CASO DE INOVAÇÃO

MINDFULNESS

Terapia para o corpo e alma

Para minimizar a medicação clássica e aumentar o bem-estar dos utentes, a equipa médica do Complexo de Santa Bárbara desenvolveu uma metodologia psico-terapêutica, que chamam de Mindfulness. Este método alternativo, que envolve a psicóloga clínica e os fisioterapeutas, aposta no auto-conhecimento e no relaxamento para diminuir sintomas de ansiedade, insónias e dor, muito comuns entre os utentes que chegam ao lar. "O objectivo é retirar ao máximo a terapêutica do comprimido e introduzir técnicas que levem as pessoas a perceberem as suas dificuldades, porque estão ansiosas ou sentem dor", explica a directora-clínica. "Tem um efeito fantástico. Nem eu pensava que pudesse ser assim".

A FIGURA

ISABEL BELTRÃO

Directora-clínica

Mais do que o seu trabalho, o Complexo de Santa Bárbara é a sua casa desde 2010, ano em que decidiu mudar-se para uma das vivendas da casa de repouso para estar mais próxima dos residentes. "Os meus amigos brincam comigo e dizem que me vêm visitar ao lar. É fantástico", conta Isabel Beltrão, directora-clínica da AMETIC desde 1998. Tem uma vida activa, gosta de trabalhar e garante dormir tranquila. "Se precisarem de mim eu estou aqui", esclarece. A médica, que também é directora-clínica da Rollar, em Setúbal, divide a sua semana de trabalho entre os dois lares. A dedicação e a força resultam do gosto de trabalhar com os outros. "Essa parte é fundamental", considera.

REPORTAGEM

Santa Bárbara quer ser mais hotel e menos hospital

No Complexo de Santa Bárbara, da AMETIC, o objectivo é que os utentes esqueçam que estão doentes. Muitos sentem-se mesmo num hotel. Contudo, as dificuldades não passaram ao lado desta unidade que já está de olho na internacionalização.

RITA FARIA
afaria@negocios.pt
JOÃO HENRIQUES
Fotografia

De Malibu com amor. O título em letras brancas está estampado na capa do livro grosso que Benedita de Oliveira tem aberto no colo. Aos 87 anos, as leituras ajudam-na a passar as tardes na vivenda número 12 do Complexo de Santa Bárbara, na Lourinhã, onde reside sozinha desde 2012. Nas divisões da moradia térrea tem expostas dezenas de molduras com fotografias das filhas, netos e bisnetos, que a visitam sempre que podem. Apesar das saudades, Benedita sente-se em casa. "À primeira vista, não sou uma pessoa muito simpática, mas agora que me conhecem, toda a gente aqui gosta de mim", conta. "Costumo passear por aí, almoço no edifício principal e depois volto para aqui".

Modista de profissão, Benedita está a recuperar de um problema nas pernas que lhe retirou capacidades de locomoção. A assistência médica 24 horas e as facilidades da casa de repouso – como lavandaria, refeitório e cabeleireiro – dão-lhe segurança e tranquilidade. "O nosso trabalho, todos os dias, é só tomar banho e lavar as mãos. De resto fazem tudo aqui", graceja.

A funcionar desde 2001, o Complexo de Santa Bárbara foi adquirido em 2010 pela AMETIC – empresa que gere também a ROLLAR, em Setúbal, e o Fátima SPA Club – estando integrado na Rede Nacional de Cuidados Continuados Integrados (RNCCI). O complexo é composto por um edifício principal onde se concentram todos os serviços e a maioria dos alojamentos – quartos individuais e duplos - e por 16 vivendas autónomas. A serra, de um lado, e o mar, do outro, compõem a paisagem. "Pretendemos ser mais hotel do que hospital, mas com os cuidados de saúde por trás", explica Isabel Beltrão, directora-clínica da AMETIC.

