



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
CURSO DE LICENCIATURA EM ENFERMAGEM

ANA CAROLINA SEQUEIRA BOGALHO
ANA FILIPA FARIA SANTOS
CÁTIA DANIELA TEIXEIRA DA CUNHA
EVA SOFIA RODRIGUES BARREIROS
JOÃO PEDRO ALMEIDA LEITE
MARIA DE ALARCÃO SANTOS LOURENÇO DA CHÃO
PEDRO RICARDO ABREU VINHAS
RITA MARGARIDA CERVEIRA ALVES
SARITA ALEXANDRA FERREIRA AFONSO

**ESTUDO DE DETERMINANTES DE SAÚDE DE UMA
COMUNIDADE**

Coimbra,
março 2016



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
CURSO DE LICENCIATURA EM ENFERMAGEM

ANA CAROLINA SEQUEIRA BOGALHO
ANA FILIPA FARIA SANTOS
CÁTIA DANIELA TEIXEIRA DA CUNHA
EVA SOFIA RODRIGUES BARREIROS
JOÃO PEDRO ALMEIDA LEITE
MARIA DE ALARCÃO SANTOS LOURENÇO DA CHÃO
PEDRO RICARDO ABREU VINHAS
RITA MARGARIDA CERVEIRA ALVES
SARITA ALEXANDRA FERREIRA AFONSO

**ESTUDO DE DETERMINANTES DE SAÚDE DE UMA
COMUNIDADE**

Trabalho elaborado no âmbito do Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade, 2º ano, 4º semestre, sob orientação da Professora Conceição Alegre.

Coimbra,
março 2016

LISTA DE SIGLAS

AML - Área Metropolitana de Lisboa

AUGI - Áreas urbanas de génese ilegal

DGE - Direção Geral da Educação

DGS - Direção Geral da Saúde

ETA – Estação de Tratamento de Água de Boavista

HTA - Hipertensão Arterial

IdS - Indicadores de Saúde

IMPA - Instituto Português do Mar e da Atmosfera

INE - Instituto Nacional de Estatística

LDE - Diodo emissor de luz

KINEROS - Kinematic Runoff and Erosion

OMS – Organização Mundial da Saúde

SCS - Soil Conservation Service

SdS - Sistema de Saúde

SMTUC – Serviços Municipalizados de Transportes Urbanos de Coimbra

SPR – Subestação dos Pereiros

Sr.^a – Senhora

SWAT- Soil and Water Assessment Tool

USF – Unidade de Saúde Familiar

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Fig. 1 Vista de satélite da localidade de Santa Clara | 11 |
| Fig. 2 Vista de satélite da localidade de Castelo Viegas..... | 11 |
| Fig. 3 Vista de satélite da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas..... | 12 |
| Fig. 4 - Estrutura etária de Santa Clara em 2011 | 13 |
| Fig. 5 - Estrutura etária de Castelo Viegas em 2011 | 13 |
| Fig. 6 - Proporção da população residente com pelo menos o ensino secundário completo (%) | 14 |
| Fig. 7 - Taxa de desemprego (%)..... | 15 |
| Fig. 8 - População empregada (Nº) por nível de escolaridade e sexo | 15 |
| Fig. 9 - População empregada (Nº) por local da residência, sexo e local de trabalho | 16 |
| Fig. 10 - Meio de transporte mais utilizado nos movimentos pendulares (Nº) em 2011 | 16 |
| Fig. 11 - “Considera morar numa zona moderna?” | 18 |
| Fig. 12 - “Acha que os edifícios da sua área estão preservados?”..... | 18 |
| Fig. 13 - “Acha que necessita de mais passeios?” | 19 |
| Fig. 14 - “Acha que a qualidade dos passeios e passadeiras é boa, tendo em conta a visibilidade, a estrutura e a largura?”..... | 19 |
| Fig. 15 - “Acha que as estradas são de fácil circulação, com bons sítios para estacionamento?” | 20 |
| Fig. 16 – Fontanário de 1961..... | 21 |

| | |
|--|----|
| Fig. 17 – Escola Primária de Castelo de Viegas | 21 |
| Fig. 18 – Subestação dos Pereiros | 21 |
| Fig. 19 – Centro de Saúde Marco de Pereiros | 21 |
| Fig.20 – “Acha que os postos de venda de senhas de SMTUC se encontram a uma distância aceitável para todas as pessoas?” | 23 |
| Fig.21 – “Existe acessibilidades especiais para pessoas com dificuldade de locomoção nos diferentes transportes públicos?” | 24 |
| Fig.22 - “Acha que as ruas/passeios se encontram acessíveis para as pessoas com limitações motoras?” | 25 |
| Fig.23 – “Acha que os transportes públicos estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?” | 25 |
| Fig.24 – “Acha que as ruas e passeios estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?” | 26 |
| Fig.25 – “Acha que os horários dos autocarros e os seus percursos são convenientes a todas as pessoas?” | 27 |
| Fig.26 – “Considera benéfico terem fechado o posto de correios aqui e aberto no Centro Comercial O Fórum?” | 28 |
| Fig.27 – “Acha que a Internet e meios de comunicação se encontram acessíveis a toda a população?” | 29 |
| Fig.28 – “Tem conhecimento dos jornais locais? A nível de conteúdo, acha importante?” | 29 |
| Fig. 29 – “Tem abastecimento de água pública?” | 31 |
| Fig. 30 – “Detetou alguma alteração nas características da água?” | 31 |
| Fig. 31 – “Costuma beber água da Companhia?” | 32 |
| Fig. 32 – “Ocorrem com frequência quebras de abastecimento de água?” | 33 |

| | |
|---|----|
| Fig. 33 – “Há muitos casos de rebentamentos de canos?” | 33 |
| Fig. 34 – “Acha que os custos de abastecimento de água são elevados?” | 34 |
| Fig. 35 – “Há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos?” | 34 |
| Fig. 36 – “Notou alguma alteração nos cheiros provenientes dos esgotos?” | 35 |
| Fig. 37 – “Acha que a recolha dos lixos é suficiente?” | 36 |
| Fig. 38 – “Acha que o horário de recolha perturba os habitantes?” | 36 |
| Fig. 39 – “Acha que há uma quantidade adequada de contentores?” | 37 |
| Fig. 40 – “Acha que tem uma conduta correta na eliminação de resíduos?” | 37 |
| Fig. 41 – “Realiza a separação/reciclagem dos resíduos?” | 38 |
| Fig. 42 – “Considera esta rua limpa?” | 38 |
| Fig. 43 – “Alguma vez detetou algum cheiro desagradável na sua rua?” | 39 |
| Fig. 44 – “Alterava algumas das questões de higiene nesta rua?” | 39 |
| Fig. 45 – “Tem eletricidade em sua casa?” | 40 |
| Fig. 46 – “Costuma ocorrer cortes de energia?” | 41 |
| Fig. 47 – “Considera os custos de energia elevados?” | 41 |
| Fig. 48 – “Há ruas que possam ter pior iluminação, acha que é um problema?” | 42 |
| Fig. 49 – “Considera que a iluminação das ruas é suficiente?” | 43 |
| Fig. 50 – “De noite, sentem insegurança devido à falta de iluminação?” | 43 |
| Fig. 51 – “Considera a freguesia perigosa com alguns relatos de criminalidade?” | 45 |
| Fig. 52 – “Existem zonas identificadas como problemáticas?” | 45 |
| Fig. 53 – “Tem problemas em sair de casa ou andar na rua de noite?” | 45 |

| | |
|--|----|
| Fig. 54 – “A sua casa tem sistema de alarme?” | 48 |
| Fig. 55 – “Sente-se seguro com o trabalho desenvolvido pela polícia?” | 48 |
| Fig. 56 – “Poda a população usufruir dos mesmos para passear, conviver ou qualquer outra atividade de lazer?” | 49 |
| Fig. 57 – “Relativamente aos terrenos privados, costuma efetuar a limpeza dos mesmos?” | 50 |
| Fig. 58 – “Considera que em Santa Clara e Castelo Viegas há risco de incêndio devido à falta de limpeza de espaços verdes?” | 50 |
| Fig. 59 – Número de óbitos na Freguesia de Santa Clara e Castelo Viegas | 53 |
| Fig.60 - Taxa de Mortalidade na Região de Coimbra..... | 53 |
| Fig. 61 - Carta de zonas inundáveis, Coimbra | 71 |

SUMÁRIO

| | |
|---|-----------|
| INTRODUÇÃO..... | 8 |
| 1. COLHEITA DE DADOS SOBRE CONDIÇÕES SOCIOECONÓMICAS E DE QUALIDADE DE VIDA DA COMUNIDADE..... | 10 |
| 1.1. ENQUADRAMENTO GEODEMOGRÁFICO | 10 |
| 1.1.1. Localização da comunidade..... | 10 |
| 1.1.1.1. Relevo geográfico e aspeto geral | 10 |
| 1.1.1.2. População residente | 12 |
| 1.1.1.3. Ordenamento habitacional | 17 |
| 1.1.2. Administração | 21 |
| 1.1.3. Acessibilidades..... | 22 |
| 1.1.4. Recursos de comunicação..... | 27 |
| 1.2. RECURSOS BÁSICOS DE QUALIDADE DE VIDA | 30 |
| 1.2.1. Saneamento básico | 30 |
| 1.2.2. Abastecimento de energia | 40 |
| 1.2.3. Segurança | 41 |
| 1.2.4. Espaços verdes..... | 48 |
| 2. APRECIÇÃO DOS FATORES QUE CONTRIBUEM PARA A SAÚDE E BEM-ESTAR DA COMUNIDADE E SUA RELAÇÃO COM OS INDICADORES DE SAÚDE NACIONAIS | 51 |

| | |
|---|-----------|
| 3. APRECIACÃO DA SITUAÇÃO DE SAÚDE DE GRUPOS DE INDIVÍDUOS DE UMA COMUNIDADE EM FUNÇÃO DE ALGUNS INSTRUMENTOS UTILIZADOS | 55 |
| 4. SÍNTESE BIBLIOGRÁFICA | 59 |
| 5. SUGESTÕES DE INTERVENÇÃO..... | 68 |
| CONCLUSÃO..... | 73 |
| BIBLIOGRAFIA..... | 74 |
| APÊNDICES | 78 |

APÊNDICE I – Guião de entrevista á comunidade

APÊNDICE II – Guião de entrevista ao Sr. Presidente da Junta da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas

APÊNDICE III – Transcrição da Entrevista do Sr. Presidente da Junta da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas

APÊNDICE IV – Guião de entrevista realizado na Estação de Tratamento de Água da Boavista

APÊNDICE V - Guião de entrevista realizado á Enfermeira da USF de Santa Clara

APÊNDICE VI – Plano de intervenção

APÊNDICE VII – Folheto informativo

INTRODUÇÃO

No âmbito do Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade, integrado no 2º semestre do 2º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem, sob a orientação da Professora Conceição Alegre, foi-nos proposto a realização de um estudo da comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas.

Segundo a Classificação Internacional para a Prática de Enfermagem, comunidade é definida como um “(...) grupo de seres humanos vistos como uma unidade social ou todo coletivo, composta por membros ligados pela partilha geográfica, condições ou interesses comuns. A unidade social constituída pela comunidade como um todo é vista como algo para além dos indivíduos e da sua relação de proximidade geográfica, partilha de condições ou interesses comuns, que constituem as partes do grupo”. (CIPE versão 1.0, 2005)

Para a elaboração do Estudo de Caso da Comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, foram-nos atribuídas as seguintes áreas: Portugal dos Pequenitos da rua D. Duarte até a Quinta das Lágrimas, a rua do Conservatório Regional e a Avenida da Guarda Inglesa.

Ao realizar o ensino clínico em Santa Clara e Castelo de Viegas criámos alguns objetivos gerais, nomeadamente: determinar as carências da população de Santa Clara e Castelo de Viegas; empregar vários instrumentos de avaliação e de recolha de dados; recolher informação sobre a população de Santa Clara e Castelo de Viegas; caracterizar a comunidade; analisar os dados recolhidos; discutir os vários papéis do profissional em enfermagem em diferentes contextos; promover o desenvolvimento pessoal e profissional dos estudantes.

Formulámos objetivos mais específicos como: estabelecer comunicação com diferentes pessoas da comunidade; demonstrar trabalho em equipa; recordar conhecimentos já adquiridos; analisar os determinantes de saúde da população; comunicar com um público-alvo mais extenso; identificar iniciativas da sociedade civil e modalidades de participação cívica; demonstrar comportamento adaptativo e atualizar conhecimentos.

Ao longo da realização deste trabalho, recorreremos à pesquisa bibliográfica (artigos científicos e documentos de apoio à prática de enfermagem), bem como à observação direta da comunidade em estudo. Realizámos inquéritos na qual foram entrevistadas, no total, sessenta pessoas, e também elaborámos entrevistas aos líderes locais da comunidade (Presidente de Junta de Freguesia de Santa Clara e Castelo Viegas, Enfermeira do Centro de Saúde de Santa Clara) e ainda a instituições como a Estação de Tratamento de Águas da Boavista, com o intuito de compreender em que contexto a população vive.

De acordo com o artigo 85.º, alínea d), do Código Deontológico do Enfermeiro - Do Dever de Sigilo – “O enfermeiro, obrigado a guardar segredo profissional sobre o que toma conhecimento no exercício da sua profissão, assume o dever de: (...) d) manter o anonimato da pessoa sempre que o seu caso for usado em situações de ensino, investigação ou controlo da qualidade de cuidados.” (Ordem dos Enfermeiros, 2005). Todos os inquéritos garantiram o anonimato do sujeito e o sigilo, discrição e respeito por parte dos estudantes para com os participantes.

Este trabalho foi elaborado segundo as orientações do Guião de Trabalhos Escritos da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, sendo que a bibliografia e as citações estão elaboradas de acordo com as normas APA, estando dividido em seis capítulos, nomeadamente conceitos orientadores, colheita de dados sobre condições socioeconómicas e de qualidade de vida da comunidade, apreciação dos fatores que contribuem para a saúde e bem-estar da comunidade e sua relação com os indicadores de saúde nacionais, apreciação da situação de saúde de grupos de indivíduos de uma comunidade em função de alguns instrumentos utilizados, síntese bibliográfica e sugestões de intervenção.

1. COLHEITA DE DADOS SOBRE CONDIÇÕES SOCIOECONÓMICAS E DE QUALIDADE DE VIDA DA COMUNIDADE

Nesse capítulo será relatado o estudo efetuado à comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, com o apoio de questionários realizados à comunidade bem como a instituições e entidades pertencentes à mesma, como o Sr. Presidente da Junta, Estação de tratamento de águas da Boavista e à enfermeira da USF de Santa Clara. Recorrendo a artigos e publicações pelo INE que levaram à fundamentação das nossas conclusões.

1.1. ENQUADRAMENTO GEODEMOGRÁFICO

Pelo uso do Google Maps, conseguimos visualizar, via satélite, a área que limita a nossa localidade em estudo bem como localizar as diversas infraestruturas de apoio à população que serviram para orientação do estudo da comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas.

1.1.1. Localização da comunidade

Para recolher dados sobre este tópico, a subequipa recorreu a diversos métodos de pesquisa. Para além da pesquisa em diversos sítios online, como o site da Câmara Municipal de Coimbra, o site da união de freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas e o site do Instituto Nacional de Estatística, a subequipa também se deslocou às localidades de Santa Clara e Castelo Viegas para observar diretamente as principais infraestruturas das mesmas.

1.1.1.1. Relevo geográfico e aspeto geral

A união de freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, situada no município e concelho de Coimbra, foi formada no ano de 2013, através da agregação das antigas freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, de acordo com a reforma administrativa nacional implementada sobre a reorganização administrativa do território das freguesias.

Santa Clara (Figura 1), fundada em 1854, juntamente com a freguesia de Santo António dos Olivais, com o estatuto de freguesias suburbanas, devido à reorganização das freguesias da cidade nesta época, e com 10,16 km² e 9 929 habitantes (INE, 2011), era, antes da fusão, uma das maiores freguesias de Coimbra, com um passado repleto de história. Desde a história de amor do rei D. Pedro e Inês de Castro, intimamente relacionada com a Quinta das Lágrimas e com a Fonte dos Amores, até à vida de Santa Isabel e à lenda do milagre das rosas, esta freguesia tem desde cedo inspirado obras de diversos artistas e escritores. É também nesta localidade onde se encontram alguns dos monumentos mais conhecidos da cidade de Coimbra, como os conventos de Santa Clara-a-Velha, Santa Clara-a-Nova e de São Francisco e também alguns espaços lúdicos como o exploratório e o Portugal dos Pequenitos.



Fig. 1 Vista de satélite da localidade de Santa Clara

Por outro lado, Castelo Viegas (Figura 2), com 7,46 km² e 1 695 habitantes (INE, 2011), data de 1122 e localiza-se a cerca de 7 km do centro do concelho de Coimbra, a sudeste do mesmo.



Fig. 2 Vista de satélite da localidade de Castelo Viegas

É uma freguesia constituída por diversos lugares, como Marco dos Pereiros, Conraria, Casal de São João e parte do Vale de Cabras. É de destacar a presença de um elevado número de quintas, dedicadas à agricultura e à pecuária, das quais podemos destacar a Quinta da Conraria e a da Urgeiriça e algumas instituições de solidariedade social, como o centro social de Castelo Viegas, a Associação de Famílias Solidárias com a Deficiência (mais conhecida como “Cavalo Azul”) e a Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental. Apesar de em Castelo Viegas predominarem espaços verdes, devido às características do terreno, bastante acidentado por toda esta localidade, é pequena a percentagem de terrenos agrícolas, que, no caso de existirem, consistem em minifúndios. Relativamente ao património edificado desta localidade, existem a Igreja Matriz de Castelo Viegas e o Mosteiro de São Jorge de Milreus.

No que diz respeito aos limites territoriais desta união de freguesias, Santa Clara e Castelo Viegas (Figura 3) fazem fronteira com São Martinho do Bispo, Antanhol, Assafarge, Almalaguês, Ceira, Santo António dos Olivais, Almedina e Santa Cruz.

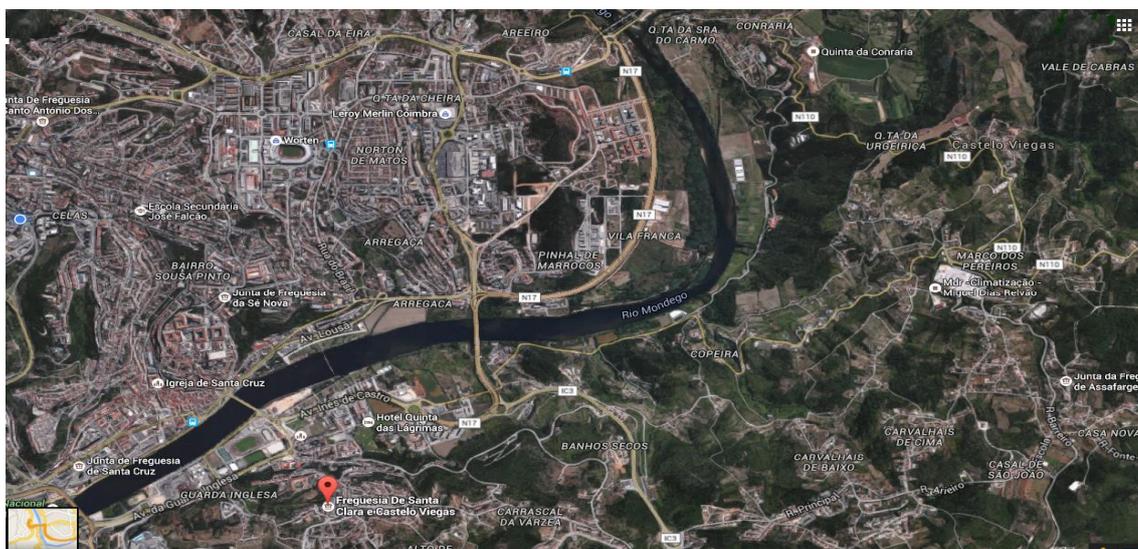


Fig. 3 Vista de satélite da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas

1.1.1.2. População Residente

Na comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, reside, segundo os censos realizados pelo INE no ano 2011, 9929 pessoas em Santa Clara, das quais 4583 são do sexo masculino e as restantes 5346 do sexo feminino. No caso de Castelo Viegas temos no total 1695 pessoas residentes, com 818 pessoas do sexo masculino e as restantes 877 do sexo feminino. À data da realização dos censos, 2011,

as freguesias ainda não tinham formado uma união daí o facto de termos apenas dados referentes ao tempo em que eram duas freguesias distintas. Em pesquisa pelo INE podemos constituir as seguintes pirâmides etárias (Figura 4 e 5), onde encontramos algumas semelhanças, apesar de serem duas localidades diferentes ambas apresentam uma população envelhecida.

No caso de Santa Clara evidenciamos ainda um grande número de população ativa, dos 20-40 anos, porém em ambas é significativo o número reduzido de crianças mais acentuado em Castelo Viegas com 196 crianças dos 0-14 anos comparativamente a 1288 crianças do mesmo grupo etário em Santa Clara.

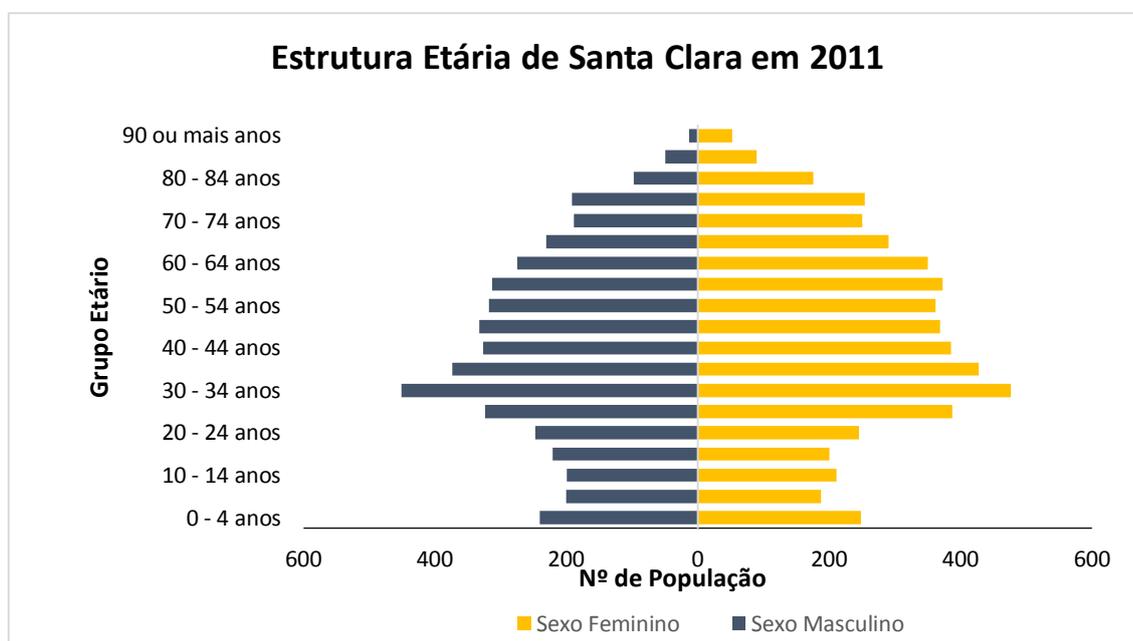


Fig. 4 - Estrutura etária da Santa Clara em 2011

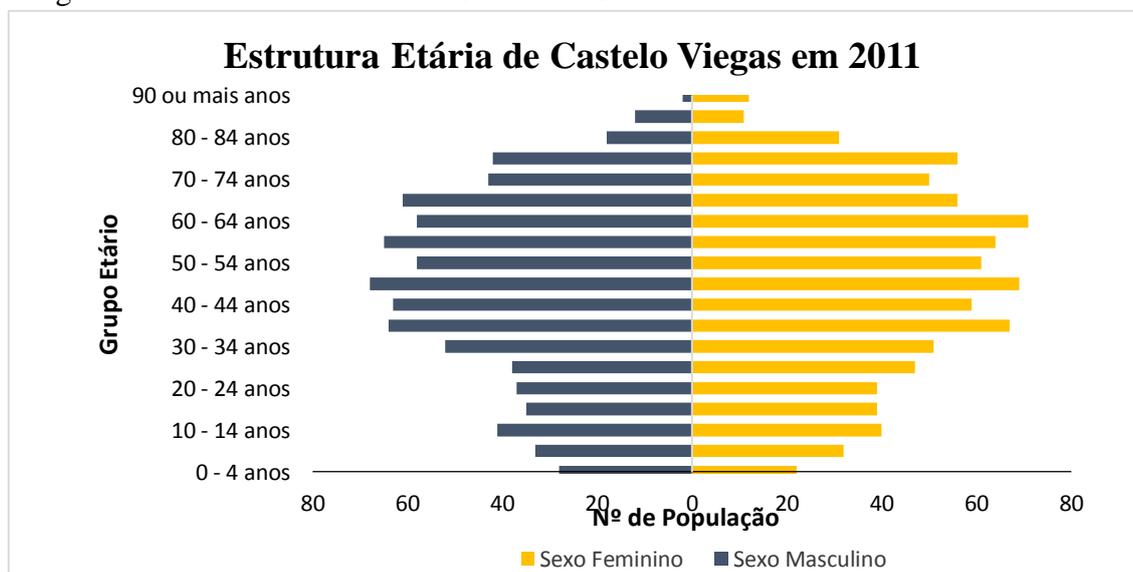


Fig. 5 - Estrutura etária de Castelo Viegas em 2011

Castelo Viegas é assim caracterizada como uma localidade envelhecida que tem perdido a sua população jovem ao longo dos anos, segundo o Sr. Presidente da Junta mais de 40% da população se encontra acima dos 60 anos.

Em entrevista com a nossa subequipa o Sr. Presidente da Junta referiu uma das limitações da freguesia referente aos estudos da população residente, este indicou-nos que apenas as pessoas recenseadas é que contavam para a União de Freguesias, ou seja, a população com menos de 18 anos, não era abrangida. “Santa Clara e Castelo Viegas de momento abrangem por volta de 14.000 pessoas, sendo que por volta de 1.500 pessoas pertencem a Castelo Viegas” (J. Simão, comunicação pessoal, 2015). Estes dados tornam o trabalho para a Junta da Freguesia mais difícil uma vez que este grupo etário dos 0-18 anos é o tipo de população que mais necessita dos serviços disponibilizados pela freguesia, e sem uma contabilização correta dos mesmos torna-se pouco eficaz a distribuição proporcional de meios/serviços para esta faixa etária.

Ao caracterizar esta comunidade tivemos necessidade de incluir ainda as seguintes variáveis como: a educação, empregabilidade, infraestruturas e meios de transporte. No que diz respeito á educação podemos observar pela tabela conseguida através do INE, a percentagem de população com ensino obrigatório, 12ºano, completo. (Figura 6)

| Local de residência (à data dos Censos 2011) | Proporção da população residente com pelo menos o ensino secundário completo (%) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Sexo; Decenal | | |
|--|---|-------|-------|
| | Período de referência dos dados | | |
| | 2011 | | |
| | Sexo | | |
| | HM | H | M |
| | % | % | % |
| Castelo Viegas | 33,61 | 31,03 | 35,96 |
| Santa Clara | 52,66 | 53,01 | 52,37 |

Proporção da população residente com pelo menos o ensino secundário completo (%) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Sexo; Decenal - INE, Recenseamento da População e Habitação

Fig. 6 - Proporção da população residente com pelo menos o ensino secundário completo (%)

Conseguimos perceber que a maioria da população residente em Santa Clara tem o ensino obrigatório completo enquanto Castelo Viegas apresenta apenas 33,6% de população com a mesma escolaridade, talvez pelo facto de a maioria da população de

Castelo Viegas ser uma população envelhecida desta forma torna-se justificável estes dados.

