RECOMENDAÇÃO

Ajuda Amiga dos Cuidadores Informais: Reconhecer, Informar e Apoiar Quem Cuida

Considerando que:

1. Os cuidadores informais desempenham um papel essencial no acompanhamento de pessoas idosas, dependentes, com deficiência ou doença prolongada, enfrentando frequentemente desgaste físico, emocional, social e económico;
2. A família constitui, sempre que possível e desejado pela própria pessoa, um espaço fundamental de cuidado e solidariedade, cabendo às instituições públicas apoiar as famílias e facilitar o acesso às respostas de que necessitam;
3. A dispersão da informação sobre direitos, apoios sociais, serviços de saúde e respostas de descanso do cuidador pode dificultar o seu acesso, contribuindo para situações de sobrecarga e exaustão;
4. A proximidade da Junta de Freguesia à população permite-lhe desempenhar um papel relevante na informação, orientação e encaminhamento dos cuidadores, em articulação com as entidades competentes;
5. A freguesia da Ajuda dispõe já de estruturas e parceiros sociais que podem contribuir para uma resposta mais articulada, valorizando os recursos existentes e a cooperação entre serviços públicos, instituições e comunidade.

Pelo exposto, a eleita do CDS-PP propõe que a Assembleia de Freguesia da Ajuda delibere recomendar ao Executivo:

1. Que seja reforçada, através dos serviços já existentes da Junta de Freguesia, a informação e o encaminhamento dos cuidadores informais para os direitos, apoios sociais, serviços de saúde, apoio domiciliário, apoio psicológico e respostas de descanso disponíveis;

2. Que esta informação seja divulgada através dos meios da Junta de Freguesia e disponibilizada presencialmente aos fregueses que tenham maiores dificuldades no acesso aos meios digitais;

3. Que sejam promovidas, em articulação com as entidades competentes e privilegiando os recursos e parcerias existentes, ações gratuitas de informação e capacitação dos cuidadores, designadamente sobre cuidados básicos, segurança, prevenção da sobrecarga e autocuidado;

4. Que, através da Comissão Social de Freguesia e dos parceiros sociais e de saúde, seja reforçada a articulação das respostas existentes e identificadas as principais necessidades dos cuidadores residentes na Ajuda.

Ajuda, 12 setembro de 2026

Verónica de Carvalho
Eleita pelo CDS-PP