O meio envolvente é precisamente um dos cinco 'clusters' do programa SUSTIC (sustentabilidade + AMETIC) que serve de base para o funcionamento da empresa. "Temos em atenção o meio ambiente, a equipa, as instalações, toda a conformidade legal e a gestão económico-financeira", sinaliza a mé-

IV Edição do Prémio Saúde Sustentável

Uma iniciativa do Negócios em parceria com a Sanofi.

O Complexo de Santa Bárbara é composto por um edifício principal – com quartos individuais e duplos – e 16 vivendas. Os residentes podem usufruir da piscina aquecida, sauna, jacuzzi e cabeleireiro. Para promover o convívio com os familares, a unidade dispõe de uma sala onde os residentes podem receber convidados e fazer, por exemplo, jantares de família.

51

Número de funcionários do Complexo de Santa Bárbara, incluindo médicos, enfermeiros, terapeutas e auxiliares.

dica. "São necessários cuidados criteriosos".

As preocupações com a sustentabilidade dos recursos levaram a empresa a instalar painéis solares no edifício e a utilizar a água de dois furos para as lavagens e autoclismos. Além disso, a gestão criteriosa dos recursos humanos evita desperdícios de tempo e de trabalho. "Tentamos que não haja desperdício em área nenhuma. Com ar de brincadeira costumo dizer ao meu pessoal que controlo isto ao pau de fósforo", conta Isabel Beltrão. "Não faltando nada, tentamos ser rigorosos, porque só assim é possível manter estas unidades".

Verónica Candeias, assistente social na casa de repouso há dois anos, integra a equipa de 51 profissionais da casa, que inclui médicos, enfermeiros, psicólogos, terapeutas e auxiliares. Confessa que a maior dificuldade do seu trabalho é a pressão da RNCCI para a alta clínica e social dos utentes, quando as alternativas são escassas. "As estruturas residenciais para idosos (ERPI) particulares têm valores elevados, que grande parte dos utentes não tem capacidade económica para pagar", explica a assistente social. Essa não é, por enquanto, uma preocupação para Ana Júlia Ramalho, de 82 anos. Está no complexo desde Janeiro, acompanhada pela irmã Amélia, de 88 anos, com quem partilha o quarto 206. "Vim para aqui há cinco meses e gosto muito. Isto é quase como estar num hotel", adianta Ana Júlia. "Saio sempre que quero, é bom".

Com 122 camas, o complexo conta, actualmente, com 75 residentes - cerca de metade privados e a outra metade da rede - com uma idade média de 82 anos. Mensalmente, cada cama custa 1300 euros e, tratando-se de doentes dos cuidados paliativos, o valor pode ser "francamente mais caro", segundo a directora-clínica. "A parte financeira é desafiante. Algumas pessoas passaram por dificuldades e tivemos de reajustar as mensalidades", lamenta Isabel Beltrão. "Fizemo-lo para o bem dos doentes, mas não é fácil para nós". Com o objectivo de contornar as dificuldades e potenciar os seus serviços, a AMETIC já está de olhos postos na internacionalização, com viagem marcada para França, onde estarão numa feira a promover as suas ofertas. "Estamos dispostos a dar este passo que será, para nós, uma mais-valia", conclui a responsável. ■

"O nosso trabalho é só tomar banho e lavar as mãos. De resto, fazem tudo aqui. Temos lavandaria, refeitório, cabeleireiro."

BENEDITA DE OLIVEIRA
Residente, 87 anos

Costumo dizer ao meu pessoal que controlo isto ao pau de fósforo. Não faltando nada, tentamos ser rigorosos, porque só assim é possível manter estas unidades.

ISABEL BELTRÃO
Directora-clínica da AMETIC

Vim há cinco meses e gosto muito. Isto é quase como estar num hotel.

ANA JÚLIA RAMALHO
Residente, 82 anos

Uma das maiores dificuldades é a pressão da RNCCI para a alta dos utentes. No entanto, as estruturas residenciais para idosos particulares têm valores elevados que grande parte dos utentes não tem capacidade para pagar.

VERÓNICA CANDEIAS
Assistente social