir mais informação, proporcionar actividades de lazer, fomentar o convívio e reforço do espírito associativo.

Faremos ainda a aplicação na Delegação dos estatutos da APDPk revistos em 2013 e em plena execução desde 2014, na parte que for pertinente e oportuno implementar, designadamente a eleição de órgãos diretivos da Delegação e a entrada em atividade.

### 5. Objetivos específicos e atividades

Em 2014 alargámos os tratamentos individuais de Fisioterapia Especializada que proporcionamos aos doentes de Parkinson no Serviço de Fisioterapia da Delegação, na Marinha Grande, promovemos sessões de grupo de Fisioterapia, Terapia da Fala, Psicologia e Terapia Ocupacional com a participação de doentes e seus familiares na cidade de Leiria, que pretendemos continuar em 2015, dados os bons resultados obtidos e o interesse por todos manifestado.

Todas estas ações têm tido o especial apoio de algumas Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia, da Fundação da Caixa Agrícola de Leiria e de outras Entidades, que cremos nos continuarão a apoiar no próximo ano, bem como outros Organismos públicos e privados.

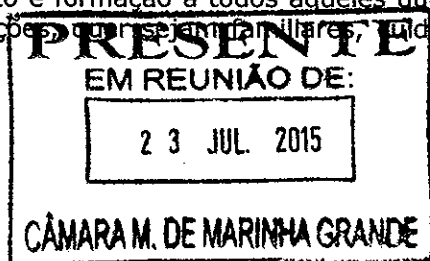
Para além disso continuaremos a desenvolver em 2015 um conjunto de atividades já implementadas em anos anteriores, que passam pela realização de atividades temáticas que temos habitualmente tratado, que agora repetimos, destacando-se:

#### 5.1. Transmitir informação sobre a doença de Parkinson

Promoção de sessões de esclarecimento com a presença de médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos e outros profissionais de saúde, com a colaboração dos Agrupamentos dos Centros de Saúde da Região, Hospitais e de outras entidades, públicas e privadas, pretendendo-se transmitir informação e conhecimentos, sobre a melhor forma de ultrapassar as dificuldades inerentes à doença, bem assim como os cuidados, o acompanhamento exigível e aconselhável dos doentes.

#### 5.2. Promover a divulgação do conhecimento e a formação

Cremos muito importante disponibilizar conhecimento e formação a todos aqueles que estão próximo dos doentes de Parkinson, em todas as situações, quer sejam familiares, cuidadores, profissionais de saúde, etc..



Assim, iremos promover uma acção de divulgação de conhecimento com a colaboração de especialistas, de modo a que todos possamos apoiar melhor os doentes.

### 5.3. Sensibilizar a sociedade

A Delegação de Leiria pretende estar mais uma vez, em 2015, na Feira de Artesanato e Gastronomia da Marinha Grande, por onde passam dezenas de milhar de visitantes, de modo a informar e sensibilizar todos aqueles que se deslocam ao certame, para a existência da APDPk na região e para as actividades que se desenvolvem para melhoria de qualidade de vida dos doentes de Parkinson.

Estaremos ainda noutros eventos similares, quer por iniciativa da Delegação quer por convites que recebamos, para sensibilização do público em geral e das entidades para as dificuldades da doença e do apoio e colaboração que são necessários aos doentes.

O Dia Mundial da Doença de Parkinson comemora-se em 11 de Abril, data que a Delegação celebrará na região, com intervenção junto dos órgãos de comunicação social e da população em geral.

### 5.4. Promover encontros de lazer e de convívio e de reforço do espírito associativo

A doença conduz muitas vezes ao isolamento dos pacientes, em alguns casos mesmo à depressão, sendo conveniente promover encontros de convívio e de simples lazer, de modo a evitar essas situações.

Por isso queremos que os doentes saiam de suas casas, pretendemos combater o isolamento para que muitos tendem, que confraternizem, conversem, troquem experiências e se aumente o espírito de grupo na Delegação.

Procuraremos ainda que os doentes se divirtam em passeios, piquenique e na tarde dançante que é hábito organizar, bem como que sejam participativos e intervenientes, o que bastante ajuda e são terapias muito aconselhadas aos doentes de Parkinson.

