

## EDITAL

### Normas de Funcionamento Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal

**Ricardo Bruno Antunes Machado Rio**, Presidente da Câmara Municipal de Braga:

**Faz saber que**, o Executivo Municipal em reunião ordinária realizada em 28 de julho de 2025, deliberou aprovar por unanimidade a proposta de "**Normas de Funcionamento do Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal**" que se anexa.

Para constar se mandou passar o presente edital que será afixado nos lugares de estilo e publicitado no sítio de internet do Município.

Braga, Paços do Município.

O Presidente,

**DOCUMENTO ASSINADO ELETRONICAMENTE**



## Normas de Funcionamento

### Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal

#### 1. Enquadramento

Os cuidadores informais desempenham um papel essencial na prestação de cuidados de saúde a familiares ou pessoas próximas, em situação de dependência total ou parcial, provocadas num contexto de doença crónica, incapacidade ou envelhecimento.

Apesar desta função vital na sociedade na prestação de cuidados de saúde, garantindo a qualidade de vida e bem-estar da pessoa cuidada, os cuidadores informais continuam a ser um grupo populacional frequentemente sobrecarregado e desprotegido, apesar da evolução significativa do enquadramento legal.

Estima-se que existam entre 800.000 a 1 milhão de cuidadores informais em Portugal, mas, destes, apenas cerca de 17.000 possuem o estatuto de cuidador informal, oficialmente reconhecido pelo Instituto da Segurança Social (dados de maio de 2025).

O Estatuto do Cuidador Informal, que regula os direitos e os deveres do cuidador e da pessoa cuidada, foi aprovado em anexo à Lei n.º 100/2019, de 6 de setembro. O concelho de Braga possui atualmente 324 cuidadores informais reconhecidos com este estatuto, devidamente acompanhados por profissionais da Segurança Social e da Saúde, sendo este o concelho minhoto com maior número de cuidadores com estatuto.

Apesar do enquadramento legal e da sua evolução ao nível do apoio fornecido a este grupo populacional, os cuidadores informais reconhecem as seguintes dificuldades diárias:

- sobrecarga emocional e física intensa, muitas vezes acumulada ao longo de anos, sem pausas estruturadas;
- falta de reconhecimento formal e de acesso aos apoios previstos, devido à complexidade burocrática e à escassa divulgação do Estatuto do Cuidador Informal;
- isolamento social com impacto direto na saúde mental, autoestima e participação cívica;



- dificuldade em conciliar o cuidado com a vida profissional e familiar, levando frequentemente ao abandono do emprego ou à redução da atividade laboral, com impacto direto na situação financeira do agregado familiar;
- carência de formação prática em áreas como nutrição, higiene, administração de medicação ou estimulação cognitiva da pessoa cuidada;
- desconhecimento sobre os seus direitos, benefícios disponíveis e redes de apoio locais.

Face a este enquadramento, o Município de Braga tem assumido como prioritárias a adoção de medidas que promovam o apoio junto dos Cuidadores Informais, reforçando o Programa de Capacitação de Cuidadores Informais, com a criação do Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal, em parceria com a Associação de Cuidadores, Familiares e Amigos de Braga (ACFAB), que se regerá pelas seguintes normas:

## **2. Objetivos**

O principal objetivo do Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal compreende a individualização do Cuidador, identificando as suas necessidades específicas no ato de cuidar e na qualidade de vida da pessoa cuidada, através do enquadramento em respostas municipais já existentes, ou através da mediação e apoio no alcance de respostas parceiras ou totalmente externas.

Cumulativamente, o Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal efetuará diversas campanhas cujo objetivo passa por:

- Sensibilizar a comunidade para a temática do Cuidador Informal;
- Dar visibilidade e relevo ao papel do cuidador informal;
- Promover o reconhecimento social e institucional do cuidador;
- Informar sobre o funcionamento do gabinete e os direitos existentes;
- Monitorizar de forma contínua as respostas existentes na comunidade para os cuidadores informais;
- Procurar ativamente a possibilidade de novas parcerias que promovam mais respostas para os cuidadores informais.



### 3. Destinatários

O Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal destina-se a apoiar, informar e acompanhar as pessoas que prestam cuidados informais a familiares ou terceiros, em situação de dependência, que detenham, ou não, o estatuto de cuidador informal, residentes no concelho de Braga.

### 4. Inscrição e Acesso

Todos os munícipes que pretendam aceder ao Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal, poderão manifestar a sua intenção através dos seguintes contatos:

- Email: [gabinete.cuidador@cm-braga.pt](mailto:gabinete.cuidador@cm-braga.pt)
- Telefone: 253 277 099 (Gabinete Municipal de Saúde)
- Telemóvel: 932 112 595 (Linha Direta)

### 5. Local de Funcionamento

O Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal possui a sua atividade no Gabinete Municipal de Saúde, de segunda a sexta-feira, das 9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30.

Complementarmente, o Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal poderá efetuar a sua atividade de forma descentralizada, ou até em contexto domiciliário.

### 6. Metodologia

O Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal possui uma metodologia extremamente individualizada, tentando promover o apoio e respostas necessárias ao cuidador informal e/ou pessoa cuidada de forma particular.

Face à complexidade que envolve o ato de cuidar e a dispersão de entidades promotoras de respostas a este grupo populacional, o Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal possui várias etapas:

#### ➤ Acesso

O acesso ao Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal do Município de Braga é gratuito, podendo ser efetuado através dos contatos mencionados no ponto n.º 3 destas normas de funcionamento.



O acesso a este Gabinete implica a realização de uma entrevista que integra o preenchimento de um questionário, com o objetivo de caracterizar o Cuidador Informal face às suas necessidades e/ou dificuldades.

➤ **Diagnóstico**

Após o preenchimento do questionário, os técnicos municipais possuem os dados necessários para apurar as principais dificuldades sentidas pelo Cuidador Informal, efetuando uma análise das respostas, apoios ou acompanhamento necessário para a resolução dos elementos apurados na caracterização inicial.

A tipologia das respostas encontradas poderão residir em respostas municipais (Apoio Psicológico, Braga + Saúde, Capacitação Cuidador Informais, ...), ou através de respostas promovidas por entidades parceiras (Associação de Cuidadores, Familiares e Amigos de Braga, P5 – Centro de Medicina Digital, Instituto da Segurança Social, Unidade Local de Saúde de Braga, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação Braga, Bogalha, Irmãs Hospitaleiras do Sagrado Coração de Jesus – Casa de Saúde do Bom Jesus, Juntas de Freguesia, IPSS's, ...).

➤ **Intervenção**

Após a fase de diagnóstico, é efetuado novo contato com o munícipe, no sentido de o dotar de todas as informações, respostas e acompanhamento sinalizados para a sua condição em particular, garantindo que a intervenção se ajusta à realidade local e às prioridades sentidas pelos cuidadores.

➤ **Monitorização**

A atuação do Gabinete de Apoio ao Cuidador será permanente monitorizada, através dos seguintes indicadores:

- Nº de cuidadores atendidos;
- Nº de processos de estatuto submetidos e aprovados;
- Nº de necessidades identificadas e colmatadas;
- Satisfação dos cuidadores com os serviços prestado.



## **7. Outros Assuntos**

Outros assuntos não referidos nos pontos prévios, serão alvo de análise casuística, através dos colaboradores municipais afetos ao Gabinete de Apoio ao Cuidador Informal e/ou pelo(a) Vereador(a) com a tutela do pelouro da Saúde.