Durante a nossa pesquisa notámos num questionário realizado no site da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas sobre as limitações da freguesia, na opinião da população, observámos que as variáveis de empregabilidade e meios de transportes eram as mais escolhidas, desta forma tentamos perceber de que forma é a nossa comunidade afetada pelas mesmas em termos estatísticos. Começando por conhecer dados do problema em questão com a taxa de desemprego. (Figura 7)

| Local de residência (NUTS - 2013) | Taxa de desemprego (%) por Local de residência (NUTS - 2013) e Sexo; Decenal | | |
|--|--|-------|-------|
| | Período de referência dos dados | | |
| | 2011 | | |
| | Sexo | | |
| | HM | H | M |
| | % | % | % |
| Portugal | 13,18 | 12,58 | 13,83 |
| Coimbra | 10,14 | 11,11 | 9,23 |
| União das freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas | 10,05 | 10,88 | 9,28 |

Fig. 7 - Taxa de desemprego (%)

Podemos concluir aqui com dados relativos ao ano 2013, que a taxa de desemprego se encontra muito semelhante ao do resto do Município de Coimbra, muito próxima da taxa referente a Portugal. Para percebermos alguns dos fatores que possam estar a condicionar esta empregabilidade, decidimos comparar com o nível de escolaridade da população e observar a sua relação. (Figura 8)

| Sexo | Grupo etário | População empregada (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade (Situação no nível); Decenal | | | | | | | |
|--|--------------|---|---------|----------------|-------------|-----------------|---------|----------------|-------------|
| | | Nível de escolaridade (Situação no nível) | | | | | | | |
| | | Ensino secundário | | | | Ensino superior | | | |
| | | Período de referência dos dados | | | | | | | |
| | | 2011 | | | | | | | |
| Local de residência (à data dos Censos 2011) | | | | | | | | | |
| | | Portugal | Coimbra | Castelo Viegas | Santa Clara | Portugal | Coimbra | Castelo Viegas | Santa Clara |
| | | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º |
| HM | Total | 1 070 989 | 12 897 | 160 | 933 | 1 122 832 | 29 271 | 227 | 2 512 |
| H | Total | 548 191 | 6 660 | 87 | 482 | 475 366 | 12 561 | 93 | 1 102 |
| M | Total | 522 798 | 6 237 | 73 | 451 | 647 466 | 16 710 | 134 | 1 410 |

População empregada (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade (Situação no nível); Decenal - INE, Recenseamento da População e Habitação

Fig.8 - População empregada (Nº) por Nível de escolaridade e sexo.

Os dados referentes a Castelo Viegas e Santa Clara indicam que a população com maior escolaridade, ou seja, com ensino superior completo encontra-se em maior número empregada, tendo em conta a população com apenas ensino secundário. Para um melhor visionamento desta diferença, temos a comparação do Município de Coimbra que apresenta igualmente maior número de pessoas empregadas com ensino superior do que com ensino secundário.

Um outro indicativo de que a empregabilidade é um dos problemas nesta comunidade é traduzido pela seguinte tabela que mostra a população que vive na União de freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, mas que trabalha noutra freguesia do município onde reside. Temos aqui registos que mostram claramente que a maior parte da população das duas localidades trabalha noutra freguesia, revelando a possível falta de postos de trabalhos na freguesia. (Figura 9)

| Local de residência (à data dos Censos 2011) | Local de trabalho | População empregada (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Sexo, Actividade económica (CAE Rev. 3) e Local de trabalho; Decenal | | |
|--|---|--|-------|-------|
| | | Actividade económica (CAE Rev. 3) | | |
| | | Total | | |
| | | Período de referência dos dados | | |
| | | 2011 | | |
| | | Sexo | | |
| | | HM | H | M |
| | | N.º | N.º | N.º |
| Castelo Viegas | Na freguesia onde reside | 74 | 26 | 48 |
| | Noutra freguesia do município onde reside | 480 | 223 | 257 |
| Santa Clara | Na freguesia onde reside | 642 | 286 | 356 |
| | Noutra freguesia do município onde reside | 3 053 | 1 370 | 1 683 |

Fig. 9 - População empregada (Nº) por local da residência, sexo e local de trabalho

Para terminar, ainda recorremos aos dados referentes ao meio de transporte utilizado pela população, uma vez que foi uma das variáveis, apontadas no questionário realizado pela freguesia, como sendo pouco funcionais para a mesma. (Figura 10)

| Local de residência (à data dos Censos 2011) | Meio de transporte mais utilizado nos movimentos pendulares (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Principal meio de transporte; Decenal | | | | | | | | | | |
|--|--|-----------------------------------|-------------------------------------|-----------|--|---------------|---------|-----------|-----------|-------|-------|
| | Período de referência dos dados | | | | | | | | | | |
| | 2011 | | | | | | | | | | |
| | Principal meio de transporte | | | | | | | | | | |
| | A pé | Automovel ligeiro - como condutor | Automovel ligeiro - como passageiro | Autocarro | Transporte colectivo da empresa ou da escola | Metropolitano | Comboio | Motociclo | Bicicleta | Barco | Outro |
| | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º | N.º |
| Castelo Viegas | 49 | 484 | 208 | 113 | 23 | 0 | 4 | 14 | 0 | 0 | 0 |
| Santa Clara | 358 | 3 351 | 1 201 | 1 008 | 50 | 1 | 32 | 39 | 13 | 0 | 9 |

Fig. 10 - Meio de transporte mais utilizado nos movimentos pendulares (Nº) em 2011

Verificamos que os principais meios de transportes mais usados são: o automóvel e o autocarro. A discrepância entre os dois meios é visível principalmente em Castelo Viegas, localidade que fora a mais pronunciada a quando a realização dos questionários á comunidade. Percebe-se que Santa Clara tem uma rede de transportes públicos que abrange a localidade, relatado também pelo Sr. Presidente da Junta da Freguesia e pela comunidade de Santa Clara.

Por fim no que diz respeito às infraestruturas, ou seja, ao número de edifícios e alojamentos temos relatados pelos censos realizados em 2011, que em Santa Clara apresentam-se 5565 alojamentos e 2460 edifícios, com 4179 famílias. Para Castelo Viegas 731 alojamentos e 659 edifícios com 659 famílias.

1.1.1.3.Ordenamento Habitacional

Segundo a Carta Europeia do Ordenamento do Território, o ordenamento “é a tradução espacial das políticas económicas, social, cultural e ecológica da sociedade. (...) O ordenamento do território deve ter em consideração a existência de múltiplos poderes de decisão, individuais e institucionais que influenciam a organização do espaço, o carácter aleatório de todo o estudo prospetivo, os constrangimentos do mercado, as particularidades dos sistemas administrativos, a diversidade das condições socioeconómicas e ambientais. Deve, no entanto, procurar conciliar estes fatores da forma mais harmoniosa possível.”(iGEO).

Tendo em conta a entrevista realizada ao presidente da junta de freguesia, na união de freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas foram implementadas medidas baseadas no “urbanismo dos anos 90” de modo a existir uma relação Homem/espaço natural equilibrado e benéfico para toda a população. Como resultado destas medidas, encontramos uma porção de espaços verdes igual a 80%, que se concentram mais na periferia da freguesia, sendo na sua maioria espaços agrícolas e florestais. Apesar desta distribuição desigual pelo território, salvaguardamos que o Parque Verde do Mondego se localiza numa área central e que, de acordo com a população, é indispensável, pela diversificada utilidade que tem para a prática de atividades de lazer. A área edificada (zona com construção do Homem) corresponde aproximadamente a 20% do território, no entanto Santa Clara é uma zona mais moderna comparativamente a Castelo de Viegas.

Santa Clara é uma freguesia com construção moderna, ou seja, na sua totalidade os edifícios são recentes, apesar de ainda subsistir locais antigos, nomeadamente nas zonas mais históricas (Figura 11). Atualmente, a comunidade aponta a não preservação dos edifícios como um problema e a existência de edifícios inacabados e abandonados (Figura 12).

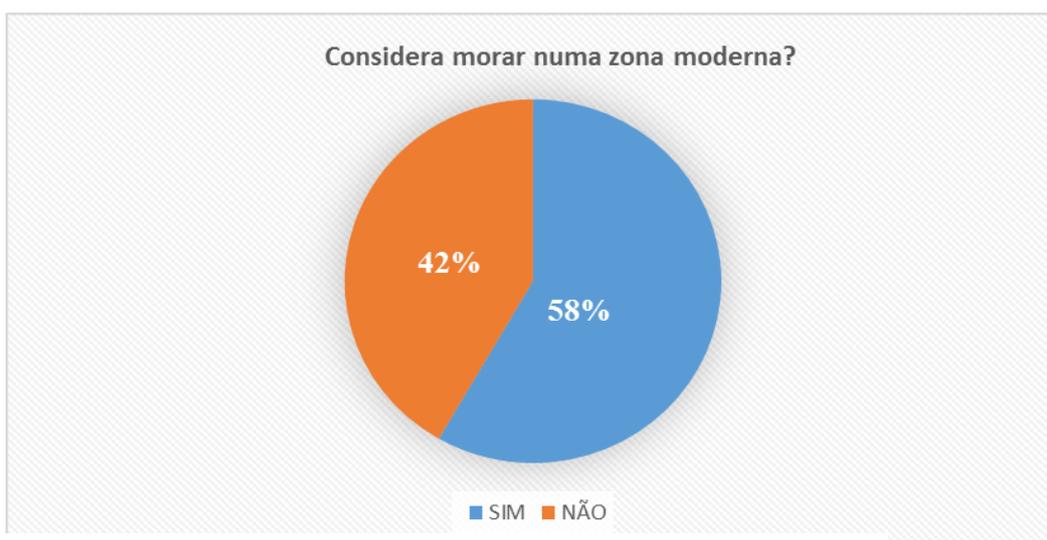


Fig. 11 - “Considera morar numa zona moderna?”



Fig. 12 - “Acha que os edifícios da sua área estão preservados?”

Quanto ao pavimento dos passeios e estradas, a localidade possui umas boas condições. Os passeios que existem são suficientes numa perspetiva global, ainda que em locais como a “antiga estrada de Lisboa”, a Avenida João das Regras, a Quinta das Lágrimas, a Mesura, a Alma de Freira e a “zona histórica”, possam ter particular carência (Figura 13). Na sua generalidade, os passeios têm um bom revestimento, são largos e, alguns, já

apresentam acessos para pessoas com dificuldade motoras, sendo que é um aspeto a melhorar (Figura 14).

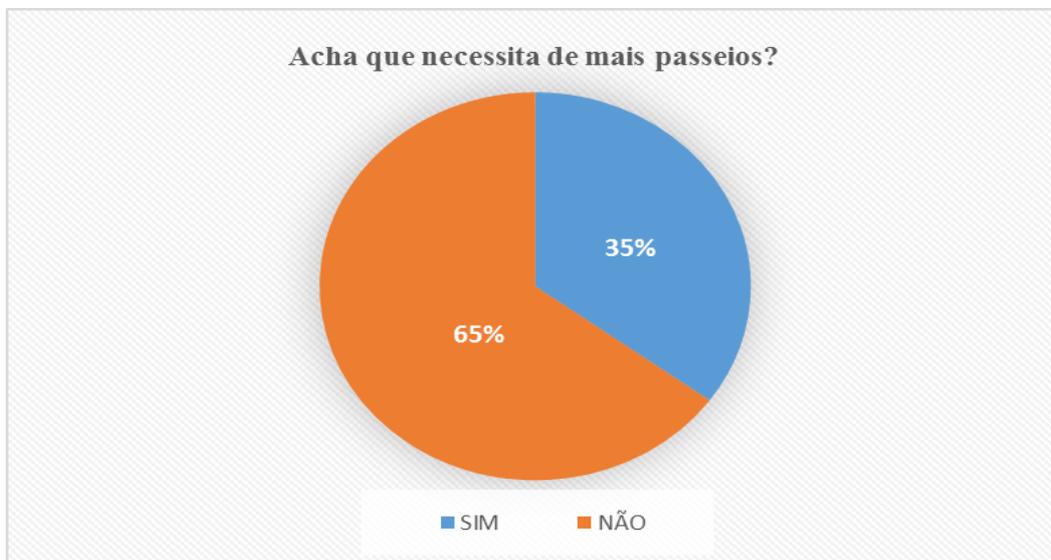


Fig. 13 - “Acha que necessita de mais passeios?”



Fig. 14 - “Acha que a qualidade dos passeios e passadeiras é boa, tendo em conta a visibilidade, a estrutura e a largura?”

A maior parte das estradas encontram-se em bom estado, no entanto, os espaços de estacionamento são insuficientes para as necessidades apresentadas. Em relação às passadeiras é de referenciar que estas deviam estar mais visíveis utilizando o auxílio da construção de lombas junto das mesmas (Figura 15).



Fig. 15 - “Acha que as estradas são de fácil circulação, com bons sítios para estacionamento?”

A Junta de freguesia detém também no seu poder projetos para a compra de maquinaria para uma melhoria na limpeza das ruas e passeios da localidade.

Santa Clara é uma zona que alberga um elevado número de infraestruturas, assinaladamente o Observatório Astronómico da Universidade de Coimbra, a sede da Junta de Freguesia, quatro postos de venda de combustível, o Centro de Saúde de Santa Clara, jardins-de-infância, escolas primárias, de 2º e 3º ciclo e secundárias, farmácias, o Estádio Universitário de Coimbra, polidesportivo, campo de futebol onze, o complexo de Piscinas Luís Lopes da Conceição, parques de merendas, praça de táxis, biblioteca, cemitério e parques infantis.

A localidade de Castelo de Viegas é rica no capítulo do património edificado, tendo inúmeras infraestruturas como, o fontanário (Figura 16), a escola primária (Figura 17), os tanques de água, a igreja e, o centro social, a subestação dos Pereiros (SPR) (Figura 18), o centro de saúde de Marco de Pereiros (Figura 19), a igreja, a capela, o cemitério, entre outros. A localidade apresenta ruas estreitas, com difíceis acessos, escassos passeios para circulação dos peões e, alguns pisos estão degradados. Visto ser uma zona mais rural e com um valor histórico a Junta de Freguesia não tem intenção de iniciar qualquer obra, com a finalidade de preservar o que foi feito pelos nossos antepassados.



Fig. 16 - Fontanário de 1961



Fig. 17 - Escola primária de Castelo de Viegas



Fig. 18 - Subestação dos Pereiros



Fig. 19 – Centro de Saúde Marco de Pereiros

Relativamente ao incremento de novos projetos na localidade, estão previstos para 2018 uma série de projetos comerciais, designadamente o IKEA e o Intermaché (zona de Mesura). Em curso decorrem as obras no convento de São Francisco, que será um centro de convenções.

1.1.2. Administração

No que diz respeito á administração da freguesia temos como representante o Presidente da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, o Sr. Presidente da Junta, José Augusto Gomes da Silva Simão, que exerce funções desde 2001, nesta altura Castelo Viegas e Santa Clara ainda eram duas freguesias distintas apenas em 2013 é que se dá a união de freguesias passando a ser denominada União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas.

No que diz respeito á sede da junta da freguesia temos a mesma situada na Urbanização Santa Isabel, 21, ao pé de um pavilhão onde se realizam diversas atividades desportivas e culturais. Quando foi questionado ao Sr. Presidente no que dizia respeito á localização da junta foi-nos referida que a mesma se encontra demasiado acessível à população, na medida em que a população recorre á mesma para notificar e procurar solução para qualquer tipo de problema, deparando-se muitas vezes com um grande tempo de espera até o problema ser resolvido ou até impossibilidade de o mesmo ser resolvido.

Para além do Sr. Presidente da Junta temos ainda, diferentes cargos administrados dentro da Junta de Freguesia. A mesma é administrada pelo órgão executivo, onde se encontra o Presidente da Junta José Simão, o tesoureiro António Lopes, o secretário Jorge Fresco, as vogais Bertília Simão e Lídia Falcão. Outro órgão da administração é a assembleia constituída pelo Presidente José Clemente, 1ºsecretário Gustavo Rocha, 2ªsecretária Sílvia Ferreira e pelos vogais José Vicente, Maria Viseu, José Pereira, Sandra Marques e Miguel Lopes.

1.1.3. Acessibilidades

Ao contrário de Castelo de Viegas que não contem muitas paragens de autocarro, Santa Clara possui várias paragens para os autocarros dos Serviços Municipalizados de Transportes Urbanos de Coimbra (SMTUC), nas quais passam os seguintes autocarros: 6, 13, 14, 14T, 18, 18F, 20,22F, 23, 28F, 31, 38, 41, 43. A única coisa que em termos de acessibilidade se encontra de difícil acesso para quase todas as pessoas é o local para carregar senhas SMTUC pois encontra-se a uma grande distância para a maioria.

Santa Clara tem também uma paragem, na Rotunda de Jericó, para o grupo Transdev, onde param autocarros que conduzem os habitantes até Condeixa, passando também por outras localidades, tais como Antanhol e Cernache.

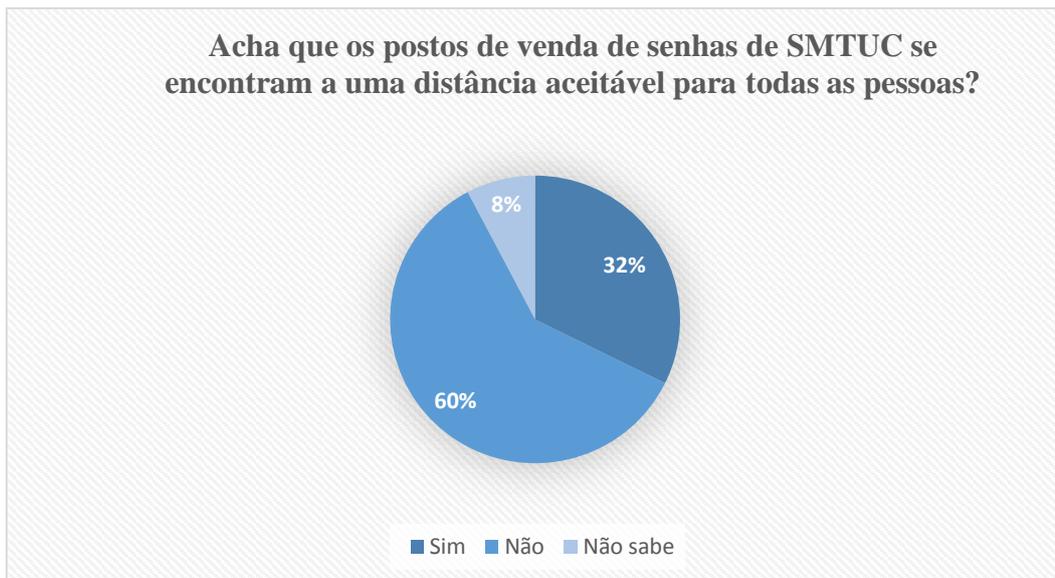


Fig. 20 - “Acha que os postos de venda de senhas de SMTUC se encontram a uma distância aceitável para todas as pessoas?”

Quando questionados sobre "Acha que os postos de venda de senhas de SMTUC se encontram a uma distância aceitável para todas as pessoas?" (figura 20), catorze pessoas responderam que “sim”, quarenta e uma responderam que “não” e cinco responderam “não sabe”. Alguns dos inquiridos referiram que apenas se encontram postos de venda de SMUTC no Largo da Portagem. A maior parte da população de Santa Clara usa transportes públicos, principalmente a população mais idosa e alguns destes utilizam os autocarros como atividade diária, segundo o Sr. Presidente União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas, referiu-nos ainda que “...a população idosa recorre aos mesmos como se um centro de dia fosse...” (J. Simão, comunicação pessoal, Março, 2016)

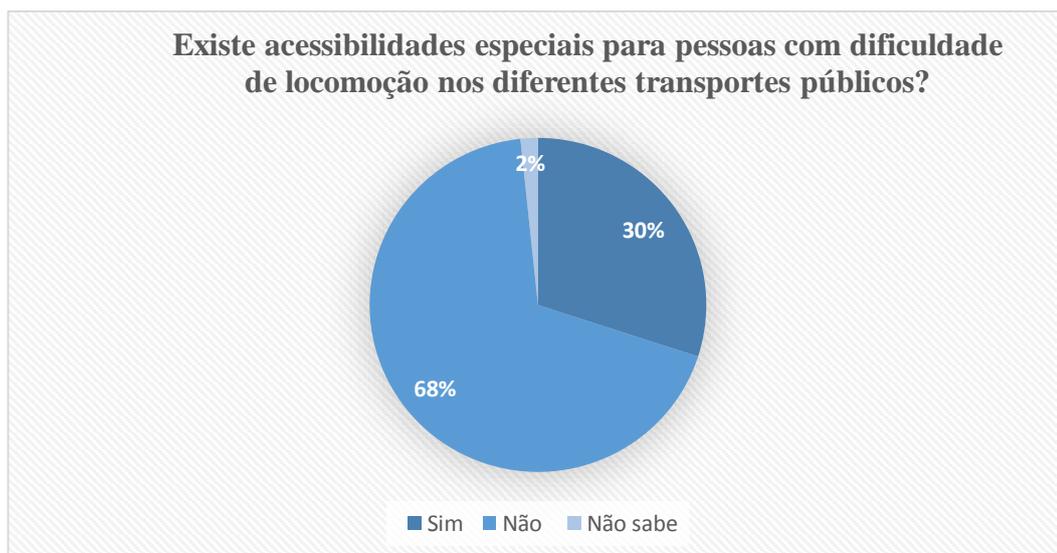


Fig. 21 - “Existe acessibilidades especiais para pessoas com dificuldade de locomoção nos diferentes transportes públicos?”

Quando questionados sobre "Existe acessibilidades especiais para pessoas com dificuldade de locomoção nos diferentes transportes públicos?" (figura 21), dezoito pessoas responderam que “sim”, quarenta e uma responderam que “não” e uma respondeu “não sabe”. Alguns dos inquiridos afirmou que autocarros e paragens antigas, sem condições. Apenas há alguns transportes com acessibilidades especiais sendo insuficientes para a população desta freguesia. Depois quando questionados sobre "imagine-se de cadeira de rodas, acharia fácil entrar e sair de um autocarro?", nove pessoas responderam que “sim” e cinquenta e uma responderam que “não”. Alguns dos inquiridos apresentaram como justificação à sua resposta a falta de rampas, a pouca visibilidade, existência de degraus nos autocarros muito altos. Referiram ainda, que a maior parte dos autocarros não tem condições nem espaço para acolher uma pessoa de cadeira de rodas, pelo que a maioria considera que não seria fácil.

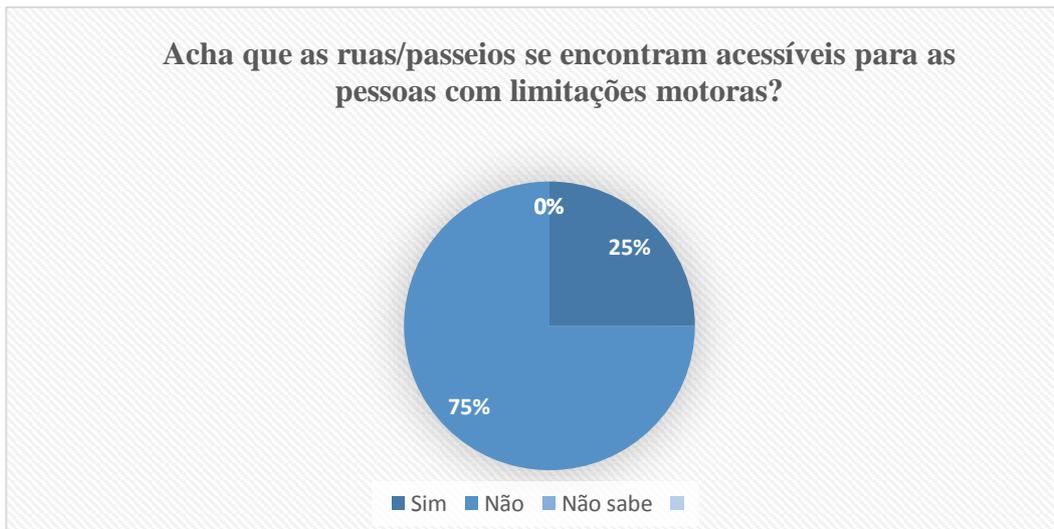


Fig. 22 - “Acha que as ruas/passeios se encontram acessíveis para as pessoas com limitações motoras?”

Quando questionados sobre "Acha que as ruas/passeios se encontram acessíveis para as pessoas com limitações motoras?" (figura 22), quinze pessoas responderam que “sim” e quarenta e cinco responderam que “não”. Os inquiridos apontaram para passeios estreitos, sem rampas, altos, desnivelados e com obstáculos. O questionário foi muito influenciado pelas obras que se encontravam a decorrer na freguesia.

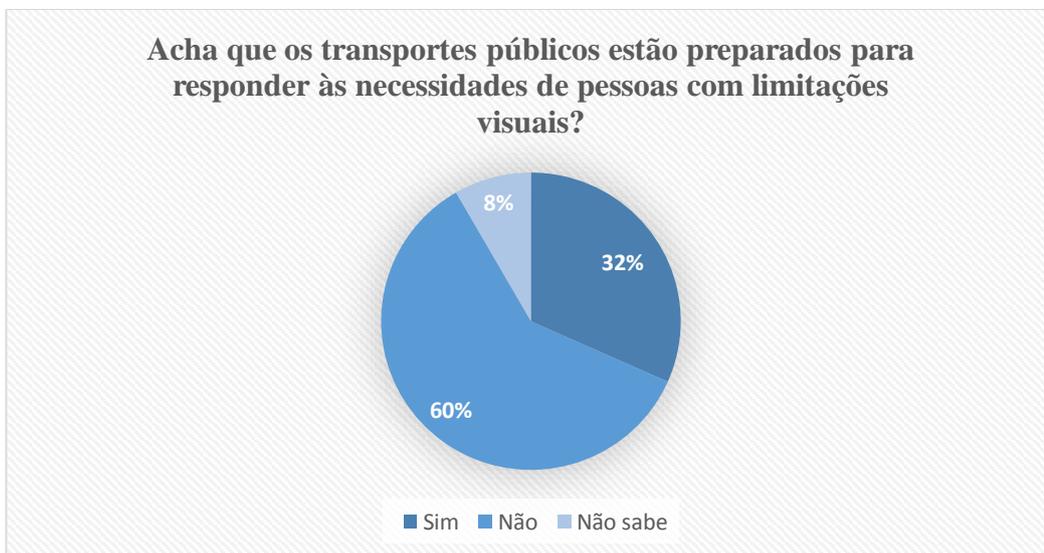


Fig. 23 - “Acha que os transportes públicos estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?”

Quando questionados sobre "Acha que os transportes públicos estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?" (figura 23), dezanove pessoas responderam que “sim”, trinta e seis responderam que “não” e cinco responderam “não sabe”. A maioria diz que não, defendendo que devia haver avisos

sonoros nas paragens. E foi referido pela população que os autocarros também não tinham aviso sonoro sobre as paragens e que isto dificulta imenso a locomoção das pessoas com dificuldade visual. Consideram que os transportes públicos não estão preparados para responder a pessoas com este tipo de limitações, sendo muito difícil o acesso para estas.



Fig. 24 - “Acha que as ruas e passeios estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?”

Quando questionados sobre "Acha que as ruas e passeios estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais?" (figura 24), oito pessoas responderam que “sim” e quarenta e duas responderam que “não”. Alguns dos inquiridos fizeram referência a passeios com obstáculos, estreitos, esplanadas e carros estacionados. As pessoas não consideram que as ruas estejam preparadas para pessoas com necessidades visuais.



Fig. 25 - “Acha que os horários dos autocarros e os seus percursos são convenientes a todas as pessoas?”

Quando questionados sobre "Acha que os horários dos autocarros e os seus percursos são convenientes a todas as pessoas?" (figura 25), trinta e quatro pessoas responderam que “sim”, dezassete responderam que “não” e nove responderam “não sabe”. Alguns inquiridos dizem que não porque os percursos não abrangem a freguesia toda e em período de férias escolares, fins-de-semana e feriados ocorre uma redução dos mesmos, e os intervalos de tempo dos autocarros não são adequados.

1.1.4. Recursos de Comunicação

Em termos de comunicações e postos de comunicações, através da informação recolhida nos questionários feitos a população vimos que o jornal local já não se encontra em circulação há mais de 2 anos e a estação de correios fechou, abrindo no fórum. De acordo com os nossos inquéritos podemos concluir que todos os entrevistados têm internet e acesso a telecomunicações (tais como telemóveis ou telefones), referindo todos que estas se encontram caras.