Comemoraremos em 2015 o 11º aniversário da Delegação, o que teremos de fazer condignamente, dia 31 de Maio.

Em 6 Dezembro, promoveremos o 11º almoço de Natal da Delegação de Leiria.

## 6. Projeto de fisioterapia - Disponibilizar 484 tratamentos de fisioterapia em 2015

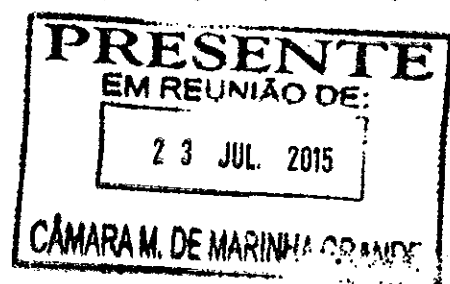
Disponibilizar aos associados dos 10 concelhos da área de intervenção da Delegação de tratamento específicos de fisioterapia em ginásio por uma fisioterapeuta com experiência na matéria e credenciada.

Dissemos anteriormente e mantém-se válido, na parte que diz respeito aos tratamentos individuais e específicos de fisioterapia:

“ A fisioterapia especializada aplicada aos doentes de Parkinson é uma prática que muito valorizamos e que pretendemos alargar a um nº cada vez maior de doentes, visando complementar o tratamento medicamentoso, uma vez que as disfunções do movimento estão no centro da patologia da doença de Parkinson, afetando principalmente nas áreas da marcha, postura, equilíbrio e transferências, pelo que a fisioterapia disponibilizada por profissionais habilitados, é essencial para aumentar o bem-estar e funcionalidade do indivíduo portador da doença.

Desde 2007 que a Delegação dispõe de um Serviço de Fisioterapia na Marinha Grande, instalado num pequeno ginásio em espaço cedido pela Câmara Municipal, bem como de uma fisioterapeuta com conhecimentos específicos sobre o tratamento de doentes de Parkinson.

Durante todo o ano de 2015 procuraremos que a fisioterapia se torne acessível a um maior número de doentes, dados os resultados excelentes alcançados até ao momento, inclusive promovendo noutros concelhos os tratamentos de fisioterapia especializada através de protocolos com outras entidades, desde que necessário e do interesse dos associados aí residentes, prevendo-se a necessidade de que sejam realizados 400 tratamentos, com uma despesa total de 3000 euros, desde que exista disponibilidade financeira por parte da Delegação, que vem suportando genericamente 50% daquele montante, situação que começa a ser preocupante.



Assim, para promover e alargar a prática da fisioterapia a Delegação pretende continuar a assumir aquele custo, como vem sendo hábito, solicitando apoio monetário às entidades que nos têm ajudado e desenvolvendo actividades para angariação de verbas.

Para aqueles que apresentem e justifiquem as suas dificuldades económicas o apoio poderá ser superior, podendo em alguns casos ser a totalidade do custo do tratamento, desde que tenhamos possibilidade financeira e seja objectivamente comprovada essa necessidade, cujo gasto estimamos em 1200 euros.

O mesmo se passará relativamente à deslocação dos doentes que também poderá ter apoio financeiro e os tratamentos no domicílio, para associados que não se possam deslocar ao serviço de fisioterapia na Marinha Grande, desde que exista disponibilidade financeira, cuja verba começa a ser reduzida, estimando-se 540 € para esse custo.

Assim o custo total deste projeto para 2015 será de 5240 € (quadro 3)

**Quadro 3 - PROJECTO DE FISIOTERAPIA**

<b>Tratamentos em ginásio</b>				
Nº de associados beneficiados	Nº de sessões/associado	Total de sessões	Custo de sessão (euros)	Custo total (euros)
16	25	400	7.5	3000
<b>Tratamentos no domicílio</b>				
Nº de associados beneficiados	Nº de sessões/associado	Total de sessões	Custo de sessão (euros)	Custo total (euros)
2	24	48	25	1200
<b>Apoio ao transporte</b>				
Nº de associados beneficiados	Nº de transportes/associado	Total de transportes	Custo (euros)	Custo total (euros)
3	12	36	15	540
<b>Aquisição/manutenção de equipamento</b>				500
<b>CUSTO TOTAL</b>				5240

