



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

RELATÓRIO PLANO DE TRABALHO

Título

DESAFIO EM AÇÃO - **Ano:** 2021

Coordenador(es)

José Roberto Armelin
CPF: 603609338-15

Responsável(eis) Técnico(s)

Tamiris Camila Nora Santos
CPF: 232.047.628.82

Público Alvo

Pessoa idosa com idade igual ou superior a 60 anos, de ambos os sexos, independentes e/ou com graus de dependência (necessitando de auxílio com alimentação, mobilidade, higiene; sem comprometimento cognitivo ou com alteração cognitiva controlada para as atividades de vida diária). Também acolhe idosos com vínculos familiares fragilizados, rompidos ou em situação de desabrigo. A entidade oferta espaço de moradia, proteção integral e serviço especializado.

Local da Execução

Sede: Lar dos Velhos de Amparo. Rua João Rodrigues Fontes , 80 - Jardim América

Justificativa da Proposição

A finalidade e pretensão do Plano de Trabalho é concretizar as ações de atendimentos previstas em Serviços socioassistenciais como:

Acolher e garantir proteção integral; - Contribuir para a prevenção do agravamento de situações de negligência, violência e ruptura de vínculos; - Restabelecer vínculos familiares e/ou sociais; - Possibilitar a convivência comunitária; - Promover acesso à rede socioassistencial, aos demais órgãos do Sistema de Garantia de Direitos e às demais políticas públicas setoriais; Favorecer o surgimento e o desenvolvimento de aptidões, capacidades e oportunidades para que os indivíduos façam escolhas com autonomia; Promover o acesso a programações culturais, de lazer, de esporte e ocupacionais internas e externas. (Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais).

Em meio à execução do plano de trabalho, as ações de atendimento e as atividades seguem com o objetivo de ampliar momentos de interação, convívio e vivências para melhor qualidade de vida do idoso. O Plano de Trabalho prevê integrar momentos de bem-estar e integração da pessoa idosa institucionalizada, visto a temática e função social das Instituições de Longa Permanência para pessoa Idosa, onde a pretensão não é a de substituição da família, mas de ampliação desta, com laços e vínculos também significativos.

Baseado nos resultados positivos proporcionados pelos planos anteriores o atual plano segue com o objetivo de satisfazer o público alvo, porém foram necessárias algumas readaptações no desenvolvimento das ações, devido ao Coronavírus (COVID-19), calamidade mundial que ocasionou as paralisações de grande parte das atividades, principalmente aos idosos que compõem uma parcela do grupo de risco, ou seja, caso infectados pode ser fatal. Portanto, como forma de assegurar e garantir a proteção das pessoas idosas acolhidas pelo Lar dos Velhos de Amparo, medidas seguranças foram reforçadas impedindo ao máximo contato com vírus, os preservando do mundo externo até segunda ordem e internamente a equipe multidisciplinar trabalha de forma cuidadosa para evitar qualquer risco de contágio aos idosos.



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

Objetivo Geral

Promover e favorecer conteúdos práticos e eficazes para uma vida ativa e saudável, tendo a concepção de garantir acessos a oportunidades para a construção de suas autonomias.

Objetivo Específico

- > Promover atividades específicas conforme perspectivas e características dos idosos para melhor convivência e qualidade de vida;
- > Despertar o convívio social por meio de encontros culturais e de lazer (fazer amizade com pessoa da mesma geração);
- > Complementar o trabalho social com famílias em percurso planejado e eficaz, enfatizando a participação e a convivência familiar intergeracional;
- > Garantir atendimento interdisciplinar e multiprofissional com qualificações técnicas, que possa desenvolver o trabalho direcionado ao cuidado;
- > Conhecer o processo de envelhecimento entendendo assim as reais necessidades.

Metodologia

As ações a serem executadas através do Plano de Trabalho, foram previamente elaboradas com apoio e sugestão da equipe de trabalho (fisioterapeuta, técnicos de enfermagem e cuidadores). Ações estas que serão diversificadas condizentes com a capacidade apresentada pelo público alvo, a considerar o grau de dependência como deambular, ser cadeirante, possuir dificuldade visual, ter dificuldade em membros superiores, apresentar sequelas isquêmicas e até mesmo Alzheimer. Em especial, neste momento de calamidade mundial devido a pandemia do Coronavírus (COVID-19), buscando maneiras e estratégias em ofertar o que lhes é de direito sem os colocarem em risco. Portanto, baseando-se no Estatuto do Idoso - Lei nº 10.741, de 01 de Outubro de 2003, CAPÍTULO V, Da Educação, Cultura, Esporte e Lazer, a equipe multidisciplinar do Lar dos Velhos de Amparo pensou em priorizar o bem-estar, a saúde, a diversão e o lazer, trabalhando o biopsicossocial do indivíduo, internamente de forma lúdica e segura.