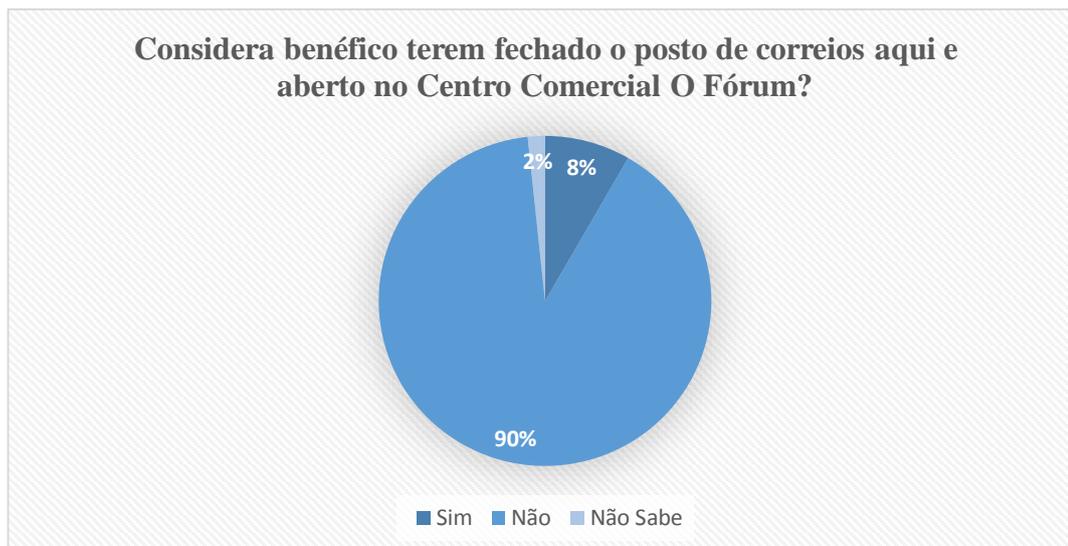


Fig. 26 - “Considera benéfico terem fechado o posto de correios aqui e aberto no Centro Comercial O Fórum?”

Quando questionados sobre "Considera benéfico ter fechado o posto de correios aqui e aberto no Centro Comercial O Fórum?" (figura 26), cinco pessoas responderam que “sim”, cinquenta e quatro responderam que “não” e uma respondeu “não sabe”. A maioria dos inquiridos afirmou existir um posto em Santa Clara, tendo este fechado e reaberto no Fórum. Neste momento, existe um posto na Quinta das Lágrimas, facilitando a deslocação à população residente, pois existem muitos idosos neste área geográfica, que não possuem meios transportes próprios. Segundo o Sr. Presidente J. Simões (comunicação pessoal, março, 2016), da Freguesia de Santa Clara e Castelo de Viegas, o posto fechou devido a não ser auto-sustentável e uma vez que o mesmo pertencia a uma entidade privada onde empregava um funcionário e uma segurança acabando a sua manutenção ser mais dispendiosa. Porém o mesmo ainda referiu que a população não tinha conhecimento deste facto acabando por ser alvo de acusações às quais não tinha culpa.

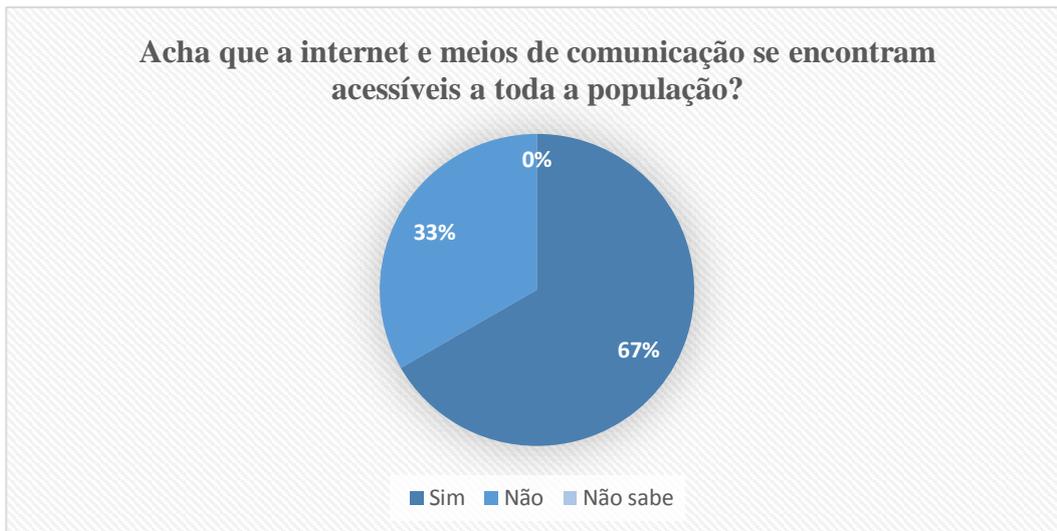


Fig. 27 - “Acha que a Internet e meios de comunicação se encontram acessíveis a toda a população?”

Quando questionados sobre "acha que a internet e meios de comunicação se encontram acessíveis a toda a população?" (figura 27), quarenta pessoas responderam que “sim” e vinte responderam que “não”. A maioria das pessoas que responderam ao questionário pertence a uma faixa etária de 50 anos ou mais, não tendo acesso fácil à internet nem meios de comunicação por falta de conhecimento.

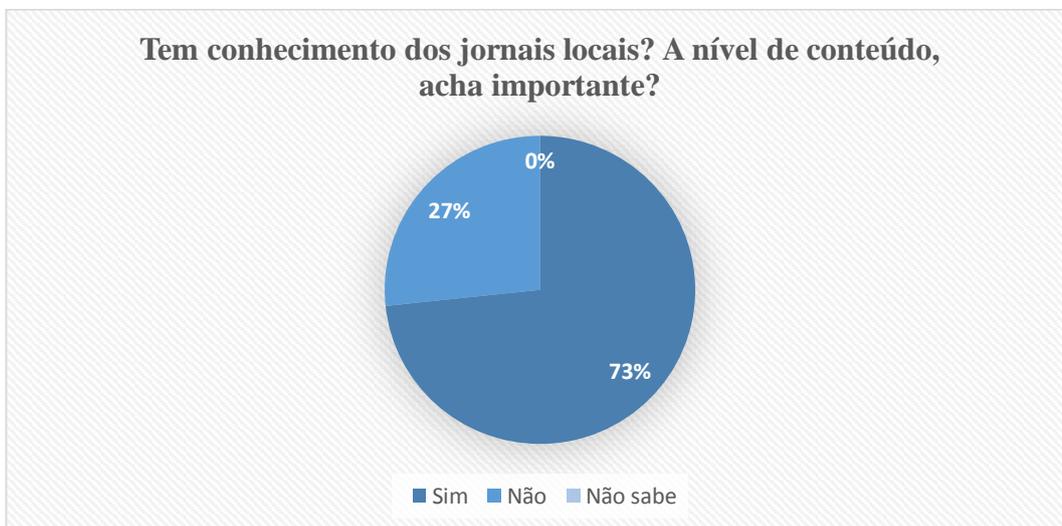


Fig. 28 - “Tem conhecimento dos jornais locais? A nível de conteúdo, acha importante?”

Quando questionados sobre "tem conhecimento dos jornais locais? A nível de conteúdo, acha importante?" (figura 28), quarenta e quatro pessoas responderam que “sim” e dezasseis responderam que “não”. De notar que o jornal local já não existe há mais de dois anos. A população referiu que o único jornal de que têm conhecimento era o Diário

de Coimbra. Alguns inquiridos referiram a folha de Santa Clara, antigo jornal, continha informação pertinente.

1.2. RECURSOS BÁSICOS DE QUALIDADE DE VIDA

Os recursos básicos de qualidade de vida são de certa prioridade no estudo de uma comunidade uma vez que toda a população deve ter acesso a eles, são indicadores importantes para o estudo de uma comunidade, dos seus recursos e do seu acesso a estes pela população.

Sendo que, define-se recursos básicos de qualidade de vida tudo o que diz respeito ao saneamento básico, abastecimento básico, segurança e espaços verdes. São tópicos bastante relevantes para o estudo de uma comunidade e na avaliação da sua qualidade de vida

1.2.1. Saneamento básico

Relativamente ao saneamento básico e segundo o Sr. M. Ferreira (comunicação pessoal, março, 2016), responsável pelo departamento de comunicação da empresa, toda a população do município tem acesso a saneamento básico à exceção de algumas pessoas que vivem em aldeias que possuem um saneamento antigo próprio – as fossas céticas – no qual a recolha é efetuada atreves de camiões da ETAR. Castelo de Viegas é um exemplo destes casos.

Abordando agora o abastecimento de água na freguesia de Santa Clara, podemos afirmar que a maioria da população tem acesso à rede de saneamento. Esta conclusão baseia-se no facto de a maioria dos inquiridos (cinquenta e nove em sessenta pessoas), responderam afirmativamente à questão colocada, assim sendo a maioria tem abastecimento de água pública. (Figura 29)

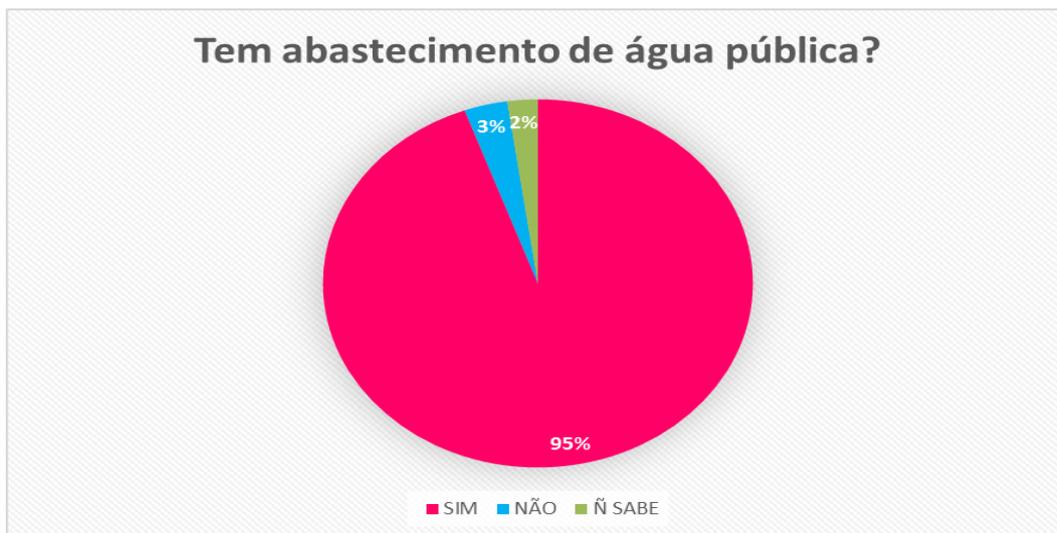


Fig. 29 – “Tem abastecimento de água pública?”

Quando questionados se detetaram alguma alteração nas características da água, sete pessoas responderam que “sim” e cinquenta e três responderam que “não” (Figura 30)..

Relativamente à questão “Toda a população tem acesso ao abastecimento de água?”, M. Ferreira (comunicação pessoal, março, 2016) referiu que toda a população tem acesso a abastecimento de água, no entanto, dos 30 municípios pelos quais a ETA é responsável apenas em 12 faz abastecimento e em 18 é responsável pelo saneamento básico. “A ETA é responsável pelo tratamento e captação da água para consumo e pela venda de água as câmaras municipais. Quanto à distribuição da água ao consumidor final, neste caso, compete a empresa “Águas de Coimbra.” (M. Ferreira, comunicação pessoal, março, 2016)



Fig. 30 – “Detetou alguma alteração nas características da água?”

Devido às poucas ou nulas alterações nas características da água, a maioria dos inquiridos referiu que bebe água da companhia (quarenta e nove responderam afirmativamente quando questionados “Bebe água da companhia?”), figura 31. Contudo, existem alguns moradores que referenciaram o uso de filtros para posterior ingestão da água.

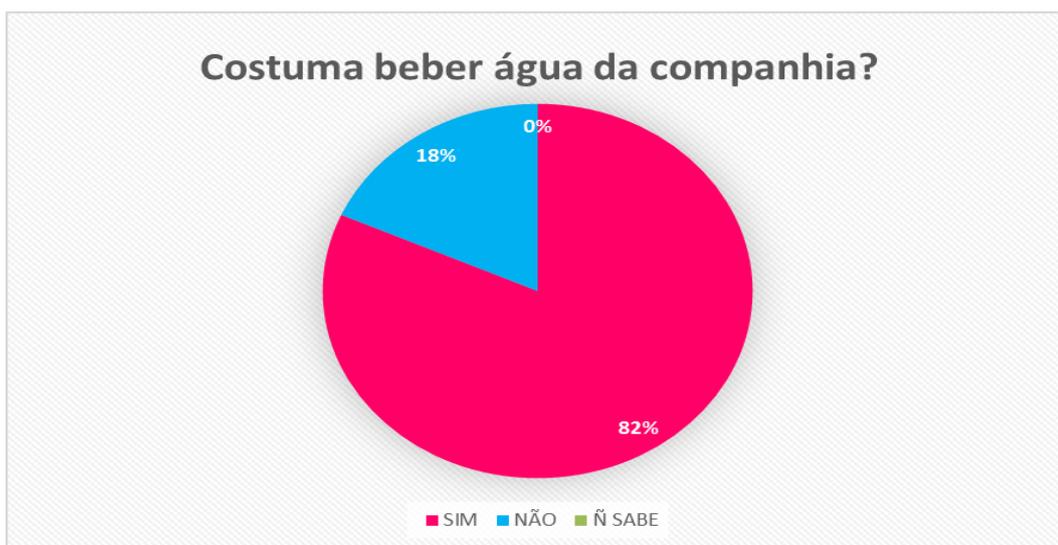


Fig. 31 – “Costuma beber água da Companhia?”

Dirigindo agora a atenção para as quebras do abastecimento de água e a sua frequência, podemos afirmar que a maioria dos inquiridos (cinquenta e três) afirmaram que ocorrem cortes com pouca frequência (Figura 32).

O Sr. M. Ferreira (comunicação pessoal, março, 2016), não ocorrem quebras de abastecimento de água com frequência, pois a ETA tem a responsabilidade de reconhecer quais as alturas de maior necessidade de consumo de forma a manter os reservatórios de água sempre cheios. Também referiu que tanto a ETA como a ETAR adotaram um sistema de Telegestão que consiste num sistema de vigilância permanente (funciona 24h sob 24h) que permite os operadores controlarem o caudal, caso haja falta de água nos reservatórios para perfazer as necessidades da população o sistema de telegestão emite um sinal e então são repostos os níveis de água nos reservatórios.

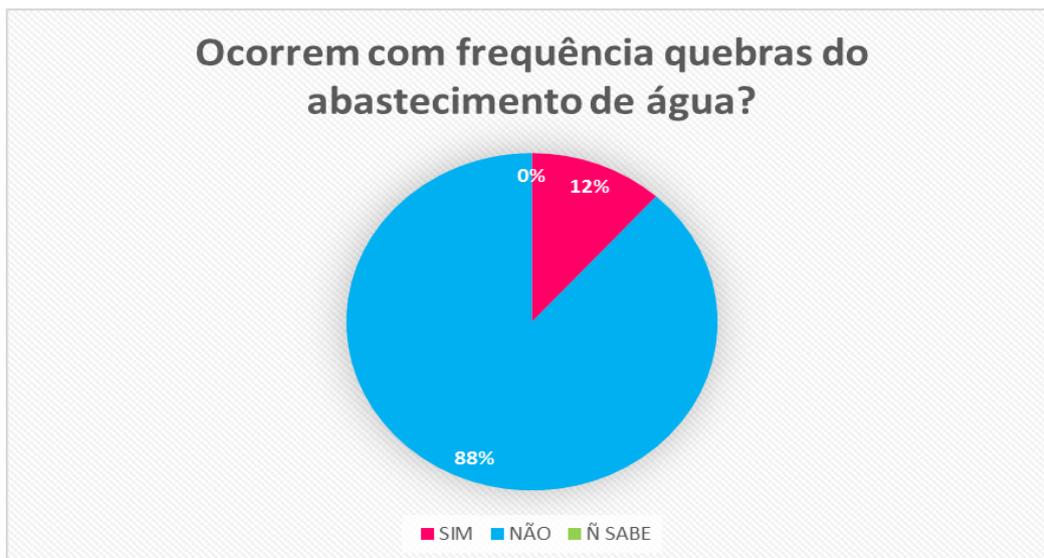


Fig. 32 – “Ocorrem com frequência quebras de abastecimento de água?”

As quebras no abastecimento de água, podem ser provocadas pelos rebentamentos de canos sendo que, questionámos a população acerca disto. A maioria (quarenta e cinco dos inquiridos) afirma não haver casos de rebentamentos de canos na freguesia, exceto ao pé da Hamburgaria Maneirista (Figura 33).

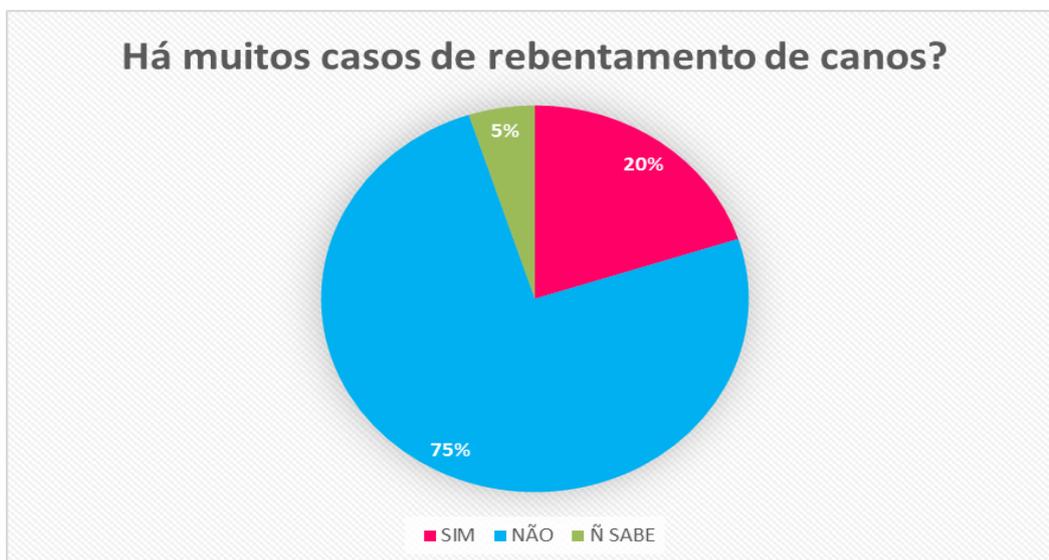


Fig. 33 – “Há muitos casos de rebentamentos de canos?”

Quanto aos custos de abastecimento de água, quarenta e oito pessoas responderam que “sim” quando questionadas se os custos são elevados. A maioria afirma que o custo do abastecimento de água aumentou ao longo dos anos (Figura 34).

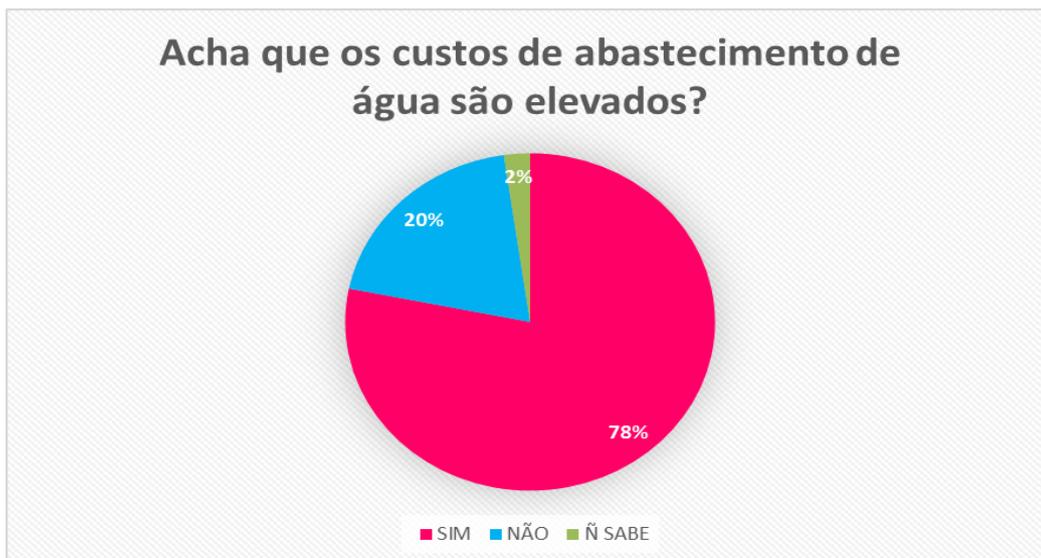


Fig. 34 – “Acha que os custos de abastecimento de água são elevados?”

Relativamente à correta limpeza e manutenção dos esgotos, trinta e uma pessoas responderam que “sim” e vinte de duas responderam que “não” à questão “há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos?” (Figura 35). Na verdade, alguns dos inquiridos referiram a existência de baratas junto a algumas habitações mais antigas, sendo que não há muita limpeza dos esgotos. Já quando questionados sobre a presença de alguma alteração no cheiro proveniente dos esgotos, catorze pessoas responderam que “sim” e quarenta e seis responderam que “não” (Figura 36). Os inquiridos referiram que estas alterações são sazonais, ocorrem em determinadas estações do ano, como por exemplo no Verão.

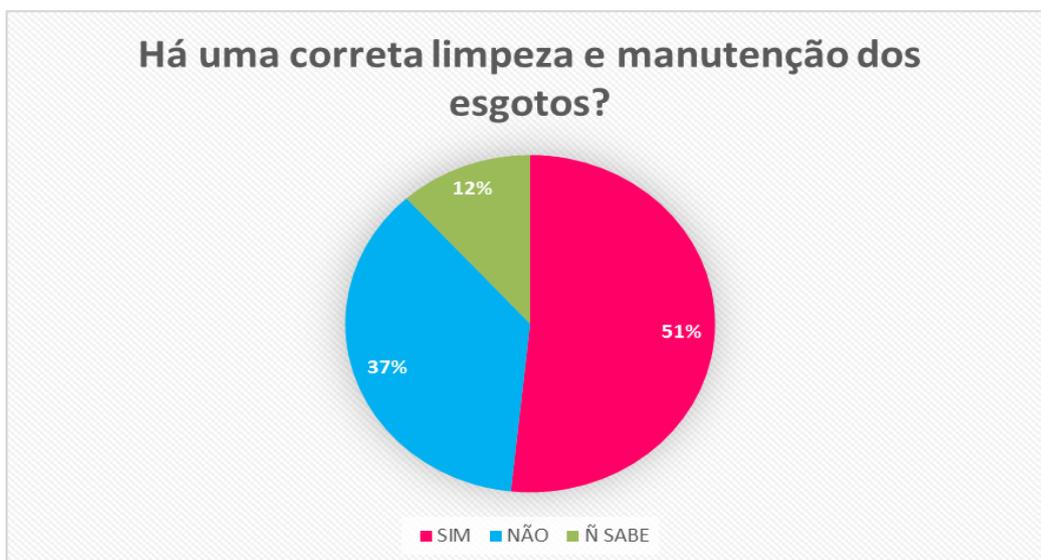


Fig. 35 – “Há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos?”

Já quando questionados sobre a presença de alguma alteração no cheiro proveniente dos esgotos, catorze pessoas responderam que “sim” e quarenta e seis responderam que “não” (Figura 36). Os inquiridos referiram que estas alterações são sazonais, ocorrem em determinadas estações do ano, como por exemplo no Verão.

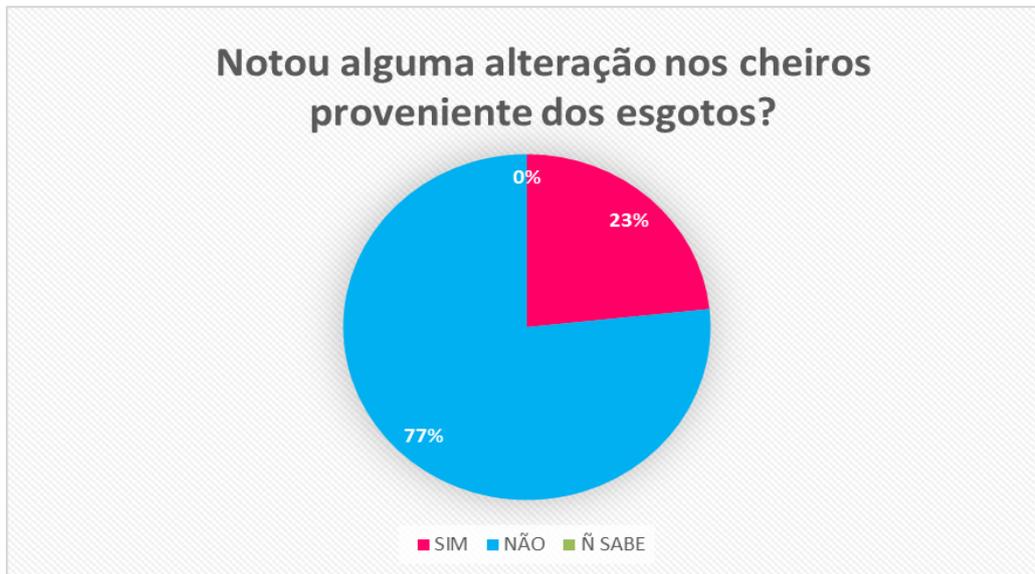


Fig. 36 – “Notou alguma alteração nos cheiros provenientes dos esgotos?”

Relativamente às questões que se relacionam com a recolha de lixos ser suficiente, quarenta e sete pessoas responderam que “sim” e treze responderam que “não” (Figura 37). Os inquiridos afirmaram que as ruas são limpas maioritariamente pelos moradores e comerciantes, e que estas se encontram mais sujas nas épocas festivas, como se pode verificar na “Queima das Fitas”. A maioria não se recorda de nenhum episódio de acumulação excessiva de lixos e refere que isto só se sucede aquando de comemorações académicas e greves.

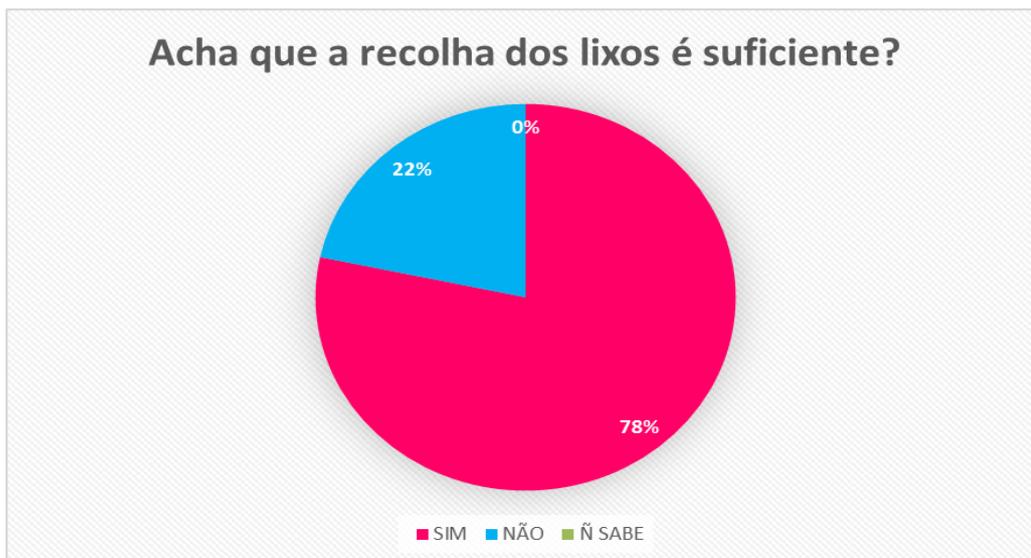


Fig. 37 – “Acha que a recolha dos lixos é suficiente?”

Para a maioria dos inquiridos o horário de recolha dos lixos não os perturba, passando de manhã cedo (9h) ou por volta da 23h. Quando questionados “acha que o horário de recolha perturba os habitantes?”, cinco pessoas responderam que “sim”, cinquenta e quatro responderam que “não” e uma respondeu “não sabe” (Figura 38).



Fig. 38 – “Acha que o horário de recolha perturba os habitantes?”

Por outro lado, sobre a quantidade de contentores ser suficiente, quarenta e quatro pessoas responderam que “sim” e dezasseis responderam que “não”. Na sua maioria, a população considera o número de contentores suficiente, bem como a sua proximidade, no entanto, referiram a falta de contentores de reciclagem (Figura 39).

