

CuidIn 2.0 envolve ainda os municípios de Mira e Mealhada e a Lactogal

## Cantanhede integra projeto que vai avaliar saúde mental dos cuidadores informais



Após os resultados obtidos no CuidiN, o Município de Cantanhede volta a assumir-se investidor social no projeto CuidIn 2.0, agora alargando o seu espectro às autarquias vizinhas de Mira e Mealhada, que pretendem intervir na mitigação do problema social crescente associado à deterioração da saúde mental e das condições de bem-estar dos cuidadores informais.

A assinatura da Carta de Compromisso de cofinanciamento deste projeto de inovação social, promovido pelo Centro de Estudos e Investigação em Saúde da Universidade de Coimbra (CEISUC), decorreu na passada quarta-feira, 8 de janeiro, no salão nobre dos Paços do Concelho, na presença de autarcas dos três municípios e do presidente do conselho de administração da Lactogal, empresa que se apresenta como investidor social.

O CuidIn 2.0 vem dar continuidade ao projeto inicial CuidiN, que decorreu de julho de 2020 a junho de 2023 no Município de Cantanhede, e que assentou numa solução inovadora. Daí resultou a triagem e registo de 729 cuidadores informais, distribuídos pelas 14 freguesias do concelho de Cantanhede, dos quais 194 capacitados. Estiveram ainda envolvidos 122 monitores (profissionais/voluntários) em ações de capacitação direta aos cuidadores informais.

Concluído o projeto, o Município de Cantanhede assumiu a resposta com a criação do Gabinete Municipal de Apoio ao Cuidador Informal, possibilitando o apoio, o atendimento individualizado, a formação e informação, facultada até então pelo CuidiN.

Com o CuidIn 2.0, o objetivo é ir mais longe e avaliar a saúde mental dos cuidadores informais, que se debatem com um conjunto de desafios e dificuldades, seja a nível económico, social ou emocional.

Para o efeito, propõe-se a realização de 1.296 entrevistas nos três municípios, para

mapeamento e diagnóstico, das quais resultará a integração de 360 cuidadores no programa de capacitação. A meta é que no final 70% de cuidadores revelem uma melhoria da perceção de saúde mental e bem-estar, e que 50% apresentem redução de biomarcadores de stress.

O público-alvo do CuidIn 2.0 vão ser os cuidadores informais que residem nos municípios de Cantanhede, Mealhada e Mira, juntos dos quais se pretende ter um impacto social positivo na sua qualidade de vida e bem-estar.

Além do levantamento e diagnóstico da realidade dos cuidadores e das suas necessidades, o projeto prevê a constituição de uma rede de suporte e de apoio, para responder a necessidades concretas do quotidiano de quem cuida.

Objetivamente, o Cuidin 2.0 pretende dotar o cuidador informal de ferramentas e estratégias para melhor gerir a sua autonomia, confiança e bem-estar; promover a literacia em saúde e do cuidado, dos direitos e deveres do cuidador informal; mas também envolver voluntários e futuros cuidadores capacitados e sensibilizados para atuarem como reforço da rede de apoio e suporte aos cuidadores informais.

O projeto contará com uma comissão de acompanhamento, na qual terão assento representantes dos investidores sociais, a Unidade Local de Saúde de Coimbra, representante da Segurança Social, Associação Cuidadores Portugal, Rede Portuguesa de Municípios Saudáveis e Rotary Club de Cantanhede.

Para a presidente da Câmara Municipal de Cantanhede, Helena Teodósio, o CuidIn 2.0 assume-se como “um complemento importante às respostas sociais formais e tradicionais” e vem dar ênfase à saúde mental de quem cuida dos outros.

“Os cuidadores também necessitam de ser cuidados e, por isso, torna-se fundamental dotá-los de ferramentas importantes para reduzir os sentimentos negativos associados à função que prestam”, complementa.

Também o presidente da Câmara Municipal de Mira, Artur Fresco, se mostrou satisfeito com a adesão ao projeto, pois “significa mais uma importante ajuda à população”.

Já Filomena Pinheiro, vice-presidente do Município da Mealhada, destacou a importância de “dar visibilidade a quem não a tem” e mostrou-se confiante que o CuidIn 2.0 poderá vir a ser “um caso de estudo”.

Presente na sessão, o presidente do conselho de administração da Lactogal, José Marques, referiu que este projeto está alinhado com a política de responsabilidade social da empresa e pode ser replicado noutras regiões. “Estou certo que daqui a três anos estaremos todos orgulhosos dos resultados obtidos”, concluiu.