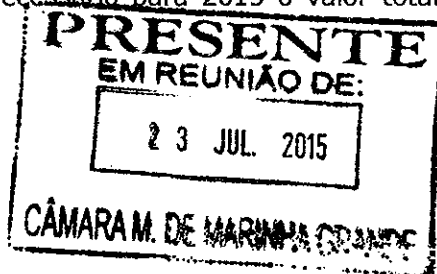
## **7. Encontros (terapêuticos) Parkinson de Leiria**

É sabido que a fisioterapia, a terapia da fala, a psicologia, a terapia ocupacional, o nutricionismo, são valências que muito podem beneficiar os doentes de Parkinson, daí que tenhamos desenvolvido e implementado em 2013 e 2014 essas terapias, naquilo que designamos por Encontros (terapêuticos) Parkinson de Leiria, havendo outras que também poderão ser realizadas, quer individualmente quer em grupo, realizando-se estas duas vezes por semana, em Leiria, cidade onde residem bastantes doentes e associados, para além de estar central relativamente a outros concelhos vizinhos.

Trata-se de actividades de grupo com a participação de doentes e seus familiares, acompanhados por Técnicos licenciados e com conhecimentos apropriados, em ginásio cedido pela Escola Superior de Saúde de Leiria, na perspetiva de que os alunos das licenciaturas que ali são ministradas naquelas áreas se aproximem dos doentes de Parkinson e se familiarizem com as dificuldades práticas que a doença lhes induz, de modo a interessá-los a estudar e a trabalhar esta patologia.

Solicitaremos e trabalharemos para dispormos de verbas para esta atividade, dada a sua enorme importância para o bem-estar dos doentes conforme a seguir se referirá, levando-os ainda a sair de suas casas e a serem ativos e intervenientes e, assim, as dificuldades da doença poderão ser minorizadas.

As sessões serão às 3<sup>as</sup> e às 5<sup>as</sup> feiras durante 11 meses do ano, embora com uma baixa de frequência em alguns meses, estimando-se como necessário para 2015 o valor total de 3960 euros, conforme a seguir se indica (quadro 4).



Como se trata de uma atividade de grupo onde a interação entre doentes é extremamente gratificante e salutar, pretendendo-se integrar o maior número possível de participantes, a Delegação tentará encontrar uma solução que a financie integralmente.

Como sabemos que algumas entidades colaboram parcialmente nesse custo, a Delegação de Leiria assumirá a componente financeira restante, através dos trabalhos e dos contactos para apoio financeiro que desenvolverá.

Quadro 4 – Sessões terapêuticas de grupo

PROJECTO (DE GRUPO) "ENCONTROS TERAPÊUTICOS PARKINSON" - Custos			
Nº sessões/mês	Nº de sessões/ano	Custo por sessão (euros)	Custo total (euros)
12	176	30	3960

#### 7.1. Breve caracterização das temáticas a desenvolver (segundo as técnicas que intervirão)

O indivíduo como ser biopsicossocial, constitui uma unidade única, reagindo às situações de vida de uma forma também ela idiossincrática. Neste contexto, a reação à doença resulta de uma série de experiências que constituem a história de vida, mas também de outros fatores como a personalidade, a fase do percurso de vida em que o indivíduo se encontra, as expectativas criadas em relação ao futuro, a representação da doença, entre outros.

A doença de Parkinson tem implicações a nível físico, psicológico e social, afetando toda a dinâmica familiar. As alterações emocionais são bastante frequentes, uma vez que os doentes de Parkinson experimentam grandes incertezas e ansiedades decorrentes de várias situações como o desconhecimento das causas da doença, o aumento gradual da incapacidade e a alteração de papéis (por exemplo, na família, no emprego).

Além da ansiedade podem surgir a depressão e perturbações cognitivas, nomeadamente, ao nível da capacidade mnésica, e o isolamento social.