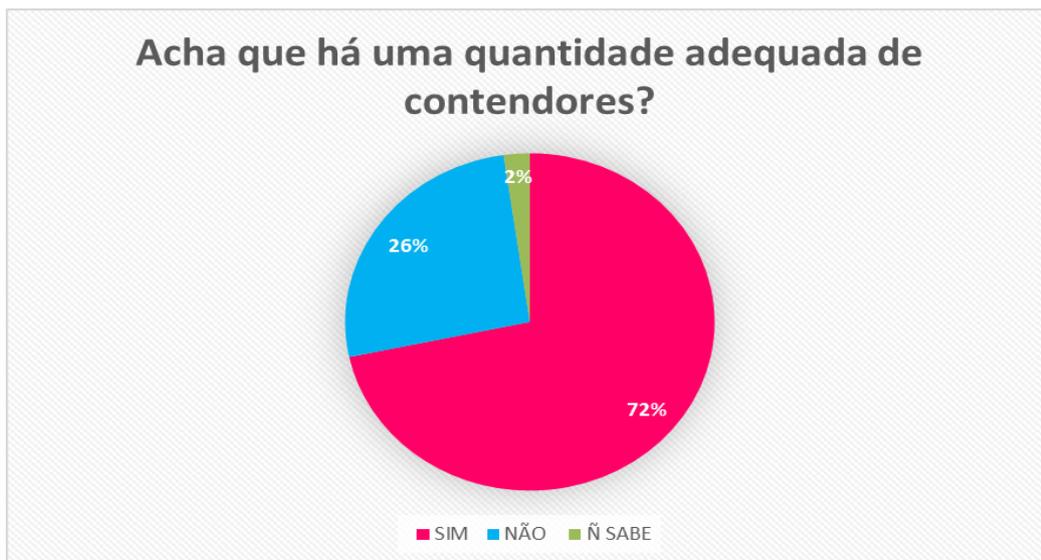


Fig. 39 – “Acha que há uma quantidade adequada de contentores?”

A conduta da população de Santa Clara no que toca à eliminação de resíduos na sua maioria é boa, sendo que quarenta e seis pessoas responderam que tem uma conduta adequada na eliminação dos mesmos e catorze responderam que “não”, (Figura 40).

No que diz respeito à realização da reciclagem e separação de resíduos, cinquenta e duas pessoas responderam que “sim” a efetuavam e oito responderam que “não”. Os inquiridos que efetuam reciclagem, consideram que existe falta de contentores de reciclagem, como já foi referido anteriormente, (Figura 41).



Fig. 40 – “Acha que tem uma conduta correta na eliminação de resíduos?”



Fig. 41 – “Realiza a separação/reciclagem dos resíduos?”

No que toca às características de higiene das ruas e possíveis cheiros desagradáveis, trinta e sete pessoas responderam que consideram as ruas limpas e vinte e três responderam que “não”, afirmando que a câmara não disponibiliza trabalhadores suficientes para a sua limpeza (Figura 42).

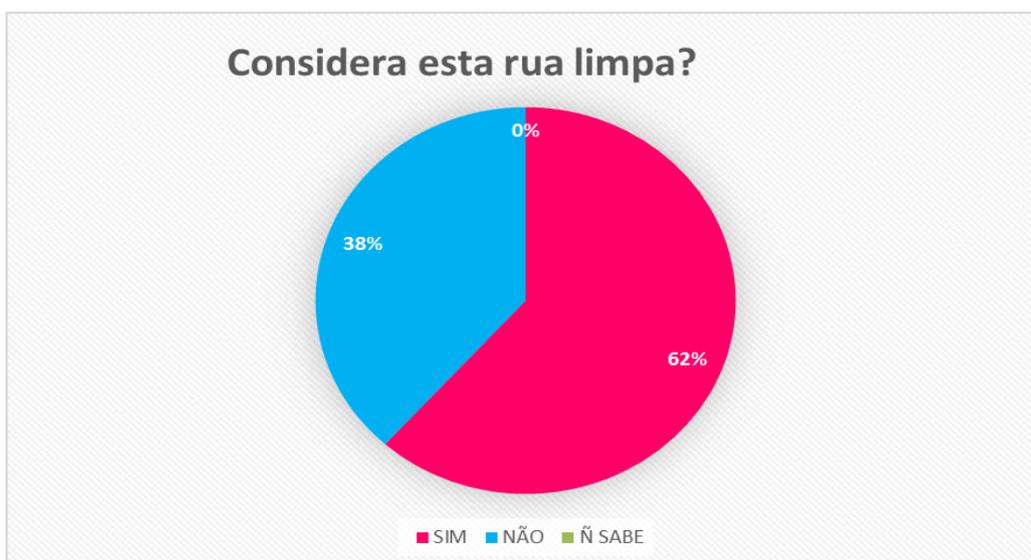


Fig. 42 – “Considera esta rua limpa?”

As ruas apresentam-se com ervas, papéis, latas de bebida, entre outros, que incomodam a população. Vinte e cinco pessoas responderam que “sim” quando questionadas

"alguma vez detetou algum cheiro desagradável na sua rua?" e trinta e cinco responderam que "não", os inquiridos destacaram o facto de que em certas estações do ano existe cheiros mais desagradáveis, provenientes das terras e de fábricas como à do Azeite, bem como dos contentores do lixo (Figura 43).

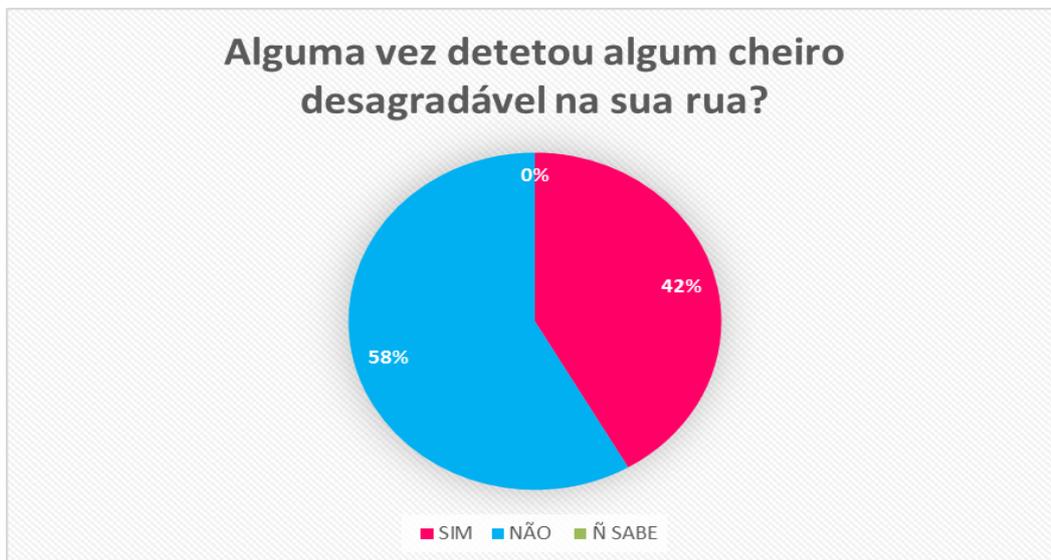


Fig. 43 – “Alguma vez detetou algum cheiro desagradável na sua

Por outro lado, foram bastante frequentes as queixas sobre as fezes dos cães, e da necessidade de aumentar os cuidados de limpeza tanto das valetas, como a lavagens dos pisos e colocação de mais contentores. Destaca-se então, o facto de quarenta e três pessoas responderem que alteravam certas questões de higiene na sua rua e dezassete responderam que “não”, (Figura 44).

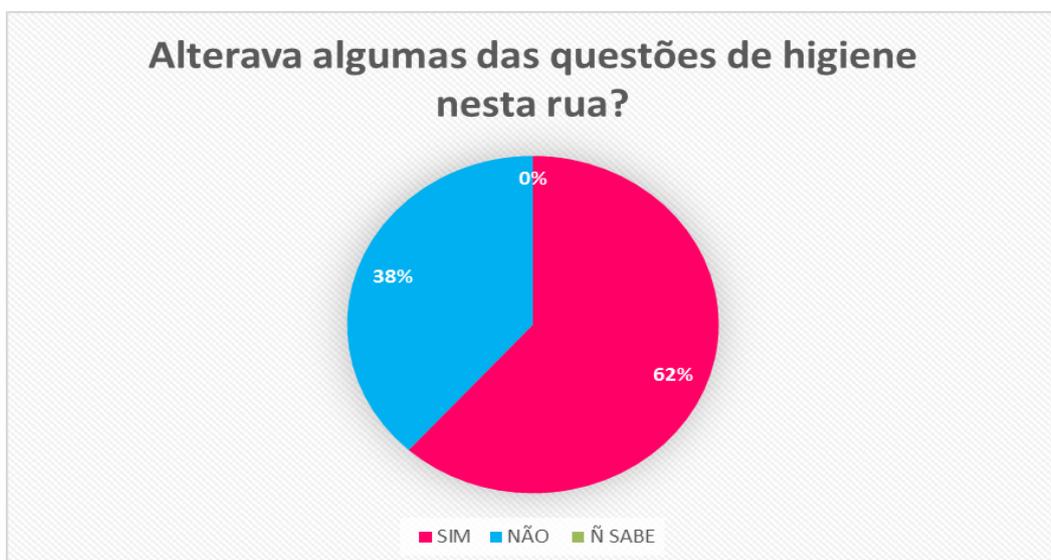


Fig. 44 – “Alterava algumas das questões de higiene nesta rua?”

1.2.2. Abastecimento de energia

Relativamente ao abastecimento de energia, toda a população inquirida respondeu que “sim” à pergunta "tem eletricidade em sua casa?". Podemos afirmar, assim, que todos os inquiridos têm eletricidade em casa (Figura 45).



Fig. 45 – “Tem eletricidade em sua casa?”

Já quando questionados sobre a ocorrência de cortes de energia doze pessoas responderam que “sim” e trinta e cinco responderam que “não” (Figura 46). Alguns inquiridos relatam a existência de cortes de energias com frequência na Rua Carlos Alberto Pinto Abreu sendo que a reparação dos mesmos demoram em média 1/2h.

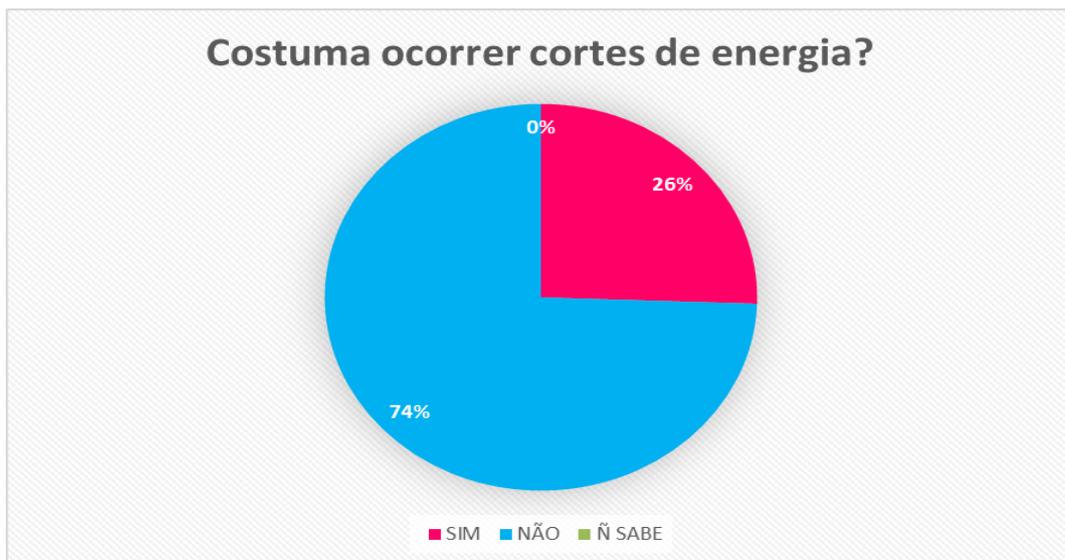


Fig. 46 – “Costuma ocorrer cortes de energia?”

A nível de custos do abastecimento de energia, cinquenta e quatro pessoas responderam que são elevados, cinco responderam que “não” e uma respondeu “não sabe”, sendo que a maioria os considera elevados como podemos na Figura 47.

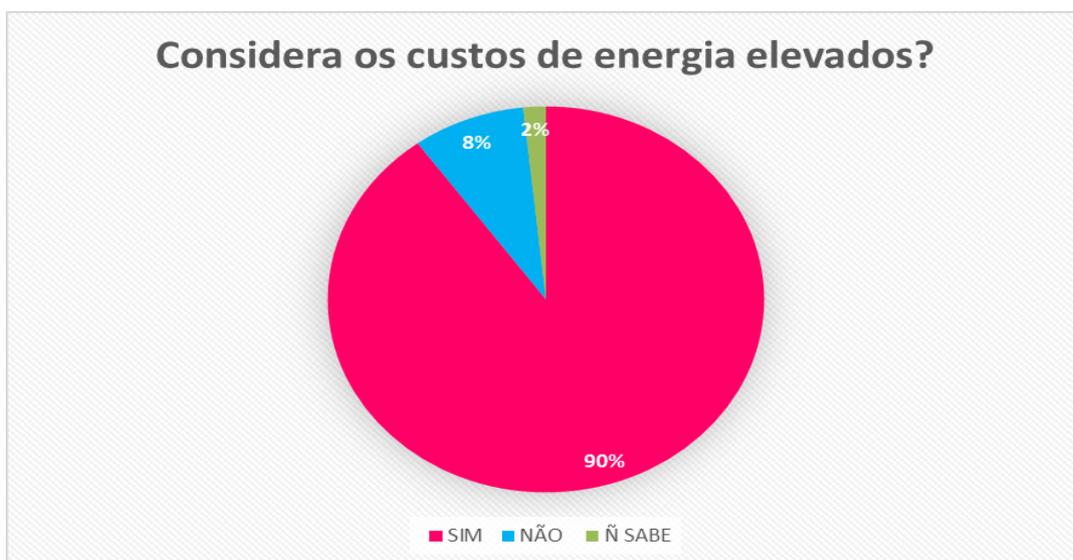


Fig. 47 – “Considera os custos de energia elevados?”

1.2.3. Segurança

A segurança constitui um indicador extremamente importante no que diz respeito aos recursos básicos de qualidade de vida, sendo este um determinante de saúde com bastante impacto na comunidade, pois proporciona à pessoa imunidade a fatores

externos que podem por em perigo a sua saúde ou a saúde dos que a rodeiam. No que diz respeito, à iluminação pública, à violência e criminalidade e à proteção pública e privada, que estão inseridos na dinâmica da segurança da comunidade, as opiniões dos inquiridos divergem.

Quanto à iluminação pública, como referência questionamos algumas pessoas da comunidade se consideravam que a falta de iluminação em determinadas ruas poderia ser um problema, a esta questão do total de 60 inquiridos, 53 consideraram que sim, 6 consideraram que não e 1 afirmou não saber, como podemos ver na Figura 48.



Fig. 48 – “Há ruas que possam ter pior iluminação, acha que é um problema?”

Posto isto, comparando com as restantes questões em relação à iluminação pública, podemos concluir que 41 inquiridos consideram haver um problema de saúde pública, pois afirma que a iluminação das ruas nesta região é insuficiente, Figura 49.

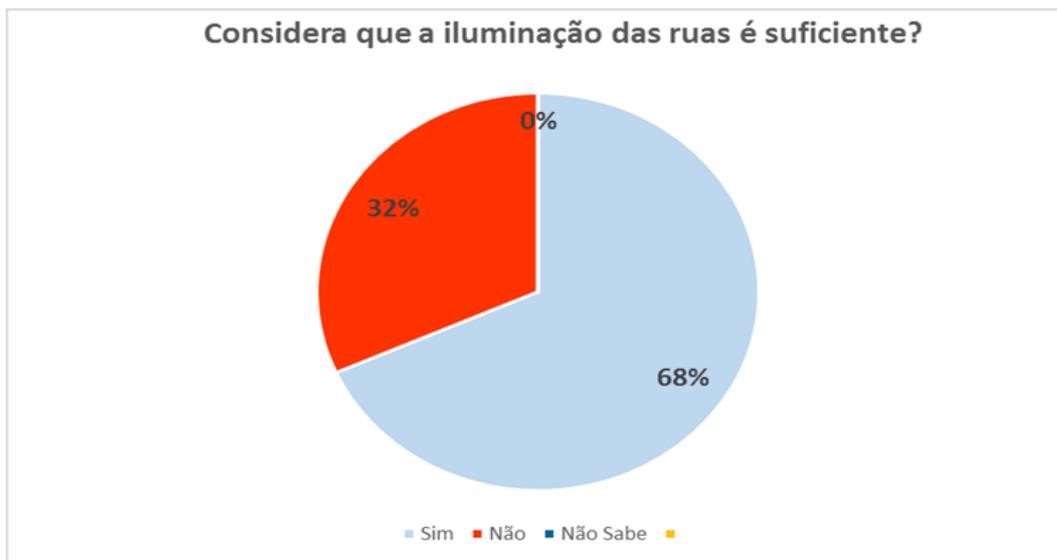


Fig. 49 – “Considera que a iluminação das ruas é suficiente?”

No entanto, ainda assim, uma maioria não muito significativa, cerca de 36 inquiridos, não considera que esta condição tenha impacto no seu estilo de vida, como por exemplo, em sair à rua de noite, facto demonstrada na Figura 50.

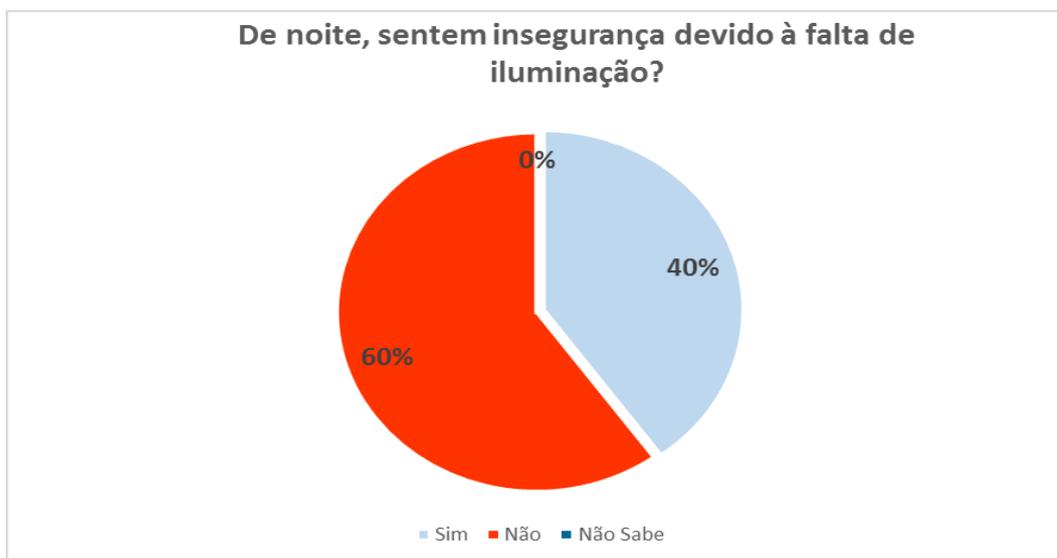


Fig. 50 – “De noite, sentem insegurança devido à falta de iluminação?”

Os inquiridos referiram algumas observações referentes a esta temática, nomeadamente, o facto de as luzes permanecerem muitas vezes apagadas e consideram que a pior iluminação leva a um crescente número de acidentes rodoviários e a uma mais insegurança a andar nas ruas á noite. Ainda que, no seu caso específico, esta comunidade, não considere que a falta de iluminação seja significativa ao ponto de

condicionar os seus atos, esta é capaz de reconhecer que a falta de iluminação pública em determinados casos possa por em risco a segurança das pessoas em algumas situações, como andar nas ruas à noite.

Ainda dentro deste assunto, questionamos o Sr. Presidente da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas para podermos entender de que forma a União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas se interessa e debate acerca deste conteúdo. Face a este determinante o Sr. Presidente afirmou que houve uma remodelação de todas as lâmpadas de acordo com um projeto europeu, sendo as mais recentes de maior duração, cerca de 15 anos. No entanto, o Sr. Presidente demonstrou alguma preocupação em relação à saúde da população, pois afirma que “estas lâmpadas foram preparadas para dar iluminação até 150m, mas acho que as lâmpadas são demasiado agressivas para o olhar humano, a luminosidade também é perigosa” (J. Simão, comunicação pessoal, 2015). Fora isto, o Sr. Presidente sugeriu a existência de umas lâmpadas led menos agressivas e que acarretam menos custos pois, é possível monitorizá-las de forma a estarem acesas quando realmente existe necessidade. O Sr. Presidente deu o seguinte exemplo: “imagine que às 4 da manhã não tem carros a circular e tem as lâmpadas acesas, portanto se houver monitorização podemos á noite por a cidade a dormir, por exemplo, em sítios com discotecas aí sim a iluminação é necessária, mas todo o resto pode ser apagado, ou ter células que quando um carro se aproxima a lâmpada acende” (J. Simão, comunicação pessoal, 2015), o Sr. Presidente afirmou ter conhecimento de zonas em que esta situação já acontece. Na sua globalidade o Sr. Presidente considera que existe uma correta iluminação das ruas na União de Freguesias, contudo fez referência a algumas situações pontuais em que pode existir um défice como é o caso de algumas casas isoladas “no meio do monte”.

Em relação à violência e criminalidade, quando questionados se consideram a freguesia perigosa com alguns relatos de criminalidade as opiniões dividiram-se, pois, metade dos inquiridos, 30, responderam afirmativamente referindo a ocorrência de roubos a comércios, casas, drogas e furtos, enquanto a outra metade reagiu negativamente (Figura 51).

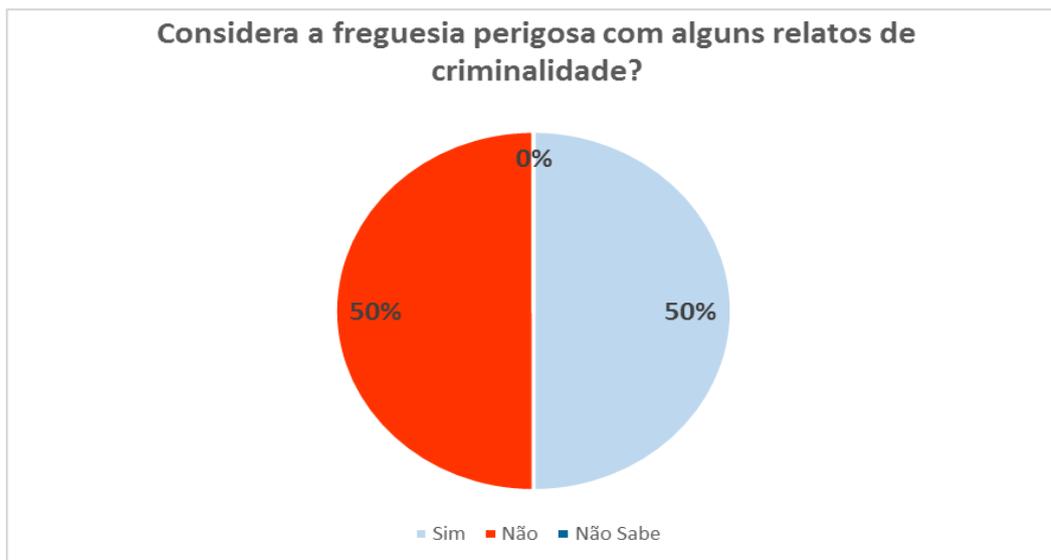


Fig. 51 – “Considera a freguesia perigosa com alguns relatos de

A maioria dos inquiridos não conseguiu identificar uma zona como problemática, no entanto, os 26 inquiridos que afirmam serem capazes de nos indicar uma zona referenciaram a zona do alto da Santa Clara, a rua dos Martas, o Mercado e LIDL e a rua dos Mármore (Figura 52).

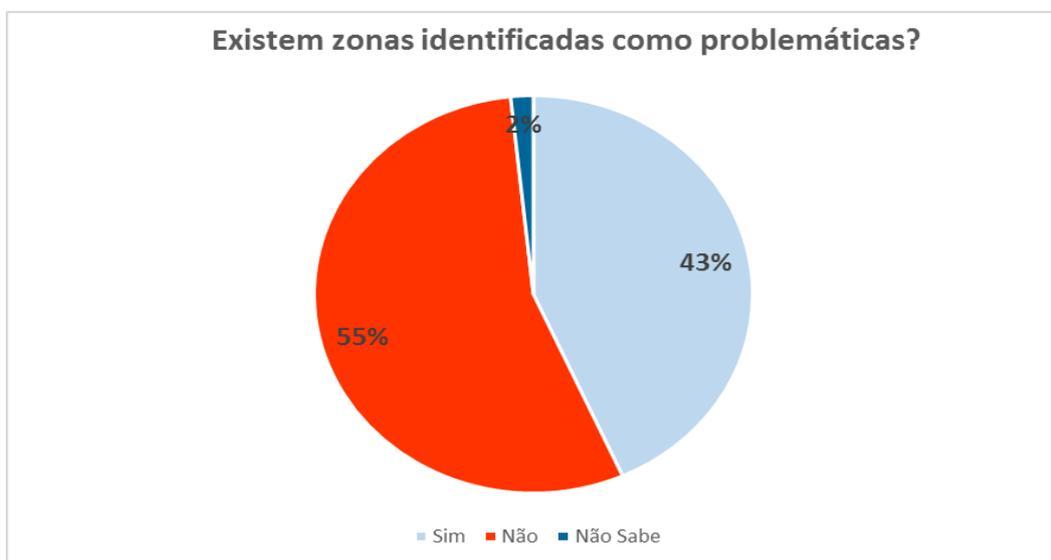


Fig. 52 – “Existem zonas identificadas como problemáticas?”

De entre os perigos sentidos pela população esta salientou a ocorrência de roubos, de má condução e a existência de toxicodependentes e problemas derivados do excesso de álcool. Posto isto, colocamos a grande questão, “tem problemas em sair de casa ou andar na rua de noite?” e 13 pessoas responderam-nos que “sim” e 47 responderam-nos que “não” pelo que podemos concluir que, ainda que ao olhar da população exista

alguma violência e/ou criminalidade na zona este facto, na maioria dos casos, não os inibe de sair de casa nem compromete as suas vontades (Figura 53).

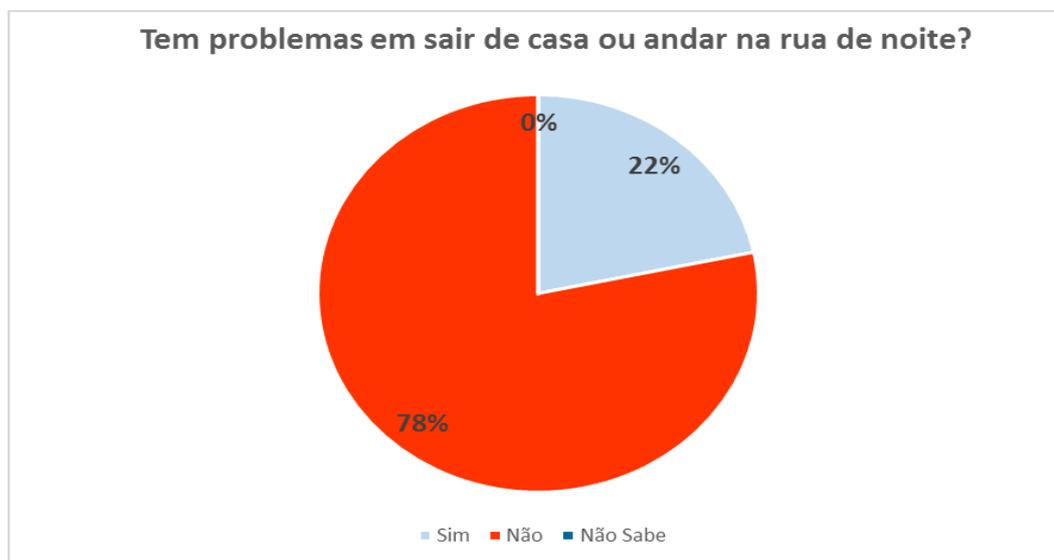


Fig. 53 – “Tem problemas em sair de casa ou andar na rua de noite?”

Contrariamente à opinião da comunidade, o Sr. Presidente, quando questionado com perguntas semelhantes em relação à violência e criminalidade, referiu que a mesma não é muito significativa na União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas e que não existe uma área problemática afirmando que são tomadas todas as medidas necessárias para intervir nestas situações de forma a evitar que as mesmas emirjam.