Oficina - A prática de alongar, aquecer e respirar: A oficina foi planejada com intuito de contribuir de distintas maneiras para enfrentar os desafios atuais e ainda assim disponibilizar momentos prazerosos e funcionais aos idosos institucionalizados. A prática de alongar e aquecer oferta inúmeros benefícios ao indivíduo como melhora da postura, aumento da flexibilidade, melhora da performance na prática de atividades físicas, alívio da dor em algumas doenças ou mesmo na prevenção de lesões. Após aquecidos serão desenvolvidos os exercícios respiratórios, com a pandemia do Coronavírus, manter ou melhorar a capacidade respiratória tornou-se ainda mais importante, pensando nisso a fisioterapeuta da Instituição, desenvolverá através de atividades lúdicas e divertidas maneiras de exercitar a respiração, contribuindo ainda para o controle da ansiedade e melhoras no sono. Estes exercícios têm por objetivo manter a ventilação pulmonar normal, fortalecendo a musculatura respiratória, como o diafragma e músculos acessórios da respiração, visando desta maneira diminuir o risco de infecção pulmonar. Os técnicos de enfermagem e cuidadores darão o suporte necessário, em especial aos idosos que apresentam graus de dependência, o que não os impossibilitarão de participar, uma vez que tais atividades serão inclusivas, leves e adaptáveis. As atividades serão divididas em dois grupos de homens e mulheres, em dias diferentes. A fisioterapeuta utilizará materiais que estimulam a respiração como bexigas, apitos, línguas de sogra e para animar o ambiente colocará música durante o desenvolvimento da ação.

Prática de Atividade Física: As ações estão fundamentadas nos relatos comprovados de que atividades físicas, intelectuais, religiosas e sociais, despertam e desenvolvem a busca de sentido para a vida (Pestana; Espírito Santo, 2008). Estes resultados contribuem para a melhoria da capacidade funcional, do sono, velocidade no andar e disposição, a considerar valores importantes para a atividade de vida diária. A ação será executada duas vezes por semana, por professora de educação física voluntária.

Oficina - Interação e Autoconhecimento: Pensando nos desafios proporcionados pela rotina, o ato de relacionar-se e conviver, ainda mais neste momento de isolamento social que impossibilita o distanciamento de pessoas que dividem o mesmo espaço, é importante exercitar a interação entre os idosos através de dinâmicas grupais de maneira em que eles desfrutem da companhia de seus colegas, visando melhor convivência de forma divertida e que traga o autoconhecimento, através de grupos, conversações e estratégias de brincadeiras, desenvolvendo de forma e prazerosa um trabalho biopsicossocial com profissionais capacitados, psicóloga, assistente social, técnicos de



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

enfermagem e cuidadores em caso de suporte para idosos com graus deficiências. Desenvolvida pelo menos uma vez na semana e se necessário em mais dias.

Estas ações poderão ser acompanhadas por assistente social, monitoras e cuidadoras, e terá como preferência os dias de sextas-feiras. As ações buscam interação conforme a concordância de 20 a 30 pessoas idosas institucionalizados, a considerar a capacidade da Entidade acolher 80 idosos. Com tudo precisamos considerar que o Plano de Trabalho será abrangente a todos os acolhidos, independentemente de seu grau, no entanto, respeitar o processo de adequação nas ações voltadas no aspecto cognitivo e desenvolvimento motor da pessoa idosa, será imprescindível.

Descrição dos Indicadores das Metas/Etapas e Fases

Dentre cada atividade a equipe de enfermagem atuará para as devidas avaliações e monitoramentos relacionados à saúde dos idosos, como aferir sinais vitais, verificação glicemia capilar, dentre as comorbidades decorrentes à idade. Esse processo se dará, antes, durante e após atividades supracitadas. Cada ação objetiva a satisfação dos idosos dentre as atividades, e o modo proposto para devida avaliação será a abordagem de forma individual, tendo em vista, o respeito à opinião e a conclusão de cada idoso.

Diante deste contexto as ações sugeridas no Plano de Trabalho e as quais não satisfizerem aos idosos, serão reavaliadas pela assistente social e assim substituída afim de não ocasionar desmotivação, falta de interesse e não interação de um ou mais idoso. Para a garantia e continuidade das ações, o Plano de Trabalho prevê resultado satisfatório na qualidade de vida dos idosos, reconhecendo que em Plano anterior, os idosos puderam integrar as etapas do Plano com facilidade, segurança, confiança, oportunidade e mostraram-se pré-determinados a avançar e vencer desafios como a socialização, limitações cognitivas, expressões e liberdade de expressões.