Outra área frequentemente afetada é a autoestima, estando a sua diminuição bastante associada à dependência dos outros.

O *stress* é outro sintoma presente e apresenta repercussões ao nível da doença podendo agravar os sintomas.

##### 7.1.1. Terapia de grupo

Na terapia de grupo é importante que se abordem assuntos que sejam do interesse do grupo (por exemplo, dificuldades no relacionamento interpessoal, fases de reação à doença, medos associados à doença, alterações do desejo e comportamento sexual...) dando espaço para que os elementos do grupo falem das suas experiências e dificuldades e partilhem informações corretas sobre a doença.

Abordar estes assuntos é importante pois o indivíduo não se sente tão sozinho na sua doença; aprende, através da troca de experiências, estratégias para lidar com os problemas e tem um efeito de catarse e de alívio ao partilhar a sua dor e preocupações.

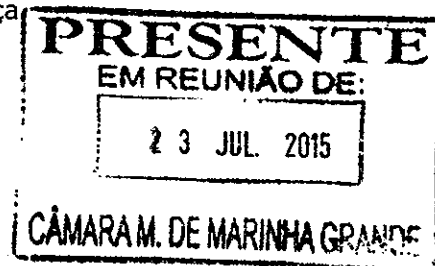
A intervenção da família é útil em todas as fases da doença sendo importante que esta esteja preparada para lidar com a doença do seu familiar mas, ao mesmo tempo, que mantenha o seu bem-estar emocional.

Numa fase inicial é importante trabalhar com a família fornecendo-lhe informação e educação e dando-lhe espaço para exprimirem emoções, receios e colocarem as suas dúvidas. Mais tarde os prestadores de cuidados podem beneficiar de ajuda para aliviar a ansiedade e a depressão, ou seja, evitar o *burnout*.

Assim, considerou-se importante alargar os encontros terapêuticos aos familiares dos utentes de Parkinson dando-lhes a oportunidade de trocarem experiências, partilharem estratégias e encontrarem apoio e conforto nos momentos mais difíceis.

De uma forma geral, participar em grupos de apoio tem os seguintes benefícios para os doentes de Parkinson e seus familiares:

- Facilita a aceitação da doença e a adoção de uma atitude mais ativa face ao tratamento e à própria vida; o doente aprende a dar significado à sua doença.



- Aprendizagem de informação correta sobre a doença; há uma maior consciencialização relativamente à doença, aos sintomas, procedimentos terapêuticos e alternativas não farmacológicas, o que leva a um sentimento de esperança e eficácia;
- Promoção do relacionamento interpessoal, quebra do isolamento e aumento da rede de apoio psicossocial.

Cria-se uma proximidade emocional e empatia entre os participantes, o doente e o prestador de cuidados sente-se apoiado e menos só.

#### 7.1.2. Fisioterapia

A fisioterapia "centra-se na análise e avaliação do movimento e da postura, baseadas na estrutura e função do corpo, utilizando modalidades educativas e terapêuticas específicas, com base, essencialmente, no movimento, nas terapias manipulativas e em meios físicos e naturais, com a finalidade de promoção da saúde e prevenção da doença, da deficiência, de incapacidade e da inadaptação e de tratar, habilitar ou reabilitar indivíduos com disfunções de natureza física, mental, de desenvolvimento ou outras, incluindo a dor, com o objectivo de os ajudar a atingir a máxima funcionalidade e qualidade de vida" (Decreto-lei nº 564/99)

A doença de Parkinson é uma doença do movimento. A Fisioterapia na Doença de Parkinson surge para complementar a terapia farmacológica visto alguns sintomas tais como alterações da marcha, da postura e do equilíbrio não responderem de forma adequada à medicação.

A fisioterapia nos doentes de Parkinson consiste em exercícios de coordenação, mobilidade, equilíbrio, fortalecimento, exercícios respiratórios, exercícios posturais, treino de marcha e treino de tolerância ao esforço.

A fisioterapia contribui para manter e prolongar a qualidade de vida do doente, através de uma intervenção que contribua para aumentar o desempenho do doente nas suas actividades, para a desaceleração do ritmo de progressão da doença e conservação durante um período maior da capacidade de autonomia do doente reduzindo complicações secundárias.