Para aprofundar ainda mais este assunto que é tao influente na saúde da população questionamos também a Sra. Enfermeira Eugenia do Centro de Saúde de Santa Clara. Quando questionada se possui conhecimento de registos de criminalidade e/ou violência na freguesia, a Enfermeira Eugenia, reagiu afirmativamente, enumerando alguns dos casos de que tem conhecimento, nomeadamente, a existência de bastante toxicoddependência, alcoolismo, violência no namoro e pressões grupais. Pelo contrário, a Enfermeira Eugenia, em relação à violência doméstica, afirmou que, a mesma não é muito comum, pois a população sabe lidar bem com estas ocorrências e resolvê-las adequadamente, optando pelo divorcio, por exemplo. Perante estas situações, segundo a Sra. Enfermeira, as principais intervenções de enfermagem mobilizadas são a referenciação e o encaminhamento familiar, no caso especifico dos toxicoddependentes, os mesmos procuram imenso a enfermeira para falarem e/ou desabafarem nas mais variadas ocasiões. Na sua opinião, a grande razão que se esconde por detrás destes

comportamentos é a dificuldade económica sentida por parte de algumas pessoas da comunidade. Adjacentes à criminalidade e violência, a Sra. Enfermeira, considera existir problemas de saúde e impacto dos mesmos na vida das pessoas, como por exemplo, no caso da violência do namoro, que se reflete no rendimento escolar, aumentando o insucesso escolar, na alimentação, surgindo por vezes casos de anorexia e no consumo de álcool e tabaco (reações do termo comportamental). Quanto às repercussões que estes comportamentos têm na pessoa, a Sra. Enfermeira Eugenia, afirma que existem algumas pessoas que de facto superam totalmente os danos causados a nível psicológico enquanto outras não.

Em suma, no que diz respeito à violência e criminalidade, podemos ver que a opinião da generalidade da população é muito semelhante à opinião da Sra. Enfermeira Eugenia, este facto deve-se, essencialmente, a relação de proximidade que o Centro de Saúde de Santa Clara se esforça por estabelecer com os seus utentes e assim possuir uma visão realista das suas vidas, das suas realidades e dos determinantes que afetam a sua saúde e a saúde pública. Quanto ao Sr. Presidente, este debruçou-se mais em aspetos técnicos, no entanto, demonstrou imenso interesse e predisposição para intervir quando necessário.

Por fim, em relação à proteção pública e privada pudemos concluir que a maioria dos inquiridos não possui proteção privada (alarmes), facto facilmente constatado, através da observação direta na comunidade, bem como, através da análise dos inquéritos, pois do total de 60 pessoas inquiridas 36 responderam que não possuíam e 24 responderam que possuíam, ou seja, a maioria das pessoas não tem sistema de alarme em casa à exceção de alguns comerciantes que têm sistema de alarme nos estabelecimentos tal como podemos ver na Figura 54.

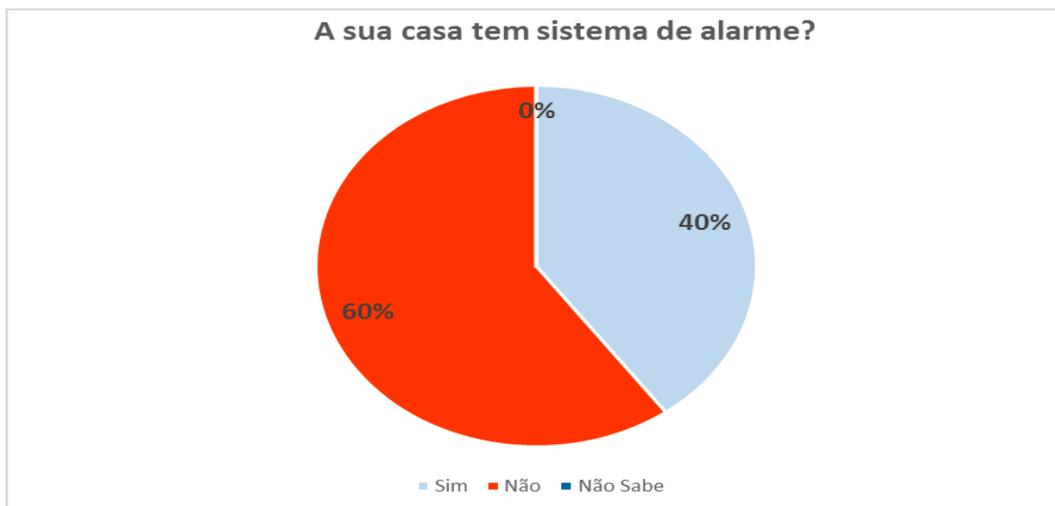


Fig. 54 – “A sua casa tem sistema de alarme?”

Em relação à frequência do patrulhamento policial, a população inquirida considera-o pouco ou mesmo inexistente e de acordo com esta constatação a maioria dos inquiridos, cerca de 39, não se sente seguro com o trabalho desenvolvido pela Policia na freguesia, Figura 55.



Fig. 55 – “Sente-se seguro com o trabalho desenvolvido pela polícia?”

1.2.4. Espaços Verdes

Um aspeto relevante no estudo dos recursos básicos de vida são os espaços verdes existentes numa comunidade.

Relativamente aos espaços verdes, podemos considerar que Santa Clara consegue providenciar alguns, que vão desde a baixa, parque verde do Mondego até à Quinta das Lágrimas. Quando questionados sobre a falta de espaços verdes no seu local de

residência, a maioria dos inquiridos acha que não há falta de espaços verdes no local de residência, 33 pessoas. Sendo que 27 pessoas responderam que sim, há falta de espaços verdes no seu local de residência. Mas o que concluímos da informação recolhida é que as pessoas que responderam maioritariamente que não é preciso mais espaços verdes são as pessoas que residem na zona do Portugal dos Pequeninos, onde têm o parque Verde do Mondego.

O grupo achou pertinente questionar a população sobre se pode a população usufruir dos espaços verdes para atividades de família, lazer, entre outras. A maioria das 60 pessoas inquiridas respondeu que sim, que tinham espaços amplos para o fazer, mas que só podiam usufruir dos espaços verdes para as atividades de lazer durante o dia, pois de noite é complicado devido a falta de iluminação (Figura 56).

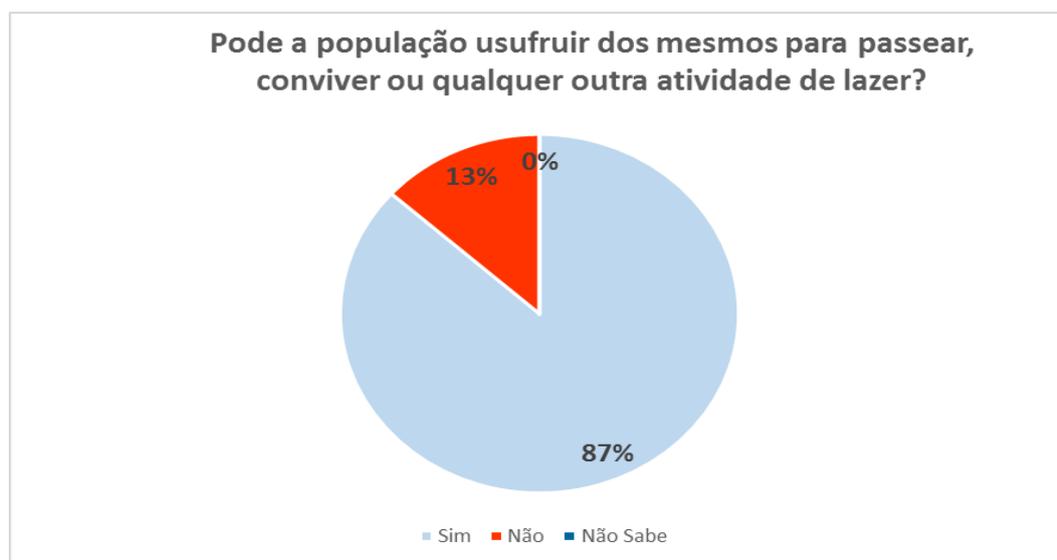


Fig. 56 – “Poda a população usufruir dos mesmos para passear, conviver ou qualquer outra atividade de lazer?”

Questionamos também a população sobre os seus terrenos privados e limpeza dos mesmos e chegamos a conclusão que 33 pessoas responderam que não efetuavam limpeza dos seus terrenos, e 22 pessoas responderam que efetuavam tal limpeza (Figura 57). Não se nota grande atenção quanto a limpeza dos terrenos privados, sendo que algumas pessoas questionadas referiram que moravam em apartamento ou não tinham terrenos privados, mas que por trás de suas casas havia alguns terrenos com despojos de lixo, como seringas e papéis. Um aspeto a ter em consideração.

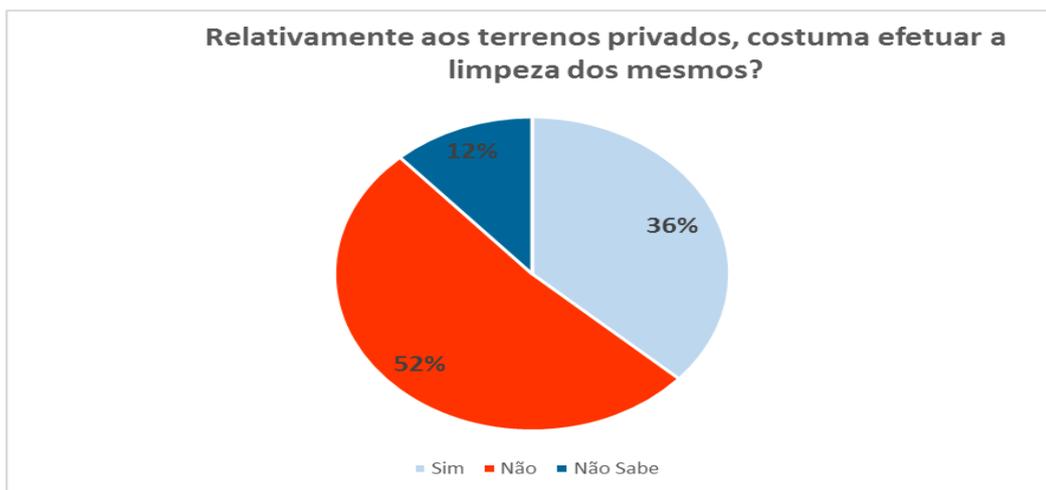


Fig. 57 – “Relativamente aos terrenos privados, costuma efetuar a limpeza dos mesmos?”

Ainda relativamente aos espaços verdes, e para concluir achamos interessante falar sobre o risco de incendio devido a falta de limpeza e tivemos uma equidade entre as pessoas que achavam que havia risco e as que diziam que não havia risco de incendio, 29 para cada. Sendo que 2 pessoas responderam que não sabiam (Figura 58). Tivemos noção ao falar com as pessoas que, as que responderam que havia risco de incêndio, eram pessoas que moravam mais para a zona de Castelo Viegas e que conheciam bem a zona em causa, quando no lado oposto, as pessoas que responderam que não havia, eram pessoas da zona do Portugal dos Pequeninos.

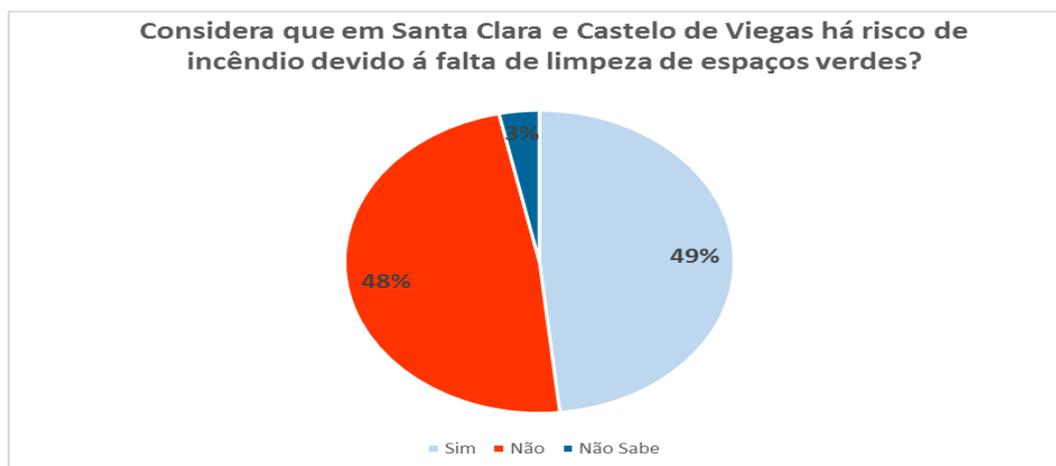


Fig. 58 – “Considera que em Santa Clara e Castelo de Viegas há risco de incêndio devido à falta de limpeza de espaços verdes?”

2. APRECIACÃO DOS QUE CONTRIBUEM PARA A SAÚDE E BEM-ESTAR DA COMUNIDADE E SUA RELAÇÃO COM OS INDICADORES DE SAÚDE NACIONAIS

Previamente a debruçarmos a nossa atenção sobre a comunidade de Santa Clara e Castelo de Viegas, vamos reforçar os conceitos de comunidade, saúde de uma comunidade e determinantes de saúde para melhor conseguir compreender a relação que esta comunidade estabelece entre si e como se relaciona com os indicadores de saúde nacionais.

Assim, uma comunidade é um conjunto de grupos de população que vivem juntos num lugar, urbano ou rural, em condições específicas de organização e de coesão social e cultural. Os membros da comunidade estão, ou podem estar em contacto direto uns com os outros, estão ligados em graus variáveis, por características (étnicas, culturais, profissionais, etc.) comuns e/ou por interesses e aspirações que podem ser comuns. (San Martins e Pastor, 1988).

Na saúde de uma comunidade, estão em interação um conjunto de fatores. Sendo que o estado de saúde dessa população depende não só do património genético de cada cidadão, como também do ambiente social, cultural e físico em que vive (Quigley et al, 2006) mas também do desempenho do Sistema de Saúde (SdS).

Relativamente aos determinantes de saúde, que são os fatores sociais, económicos, culturais, étnico/raciais, psicológicos e comportamentais que influenciam a ocorrência de problemas de saúde e seus fatores de risco na população.” (Comissão Nacional sobre os Determinantes Sociais da Saúde, 2007), falamos de M. Lalonde, que apresentou um modelo conhecido por “Determinantes de Saúde” (New Perspectives for the health of Canadians, 1974) em que defende a interação entre diferentes variáveis:

- A biologia Humana, onde se encontram inseridos os genes, a idade e sexo/raça;
- O meio Ambiente, tanto físico (água, ar, solo, radiações, agentes infecciosos) como social e económico (pobreza, classe social, emprego/condições sociais de trabalho, educação/cultura e desigualdades);
- O estilo de vida (álcool, tabaco, nutrição, contacto sexual, drogas...);

- O serviço de saúde (serviço e acessibilidade).

Na comunidade em estudo, Santa Clara e Castelo de Viegas, podemos afirmar que apresenta algumas das variáveis acima referenciadas, sendo que algumas estão mais predominantes que outras.

Temos então uma relação com os indicadores de saúde nacionais, na medida em que “**Indicadores de Saúde** (IdS) são instrumentos de medida sumária que refletem, direta ou indiretamente, informações relevantes sobre diferentes atributos e dimensões da saúde bem como os fatores que a determinam.” (Dias C et al, cit., 2007)

Segundo o Plano Nacional de Saúde (2012, p. 2-3), podem ser considerados quatro grandes grupos de Indicadores de Saúde:

- **Grupo I: Indicadores de Estado de Saúde** - permitem analisar quão saudável é uma população através de dimensões como a mortalidade, morbidade, incapacidade e bem-estar;
- **Grupo II: Indicadores de Determinantes de Saúde** - possibilitam o conhecimento sobre os fatores para os quais há evidência científica quanto à influência sobre o estado de saúde e da utilização dos cuidados de saúde (comportamentos, condições de vida e trabalho, recursos pessoais e ambientais);
- **Grupo III: Indicadores de Desempenho do SdS** - nas suas múltiplas dimensões de aceitabilidade, acesso, qualidade, capacitação, integração de cuidados, efetividade, eficiência e segurança, auxiliam a análise da qualidade do SdS;
- **Grupo IV: Indicadores de Contexto** - contêm medidas de caracterização que, não sendo indicadores de estado de saúde, determinantes individuais ou de desempenho do SdS, fornecem informação contextual importante e permitem, por ajustamento, comparar populações distintas.

Relativamente ao grupo I (Indicadores de Estado de Saúde) e de modo a analisar o quão saudável é a população em estudo, freguesia de Santa Clara e Castelo Viegas, tendo em conta a variável taxa de mortalidade podemos concluir que segundo os censos realizados pelo INE no ano de 2011, o número de pessoas residentes em Santa Clara e Castelo Viegas era de 11 624 (como referido no tópico 1.1.1.2) e o número de óbitos no ano de 2013 foi de 119 pessoas (59 homens e 60 mulheres). (Figura 59)

| Local de residência (NUTS - 2013) | Óbitos (N.º) por Local de residência (NUTS - 2013) e Sexo; Anual | |
|--|--|----------|
| | Período de referência dos dados (1) | |
| | 2014 | |
| | Sexo | |
| | H N.º | M N.º |
| União das freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas | 59 | 60 |

Óbitos (N.º) por Local de residência (NUTS - 2013) e Sexo; Anual - INE, Óbitos

Nota(s):

(1) Os dados da mortalidade para 2014 foram revistos, em fevereiro de 2016, no âmbito da conclusão do processo de codificação das causas de morte nos registos de óbitos de 2014. O número de óbitos registado em 2014 em Portugal alterou de 105 162 para 105 219.

Fig.59 - Número de óbitos na Freguesia de Santa Clara e Castelo Viegas

De modo a compreender melhor a população em questão e complementando a informação acima mencionada, será importante referir que no ano de 2013, a taxa de mortalidade na região de Coimbra, onde se insere a freguesia de Santa Clara e Castelo Viegas, em áreas predominantemente urbanas foi de 10,3 ‰, em áreas mediantemente urbanas foi de 11,2 ‰ e em áreas predominantemente rurais foi de 14,5 ‰. A informação mencionada foi recolhida em INE. (Figura 60)

| Local de residência (NUTS - 2013) | Taxa bruta de mortalidade (‰) por Local de residência (NUTS - 2013) e Tipologia de áreas urbanas; Anual (2) | | |
|-----------------------------------|---|---------------------------|------------------------------|
| | Período de referência dos dados (1) | | |
| | 2014 | | |
| | Tipologia de áreas urbanas | | |
| | Área predominantemente urbana | Área mediantemente urbana | Área predominantemente rural |
| | ‰ | ‰ | ‰ |
| Região de Coimbra | 10,3 | 11,2 | 14,5 |

Taxa bruta de mortalidade (‰) por Local de residência (NUTS - 2013) e Tipologia de áreas urbanas; Anual - INE, Indicadores Demográficos

Nota(s):

(1) Os dados da mortalidade para 2014 foram revistos, em fevereiro de 2016, no âmbito da conclusão do processo de codificação das causas de morte nos registos de óbitos de 2014.

(2) Informação de acordo com a divisão administrativa correspondente à Carta Administrativa Oficial de Portugal 2013 (CAOP2013) e a nova versão das NUTS (NUTS 2013) em vigor a partir de 1 de janeiro de 2015. Os dados referentes aos anos de 2011, 2012 e 2013 incluem ajustamentos que refletem as alterações resultantes dos diplomas legais associados à reorganização administrativa do território das freguesias, com entrada em vigor a 30 de setembro de 2013.

Fig.60 - Taxa de Mortalidade na Região de Coimbra

Relativamente ao grupo II (Indicadores de Determinantes de Saúde) podemos integrar algumas informações recolhidas junto da população em estudo como por exemplo, a aplicação da escala de Graffar. A informação recolhida pode ser indicadora de vários aspetos, nomeadamente as condições de vida e acesso/uso de recursos pessoais e ambientais. Junto de 4 inquiridos, quando realizada a recolha de informação para o estudo de uma pessoa de uma comunidade, obtiveram-se os seguintes resultados: uma idosa de 78 anos que mora e trabalha na localidade de Santa Clara com uma pontuação de 21 pontos (classe IV-nível socioeconómico baixo); um jovem de 25 anos que trabalha em Santa Clara com uma pontuação de 12 pontos (classe II- nível socioeconómico elevado); uma idosa com 71 anos que mora e trabalha na localidade de Santa Clara com uma pontuação de 16 pontos (classe III-nível socioeconómico

razoável); uma idosa com 63 anos que mora porém não trabalha na localidade de Santa Clara, obteve a classificação de 13 pontos (classe II- nível socioeconómico elevado).

Por falta de dados de modo a realizar uma apreciação sobre os grupos III (Indicadores de Desempenho do SdS) e IV (Indicadores de Contexto), não irão ser abordados os mesmos.

Podemos então concluir através do estudo dos indicadores de saúde, tanto os referenciados pela DGS como os de M. Lalonde, que estes estabelecem uma relação com a comunidade, tanto a nível da sua qualidade de vida como dos seus recursos. Por tudo isto, podemos referir que a população de Santa Clara e Castelo de Viegas tem qualidade de vida, encontrando-se na sua maioria numa classe social razoável sem escassez de recursos.

3. APRECIACÃO DA SITUAÇÃO DE SAÚDE DE GRUPOS DE INDIVÍDUOS DE UMA COMUNIDADE EM FUNÇÃO DE ALGUNS INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Para uma melhor apreciação do estado de saúde de grupos de indivíduos da nossa comunidade – União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas – recorremos a uma amostra de quatro cidadãos da mesma e debruçamo-nos sobre algumas questões de cariz pessoal, como por exemplo, idade, género, profissão e habilitações literárias. Para além destas, também, o acesso aos cuidados de saúde e os antecedentes pessoais e familiares são preponderantes no estado de saúde, pelo que os analisámos cuidadosamente. Para complementar esta informação utilizámos algumas escalas, nomeadamente, a escala de Graffar, a escala de Sonolência de Epworth e a Mini Avaliação Nutricional. De forma a contemplar e fundamentar informação foi realizada pesquisa bibliográfica através de pesquisa online.

“No que diz respeito à idade, a prevalência de pior estado subjetivo de saúde aumenta com esta, sendo os idosos especialmente afetados por fatores externos, os quais desempenham um papel preponderante na avaliação do estado subjetivo de saúde, quando comparados com adultos e jovens.” (Mendes, 2009)

Quando observamos a nossa comunidade podemos constatar que esta é maioritariamente envelhecida. Sendo que dos quatro inquiridos, três apresentam idade superior a 60 anos de vida. Assim, podemos concluir que o estado de saúde desta população está mais vulnerável, no entanto, não nos podemos esquecer que deve ser implementado na sociedade um processo de envelhecimento ativo. Sendo que, segundo a OMS (2008), o envelhecimento ativo consiste num processo de otimização de oportunidades para saúde, participação e segurança, para melhorar a qualidade de vida das pessoas à medida que as mesmas envelhecem. Ou seja, deve existir uma tentativa de contrariar a relação direta que tende a existir entre o envelhecimento e a perda de qualidade de vida.

Para além deste determinante também o género é preponderante no estado de saúde de uma população. Segundo esta amostra, cerca de três quartos é do género feminino e um quarto do género masculino. De facto, segundo os dados do INE, a União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas apresenta cerca de 5401 habitantes do sexo masculino e 6223 habitantes do sexo feminino, ou seja, o sexo feminino está representado em maior número.

Da associação entre qualidade de vida relacionada com a saúde e aspetos biológicos resultam diferenças entre géneros, sendo as razões desconhecidas. No entanto, a maioria das investigações sugere que o género feminino relata pior estado subjetivo de saúde comparativamente com o género masculino. (Mendes, 2009)

Outros aspetos que podem influenciar o estado de saúde de uma população é a sua profissão e a as suas habilitações literárias. Estes estão fortemente interligados, uma vez que podemos considerar que existe um elo de ligação entre a profissão e o estatuto socioeconómico e que, as pessoas com estatuto socioeconómico mais baixo apresentam pior estado subjetivo de saúde comparativamente com as de estatuto social mais elevado. Verifica-se ainda que, as pessoas com níveis de escolaridade superiores e profissionalmente ativos apresentam melhores níveis de estado subjetivo de saúde quando comparados com pessoas desempregadas ou reformadas (Mendes, 2009).

Para além dos dados do INE que nos dizem que mais de metade da população de Santa Clara possui níveis de escolaridade superior ao 12º ano e que a taxa de desemprego é na ordem dos 10,05%. Também a escala de Graffar aplicada aos quatro inquiridos nos podem ajudar na apreciação do estado de saúde da nossa comunidade. Sendo que metade dos inquiridos obteve uma classificação, em relação à classe social, de Classe II, uma pessoa Classe III e uma Classe IV, respetivamente, média alta, média e média baixa.

Se falamos do estado de saúde de uma comunidade então também é fundamental explorar o acesso aos cuidados de saúde. Segundo a DGE, 2011, “o acesso equitativo aos Sistemas de Saúde e às medidas de prevenção deve constituir um dos pilares do plano de ação em matéria de prevenção”, ou seja, a igual oportunidade de acesso aos cuidados potencia que ocorram ganhos em saúde em determinada população.

Na comunidade de Santa Clara e Castelo de Viegas, com base nas quatro pessoas inquiridas, obtivemos a informação que metade tem por hábito frequentar o Centro de Saúde e as restantes duas pessoas raramente o fazem, apenas em caso de emergência. No entanto, todos os inquiridos estão inscritos numa Unidade de Saúde Familiar.

Inerente ao estado de saúde de uma comunidade estão as suas patologias. Para avaliarmos o estado de saúde temos de ter em atenção estes dados e, como tal, compreender quais os antecedentes pessoais e familiares que prevalecem na comunidade.

A Sr.^a Enfermeira Eugénia declarou que a USF Rainha Santa Isabel segue o imposto pela DGS, nomeadamente no que se refere a assegurar a implementação e desenvolvimento dos programas de saúde prioritários, bem como, acompanhar a execução das políticas e programas do Ministério da Saúde. Os programas de saúde prioritários nesta comunidade são, o Programa Nacional para a Diabetes, o Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável, o Programa Nacional para a Saúde Mental e o Programa Nacional para as Doenças Cérebro-cardiovasculares; isto deve-se à prevalência de doentes com HTA, colesterol e diabetes, por exemplo (Decreto-Lei nº124/2011).

Quando questionados sobre os seus antecedentes pessoais e familiares, os quatro inquiridos vieram comprovar este facto pois, três dos quatro inquiridos têm colesterol, dois dos quatro inquiridos apresentam HTA, ansiedade e depressão e por fim apenas um inquirido referiu ter reumatismo e espondilite anquilosante. Como antecedentes familiares um inquirido fez referência à existência de HTA e hipercolesterolemia.

Para além disto, a USF Rainha Santa Isabel também primazia o Plano Nacional de Vacinação, facto que pode ser observado através da nossa amostra pois, três dos quatro inquiridos apresenta o esquema de vacinação atualizado. Podemos constatar que ao longo do seu percurso de vida todos os inquiridos afirmam já ter vivenciado um episódio de internamento.

Quando aplicada a escala de Sonolência de Epworth e a Mini Avaliação Nutricional observamos que todas as pessoas em estudo têm uma classificação normal, à exceção de uma pessoa que obteve um resultado alarmante pois, apresenta sonolência excessiva.

Podemos concluir que dois inquiridos têm obesidade Classe I, um inquirido obteve um resultado normal e por fim, um inquirido revelou risco de desnutrição, ou seja, a maioria dos inquiridos apresenta distúrbios alimentares quando submetido à Mini Avaliação Nutricional.

Não podíamos avaliar o estado de saúde de uma população sem a confrontar com essa questão, pelo que, quando questionados se têm sido pessoas saudáveis existe uma proporção de três para um, sendo que, três pessoas consideram que sim e uma pessoa considera não ser uma pessoa saudável.

Tendo em conta o até agora supracitado podemos concluir que na generalidade a comunidade da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo de Viegas apresenta um estado de saúde favorável. Apesar de ser uma população envelhecida, maioritariamente do sexo feminino e apresentar alguns declínios quando submetida à Mini Avaliação Nutricional, quando analisados os restantes determinantes de saúde obtemos uma apreciação positiva do seu estado de saúde. A maioria das pessoas considera-se saudável, possui um nível de escolaridade superior ao ensino secundário, é profissionalmente ativa e de classe social média, possui acesso ao Centro de Saúde e não apresenta alterações na escala de Sonolência de Epworth.