Monitoramento e Avaliação

Toda questão envolvendo monitoramento e avaliação será analisada através de reuniões de equipe mensalmente, para discussão de casos e revisões, e com estratégias para garantir a qualidade das ações e participação dos idoso. A proposta em atender 30 idosos, deverá seguir e respeitar a disposição de cada idoso, podendo este número ser mantido ou diminuído em algum momento. A considerar que a frente ao atendimento dos idosos a equipe de técnicos de enfermagem possui autonomia para abordagem e repasse de informações do conteúdo do Plano de Trabalho. Salientamos que a opinião do idoso será sempre evidenciada para que facilite o processo de desenvolvimento das ações propostas.

METAS					
Especificação				Data Inicial	Data Final
1. Prática de Atividade Física				02/01/2021	31/12/2021
ETAPAS					
Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
As ações estão fundamentadas nos relatos comprovados de que atividades físicas, intelectuais, religiosas e sociais, despertam e desenvolvem a busca de sentido para a vida.	Pessoa idosa	30	20	02/01/2021	31/12/2021
Detalhamento: Estes resultados contribuem para a melhoria da capacidade funcional, do sono, velocidade no andar e disposição, a considerar valores importantes para a atividade de vida diária. A ação será executada duas vezes por semana, por profissional habilitada. Professora de educação física voluntária.					
Especificação				Data Inicial	Data Final
2. Oficina - A prática de alongar, aquecer e respirar				02/01/2021	31/12/2021
ETAPAS					



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

METAS

Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
A Prática de Alongar e Aquecer.	Pessoa idosa	30	20	02/01/2021	31/12/2021
Detalhamento: A prática de alongar e aquecer oferta inúmeros benefícios ao indivíduo como melhora da postura, aumento da flexibilidade, melhora da performance na prática de atividades físicas, alívio da dor em algumas doenças ou mesmo na prevenção de lesões. Equipe: Fisioterapeuta, técnicos de enfermagem e cuidadores para suporte.					
Exercitar a respiração.	Pessoa idosa	30	20	02/01/2021	31/12/2021
Detalhamento: Com a pandemia do Coronavírus, manter ou melhorar a capacidade respiratória tornou-se ainda mais importante, pensando nisso a fisioterapeuta da Instituição, desenvolverá através de atividades lúdicas e divertidas maneiras de exercitar a respiração, contribuindo ainda para o controle da ansiedade e melhoras no sono.					
Especificação				Data Inicial	Data Final
3. Oficina - Interação e Autoconhecimento				02/01/2021	31/12/2021
ETAPAS					
Especificação	Unidade Medida	Qtde.	Valor/Ind. Qualidade	Início	Final
Exercitar a interação entre os idosos através de dinâmicas grupais de maneira em que eles desfrutem da companhia de seus colegas, visando melhor convivência de forma divertida e que traga o autoconhecimento.	Pessoa idosa	30	20	02/01/2021	31/12/2021
Detalhamento: Através de grupos, conversações e estratégias de brincadeiras, desenvolvendo de forma e prazerosa um trabalho biopsicossocial com profissionais capacitados, psicóloga, assistente social, técnicos de enfermagem e cuidadores em caso de suporte para idosos com graus deficiências.					

RECURSOS FÍSICOS

Item	Especificação	Quantidade
1	Banheiros	20
2	Consultório médico; Sala de Curativos; Sala de Fisioterapia; Secretaria; Sala Serviço Social; Oficina recreativa; Sala de Reunião; Cozinha; Sala de Manutenção; Garagem; Lavanderia; Barbearia; e Portaria.	1
3	Posto de Atendimento; Enfermaria; Dispensário de medicamentos; Sala de Convivência; Refeitório; e Almoxarifado.	2
4	Quartos	28
5	Rouparia	3
6	Suítes	14

RECURSOS MATERIAIS

Item	Especificação	Quantidade
1	Área externa: Recanto do Mirante da Vovó, área com cobertura externa e área de recreação com plantas arborizadas, contendo bancos, mesas e cadeiras.	1
2	Escritório Administrativo: Mesas e cadeiras, arquivos, armários, computadores, telefone e internet.	1



LAR DOS VELHOS AMPARO

João Rodrigues Fontes, 80 - Bairro - Amparo/SP

REGISTRO NO CNAS 71.000.106.932/2010-93 - Utilidade Pública Municipal Lei 440 de 24/08/1962 - Utilidade Pública Estadual Lei 3.132 de 30/08/1955 (Lembrando que o registro do CNAS teve extinção do título de utilidade pública f

RECURSOS MATERIAIS		
Item	Especificação	Quantidade
3	Sala de Atendimento/ Acolhimento: Mesa, cadeiras, e estofado c/ 2 lugares, armário, arquivo, computador, telefone e internet.	1
4	Sala de Convivência: Televisor, D.V.D, Home Theater, Rádios, Conjunto de Estofados c/ 03 e 02 lugares, Mesas e cadeiras e bebedouro.	1
5	Sala de Reunião: Mesas e cadeiras, armários, computador.	1