#### 7.1.3. Psicologia

Perante uma situação de doença é importante o apoio dado pelos grupos de pertença para ultrapassar as situações de crise. Na prática clínica, os grupos são também uma forma de suporte coadjuvante muito utilizada, pois contribuem para um maior ajustamento psicológico. A terapia de grupo estimula a reflexão, a clarificação de sentimentos e apoio entre os membros promovendo um ambiente seguro e de liberdade favorável à tomada de decisão. Os membros do grupo são considerados indivíduos com capacidade para encontrarem um significado para si e para o grupo e de se ajudarem mutuamente, podendo o psicólogo propor um conjunto de actividades que permitam trabalhar o desenvolvimento grupal.

##### 7.1.3.1. Oficinas de estimulação cognitiva

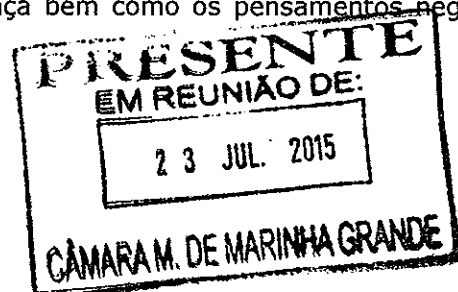
Ao nível do funcionamento cognitivo, dependendo do estágio da doença, podem verificar-se alterações da memória, das habilidades visuo-espaciais (ex. reconhecimento facial, identificar figuras específicas envolvidas num padrão complexo), da atenção e concentração (ex. dificuldade em focar e manter a atenção, fixar em detalhes visuais e auditivos, dificuldade em dirigir a atenção a várias tarefas), dificuldades ao nível do pensamento abstrato e em desenvolver estratégias para a resolução de problemas.

Estas capacidades, depois de devidamente avaliadas, podem ser trabalhadas em contexto de sessão grupal através de jogos e materiais diversos (ex. memorização de palavras, associação de palavras e imagens; descobrir funções de objetos; estruturação e encadeamento de ideias...).

Estes doentes também podem sofrer de perturbação ao nível da percepção sensorial, sobretudo perda do sentido do olfacto, pelo que poderão beneficiar de uma estimulação multissensorial com recursos a materiais com diferentes cheiros, texturas, etc.

##### 7.1.3.2. Terapia individual

De uma forma geral, através da psicoterapia individual, é importante trabalhar com doente a compreensão, aceitação e adaptação à doença bem como os pensamentos negativos



disfuncionais (ex. sentimentos de vergonha, culpa, medo, raiva e insegurança face ao futuro, auto-desvalorização e diminuição do desejo de viver) e apoiar o utente no desenvolvimento de estratégias de *coping* para lidar com a doença e com as suas implicações nas tarefas da vida diária. Este deve ser um trabalho contínuo uma vez que a evolução da doença e das limitações associadas podem levar a uma recaída do doente.

Devido à evolução da doença, deterioração cognitiva, alterações no comportamento e na auto-imagem verifica-se também uma perda da função social nestes doentes, sobretudo nos mais jovens. Estes doentes muitas vezes apresentam sinais de ansiedade/nervosismo generalizado, ansiedade social (medo excessivo da exposição social e da crítica) e ataques de pânico. Estes aspetos devem ser trabalhados em sessão individual através da terapia cognitiva e comportamental e da prática de exercícios de relaxamento e de respiração.

Os doentes de Parkinson muitas vezes sofrem também de perturbações da atividade sexual e relacionamento conjugal. Os fármacos podem provocar hiper-sexualidade mas pode também verificar-se perda de desejo sexual como consequência da depressão, ansiedade e mesmo da falta de comunicação entre o casal. Estes aspetos podem ser abordados e trabalhados em sessão de terapia individual e, caso de verifique dificuldades de comunicação entre o casal, pode recorrer-se à terapia conjugal.

Com a evolução da doença é possível que as dores físicas estejam presentes e sejam constantes pelo que deve ser feita uma avaliação da dor e trabalhar este aspeto pois a forma como o doente responde à dor pode, por si só, aumentar ou diminuir a perceção da dor.