No entanto, não podemos esquecer a forte relação que existe entre os resultados que obtivemos na Mini Avaliação Nutricional e as patologias que prevalecem nesta comunidade. Já que, patologias como a HTA, colesterol e diabetes estão inerentes à prática de maus hábitos alimentares que muitas vezes se refletem no peso corporal da pessoa e na perda de qualidade de vida da mesma. Ainda assim, estas pessoas consideram-se saudáveis pois, tem ao ser dispor todos os meios e recursos necessários para independentemente de a doença possuir qualidade de vida.

4. SINTESE BIBLIOGRÁFICA

Numa pesquisa realizada na CIPE Beta 2, a subequipa 1 decidiu trabalhar o foco Ambiente, “Ambiente é um tipo de Fenómeno de Enfermagem com as características específicas: condições ou influências sob as quais o ser humano vive e se desenvolve.” (CIPE Beta 2, 2005). Dentro do foco escolhido dividimos o mesmo em quatro fatores que alteram a saúde e bem-estar das pessoas, são eles as Inundações “Inundação é um tipo de Água com as características específicas: extravasamento de uma massa de água para o solo, influenciado a vida e o desenvolvimento dos seres humanos” (CIPE Beta 2, 2005). Dentro do Ambiente decidimos também referenciar o Ambiente Artificial “Ambiente Artificial é um tipo de Ambiente com as características específicas: construção artificial, feita pelo Homem, incluindo as construções sociais de natureza imaterial, produzida com uma finalidade específica, planeada, concebida, criada, construída, substituída ou reconfigurada por seres humanos” (CIPE Beta 2, 2005). Onde explicamos as variáveis dos passeios, iluminação e condução durante as inundações.

No que diz respeito à condução durante as inundações encontramos o seguinte artigo “Investigating driver willingness to drive through flooded waterways” de Marti Pearson e Kyra Hamilton, da School of Applied Psychology, Griffith University, Austrália.

O objetivo deste estudo é compreender quais os princípios básicos que estão na base da tomada de decisão de um indivíduo e a sua capacidade de conduzir num piso inundado.

A amostra (dos participantes) é constituída por 174 australianos com idades compreendidas entre os 17 aos 65 anos, onde a maior parte provém de um meio inglês e cerca de 56.9 % tinha carta de condução, na qual a metodologia se baseou na realização de um questionário.

De acordo com experiências anteriores sobre pisos inundados e risco do nível da água foram propostos dois cenários de condução, um de baixo risco e um de alto risco.

- Cenário de baixo risco: Estás a conduzir um carro ligeiro imediatamente após uma tempestade. Estás a aproximar-te de uma zona inundada com cerca de 20 cm de altura de água.

- Cenário de alto risco: Estás a conduzir um carro ligeiro imediatamente após uma tempestade. Estás a aproximar-te de uma zona inundada com cerca de 60 cm de altura de água.

Segundo os dados do artigo cerca de 40% das morte por afogamento incluem veículos motores, é evidente a prevalência contínua de conduzir numa estrada inundada por todo o mundo, sendo que as inundações/cheias é a catástrofe natural mais comum por todo o mundo.

É necessário aproximadamente 15cm de altura de água para chegar aos passageiros que estão num carro, começando o mesmo a perder controlo. Aos 30cm de altura de água os carros começam a flutuar e a partir do momento em que um veículo começa a boiar a água facilmente empurra o carro de lado e a tendência é para o mesmo se virar ao contrário, deixando os passageiros que se encontram no interior com apenas alguns segundos para sair em segurança.

Este estudo recorreu ao uso da “The Theory of Planned Behaviour”, teoria do comportamento planeado, que é um modelo de decisão usada para explicar o comportamento social e de saúde do Homem, usado muitas vezes para explicar vários comportamentos de risco como o uso do telemóvel durante a condução e o não cumprimento dos limites de velocidade nas estradas rurais e urbanas. Este modelo refere que as decisões individuais de cada um são realizadas através de uma consideração sistemática de evidências disponíveis. Explica que as convicções de cada um são alimentadas pela confiança nas suas capacidades em controlar a sua vida e os seus acontecimentos. Para reforçar essa convicção temos a experiência de comportamentos anteriores repetidos que podem levar ao desenvolvimento de processos habituais que levam a ações previsíveis pelos mesmos.

Para a complementaridade da “The Theory of Planned Behaviour”, tentou-se perceber de que forma é que os condutores tomavam as suas decisões que muitas vezes passam por não ser planeadas, mas sim um ato impulsivo e irracional, é o chamado “Willingness model”. Aqui a pessoa não toma em consideração as consequências das suas ações e tão pouco aceita a responsabilidade do resultado final do seu comportamento.

“Health Belief Model” refere que a perceção de cada um aos riscos tem em conta a avaliação dos mesmos nas diversas circunstâncias, na sua descrição do risco e nas suas características culturais e pessoais em que se apresenta.

Está claro que conduzir numa estrada inundada pode levar a resultados de saúde negativos como, ferimentos graves ou até morte. Porém quando confrontados com o excesso de água os indivíduos podem não associar estes resultados às suas ações - conduzir nessas condições.

O objetivo deste estudo era deste modo perceber o processo de decisão que leva as pessoas a conduzirem em estradas alagadas, em tempo de cheias. Uma vez que, em Portugal existem relatos das mesmas tentarem atravessar estradas alagadas, algo que não é considerado pouco incomum, como refere o Correio da Manhã (2016), quando um homem de 50 anos foi visto pela última vez de bicicleta quando sofreu uma aparatosa queda e fora arrastado com a força da água do rio Vouga, sendo uma vítima mortal do mau tempo.

Para além da teoria de comportamento planeado, é necessário também ter em conta o risco percecionado e comportamentos passados, relativamente a este tema. No que diz respeito à previsão do futuro comportamento, é importante destacar a grande influência dos comportamentos passados, ao contrário da perceção de risco, que embora variável, dependendo principalmente da altura atingida pela água, representa um valor muito reduzido neste sentido. Isto significa que, embora as pessoas reconheçam as consequências que possam advir de conduzir em alturas de inundações, não as consideram aplicáveis a eles próprios – otimismo irrealista. Chegamos também à conclusão, neste estudo, que os indivíduos que já conduziram previamente em estradas alagadas, têm mais tendência a repetir o comportamento.

É então possível utilizar a teoria de comportamento planeado para instruir as pessoas a terem comportamentos positivos em relação a esta problemática: demonstrando prós e contras desta ação e estratégias de desaprovação social e desafiando as crenças que os indivíduos têm sobre as suas capacidades de condução nestas circunstâncias.

A forma como a mensagem terá que ser transmitida também implica, por si própria, cautela por parte de quem a ensina. Tal como é referido neste artigo, é mais provável que a informação seja retida se for transmitida de forma positiva, em detrimento de uma forma ameaçadora.

Inserido no tópico da iluminação temos o artigo com o título “Eficiência energética na iluminação pública” do autor Brandão que fala em relação a Portugal, que a iluminação pública é responsável por 3% do consumo de energia elétrica, resultando num

crescimento do consumo relativamente a este setor.

“A iluminação pública é essencial para o desenvolvimento social e económico das sociedades e para o aumento da qualidade de vida das pessoas. A iluminação pública está diretamente ligada à segurança da via pública, sendo uma das características em destaque nas cidades, permitindo o reconhecimento dos espaços públicos e a orientação de trajetos, quando aplicada à iluminação rodoviária. Apesar de nos primórdios da iluminação pública, ela ter uma função muito importante relacionada com a segurança das pessoas, hoje em dia essa função começa a desvanecer-se, embora não haja dúvidas que um local bem iluminado é muito mais confortável que um local escuro.” (Brandão, 2013)

Segundo Brandão (2013), no mercado da iluminação pública existem diversas ofertas, das quais se destacam: mercúrio, sódio de baixa pressão, sódio de alta pressão, sodetos metálicos e LED's. Com o avançar da tecnologia foi possível a aplicação de tecnologia LED à iluminação pública, mediante a combinação de um determinado número de díodos, que permitem obter, no final, as características e requisitos de iluminação adequados a um determinado local.

Enquadrando neste contexto o estudo sobre na União de freguesias Santa Clara e Castelo Viegas, a entrevista realizada ao Presidente da Junta de Freguesia permitiu-nos obter diversas informações sobre a iluminação das ruas. À pergunta “aquando o estabelecimento das medidas economizadoras estabelecidas nesta área, como a alternância de postes de eletricidade ligados, como caracteriza o impacto desta medida na população?”, o Presidente respondeu: “Foram mudadas mas já foi um projeto europeu, e foram substituídas aquelas brancas por as amarelas que tem uma duração de 15 anos, mas acho que está mal porque estas lâmpadas foram preparadas para dar iluminação até 150m mas acho que as lâmpadas são demasiado agressivas para o olhar humano, a luminosidade também é perigoso para o olhar humano. Há grandes estudos e estão a tentar fazer lâmpadas LED menos agressivas e que gastem menos e também monitorizar, nos não temos nada monitorizado, imagine que às 4 da manhã não tem carros a circular e tem as lâmpadas acesas, portanto se monitorizar podemos ... à noite a cidade vai dormir, por exemplo em sítios com discotecas aí sim a iluminação é necessária, mas todo o resto pode ser apagado, ou ter células que quando um carro se aproxima a lâmpada acende hoje há muitas zonas.” (J. Simão, comunicação pessoal, 2015)

Abordando então as lâmpadas LED, que já foram aplicadas na região em estudo da nossa subequipa, podemos dizer que segundo Brandão (2013) são baseadas no díodo

semicondutor, que quando polarizado, faz com que os elétrons se recombinem no interior do dispositivo, libertando energia na forma de fótons.

A utilização dos LED não é assim tão recente, tendo já sido utilizada anteriormente em diversos equipamentos eletrônicos. Brandão (2013) refere que recentemente começaram a ser utilizados na sinalização viária, estando agora a ser aplicados na iluminação pública. Apesar de todas as vantagens que este tipo de iluminação apresenta, o autor refere algumas desvantagens deste equipamento: a temperatura de funcionamento, calor que é gerado quando em funcionamento e o diminuto ângulo de abertura do feixe, problema que é ultrapassado através de refletores.

A Estratégia Nacional para a Energia, ENE 2020, sugere a aposta nas energias renováveis e na promoção integrada da eficiência energética como forma de se atingir a competitividade, o crescimento e a independência energética do país. (ENE 2020, como referido em Brandão, 2013)

Brandão (2013), referencia que cabe aos Municípios, através do seu relacionamento com a entidade distribuidora de energia, a responsabilidade do bom funcionamento e avaliação do desempenho da iluminação pública. Sendo por tudo isto a iluminação LED uma boa alternativa devido à diminuição dos preços da iluminação.

Podemos então concluir que para Brandão (2013) os custos da iluminação pública são cada vez mais importantes e assumem um peso considerável nas autarquias, que têm como responsabilidade assegurar a qualidade de vida, serviços, segurança das pessoas e bens.

Inserido no tópico das passeadeiras e das suas estruturas, o artigo “Walk-friendly suburbs for older adults? Exploring the enablers and barriers to walking in a large suburban municipality in Canada” de Raktim Mitra, Herthana Siva e Mark Kehler que nos fala de uma população que está a envelhecer rapidamente com tendência para que a taxa de envelhecimento acelere nas próximas décadas. Recomenda-se 150 min de atividade física moderada por semana para pessoas com ou mais de 65 anos.

Encontrar maneiras de promover esta atividade física moderada é importante nesta faixa etária para promover a qualidade de vida e um maior nível de saúde. As caminhadas é a forma de exercício mais comum entre os idosos sendo que os seus benefícios estão bem documentados na literatura dizendo que as pessoas que realizam caminhadas têm menos probabilidade de adquirir certos problemas de saúde.

A teoria ecológica do envelhecimento realça a importância da interação entre a pessoa e o ambiente para ter um envelhecimento saudável. A literatura indica-nos que a qualidade das estradas, passeios para pedestres influencia a persuasão dos adultos idosos a caminhar, tal como uma maior acessibilidade a centros comerciais e urbanos pode proporcionar o caminhar como modo de transporte. Por outro lado, as caminhadas nos bairros urbanos podem estar limitadas devido à falta de infraestruturas para pedestres e devido à falta de segurança de trânsito.

Ambientes urbanos com grandes infraestruturas, onde a rede de transportes é grande, vai dificultar um pouco a circulação pedestre, havendo dificuldades de grande parte da população em realizar atividade física. Portanto, é crítico encontrar facilitadores e barreiras para caminhar nestas comunidades, para o desenvolvimento de políticas de saúde pública.

O estudo em si aborda os facilitadores e as barreiras para caminhar na cidade de Mississauga, Canadá. É a sexta maior cidade do Canadá com edifícios altos, sendo que as características são de uma cidade construída em volta de centros, onde as ruas são largas para a circulação automóvel.

No estudo foram abordadas 14 pessoas onde foram convidadas a tirar fotografias do seu local e cada fotografia devia-se centrar numa barreira e num facilitador para a atividade física.

Cada entrevistado disse qual a rota a pé que habitualmente faz, sendo que esta técnica de mapeamento foi adotada para fornecer informação sobre a geografia e a mobilidade dos adultos mais velhos - análise qualitativa.

Houve confidencialidade sendo que, foi usado o esquema Inicial_Sexo_Idade. Os investigadores analisaram as entrevistas a rigor e procuraram tópicos relacionados com o bairro, tanto facilitadores como barreiras para os pedestres realizarem atividade física.

Devido ao pequeno número de participantes os dados recolhidos não podem ser generalizados para os diferentes grupos, e não era pretendido generalizar a todos os idosos residentes em Mississauga. Foram usados vários recursos para o desenvolvimento como fotos, sistema GIS e web-mapping compilados com materiais de pesquisa qualitativa.

Com as rotas fornecidas pelos participantes e usando um interface do Google Maps as fotos foram classificadas com base no tipo de estrada (estrada principal, estrada local, ou

fora da pista de caminhada). A localização de cada fotografia foi exportada para o Google Maps e foi criada uma hiperligação para cada fotografia, permitindo assim uma análise mais aprofundada de cada fotografia dentro do contexto geográfico.

Dos 14 participantes, 11 tinham idade entre 65-74 anos sendo que os outros 3 tinham mais de 74 anos e 12 eram do sexo feminino. Todos se classificam como ativos e caminham pelo menos 3-5 vezes por semana sendo que 10 identificaram o caminhar como sua forma de exercício físico e apenas 1 usava transportes para as suas atividades diárias. Os participantes mencionaram que usavam o caminhar como forma de perder peso e evitar problemas de saúde. Alguns relataram quedas que os tornou mais cuidadosos nas suas caminhadas referindo ainda que um obstáculo a sua caminhada era as condições climáticas extremas, não é o tempo em si mas sim as condições dos passeios e ruas quando o tempo estava mau.

As rotas usadas por eles eram habitualmente as mesmas, sendo que uma exploração dos facilitadores e barreiras revelou seis tópicos principais, nomeadamente:

- Condições de tráfico

Medo de ruas largas e movimentadas, sinais stops e semáforos muito rápidos que não dá para pessoas idosas passarem a tempo. A condução negligente também foi mencionada.

- Qualidade dos passeios

Pessoas em área de residência convencional referiram os passeios como barreira ou porque não havia ou porque só havia de um lado da estrada. Por outro lado, os que vivem em bairros de condomínio referiram que os passeios largos eram facilitadores de caminhada. A falta de manutenção também foi realçada pelo facto de poder haver risco de queda.

- Bancos e lugares de descanso

A falta de locais de repouso foi realçada tendo muitas vezes os idosos de descansarem em lojas e cafés.

- Segurança pessoal

As pessoas que moram na zona de residência convencional tem mais medo de ser assaltados ou agredidos devido a falta de luminosidade e de câmaras sendo que no outro lado as pessoas que moravam em condomínios sentiam se mais seguras devido a boa luminosidade das ruas e que muitas ruas apresentam câmaras.

- Proximidade de parques e paisagens naturais

A proximidade do parque foi referida como um facilitador para estes idosos devido a sensação de estar envolvido com a natureza.

- Proximidade e acesso a lojas

Os que vivem perto de lojas, cafés e centros comerciais sentem que é um facilitador, sendo que os que não tem lojas ou cafés perto de sua casa dizem que é uma barreira ás suas caminhadas.

Riscos relacionados com a segurança, trafego, calçada foram identificados neste estudo como barreiras para caminhar. Referiram que não usavam o caminhar como forma de transporte para as suas atividades diárias, mas sim para prevenir problemas de saúde. Sendo que lojas, cafés e centro comerciais perto dos locais de residência são propícios a caminhadas.

O acesso limitado que é característico de uma comunidade norte-americana foi considerado uma barreira. A proximidade dos parques naturais e paisagens naturais, também característico das cidades suburbanas foi identificado como um facilitador do caminhar.

As preocupações relativas ao trafego é comum, tanto aos residentes de bairros residenciais como aos que vivem em condomínios.

Devido à densidade populacional os passeios de Mississauga são usados com muita frequência sendo que, costumam estar em manutenção. Sendo que, estes que moram em condomínios sentem-se mais seguros devido a luminosidade e câmaras de segurança que esta em falta nos bairros residenciais.

A familiaridade da rotina foi importante para identificar as barreiras e os facilitadores, ocorrendo uma exploração futura das barreiras para melhorar as condições de caminhada e de saúde pública da população.

Com este artigo percebeu-se as diferenças e as experiências de caminhada entre os que moram em zonas de condomínios e os que moram em bairros residenciais e que a qualidade das infraestruturas pode facilitar a caminhada dos idosos residentes. Este estudo integra técnicas de geoprocessamento e métodos qualitativos na compreensão do comportamento de caminhada diária dos adultos mais velhos.

Os resultados deste estudo/pesquisa tem como objetivo encorajar a criação de políticas para que as caminhadas dos idosos estejam facilitadas, bem como, para outros grupos da população para que consigamos criar comunidades saudáveis e sustentáveis.

6. SUGESTÕES DE INTERVENÇÕES

Durante o trabalho fomos tomando consciência de algumas problemáticas já aqui mencionadas que se tornaram mais evidentes na comunidade em estudo, desta forma como futuros enfermeiros a aplicação do processo de enfermagem aqui é de todo relevante, começando pela identificação/investigação do problema, seguindo o diagnóstico, planeamento, implementação e respetiva avaliação.

Com a fase da investigação e diagnósticos realizado, esta parte do trabalho centra-se no planeamento, aqui colocaremos três intervenções possíveis para realizar na comunidade com o fim de travar problemáticas que na nossa opinião tendo por base os questionários á comunidade que se tornaram mais relevantes.

Construção de um folheto informativo sobre zonas de risco e regras de ordenamento do território de forma a informar diretamente a população de maneiras a prevenir, bem como estratégias de controlo emocional durante estes momentos imprevisíveis, este folheto destina-se á população mais idosa.

Realizar ações de educação sobre como evitar estragos durante a época de cheias, com informação complementar das estratégias de controlo emocional referidas no folheto e por último disponibilização de uma aplicação que mostra as zonas inundadas incluindo estradas dando informação sobre rotas alternativas para o destino de cada pessoa.

No que diz respeito ao uso de uma aplicação no telemóvel ou em qualquer dispositivo eletrónico, decidimos a sua criação uma vez que tendo em conta a época em que vivemos as pessoas mais que nunca estão mais perto das novas tecnologias sendo a grande maioria portadora de telemóvel.

“Na maior parte dos casos, é possível prever uma cheia, através das observações meteorológicas e do conhecimento das descargas das barragens, e assim minimizar as suas consequências, avisando atempadamente as populações através dos meios de comunicação social (jornais, rádio, televisão), ou de comunicados no site da ANPC, e recomendando as medidas de autoprotecção adequadas.” (Serviço Nacional de Proteção Civil, 2015)

“We are living in an always-connected and fully digitised society that is redefining the way in which it consume the products and services created by the mass media. The new devices most commonly used for these tasks are the smartphone and the tablet, small touch devices that are changing the world of communications and the habits of digital media users”.(Ortega, González & Peláez, 2015)

Desta forma a aplicação é um meio tecnológico que auxilia a população na parte de deslocação para suas casas mas que pode informar, o estado da estrada bem como confirmar se a mesma se encontra circulável, se não for esse o caso uma rota alternativa seria criada e a pessoa teria a informação necessária para não correr o risco de se perder ou pior dos cenários aventurar-se pela estrada inundada levando a consequências que poderiam acabar com a sua morte.

Atualmente as aplicações que existem encontram-se num formato pouco fiel e eficaz no que diz respeito ao estado da estrada. Apesar de darem a informação do trânsito de algumas localidades como é o caso de aplicações como: Transit App: Real Time Tracker (não disponível para Portugal) e Maps (aplicação mais conhecida mundialmente porém não fornece informação eficaz sobre as condições das estradas).

Para o funcionamento da aplicação ser eficaz e conter os elementos que pretendemos necessitaríamos de fontes privilegiadas com essa informação participar na construção da mesma, refiro-me ao IMPA, Infraestruturas de Portugal que incorpora informação sobre as Estrada de Portugal e com as Autoridades Policiais, incluindo a proteção civil.

A disponibilização da aplicação informaria a população e alertaria para o risco de poder circular ou não numa estrada, desta forma a comunidade teria mais tempo para pensar numa estratégia e arranjar uma rota alternativa com o intuito de chegar ao seu destino.

Uma das preocupações dos habitantes de Santa Clara, que vivem em locais propensos a serem atingidos pela água em tempo de cheias, é minimizar o número de estragos possíveis, quer nas suas habitações, quer nos seus estabelecimentos de trabalho.

É necessário que os habitantes tenham conhecimento de medidas de auto proteção e de procedimentos de segurança, para diminuir sofrimentos e prejuízos.

“A prevenção é uma das chaves da segurança e constitui um passo importante no sentido de facilitar o socorro.” (Serviço Nacional de Proteção Civil)

A fim de facilitar que este conhecimento chegasse a toda a população que reside em Santa Clara, principalmente às pessoas idosas, sugerimos a elaboração de um folheto informativo (apêndice VII) com base no documento “A Proteção Civil em Casa” do SNPC.

De acordo com a informação reunida em fontes fidedignas, é recomendado que os habitantes desta região procurem seguir uma série de medidas preventivas, antes, durante e após um período de cheias.

Desta forma a ação de educação levaria á população estratégias como: em primeiro lugar, se o individuo vive ou trabalha num local de risco, deve certificar-se que a rua em seu redor se mantém sempre limpa e que tem em casa reservas de água potável e de alimentos que não se estraguem; arranjar um anteparo de madeira ou metal de acordo com a sua porta de entrada; organizar uma mala/estojo que utilize em caso de emergência, na qual deve incluir: agasalhos, lanterna e pilhas, rádio, isqueiro, velas e fósforos, medicamentos essenciais e fotocópias dos documentos mais importantes.

Durante um período de cheia, para minimizar os estragos, a pessoa deve ainda assegurar que coloca os documentos mais importantes num saco impermeável, colocar na sua proximidade a mala/estojo de emergência, transferir os objetos de valor para pontos mais altos da habitação e colocar o anteparo na porta de casa/instituição onde trabalha. Deverá também desligar a eletricidade, o gás e a água e, acima de tudo, tentar manter a calma durante todo o processo. Seria aconselhável que todos os edifícios que se encontram na área abrangente do leito de cheia possuem seguro, nomeadamente do seu recheio. (Serviço Nacional de Proteção Civil, 2009)

Se a pessoa habita numa zona propícia a inundações ou com historial que o mesmo já tenha acontecido naquela área, deve adquirir o hábito de ver/ouvir os noticiários da meteorologia e ficar atento aos avisos da Proteção Civil, libertar os animais domésticos, nunca os deixando presos e, preparar-se para desligar a água, o gás e a eletricidade, se for caso disso.

Durante a inundação deve manter a serenidade, preparar-se para a necessidade de ter de abandonar a casa, não ocupar as linhas telefónicas, mas sim, utilizar o telefone só em caso de emergência e, não caminhar descalço nem sair de casa para visitar os locais mais atingidos. Se tiver necessidade de sair de casa, não utilizar o carro, pois pode ser arrastado para buracos no pavimento, para caixas de esgoto abertas, ou até para fora da estrada, não entrar na enchente, porque há o risco de não conseguir suportar a força da corrente, além

de que pode ocorrer uma subida inesperada do nível da água, não beber a água da cheia, pode estar contaminada e, procurar ter sempre uma atitude sensata perante os acontecimentos. E, por último e não menos importante, continuar atento aos conselhos da Proteção Civil.

Para divulgar estas informações à população, poderia ser realizada uma ação educativa sobre o tema, em formato de power point na qual seria enviado por correio eletrónico aos moradores da localidade de Santa Clara uma das zonas com maior probabilidade de ocorrência de cheias, porém tendo presente que esta apenas chegaria a um número limitado de pessoas decidimos criar um folheto informativo para os restantes habitantes e entrega-los pessoalmente em casa da população.

Numa situação de intempérie e forte precipitação, conjugada com período de maré cheia, o risco de inundações aumenta consideravelmente, e Santa Clara é uma zona com um elevado risco de cheias (Figura 61).

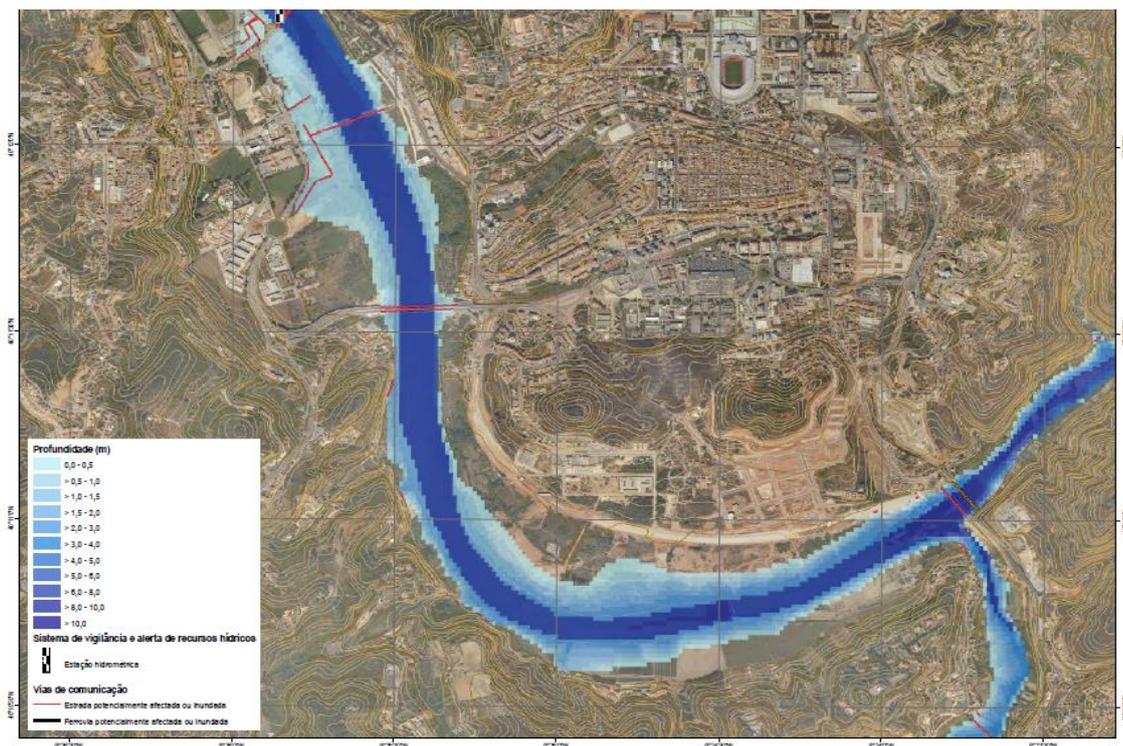


Fig. 61 – Carta de zonas inundáveis, Coimbra

Estas são algumas das recomendações fundamentais para prevenir o máximo de prejuízos, e que recomendaríamos serem transmitidas ao maior número de pessoas idosas, população alvo desta intervenção educativa.

No que diz respeito às estratégias de controlo emocional tendo em conta que é importante que nós, enquanto profissionais de saúde, ensinemos as pessoas a lidarem com a

ansiedade e o pânico que possam sentir em situações como estas, de cheias. É necessário demonstrar estratégias de *coping*.

Segundo Young, Hunte, Newell & Valian (2011) é comum que em situações de pânico o indivíduo se sinta com taquicardia, tonto ou prestes a desmaiar, com dispneia, enjoado, com dormência ou formiguelo na ponta dos dedos das mãos ou dos pés, entre outros sinais e sintomas. Para impedir que estes sintomas apareçam, se agravem, ou perdurem, há várias técnicas que podem ser utilizadas.