No que respeita às alterações cognitivas decorrentes da evolução da doença, as capacidades alteradas podem ser trabalhadas em sessão individual, de acordo com as necessidades específicas do indivíduo, com recurso a materiais de estimulação cognitiva.

#### 7.1.4. Terapia ocupacional

A Doença de Parkinson dificulta as atividades da vida diária como o vestir, higiene pessoal e a alimentação, dentro e fora de casa (limpeza da casa ou fazer compras), no trabalho ou nas horas de lazer.

A terapia ocupacional tem como objectivo ajudar as pessoas doentes a manter a sua autonomia o maior espaço de tempo possível.

O terapeuta ocupacional poderá aconselhá-lo sobre como se adaptar ao espaço da sua casa e a torná-lo o mais seguro e funcional possível.

Também pode sugerir aos doentes e seus familiares como atuar nas atividades da vida diária com segurança e eficácia. Estas intervenções ajudam a pessoa com doença a ser o mais autónoma possível e reduza frustração.

O objetivo da Terapia Ocupacional no tratamento de quaisquer doenças progressivamente incapacitantes é o de manter o maior nível de independência do utente, usando para esse efeito metodologias e técnicas apropriadas.

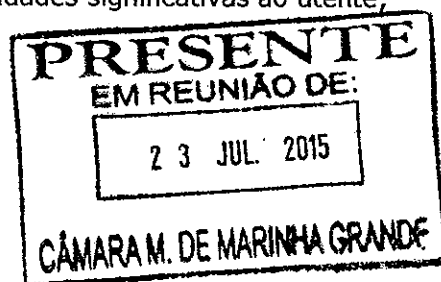
Assim, nos utentes portadores da doença de Parkinson, o Terapeuta Ocupacional procura minimizar as limitações decorrentes da progressão da doença e procura contribuir para a melhoria e manutenção da qualidade de vida.

Tendo em vista a promoção ou desenvolvimento da autonomia e da independência funcional, o terapeuta ocupacional pode utilizar produtos de apoio, sugerir alterações físicas/ambientais e facilitar a execução de tarefas diversas tornando-as mais seguras, confortáveis e prazerosas.

Este profissional pode treinar a pessoa em termos de competências que se encontram diminuídas, tais como força, perceção visual, coordenação motora, treino cognitivo (memória, atenção, concentração,...), bem como, nas atividades ocupacionais, para as quais apresenta maiores dificuldades, promovendo competências /capacidades para que a pessoa a possa desempenhar com maior facilidade, diminuindo a necessidade de ajuda de terceiros para a sua concretização.

A Intervenção da Terapia Ocupacional baseia-se, então, na estimulação das capacidades que se encontram diminuídas ou ausentes, sendo as mais comuns:

- Reorganização da rotina nomeadamente das atividades significativas ao utente;
- Socialização;
- Exercícios da musculatura facial;



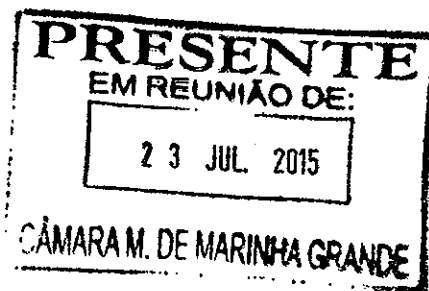
- Atividades que utilizem o ritmo, a música, a dança para aumentar e estabilidade postural e facilitar a iniciação do movimento
- Orientações para reduzir a ocorrência do tremor;
- Utilização de técnicas de conservação de energia;
- Incentivar o utente a manter a realização de atividades de Vida Diária e AVDI`S;
- Adaptação do ambiente/ eliminação e barreiras arquitetónicas;
- Adaptação de atividades que requerem controlo motor fino/ certeza manual/motricidade fina;
- Instalação de equipamentos de segurança (aconselhamento de produtos de apoio);
- Alteração no mobiliário;