Em primeiro lugar, as técnicas de distração, que são fundamentais para impedir que a pessoa se foque demasiado em si mesma. Pensamentos como: “o que é que está a acontecer em meu redor” ou “o que é que consigo ver, ou cheirar”, são formas de impedir a pessoa de pensar nos próprios sintomas que está a sentir, focando-se noutra coisa.

Técnicas de controlo da respiração podem também ser utilizadas, principalmente para impedir a hiperventilação que está normalmente associada a um ataque de pânico. A pessoa deve: colocar uma mão sobre o peito e outra sobre o estômago; ao inspirar, tentar encher ao máximo o abdómen de ar e o tórax o mínimo possível; inspirar e expirar pelo nariz; fazer esta técnica de forma calma e ritmada, entre 8 a 12 ciclos por minuto; tentar também relaxar a sua mente. É importante que a pessoa treine esta técnica de forma calma e ritmada.

CONCLUSÃO

No fim da realização deste trabalho, e tendo em conta os objetivos a que nos propusemos, chegamos à conclusão de que estes foram todos atingidos. Foi-nos possível perceber quais as carências da população da união de freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas, nomeadamente no que diz respeito à oferta de emprego e a aos transportes públicos, recolher dados, analisá-los e caracterizar a população. Para além disso, tivemos também a oportunidade de comunicar com diferentes indivíduos da comunidade, por em prática conhecimentos anteriormente adquiridos, demonstrar capacidade de adaptação e trabalhar de forma produtiva e organizada em equipa.

O trabalho do estudo de determinantes de saúde de uma comunidade alargou os nossos conhecimentos sobre uma área da enfermagem que muitos de nós não pensaria executar. Percecionámos a saúde individual e coletiva de vários pontos de vista levando-nos a concluir que a mesma é influenciada por diversos fatores que vão desde os a recolha do lixo até ao local onde tem a sua casa. A realização do trabalho permitiu de uma forma direta comunicar com a população, num espaço informal que não aquele a que o mesmo está habituado, como o centro e saúde e o hospital, e assim conhecer também o nosso papel enquanto enfermeiros não do centro de saúde e do hospital mas sim o enfermeiro que trabalha na comunidade e para a comunidade com o intuito de melhorar a sua condição de vida, porque de acordo com o REPE (ponto 1 do artº 4 Decreto-Lei nº 104/98, de 21 de Abril).

Ao longo da elaboração do trabalho do estudo de determinantes de saúde de uma comunidade foram surgindo algumas limitações/dificuldades. A falta de um espaço adequado para a realização dos questionários à população e, a falta de disponibilidade da mesma tornou a recolha de dados menos diversificada, tendo em conta que algumas vezes nos foi negado a sua cooperação por estes motivos. Foi também notável, em alguns casos, uma desconfiança acerca do questionário por nós realizado e, muita informação contida no mesmo era desconhecida pelos inquiridos, para além da formulação dos questionários.

BIBLIOGRAFIA

Brandão, R.F.M. (2013). Eficiência energética na iluminação pública. *Revista Técnico-Científica*, 12, 55-60.

Cruzeiro, C., Neves, M., Brito, I., Veríssimo, C., & Silva, M. (2015). Apontamentos das aulas de Enfermagem Comunitária e Familiar. Recuperado de <http://www.esenfc.pt>

Decreto-Lei nº124/2011 de 29 de dezembro. *Diário da República nº 249/2011 - I Série*. Ministério da Saúde. Lisboa, Portugal.

Direção Geral da Educação. (2011). *Declaração para uma vida melhor - Abordagem das doenças crónicas através da prevenção*. Recuperado de <http://www.dge.mec.pt/doencas-cronicas>

Direção Geral da Saúde (2012). Plano Nacional de Saúde 2012-2016: Indicadores e Metas em Saúde. Lisboa, Portugal. Recuperado de [http://pns.dgs.pt/files/2012/02/Indicadores e Metas em Saude .pdf](http://pns.dgs.pt/files/2012/02/Indicadores_e_Metas_em_Saude_.pdf)

Informação geográfica. *Conceito de ordenamento do território*. Recuperado de <http://www.igeo.pt/DadosAbertos/Listagem.aspx>

Instituto Nacional de Estatística. (2012). *População residente (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Sexo, Grupo etário e Escalão de dimensão populacional; Decenal*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0006348&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2013). *Meio de transporte mais utilizado nos movimentos pendulares (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Principal meio de transporte; Decenal*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0007093&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2013). *Óbitos (N.º) por Local de residência (NUTS-2013) e Sexo*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0008235&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2013). *População empregada (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Sexo, Actividade económica (CAE Rev. 3) e Local de trabalho; Decenal*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0007001&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2013). *Proporção da população residente com pelo menos o ensino secundário completo (%) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Sexo; Decenal*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0006969&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2013). *Taxa bruta de mortalidade (%) por Local de residência (NUTS-2013) e Tipologia de áreas urbanas*. Coimbra, Portugal. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0008850&contexto=bd&selTab=tab2

Instituto Nacional de Estatística. (2014). *Taxa de analfabetismo (%) por Local de residência (à data dos Censos 2011) e Sexo; Decenal*. Coimbra, Portugal: Autor. Recuperado de https://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_indicadores&indOcorrCod=0006731&contexto=bd&selTab=tab2

Jornal Correio da Manhã. (2016). *Cheias matam homem em Aveiro*. Recuperado de http://www.cmjornal.xl.pt/nacional/sociedade/detalhe/20160215_0146_temporal.html

Mendes, S. P. (2009). *Avaliação do estado subjectivo de saúde: utilização de questões singulares por diferentes modos de administração*. (pp. 25 - 100). Porto, Portugal.

Mitra, R., Siva, H., Kehler, M. (2015). Walk-friendly suburbs for older adults? Exploring the enablers and barriers to walking in a large suburban municipality in Canada. *Journal of Aging Studies*. 35, 10-19.

Organização Mundial da Saúde. (2008). *Guia global : cidade amiga do idoso*. Recuperado de www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese

Pearson, M. & Hamilton, K. (2014). *Investigating driver willingness to drive through flooded roads. Accident Analysis & Prevention*. School of Applied Psychology, Griffith University, Mt Gavatt, QLD, Austrália. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/264790789_Investigating_driver_willingness_to_drive_through_flooded_roads?enrichId=rgreq-1dd86afc-e55e-4806-a94b-73394aecff43&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzI2NDc5MDc4OTtBUzozMTE0MDU0NTcxNDk5NTJAMTQ1MTI1NjI1NDIyNA%3D%3D&el=1_x_2

Serviço Nacional de Proteção Civil. (2009). *Saiba como agir – Cheias e Inundações*. Recuperado de <http://www.snpc.cv/index.php/saiba-como-agir-v15-107>

Sistema Nacional de Informação de Recursos Hídricos. (2014). *Elaboração de cartografia específica sobre o risco de inundação para Portugal continental*. Recuperado de <http://snirh.apambiente.pt/index.php?idMain=2&idItem=5.4>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Acessibilidades*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Autarcas*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Caracterização*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Censos 2011*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Infraestruturas*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Ordenação heraldica*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

União de freguesias de Santa Clara & Castelo de Viegas. (2016). *Turismo*. Recuperado de <http://www.uf-santaclaracasteloviegas.pt/>

Young, C., Hunte, A., Newell, J. & Valian P. (2011). Coping with panic. National Health Services, Reino Unido. Recuperado de <http://www.cpft.nhs.uk/Downloads/DVD-Documents/Leaflets/Coping%20with%20panic%20revised%20Jan%202011.pdf>

APÊNDICES

APÊNDICE I – Guião de entrevista á comunidade



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade
Curso de Licenciatura em Enfermagem
2ºano – 4ºsemestre - 1º bloco
Ano letivo: 2015/2016
Equipa União de Freguesias Santa Clara e Castelo de Viegas
Subequipa 1 – Professora Conceição Alegre

QUESTIONÁRIO À COMUNIDADE:

Local (Rua): _____

Enquadramento geodemográfico

• Localização da comunidade:

1. Acha que necessita de mais passeios? Sim Não

Se sim, onde? _____

2. Acha que a qualidade dos passeios e passeadeiras é boa, tendo em conta a visibilidade, a estrutura e a largura? Sim Não

Características: _____

3. Acha que necessita de railes de proteção? Sim Não

Se sim, onde? _____

4. Acha que as estradas são de fácil circulação, com bons sítios para estacionamento?

Sim Não

Características: _____

5. É comum ocorrer deslizamentos de terra? E cheias? Sim Não

Onde, porque e com que frequência? _____

6. Considera morar numa zona moderna? Sim Não

7. Acha que os edifícios da sua área estão preservados? Sim Não

Se não, quais são as razões? _____

8. Acha que há falta de espaços verdes no seu local de residência? Sim Não

9. Tem conhecimentos de novos projetos na localidade? Sim Não

Se sim, quais? E que ganhos trazem para a população? _____

• **Acessibilidades:**

10. Acha que os postos de venda de senhas de SMTUC se encontram a uma distância aceitável para todas as pessoas? Sim Não

11. Existe acessibilidades especiais para pessoas com dificuldade de locomoção nos diferentes transportes públicos? Sim Não

12. Imagine-se de cadeira de rodas, acharia fácil entrar e sair de um autocarro? Sim

Não

Se não, porquê? _____

13. Acha que as ruas/passeios se encontram acessíveis para as pessoas com limitações motoras? Sim Não

Porque? _____

14. Acha que os transportes públicos estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais? Sim Não

15. Acha que as ruas e passeios estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais? Sim Não

16. Acha que os horários dos autocarros e os seus percursos são convenientes a todas as pessoas? Sim Não

Acha que abrange a freguesia toda? _____

• **Recursos de Comunicação:**

17. Considera benéfico terem fechado o posto de correios aqui e aberto no Centro Comercial O Fórum? Sim Não

A nível de acessibilidade tornou-se mais fácil? _____

18. Acha que a internet e meios de comunicação se encontram acessíveis a toda a população? Sim Não

19. Tem conhecimento dos jornais locais? A nível de conteúdo, acha importante? Sim Não

Recursos básicos de qualidade de vida

• **Saneamento básico:**

20. Ocorrem com frequência quebras do abastecimento de água? Sim Não

21. Detetou alguma alteração nas características da água? Sim Não

22. Há muitos casos de rebentamento de canos? Sim Não

Onde? _____

23. Acha que os custos de abastecimento de água são elevados? Sim Não

24. Ocorrem com frequência cheias nos esgotos? Sim Não

25. Tem abastecimento de água pública? Sim Não

26. Costuma beber água da companhia? Sim Não

27. A sua casa tem ligação a rede de saneamento? Sim Não

28. Notou alguma alteração nos cheiros proveniente dos esgotos? Sim Não

29. Há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos? Sim Não

30. Acha que a recolha dos lixos é suficiente? Sim Não

31. Recorda-se de algum episódio de acumulação excessiva de lixos? Sim Não

32. Acha que o horário de recolha perturba os habitantes? Sim Não

33. Acha que há uma quantidade adequada de contentores? Sim Não

Há proximidade dos mesmos? _____

34. Acha que tem uma conduta correta na eliminação de resíduos? Sim Não

35. Realiza a separação/reciclagem dos resíduos? Sim Não

Quais? _____

36. Alguma vez detetou algum cheiro desagradável na sua rua? Sim Não

37. Considera esta rua limpa? Sim Não

38. Alterava algumas das questões de higiene nesta rua? Sim Não

Se sim, o que alteraria? _____

• **Abastecimento de energia:**

39. Tem eletricidade em sua casa? Sim Não

40. Costuma ocorrer cortes de energia? Sim Não

Tempo de resolução do problema: _____

41. Considera os custos de energia elevados? Sim Não

• **Segurança:**

42. Considera que a iluminação das ruas é suficiente? Sim Não

43. De noite, sentem insegurança devido à falta de iluminação? Sim Não

44. Há ruas que possam ter pior iluminação, acha que é um problema? Sim Não

45. Considera a freguesia perigosa com alguns relatos de criminalidade? Sim Não

Quais são os crimes mais frequentes? _____

46. Existem zonas identificadas como problemáticas? Sim Não

47. Pessoalmente, que perigos costuma encontrar na freguesia? _____

48. Tem problemas em sair de casa ou andar na rua de noite? Sim Não

49. O que acha do patrulhamento policial da freguesia? Muito Médio Pouco

50. Sente-se seguro com o trabalho desenvolvido pela Polícia? Sim Não

51. A sua casa tem sistema de alarme? Sim Não

• **Espaços verdes:**

52. Considera os espaços verdes importantes para o bem-estar da comunidade? Sim
Não

53. Há muitos espaços verdes na freguesia? Sim Não

E de que forma são cuidados? _____

54. Pode a população usufruir dos mesmos para passear, conviver ou qualquer outra atividade de lazer? Sim Não

55. Gostava de ter mais espaços verdes, onde pudessem ser realizadas várias atividades? Sim Não

56. Relativamente aos terrenos privados, costuma efetuar a limpeza dos mesmos? Sim
Não

57. Considera que em Santa Clara e Castelo de Viegas há risco de incêndio devido a falta de limpeza de espaços verdes? Sim Não

58. As bocas de incêndio/marcos de água que existem são suficientes? Sim Não

59. Na sua opinião as características das ruas favorecem a intervenção dos bombeiros em caso de incêndio? Sim Não

Obrigado pela sua colaboração!

Os alunos da Subequipa 1:

Carolina Bogalho

Filipa Santos

João Leite

Cátia Cunha

Sarita Afonso

Pedro Vinhas

Eva Barreiros

Rita Alves

Maria Chão

APÊNDICE II – Guião de entrevista ao Sr. Presidente da Junta da União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade
Curso de Licenciatura em Enfermagem
2ºano – 4ºsemestre - 1º bloco
Ano letivo: 2015/2016
Equipa União de Freguesias Santa Clara e Castelo de Viegas
Subequipa 1 – Professora Conceição Alegre

ENTREVISTA AO SR. PRESIDENTE

• **Enquadramento geodemográfico**

1. Localização da comunidade

1.1. Existem novos projetos para a freguesia? Sim Não

• Quais e onde? _____

• Qual a data de previsão da construção e de abertura? _____

1.2. Qual a relação de espaços verdes/construção? _____

1.3. A área de Santa Clara e Castelo Viegas é uma área habitacional sobrelotada?

Sim Não

1.4. Em relação à área da freguesia considera uma área antiga ou moderna? Sim

Não

• Quanto à antiga pretende executar alguma construção? _____

2. Administração

2.1. Quais são os aspetos que a população mais se queixa? _____

- De que maneira é que são tratadas? _____

2.2. Considera adequadas as condições da Junta da freguesia e a sua localização?

Sim Não

- O que mudaria? _____

3. Acessibilidade

3.1. É comum ocorrer deslizamentos de terra? Sim Não E cheias? Sim Não

Se sim, quais os locais mais afetados? _____

3.2. Há novos projetos na localidade em vista? Sim Não

- Se sim, quais? _____

3.3. Ocorrem com frequência quebras do abastecimento de água? Sim Não

3.3.1. Transportes

3.3.1.1. A estação de comboio encontra se acessível para todas as pessoas? Sim Não

3.3.1.2. Existe acessibilidades especiais para pessoas com dificuldade de locomoção nos diferentes transportes públicos? Sim Não

3.3.1.3. Quantas estações de comboio têm acessibilidade total para pessoas com mobilidade reduzida? _____

3.3.1.4. Os transportes públicos estão preparados para responder às necessidades de pessoas com limitações visuais? Sim Não

3.3.2. Rede Viária

3.3.2.1. Os horários dos autocarros e os seus percursos são convenientes a todas as pessoas? Sim Não Abrange a freguesia toda? Sim Não

4. Recursos de comunicação

4.1. Correio

4.1.1. Considera benéfico terem fechado o posto de correios aqui e aberto no Centro Comercial O Fórum? Sim Não A nível de acessibilidade tornou-se mais fácil? Sim Não

4.1.2. A internet e meios de comunicação encontram-se acessíveis a toda a população? Sim Não

4.2. Jornais locais

4.2.1. Qual a importância do jornal local para a população? _____

• Recursos Básicos de Qualidade de Vida

5. Saneamento básico

5.1. Abastecimento de água

5.1.1. A maioria da população tem acesso ao saneamento básico? Sim Não

• Qual a cobertura de saneamento básico da comunidade? _____

5.1.2. Toda a população tem acesso ao abastecimento de água? Sim Não

• Qual é a cobertura na distribuição e abastecimento de água? _____

5.1.3. Ocorre com frequência quebras de abastecimento de água? Sim Não

5.1.4. Tem conhecimento de casos de rebentamento de canos? Sim Não

5.1.5. Quais os custos do abastecimento da água? _____

5.1.6. Existe eficaz escoamento das águas nas ruas? Sim Não

5.1.7. A Junta de Freguesia tem algum serviço de resposta rápida? (por exemplo quando rebenta um cano) Sim Não

- Se sim, quais? _____

5.2. Esgotos

5.2.1. Já recebeu alguma queixa a nível dos maus-odores relacionados com os esgotos? Sim Não

5.2.2. Há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos? Sim Não

- Quais? _____

5.3. Recolha de lixo

5.3.1. Quantas vezes por semana, e em que horários, ocorre a recolha do lixo? Qual a empresa? _____

5.3.2. Recorda-se de algum episódio de acumulação excessiva de lixo? Sim Não

- Se sim, quando? _____

5.3.3. Acha que há uma quantidade adequada de contentores? Sim Não

5.4. Higiene das ruas

5.4.1. Que tipos de recursos se usam para manter as ruas limpas? _____

6. Abastecimento de energia (eletricidade e outras)

6.1. Com que frequência costumam ocorrer cortes de energia? _____

6.2. Quais os custos do abastecimento de energia? _____

6.3. Qual a cobertura da população relativamente à energia elétrica? Existe aderência por parte da população às energias renováveis? _____

7. Segurança

7.1. Iluminação

7.1.1. Acredita que as ruas da freguesia estão devidamente iluminadas? Sim

Não

7.1.2. Existe alguma zona da freguesia que possa apresentar algum défice em relação a este tema? Sim Não

• Se sim, quais? _____

7.1.3. Aquando o estabelecimento das medidas economizadoras estabelecidas nesta área, como a alternância de postes de eletricidade ligados, como caracteriza o impacto desta medida na população? _____

7.1.4. Existe mais alguma medida economizadora relativamente à iluminação que a freguesia tenha adotado? Sim Não

7.2. Violência e criminalidade

7.2.1. Existe historial de violência ou criminalidade na área de Santa Clara e/ou Castelo de Viegas? Sim Não

7.2.2. Se sim, com que frequência e com que implicações? _____

7.2.3. Considera que existe necessidade de identificar determinadas zonas da freguesia como problemáticas? Sim Não

- Se sim, porquê e de que forma pode intervir nas mesmas? _____

7.2.4. Na sua opinião considera a freguesia como um local segura para habitação? Sim Não

7.2.5. A junta de freguesia encontra-se interligada com o centro de saúde de Santa Clara, por forma a ter conhecimento de casos de violência que recorram a esta? Sim Não

- Se sim, de que forma acontece este contacto? _____

7.2.6. Considera que existe vandalismo nesta freguesia? Sim Não

- Se sim, em que zonas são mais frequentes? _____

7.2.7. Considera que nos últimos 10 anos, a criminologia e a sua tipologia têm aumentado na freguesia? Sim Não

- Se sim, de que formas? _____

7.3. Proteção pública e privada

7.3.1. Existe algum elo de ligação com a PSP ou polícia municipal? Sim Não

- Se sim, de que forma e quais as implicações deste para a freguesia? _____

7.3.2. A junta de freguesia encontra-se interligada com a Escola Segura, de forma a perceber o papel desta na comunidade estudantil? _____

7.3.3. Considera que a união de freguesias teve impacto nas dinâmicas de proteção pública? Sim Não

- Se sim, porquê? _____

8. Espaços verdes

8.1. Considera que os espaços verdes existentes na freguesia satisfazem as necessidades da população? Sim Não E qual a acessibilidade aos mesmos?

8.2. Caso contrário existem projetos a fim de satisfazer as necessidades da população como, por exemplo, a construção de mais espaços verdes? _____

8.3. Acredita que os espaços verdes têm implicações na promoção da saúde e bem-estar das pessoas que habitam na freguesia? Sim Não

8.4. Como é que a junta de freguesia dinamiza os espaços verdes, de forma a que os utentes estejam mais alertados para a sua utilização? _____

Obrigado pela sua colaboração!

Os alunos da Subequipa 1:

Carolina Bogalho

Filipa Santos

Jollo Leite

Cátia Cunha

Sarita Afonso

Pedro Vinhas

Eva Barreiros

Rita Alves

Maria Chão



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
ENSINO CLÍNICO DE FUNDAMENTOS DE ENFERMAGEM NA COMUNIDADE
SANTA CLARA E CASTELO VIEGAS – SUBEQUIPA 1

Entrevista ao Sr. Presidente da Junta de Freguesia da União de Santa Clara e Castelo Viegas

SUBEQUIPA 1

1. Existem novos projetos para a freguesia?

Sr. Presidente – “Sim, esse projetos são projetos comerciais, vamos ter agora nestes projetos de freguesia em princípio em 2018. Temos também o Intermaché que vai começar as obras ainda este mês na Mesura, outros projetos temos também o grande projeto que está a acontecer no convento de S. Francisco para convenções e todas essas coisas inerentes, cultural e musical e outras componentes que ainda não sabemos. Projetos de freguesia também temos, neste momento estamos a tentar implementar uma freguesia sem produtos tóxicos acho que somos a primeira freguesia a conseguir isso. No entanto a maquinaria para passar dos produtos herbicidas, mas ainda estamos á espera de orçamentos para a maquinaria, como a onde térmica não sei se sabem o que é isso mas nos produtos agrícolas que nós queremos saudáveis já não se usa herbicidas, mas então as pessoas perguntam então como vão matar as ervas daninhas. Há agora um sistema novo que funciona como uma onda térmica que são uma máquinas com fogo direto ou então por uma chapa aquecida a gás que nos passeios queimamos as plantas assim. Recentemente tivemos grandes projetos que não tiveram o destaque que deviam ter. Eu falo no planetário do observatório astronómico que esta visitável que foi um acordo com a fundação Gulbenkian que falando da astrologia, astronomia da astrofísica é uma maneira fácil de compreender e muito bonita de perceber. Depois temos o exploratório de ciência viva que tem uma espécie de planetário também muito moderno com novas valências e alguma remodelação da ciência porque a ciência não pode estar parada como o museu, hoje fez-se algumas coisas para as crianças, para se levar a ciência às crianças mas agora está em alterações. Pronto algumas

coisas que Santa Clara está a ter e que a população desconhece desta valência que nós temos e que são muito importantes.”

2. Qual a relação de espaços verdes/construção?

Sr. Presidente – “Tenho, a freguesia, portanto nós, as medidas que se estão a tomar nesse sentido e que já tem sido muitas que estão implementadas, urbanismo dos anos 90. Acho que estão a concentrar mais cidade para deixar espaços verdes portanto a freguesia ainda tem á volta, estas duas freguesias ainda tem á volta de espaços agrícola/florestal, espaços verdes mais de 80 por cento apesar de nós vermos muitas casas só estamos aqui em 15 por cento da centralidade. Eu acho bem que haja mais concentração de pessoas de cidades mais agregadas. Mas depois temos casas por exemplo, eu não posso conceber que se faça um passeio e muito bonito que se transforme num passeio de “arremendas”. Ou seja fazem um passeio fazem uma caldeira, põem uma árvore mais 10m á frente uma caldeira, acho que ia prejudicar toda a mobilidade pedonal e eu sou contra e apesar de as pessoas gostarem de arvorezinhas no passeio acho que o espaço que nós temos agrícola/florestal/ecológico essa coisa toda é bastante suficiente, porque esta é uma cidade que não tem fumos, fábricas, é uma cidade onde temos qualidade de vida e às vezes a gente diz que há outras cidade com uma melhor cosmética ou seja que tem mais flores. Por exemplo hoje uma flor na cidade de Coimbra, não sei se já repararam nisso mesmo aquele jardim da portagem era a coroa do município, já não tem aquelas flores. Pronto essa parte da cosmética citadina nós estamos neste aspeto um pouco desleixados mas temos outra qualidade de vida e a qualidade de vida não é só ter uma florezitas mas é termos uma boa água. Acho que a melhor água servida é a agua de Coimbra, a água do rio Mondego que é um dos poucos rios que nós podemos preservar e conservar por uma razão simples é um rio totalmente português, nasce em Portugal desagua em Portugal e enquanto por exemplo o rio do Tejo e Douro os espanhóis poluem o rio no caso do Douro e do Tejo está muito perto de uma central nuclear, essas águas são poluídas e as centrais nucleares espanholas são muito antigas e isso provocamo-nos alguns problemas. Também é uma cidade que tem ao seu redor, quase todas as nossas cidades em redor tem todas saneamento, já que não despejam para a rede freática isso são coisas que a maior parte das pessoas não liga porque não se vê, porque está debaixo da terra, mas mesmo a nossa água é muito boa na captação mas depois quando chega às torneiras

muitas vezes a água já vem poluída dos canos velhos, nos canos agarram-se os cabelos agarram se todos os resíduos e neste momento Coimbra até fez uma coisa muito engraçada regulou a rede de distribuição de água ao domicílio. Ou seja a água na captação pode estar pura mas quando chega á nossa casa abrimos para beber um copo de água ela está poluída portanto o que é a canalização os canos por onde a água passa. Portanto á algumas coisas que ás vezes quando falamos da nossa cidade coisas que as pessoas falam mais como no color run e coisas assim e do que propriamente coisas boas que nós temos, porque nessas quase que as sentimos como uma coisa natural, pronto temos que ter água, tem de ser boa mas de facto temos que dar valor aquilo que temos e de facto Santa Clara é uma freguesia que não, que quase gere por exemplo o saneamento temos mais de 95 por cento, há casa que o saneamento não pode ser feito nos casos onde as casas estejam abaixo dos coletores e tem de bombear, depois as famílias não querem porque fica caro comprar bomba arranjar uma divisão para a bomba e acabamos por ter aquelas falsas bombas que é uma maneira de saneamento.”

3. Em relação á área da freguesia considera uma área antiga ou moderna?

Sr. Presidente – “Olhe temos as duas, temos uma área tradicional como toda a cidade tem ali Coimbra tem ali noutra freguesia aqui de Castelo Viegas é uma freguesia difícil acesso com ruas estreitinhas quando a fizeram nunca pensaram nos automóveis e os automóveis apareceram.”

4. Quanto á antiga pretende executar alguma construção?

Sr. Presidente – “Não porque não tenho hipótese iríamos totalmente degradar todas as nossas vivências e não respeitar passado que nos deixaram. Nós aqui ainda temos casas, urbanizações com ruas estreitinhas mas isso porque antigamente como sabe ou se calhar não sabem que devido ao nosso observatório, o que é que acontecia? Numa área quando se pretendia construir uma casa tinha-se ter permissões do observatório porque o observatório em termos de observação dos atos, astrofísica etc. mas temos um pequeno museu de sismografia, ora a sismografia e a o ver os astros e as estrelas a luz da cidade não permite á noite que as luzes, com muitas luzes não se permite ter uma boa observação e então o que é que aconteceu aquilo tem uma área, uma zona especial de cerca de 2km de observatório onde eles não podiam construir, então havia uma lei que quando o telhado está pronto a

fiscalização já não pode deitar abaixo e as pessoas durante o fim-de-semana e pela calada da noite metiam telhados e então criaram elas próprias o urbanismo ou seja muitas estreitas á pessoas que querem vir apanhar a casa mais um metrinho, estou a falar aqui no vale rosal onde as ruas são estreitinhas, não pode passar um carro por o outro e só recentemente á uns 10/12 anos foram legalizadas todas essas casas e tiveram todas as infraestruturas legalizadas porque depois se era ilegal a câmara não mandava alcatroar, se era ilegal as águas de Coimbra não ponham água, se eram ilegal a EDP não fornecia eletricidade. Portanto todas essas coisas antigas, no entanto também temos coisas antigas que foram bem feitas, como o bairro de santa clara construído com casas com quintal construído em 1958, tem ali uma quantidade de coisas a pensar no futuro portanto já nessa altura se pensava no futuro e de convívio de ligação entre vizinhança ou seja todos os muros interiores são pequenos de maneira a que a vizinha pode-se falar com a vizinha, é essas casas com grande quintal as pessoas eram pobres tinham aquela agricultura de subsistência, alface, a salsa, pronto aquelas coisas todas, e isso tudo e as casas também estão em bom estado porque na altura foram todas construídas em pedra temos aqui algumas pedreiras que deram para construir o convento de santa clara, da rainha santa, com todas aquelas coisas, os aquedutos, aqueles que vocês viram nos arcos.”