#### 7.1.5. Nutrição - sessões de grupo a utentes com Doença de Parkinson

- Explicação da interação da alimentação com a medicação (proteínas – quantidade e horários de ingestão);
- Exemplificar a melhor forma de estruturar as refeições numa alimentação saudável;
- Dicas e truques para melhorar o apetite;
- Dicas e truques para evitar a perda de peso e de massa muscular;
- Ensinos relativamente ao enriquecimento das refeições para aumentar o fornecimento energético;
- Adaptações de refeições para consistência mole ou cremosa;
- Explicação das diversas equivalências entre alimentos para melhorar a diversidade alimentar;
- Influência de suplementos na Doença de Parkinson;
- Ensinos relativamente a uma alimentação adequada para corrigir a obstipação;
- Truques e dicas para diminuir a secura de boca;
- Truques e dicas em situações de náuseas e vómitos.

##### 7.1.5.1 Metodologia das sessões

- Realização de rastreio nutricional
- Apresentações dinâmicas dos conteúdos
- Atividades de participação para os utentes
- Visualização de filmes
- Debates em grupo
- Sessões de culinária em grupo



#### 7.1.6. Terapia da fala

O Terapeuta da fala é o profissional responsável pela prevenção, avaliação, diagnóstico, tratamento e estudo científico da comunicação humana e perturbações relacionadas ao nível da fala e da linguagem bem como alterações relacionadas com as funções auditiva, visual, cognitiva, oro-muscular, respiração, deglutição e voz.

Na pessoa com Doença de Parkinson os sintomas que ocorrem na área da fala são classificados de disartria (perturbação da fala devido a deficiente controlo motor de causa neurológica) e hipocinética (redução de movimento). A disartria afeta a coordenação e movimento dos músculos usados na respiração, na fonação (produção de voz), na articulação verbal (nitidez dos sons da fala) e na ressonância (amplificação dos sons).

As alterações de voz estão relacionadas com as alterações que ocorrem no sistema respiratório.

Sendo que alguns músculos utilizados na fala são os mesmos utilizados na mastigação e deglutição, estas funções também podem ficar comprometidas – disfagia.

O objetivo da terapia da fala na DP é melhorar a comunicação do paciente, reduzir a rigidez muscular através de técnicas de relaxamento e motricidade oro-facial, melhorar a qualidade vocal e suporte respiratório e diminuir episódios de disfagia.

A intervenção com a pessoa DP tem como meta a melhoria da qualidade de vida e o acompanhamento no processo de adaptação à doença crónica e progressiva.

## 8. Angariar receitas

Dissemos já anteriormente e mantém toda a validade o seguinte:

"A Delegação de Leiria desenvolverá várias actividades na região, no sentido de receber verbas para as actividades que pretende implementar.

Desde logo, sensibilizando as Câmaras Municipais, Juntas de Freguesia, Empresas, Fundações e outras Entidades privadas e públicas, entregando o presente plano de actividades e solicitando o respectivo e necessário apoio financeiro, já que a quotização dos associados é de um valor quase simbólico.

Com a venda de material diverso (pólos, livros, quadros, rifas e outras peças oferecidas) nas feiras e eventos onde a Delegação participa procurar-se-á angariar alguma receita, por especial intervenção da Tesoureira da Delegação Alice Fonseca e dos associados.

Igualmente as Farmácias da região têm manifestado uma forte solidariedade, tal como alguns laboratórios farmacêuticos, procurando-se ainda que possa haver um torneio de golfe em benefício da Delegação.

No entanto, são de todos conhecidas as dificuldades por que passam famílias e as entidades, pelo que receamos virem a surgir contrariedades adicionais durante o ano de 2014.

Para execução das atividades previstas, pese embora o voluntarismo e a solidariedade dos intervenientes existem custos associados que a seguir se indicam".

## 9. Custos

Temos dito e mantém toda a atualidade:

"De referir que os doentes de Parkinson são em geral pessoas de idade, com pensões muito baixas, que terão muita dificuldade em assumir os custos que a seguir se indicarão, necessários à realização das atividades para 2015, designadamente o pagamento da fisioterapia.

Por isso, é para nós essencial a ajuda que esperamos receber de entidades diversas, como tem até ao momento sucedido, como é o caso dos almoços de associados doentes, e só destes, no Natal e no aniversário da Delegação, que são pagos por farmácias da região.

Apresenta-se de seguida o orçamento a afectar às diversas actividades, com redução de custos dadas as dificuldades conhecidas, cujo total é de 10765 euros, dos quais 9200 € serão para os Projetos de Fisioterapia e de "Encontros (terapêuticos) Parkinson de Leiria (quadros 3 e 4).

Deste modo todos estaremos a colaborar e a contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos doentes de Parkinson, promovendo intervenções para que haja um conhecimento mais aprofundado da doença e que as famílias e os cuidadores dos doentes possam estar melhor informados e dispor de mais formação.

As actividades por nós agora previstas para 2015, terão certamente a divulgação que solicitaremos aos jornais e rádios da região, como sempre tem sucedido".

## 10. Cronogramas

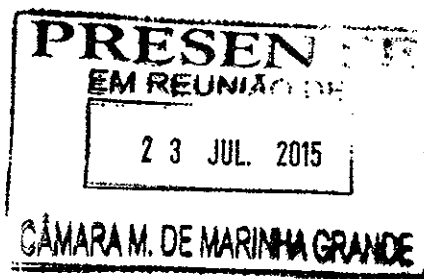
Apresenta-se de seguida os cronogramas físicos e financeiros espectáveis para o ano de 2015, na parte que diz respeito à Fisioterapia Especializada e aos Encontros Parkinson de Leiria, que são os projetos mais dispendiosos da Delegação de Leiria, tendo em conta os anos anteriores, incluindo aqui honorários e equipamento (quadro 5).

## 11. Nota final

O presente Plano constitui a estrutura das principais atividades que pretendemos realizar em 2015.

No entanto outras poderão surgir, neste momento imprevisíveis, que poderemos vir a efetuar, caso entendamos que tenham interesse para a APDPk.

Por outro lado, dificuldades várias poderão impedir a realização do plano agora apresentado, podendo a componente financeira ser factor limitante, mas tudo faremos para que tal não suceda, contando, obviamente com toda a generosidade e sentimento de solidariedade já anteriormente amplamente demonstrada por várias entidades, oficiais e privadas, e particulares, que conosco têm solidariamente colaborado, como já se disse.





Obviamente que a colaboração dos associados, seus familiares, amigos e voluntários é também de importância decisiva relativamente à boa execução do plano.

Ainda uma palavra final, antecipada, de apreço e de gratidão para todos aqueles que, desinteressada e voluntariamente, connosco vão colaborar em nome individual, ou através das associações, de entidades várias e dos organismos, que dirigem ou a que pertencem.

Quadro 5 – Cronogramas de execução física e financeira

Cronograma físico e financeiro – Projetos de fisioterapia e das sessões terapêuticas de grupo			
Mês	Nº médio de tratamentos/sessões	Custo médio (euros)	Custo/mês (euros)
Janeiro	36	19.00	684.00
Fevereiro	40	19.00	760.00
Março	42	19.00	798.00
Abril	44	19.00	836.00
Maio	46	19.00	874.00
Junho	46	19.00	874.00
Julho	38	19.00	726.00
Agosto	28	19.00	532.00
Setembro	40	19.00	760.00
Outubro	44	19.00	836.00
Novembro	44	19.00	836.00
Dezembro	36	19.00	684.00
<b>Custo total/ano (euros)</b>			<b>9200.00</b>

Marinha Grande, setembro de 2014

Octávio Ferreira  
Delegado

Alice Fonseca  
Tesoureira



APDR Associação Portuguesa de Doentes de Parkinson

**Delegação de Leiria**

Largo 5 de Outubro - Casa Alpendrada, 5 A

**2430 – 262 - Marinha Grande**

Telem.: +351 917 066 007 Telf. 244 107 010

E-mail: [leiriaparkinson@sapo.pt](mailto:leiriaparkinson@sapo.pt)

FB: [www.facebook.com/parkinsonleiria](http://www.facebook.com/parkinsonleiria)

Site: [www.parkinson.pt](http://www.parkinson.pt) – Delegação de Leiria

Nº contribuinte: 504058550