5. Considera adequadas as condições da junta da freguesia e a sua localização?

Sr. Presidente – “Olhe um bom sítio é o mais longe da população porque por esta junta está sempre a passar população, por exemplo aqui a freguesia de S. Martinho a centralidade é o núcleo da freguesia, a sede da freguesia está na Bencanta. É muito mais fácil as pessoas virem aqui á apresentação quinzenal do que á sede deles tem que arranjar transportes tem que atravessar a via rápida até se deslocar ao pé da junta que é a melhor junta junto da fundação Bissapa Barreto, pronto ás vezes a localização quando tem uma junta próximo as pessoas tem muito mais apetência a qualquer momento, qualquer buraco no chão, qualquer necessidade se tornam para a junta se a gente estiver longe eles não vão lá. A localização da junta é aqui mas por exemplo a grande centralidade é por exemplo na quinta das lágrimas naquela zona do Rossio de Santa Clara portanto, Portugal dos Pequeninhos pronto ali é uma área onde tem prédio maiores, por exemplo hoje um bairro inteiro não chega a ter tantas pessoas como um prédio, numa casinha pequena mora um, mora dois, moram três mas por exemplo num lote de 20 andares ou 14 andares com 6 apartamentos

por andar vejam quantas pessoas podem viver sob autênticas aldeias, cada prédio é uma aldeia fechada mais concentrada.”

“As condições são boas, vocês estão quentinhas, tem duas casas de banho, não as condições são boas, mesmo até nos equipamentos da junta também portanto nos hoje quase tudo temos informatizado, antigamente, eu passei aqui alguns anos já tem alguns anos passava atestados á mão, estava ali com um atestado aquilo era uma dor de cabeça depois se me enganava lá ponha corretor antigamente até se ousava a lixivia porque as canetas eram todas de tinta permanente mas agora não é assim. Uma pessoa chega aqui e põe a mão é só, o atestado é o mesmo, o próprio sistema, até o cemitério os próprios mortes são geridos por programas específicos para isso.”

6. Quais são os aspetos que a população mais se queixa?

Sr. Presidente – “Não as pessoas não vem aqui só por queixas, 90-95% vem por interesse próprio por necessidade, olhe veja, na apresentação quinzenal dos desempregados temos á volta de 600-700 quem tem de vir 2 vezes por mês só ai são mil e tal pessoas. Depois quase tudo obriga atestados de agregado familiar, atestado de residência, atestados sei lá para todas as coisas da quilometragem das crianças para ter o passe social, o passe social que não é o caso, o passe escolar, o passe bimodal todos tem que ir á junta ver porque a distância é mais 3km quando isso é pago e nós temos que atestar isso, depois os outros provas de vida, sei lá, é uma quantidade enorme de coisas que ... inclusivamente na vossa área que é saúde por exemplo um atestado de barreiras arquitetónicas não sabem o que isso é, mas eu vou mais ou menos explicar: imagine que eu parto me todo ou tive um acidente de automóvel e parto as duas pernas, vou para o o hospital, moro no 3º andar de casa estreitinha não tem elevador, a cadeira de rodas não passa, eu não consigo ir para casa como é que se procede numa situação dessa. Já alguma vez imaginou morar no 3º/4º andar ou 3º andar, até ao 3º andar não é obrigatório ter elevador, pronto a pessoa para o 3º andar vai pelas escadas com uma cadeira de rodas, como é que chega a casa a pessoa? Portanto vem á junta tirar um atestado de barreira arquitetónica á própria casa para entregar no hospital para que o hospital se responsabilize pelo recobro da pessoa ou seja mete ou arranja uma instituição ou um lugar, ou até na enfermaria fica mais tempo para curar as perninhas para depois regressar a casa e isso tem um

tempo limite portanto são atestados de barreiras arquitetónicas. De resto aquilo que mais procuram é por causa de buracos na estrada, limpezas, depois tem a parte social que é muito importante que as pessoas não tem condições as pessoas chegam aqui ... “olhe ainda hoje não meti nada na boca”, não tem dinheiro, não pagam a renda á não sei quanto tempo e nós que temos uma comissão social de freguesia que na maioria dos casos resolvemos. Outras novidades em relação á vossa área, somos das poucas juntas que tem um banco de ajuda externa, o que é um banco de ajuda externas? Por exemplo imagine que a minha avó ficou acamada e não tenho aqui uma cama articulada, não temos uma muleta, nem uma cadeira de rodas, não tenho dinheiro para isso, nós temos um banco de ajuda externas, está claro que nem toda a gente pode nós também temos dificuldades em armazenar as coisas infelizmente elas estão todas por casa das pessoas quase que não param, aqui uma cama articulada quase que não para mesmo quando as pessoas já melhoraram habituam-se á cama articulada porque vem na televisão com muito mais comodidade a cama articulada até é muito bom. Depois pronto vejo muitas pessoas também que tiveram de cama articulada com doenças graves e a maior parte morre e as camas regressam, cama, colchão essas coisitas todas, pronto todas essas atenuantes das desgraças das pessoas.”

7. A Junta tem algum projeto/plano para o combate de cheias?

Sr. Presidente- “Olhe se Portugal não tem como é que uma junta pode ter, é impossível, olhe o grande problema das cheias, primeiro as cheias não tem problema nenhum pronto, se toda a gente cumprisse a lei não havia nenhum problema com a cheias porque o leito do rio tem 200 metro para cada, onde não se pode construir, mas toda a gente constrói e depois sucede isto a água vem e a gente já sabe, mesmo com a barragem de Aguieira no caso de Coimbra de Santa Clara controla-se alguma coisa mas suponhamos que a barragem está cheia de mais ...”

8. Considera benéfico terem fechado o posto de correios aqui e aberto no centro comercial o fórum?

Sr. Presidente – “Olhe estamos a falar em coisas particulares, privadas, foi acusado de muitas coisas até sou acusado de Santa Clara não ter banco, assim como sou acusado muitas vezes de não terem tv cabo. Isto é fácil de explicar a parte bancária acabaram aqui todas as delegações porque não tinham investimento e os bancos

ganham é com o investimento os serviços nós já vamos salva-los mas vamos tirando às pinguinhas com o cartão. Tiramos 20 amanhã 30 e depois chega ao fim do mês e não tiramos nada, o mês é demasiado comprido para o ordenado pronto estas desgraças todas que vocês de certeza tem conhecimento. E os bancos como já tinham outras delegações mais antigas, até aqui em S.Martinho, que tem uma parte mais industrial eu não tou a ver o fórum, que é quem movimenta mais dinheiro aqui em Santa Clara, a ir depositar o dinheiro aqui ao banco, nada disso o banco é que vai lá. Portante ou daqui passava para S.Martinho do Bispo eles tinham uma maior concentração de clientes e com bluepharma e com agricultura eles tem muita coisa, isso não quer dizer que tem mais dinheiro, tem pedido de empréstimos essa coisa toda e aqui em santa clara era quase ... Os correios não foi a mesma coisa os correios quando foram privatizados, as delegações por exemplo havia aqui o nosso posto de correios em santa clara tinha 3 empregados balcão, 1 empregado de limpeza e 1 policia, já tinha sido assaltado e a gente começa a fazer as contas para sustentar aquilo mais o aluguer estamos a falar na ordem dos 15000-20000 euros, e onde é que os correios, onde é que eles iam ter lucro com as cartas que nos mandamos cada vez menos. Os correios também tem alguns acordos ... nisso eu acho que foi um prejuízo e nas cartas cada vez E por falar em cartas sabiam que agora há um selo com a cara da Clarinha Viegas. Portanto essa coisa dos correios em Castelo Viegas, onde há menos gente e mais dificuldade de os correios terem um posto deles está na junta de freguesia em Castelo Viegas, portanto queriam dar 510euros, fizeram uma proposta para a junta ficar com os 510 euros, meteram uma funcionária custa á volta de 700 euros porque não é só o salário mínimo tem também a segurança social que tem que pagar 24%, tem que pagar subsidio de alimentação portanto fizemos contas, disponibilizámos uma junta, mais uma sala mais um espaço para ter aqui os correios, depois é a responsabilidade dos correios porque há dinheiros quase tem de depositar todos os dias no banco tem que se levantar pagar as reformas, todos as coisas, embora fosse acusado disso não posso estar a por em causa o serviços dos privados, os privados querem ganham com os correios faz favor, a gente quando mete uma loja e vê quando não dá para vender isto vende-se aquilo, os serviços não é um organismo de estado é uma coisa privada. Há bocado estava a dizer que também me acusam da tv cabo é assim; se eu fizer uma estrada e se não houver oportunidades de eu a fazer para dois de passagem, porque não é só a tv cabo, os telefones, uma quantidade de coisas, o saneamento o gás por baixo de

terra. Imagine que eu acabei de fazer uma estrada nova e chega a tv cabo e meto lá um buraco para meter o fio, tenho que esperar dois anos porque a estrada, acabei de fazer a estrada e não vou fazer um buraco pronto não fica bem, depois as pessoas que não tem tv cabo terão de esperar dois anos, depois o presidente da junta não deixa ter tv cabo, mas as leis não são minhas são do estado e há coisas assim como por exemplo no gás: “ah! Em santa clara está mal desenvolvida”, há algumas zonas de uma parte da freguesia que já tem gás, mas as pessoas tem de escutar que ninguém vai fazer uma infraestrutura grande como motores para meter gás numa casa é quase impossível é o dinheiro que a Lusitânia gás ou que explora isso vai gastar só na infraestrutura por causa de um cliente é quase impossível que as pessoas não compreendem: suponhamos que o meu paizinho ou o meu avozinho deixou 300m de terreno sei lá no Tovim ou num monte, aquele terreno é vedado quero fazer uma casita, mas não tenho outra faço ali e digo olha tem que ter água, vamos então para uma estância a 2/3km e vamos por o fio para se colocar a eletricidade, vai se por o fio para levar a água, vai-se por a tubagem para saneamento, a casa custo-lhe 10 000 contos imagine e o estado vai gastar 300 000 por que eu tenho essas infraestruturas que toda a gente tem direito. Portanto há, e depois a camara tá claro que não autoriza, então e depois você onde vai buscar a água? Ah não sei? E então e onde vai buscar a eletricidade? Ah não sei? Estão a ver somos nós todos a pagar uma infraestrutura que é 10 vezes mais cara que a própria casa, e depois está claro que não há autorizações muitas vezes para isso e as pessoas queixam-se mas não podemos todos apagar porque um senhor deixou 300m no meio do pinhal e não tem as infraestruturas. Por isso é que os índices de construção que vocês já ouviram falar quinhentas vezes não compreendem, os índices de construção é quantos metros de construção se pode fazer por cada metro de terrenos, ou seja imagine que nas zonas rusticas, zonas rusticas são zonas de quintas e coisas dessas que tem eu ter mais de 5000 m² nesses 5 mil m² só pode construir 260, que é uma casa muito boa, já é um pedaço de casa. Mas imagine na rua ferreira Borges tem 100m² e vou construir 100 e tal metros não precisa de deixar lugar para passeio e já tem infraestruturas montadas portanto já tem água é só fazer ligação tenho o gás e toda aquela coisa portanto o índice de construção é muito maior. Depois há os núcleos residências que nem são zonas de densidade populacional mas também não são zonas rusticas tem indicie de construção para se construir rés-do-chão e 1º andar e aí naquela zona que já esta infraestruturada pode se fazer um núcleo residencial que

a própria palavra já dizem tudo, ou seja pode haver mais concentração ou mais autorização. Por exemplo está aqui um terreno o meu vizinho pode construir aqui e eu não porquê? Porque termina no meu vizinho as autorizações do PDM para a construção, eu sei que o outro está mesmo ao lado mas é mesmo assim. O PDM é que dita tudo, desde as larguras dos passeios, zonas ecológicas, sociais o PDM é que manda nisto tudo. Portanto as vezes imagine (...)

As zonas verdes aqui da Santa Clara estão todas protegidas porque pode ter tipos de animais ou flor e tem que estar tudo protegido, as vezes as pessoas não tem uma vaga ideia de como as cidades se organizam.”

9. Que tipos de recursos se usam para manter as ruas limpas? Acha que há uma quantidade adequada de contentores?

Sr. Presidente – “A freguesia por acaso é um pouco atrasada nisso, porque a ERSUC, as recolhas de lixo é feito num plano global da cidade, olhe então o que acontece é uma sociedade onde a câmara também faz parte mas também faz parte os privados e há de reparar que nos ecopontos nunca vi um lavado. Os contentores aqueles dos resíduos sólidos, mas muita gente nunca viu, porque é um carro na mesma com um jato de água, está claro que o casco do contentor tem que ser raspado e eles não levam para raspar porque há muita gente que leva o baldinho principalmente nas zonas menos urbanas, leva o baldinho da louça e despeja para lá mas depois queixam que tem gordura no pavimento mas são eles. E ainda tem um atraso muito grande na qualidade dos ecopontos, você acabar de beber uma garrafinha de cerveja pega na garrafinha para meter no bidon chega lá e não cabe.”

Rita – “Talvez se deva ao aumento da população? ...”

Sr. Presidente – “Não, deve-se há falta de equipamento moderno, este equipamento ... por exemplo nas cidades mais novas tem todos “baloques” enterrados no chão que tem sistema fechado. O nosso sistema começou bem e teve alguns benefícios antigamente não havia rua que não tivesse cão ao nosso calcanhar porque a alimentação os cães abandonados eram feitos nos sítios onde eram depositados os lixos, onde não havia contentores e isso acabou com os cães vadios, ..., hoje em dia já não há alimentação. Embora critique a falta de modernidade dos contentores e

falta de limpeza. E ainda a campanha dos 3r's essa parte não funciona porque não há equipamento.”

10. Existe alguma medida economizadora relativamente à iluminação que a freguesia tenha adotado?

Sr. Presidente – “Foram mudadas mas já foi um projeto europeu, e foram substituídas aquelas brancas por as amarelas que tem uma duração de 15 anos, mas acho que está mal porque estas lâmpadas foram preparadas para dar iluminação até 150m mas acho que as lâmpadas são demasiado agressivas para o olhar humano, a luminosidade também é perigoso para o olhar humano. Há grandes estudos e estão a tentar fazer lâmpadas led menos agressivas e que gastem menos e também monitorizar, nos não temos nada monitorizado, imagine que às 4 da manhã não tem carros a circular e tem as lâmpadas acesas portanto se monitorizar podemos ... á noite a cidade vai dormir, por exemplo em sítios com discotecas ai sim a iluminação é necessária mas todo o resto pode ser apagado, ou ter células que quando um carro se aproxima a lâmpada acende hoje há muitas zonas.”

11. Acredita que as ruas da freguesia estão devidamente iluminadas?

Sr. Presidente – “Há algumas situações onde não está, situações pontuais há algumas casas no meio do monte e ai pode haver falta.”

12. Qual a cobertura da população relativamente à energia elétrica? Existe aderência por parte da população às energias renováveis?

Sr. Presidente – “Não as energias renováveis envolvem infraestruturas gigantes, apesar da freguesia não ter projeto mas tem terreno onde se fazem eólicas e quase todos aqueles terrenos baldios pertencem á junta ... envolve muito dinheiro.... “

13. Existe historial de violência ou criminalidade na área de Santa Clara e/ou castelo Viegas?

Sr. Presidente – criminalidade há muita pequena criminalidade a junta já foi assaltada 7 vezes e uma vez levaram 1 botija de gás, é essa pequena criminalidade é o estudante que bebe mais um copinho ...

14. Considera que existe necessidade de identificar determinadas zonas da freguesia como problemáticas?

Sr. Presidente – olhe nós por acaso não temos porque eu ando sempre atrás dessa gente, mas áreas problemáticas podem sempre acontecer a qualquer momento, basta a

camara retirar o a uma familia de etnia cigana para criar um problema, as pessoas, não e uma questão de respeito pessoal é o lixo que deitam no chão, é o lugar para o carro e todos os lugares são deles, e as pessoas queixam-se depois tem uma parte que é má para eles, eles metiam se ai e nós todos os dias telefonávamos para a policia, o cigano cuspiu fora da janela e já estávamos a chamar a policia até que eles se chatearam e foram embora. Mas eles também tem algumas regras ... não é racismo não é nada não tenho esse problemas, mas são um incomodo, e se o incomodo for racismo então somos todos racistas.

APÊNDICE IV – Guião de entrevista realizado na Estação de Tratamento de Água da Boavista



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA

Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade

Curso de Licenciatura em Enfermagem

2ºano – 4ºsemestre - 1º bloco

Ano letivo: 2015/2016

Equipa União de Freguesias Santa Clara e Castelo de Viegas

Subequipa 1

Guião ETA:

1. A maioria da população tem acesso ao saneamento básico?

2. Qual a cobertura de saneamento básico da comunidade?

3. Toda a população tem acesso ao abastecimento de água?

4. Qual é a cobertura na distribuição e abastecimento de água?

5. Ocorre com frequência quebras de abastecimento de água?

6. Tem conhecimento de casos de rebentamento de canos?

7. Quais os custos do abastecimento da água?

8. Todas as pessoas tem acesso a água potável?

9. Existe eficaz escoamento das águas nas ruas?

10. A Junta de Freguesia tem algum serviço de resposta rápida? (por exemplo quando rebenta um cano)

11. Já recebeu alguma queixa a nível dos maus-odores relacionados com os esgotos?

12. Há uma correta limpeza e manutenção dos esgotos? Quais?

13. Tem conhecimento de algum caso na população sem acesso a água potável?



ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
Ensino Clínico de Fundamentos de Enfermagem na Comunidade
Curso de Licenciatura em Enfermagem
2ºano – 4ºsemestre - 1º bloco
Ano letivo: 2015/2016
Equipa União de Freguesias Santa Clara e Castelo de Viegas
Subequipa 1 – Professora Conceição Alegre

Entrevista para Enfermeira do Centro de saúde de Santa Clara

Enquadramento geodemográfico

• **Localização da comunidade**

1. Considera o local do centro de saúde acessível aos cidadãos de freguesia? Sim
Não Se não, porquê? _____

2. Concorde com distribuição de pessoas pelo centro de saúde do Marco dos
Pereiros e de Santa Clara? Sim Não Se não, porquê? _____

3. Considera as condições do centro de saúde suficientes para cuidados de saúde
eficazes e com qualidade? Sim Não Se não, porquê? _____

4. Acha que o número de profissionais de saúde que este centro de saúde possui é
suficiente para satisfazer as necessidades da população de forma eficaz? Sim
Não Se não, porquê? _____

5. Como classifica a classe socioeconómica da maioria dos utentes deste centro?
Baixa Média Alta Faixa etária: _____

6. Considera que os utentes recorrem ao centro de saúde apenas em caso de doença
ou procuram o mesmo para outros fins? Sim Não Se não, porquê? _____

7. Quais os outros motivos da ida ao centro de saúde? _____

8. Qual é a média de utentes a usufruir de apoio domiciliário e sua respetiva faixa etária? _____

9. O apoio domiciliário é feito por quantos elementos do centro de saúde e qual é o meio de transporte dos mesmos? _____

- **Acessibilidades**

10. Existem acessibilidades especiais para pessoas que venham ao centro de saúde com dificuldade de locomoção? Sim Não Se sim, quais _____

Recursos básicos de Qualidade de Vida

- **Segurança:**

a. Violência e criminalidade

11. Tem conhecimento de registos de criminalidade e/ou violência nesta freguesia? Sim Não Se sim, quais e de que forma? _____

12. Perante uma situação destas que intervenções de enfermagem disponibilizam/mobiliza? _____

13. Quais os transtornos/motivos que acha que estão na origem para a criminalidade? _____

14. Quais os problemas de saúde adjacentes à violência? Quais os impactos desta na pessoa? _____

15. De que forma pode transtornar/deprimir a pessoa? Tem conhecimento de algum caso nesta freguesia? _____

16. Considera que as pessoas que sofrem violência podem no futuro potenciar atitudes violentas? Sim Não Há algum exemplo destes nesta região? _____

17. Estas pessoas conseguem superar inteiramente os danos causados, a nível psicológico? Sim Não

18. Se sim, considera que o Centro de saúde tem um papel determinante neste domínio? Sim Não Se sim, de que forma? _____

19. Considera que as pessoas que sofrem/sofreram de violência conseguem integrar-se de forma ativa na sociedade? Sim Não Se sim, de que forma a unidade de saúde familiar ajuda neste sentido? _____

• **Espaços verdes:**

20. Acredita que os espaços verdes têm implicações na promoção da saúde e bem-estar das pessoas que habitam na freguesia? Sim Não Se sim, de que forma? _____

21. Estes espaços costumam ser abordados nas sessões de educação para a saúde? Sim Não Se sim, com que finalidades? _____

22. Acha que as pessoas desta comunidade têm por hábito frequentar estes locais e como tal fomentar hábitos de vida saudáveis? Sim Não Se sim com que frequência e qual a finalidade? _____

APÊNDICE VI – Plano de intervenção

| Tema: Inundações | | | | |
|---|---|---|--|---|
| Finalidade: Minimizar estragos dos bens pessoais da comunidade | | | | |
| Objetivo Geral: Ensinar estratégias para o modo de atuação num caso de inundação. | | | | |
| Grupo Alvo: Comunidade em zonas de risco de inundação. | | | | |
| Local: Localidade de Santa Clara | | | | |
| Responsáveis: Carolina Bogalho; Cátia Cunha; Eva Barreiros; Filipa Santos; João Leite; Pedro Vinhas; Rita Alves; Sarita Afonso e Maria Chão. | | | | |
| OBJETIVOS ESPECÍFICOS | CONTEÚDOS | ESTRATÉGIAS | TEMPO | AVALIAÇÃO |
| <p>1. Informar a comunidade das zonas de risco de inundação.</p> <p>2. Procurar saber como é que a população salvaguarda os seus bens pessoais.</p> <p>3. Ensinar técnicas de controlo emocional durante os momentos imprevisíveis.</p> | <p>1. Mapa com a assinalação das zonas de risco de inundação.</p> <p>2. Enumeração de estratégias para salvaguarda de bens.</p> <p>3. Enumeração de exercícios a realizar para controlo emocional durante situações de stress.</p> <p>4. Disponibilização de contactos telefónicos em caso de urgência.</p> | <p>1. Realização de um folheto informativo e entrega do mesmo nas casas da população situada na zona de risco de inundação;</p> <p>2. Realização de um PowerPoint para a Comunidade com a mesma informação do folheto que seria enviada por correio eletrónico para os moradores na zona de risco de inundação.</p> | <p>1. Para leitura do folheto, entre 4-5 minutos;</p> <p>2. Para visualização da apresentação entre 4-5 minutos.</p> | <p>1. Questionário à comunidade que procura saber se a informação disponibilizada foi eficaz numa situação real de inundação.</p> |

APÊNDICE VII – Folheto informativo

ZONAS DE RISCO

Profundidade (m)

- > 0.0 - 0.5
- > 0.5 - 1.0
- > 1.0 - 1.5
- > 1.5 - 2.0
- > 2.0 - 3.0
- > 3.0 - 4.0
- > 4.0 - 5.0
- > 5.0 - 6.0
- > 6.0 - 8.0
- > 8.0 - 10.0
- > 10.0

Sistema de vigilância e alerta de recursos hídricos

Estação hidrométrica

Vias de comunicação

- Estrada potencialmente afectada ou inundada
- Ferrovia potencialmente afectada ou inundada

CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

BOMBEIROS COIMBRA
Tel.: 239 822 383/
239 792 800

COMANDO DISTRICTAL DE OPERAÇÕES DE SOCORRO
Tel.: 239 854 060

SOCORRO 112

Realizado por:

Ana Carolina Sequeira Bogalho
Ana Filipa Faria Santos
Cátia Daniela Teixeira da Cunha
Eva Sofia Rodrigues Barreiros
João Pedro Almeida Leite
Maria de Alarcão Santos Lourenço de Chão
Pedro Ricardo Abreu Vinhas
Rita Margarida Cerveira Alves
Sarita Alexandra Ferreira Afonso

ESCOLA SUPERIOR DE ENFERMAGEM DE COIMBRA
Ano letivo: 2015/2016
Ensino Clínico Comunidade
União de Freguesias de Santa Clara e Castelo Viegas

Zonas de Risco e Medidas Preventivas INUNDAÇÃO

A força da água pode ser terrível!

QUANDO EXISTIR UM AVISO DE CHEIA

- Mantenha a serenidade.
- Coloque num saco de plástico todos os objetos pessoais mais importantes e os seus documentos.
- Transfira os alimentos e os objetos de valor para pontos mais altos da casa.
- Liberte os animais domésticos. Nunca os deixe presos.
- Prepare-se para desligar a água, o gás e a eletricidade, se for caso disso.
- Prepare-se para a necessidade de ter de abandonar a casa.
- Não ocupe as linhas telefónicas. Use o telefone só em caso de emergência.

CONTROLE AS SUAS EMOÇÕES COM ALGUNS PASSOS

Técnica de distração

Concretize pensamentos como:
"O que é que está a acontecer em meu redor?"
"O que é que consigo ver, ou cheirar?"
E procure as suas respostas concentrando-se nestas perguntas.

Técnica de controlo da respiração

1. Colocar uma mão sobre o peito e outra sobre o estômago;
2. Inspirar, enchendo ao máximo o abdômen de ar e o tórax o mínimo possível;
3. Inspirar e expirar pelo nariz;
4. Fazer esta técnica de forma calma e ritmada, entre 8 a 12 ciclos por minuto;
5. Tentar também relaxar a sua mente.
6. É importante que a pessoa treine esta técnica de forma calma e ritmada.

APÊNDICE VIII – Ação Educativa em Power Point



QUANDO EXISTIR UM AVISO DE CHEIA



Mantenha a serenidade.



Coloque num saco de plástico todos os objetos pessoais mais importantes e os seus documentos.



Transfira os alimentos e os objetos de valor para pontos mais altos da casa.



Liberte os animais domésticos. Nunca os deixe presos.



Prepare-se para desligar a água, o gás e a eletricidade, se for caso disso.



Prepare-se para a necessidade de ter de abandonar a casa.



Não ocupe as linhas telefónicas. Use o telefone só em caso de emergência.



Não caminhe descalço nem saia de casa para visitar os locais mais atingidos.



Não utilize o carro. Pode ser arrastado para buracos no pavimento, para caixas de esgoto abertas, ou até para fora da estrada.



Não entre na enchente. Há o risco de não conseguir suportar a força da corrente, além de que pode ocorrer uma subida inesperada do nível da água.



A água da cheia pode estar contaminada. Não a beba.



Procure ter sempre uma atitude sensata perante os acontecimentos.



Continue atento aos conselhos da Proteção Civil.

INTERVENÇÕES PARA MINIMIZAR ESTRAGOS DE BENS-PESSOAIS

ESTRATÉGIAS DE CONTROLO EMOCIONAL DURANTE ATAQUE DE PÂNICO

CONTROLE AS SUAS EMOÇÕES COM ALGUNS PASSOS

Técnica de distração

Concretize pensamentos como: "O que é que está a acontecer em meu redor?"

"O que é que consigo ver, ou cheirar?"
E procure as suas respostas concentrando-se nestas perguntas.

Técnica de controlo da respiração

1. Colocar uma mão sobre o peito e outra sobre o estômago;
2. Inspirar, enchendo ao máximo o abdômen de ar e o tórax o mínimo possível;
3. Inspirar e expirar pelo nariz;
4. Fazer esta técnica de forma calma e ritmada, entre 8 a 12 ciclos por minuto;
5. tentar também relaxar a sua mente.
6. É importante que a pessoa treine esta técnica de forma calma e ritmada.



CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

BOMBEIROS COIMBRA

Tel.: 239 822 383/
239 792 800

COMANDO DISTRIAL DE OPERAÇÕES DE SOCORRO

Tel.: 239 854 060

SOCORRO
112

Realizado por:

Ana Carolina Sequeira Bogalho
Ana Filipa Faria Santos
Cátia Daniela Teixeira da Cunha
Eva Sofia Rodrigues Barreiros
João Pedro Almeida Leite
Maria de Alarcão Santos Lourenço de
Chão Pedro Ricardo Abreu Vinhas
Rita Margarida Cerveira Alves
Sárita Alexandra Ferreira Afonso