

# AADIC

## PLANO DE ACTIVIDADES 2020

### 1. INTRODUÇÃO

A AADIC foi constituída a 5 de maio de 2017, perfazendo assim em 2020 o seu terceiro ano de existência, mas a situação atual indica que a associação está ainda numa fase inicial da sua atividade.

De acordo com os seus estatutos, a missão da AADIC é: *apoiar, os doentes, familiares e amigos que convivem com a Insuficiência Cardíaca (doravante IC), sendo que, para tal, o seu objecto é: promover, participar, incentivar, orientar e apoiar na área da IC, bem como associar a respectiva prática a ações de solidariedade no âmbito desta patologia.*

Neste enquadramento, apostando fortemente numa política de crescimento, a AADIC propõe-se implementar em 2020 um vasto conjunto de Ações agregadas por quatro grandes objetivos estratégicos e um objetivo operacional.

Importa assim privilegiar uma estratégia similar a um projeto, assumindo o seu segundo objectivo estratégico, imediatamente após as ações de apoio aos doentes com IC, o aumento significativo do número dos seus sócios.

A concretização das ações descritas neste Plano estará, naturalmente, dependente dos apoios que sejam concedidos à AADIC por todas as Entidades e Pessoas sensíveis à causa IC.

### 2. OBJECTIVOS

Tendo presente o firme propósito de crescimento já referido, a AADIC definiu, para implementação no ano 2020, os quatro objetivos estratégicos seguintes:

- Promoção/Realização de Iniciativas de Apoio aos Doentes.
- Aumentar o número de Sócios.
- Reconhecimento Institucional da AADIC.
- Captar Financiamento para as Atividades da AADIC

Adicionalmente é objetivo operacional da AADIC assegurar os meios necessários para o seu funcionamento normal.

#### **a. OBJ. EST. 1 - PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES**

Tendo presente a missão e objeto acima indicados apresentam-se as principais ações de apoio aos doentes com IC que a AADIC planeia desenvolver em 2020, a saber:

1. Jornadas/Debate sobre Insuficiência Cardíaca,
2. Campanhas de Rastreio/Diagnóstico,
3. Ações Sensibilização/Check-Up,
4. Workshops em Hospitais.

## **b. OBJ. EST. 2 – AUMENTAR O N.º DE SÓCIOS**

Neste âmbito, a Direção pretende, por um lado, fazer com que a AADIC seja conhecida por um número cada vez maior das inúmeras pessoas que são insuficientes cardíacas não o sabendo (as estimativas existentes estimam, só em Portugal, o seu número atual em 400.000) e, por outro, sensibilizar os profissionais de saúde e os decisores políticos para o síndrome da IC e para a necessidade de que sejam tomadas ações, ao nível social e político, que contribuam para a melhoria das condições de apoio aos cidadãos com IC.

Nesta dupla perspetiva a caracterização dos potenciais sócios da AADIC, que de acordo com os respetivos estatutos poderão ser *“todos os doentes com IC, ou quaisquer familiares e amigos desses doentes, bem como quaisquer pessoas singulares ou coletivas que promovam ideal ou materialmente os objetivos”* da associação, é feita da maneira descrita em seguida.

### Tipologia dos sócios:

- Doentes e seus familiares,
- Pessoas sensíveis à causa IC,
- Outros:
  - Profissionais de saúde com atividade profissional em áreas relativas à IC,
  - Decisores políticos,
  - Entidades sensíveis à causa IC.

Tendo por base esta dupla caracterização, considerando que todas as atividades desenvolvidas pela AADIC deverão contribuir para este fim e sendo que é fundamental obter vantagens e benefícios que a associação consiga proporcionar aos seus sócios, as principais ações sob o objetivo estratégico de “Aumentar o n.º de sócios” dividem-se em:

1. Campanhas específicas, dirigidas, de angariação de sócios:
  - a) Nas redes sociais ou recorrendo a meios tradicionais, nomeadamente:
    - i. Campanha Facebook - *“Torne-se Sócio”*,
    - ii. Interação digital (colaboração portais, App, etc.),

- iii. Realização de encontros de sócios;
- b) Promoção da AADIC nas iniciativas a efetuar;
- 2. Obtenção de Benefícios/Vantagens para os Sócios, designadamente, junto de:
  - a) Farmácias e respetiva associação (ANF),
  - b) Hospitais,
  - c) Ginásios;
- 3. Lançamento de campanha de informação dirigida aos doentes com IC a partir da divulgação de artigos específicos sobre diversos temas relativos a IC, úteis para os doentes, a disponibilizar no sítio da AADIC, desenvolvidos com o apoio e colaboração de um conjunto de profissionais de saúde de referência (10 médicos), exemplos:
  - a) Reabilitação Cardíaca,
  - b) Cuidados a ter nas viagens,
  - c) Outros a definir;
- 4. Divulgação da AADIC, elaboração meios de suporte;
- 5. Divulgação do Handbook Português;
- 6. Criação de Newsletter sobre IC;
- 7. Criação de Evento sobre IC.

**c. OBJ. EST. 3 – RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL / RELAÇÕES COM OUTRAS ENTIDADES**

A ação da AADIC terá tanto mais impacto quanto maior for o reconhecimento da associação junto das principais autoridades e organismos públicos com responsabilidades relevantes em termos da IC, bem como quanto melhor e mais aprofundado for o relacionamento da associação com as entidades de referência na IC.

Para este fim a AADIC pretende desenvolver em 2020 as seguintes ações:

- 1. Reconhecimento Institucional com o objetivo de ser considerada IPSS,
- 2. Estreitamento Relações Institucionais.

**d. OBJ. EST. 4 – FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS**

Pretende-se neste âmbito desenvolver as ações necessárias para obtenção dos meios financeiros de suporte à atividade da AADIC, a saber:

- 1. Ligação com a Indústria,
- 2. Financiamento da AADIC.

**e. OBJ. OPERACIONAL - ASSEGURAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC**

Em termos da operação da AADIC é importante assegurar os meios necessários, designadamente:

- a) Meios informáticos, Manutenção do site, outros,
- b) Serviços: Contabilidade, Suporte Administrativo, outros,
- c) Angariação voluntários - Associações de Estudantes, Universidades.

**3. ANEXOS**

**A. CRONOGRAMA**

**B. CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS AÇÕES**

**C. ORÇAMENTO**

**ANEXO A**  
**CRONOGRAMA**

OBJETIVOS/AÇÕES	2020				RESPONSÁVEL
	1º T	2º T	3º T	4º T	
<b>OBJETIVOS ESTRATÉGICOS</b>					
<b>1 - Realização Iniciativas AADIC</b>					
1.1 - Jornadas/Debate IC		X	X		MJR, CTC, AM
1.2 - Campanha Rastreo/Diagnóstico		X	X	X	MJR, CTC, AM
1.3 - Ações Sensibilização/Check-Up	X	X	X	X	MJR, CTC, AM
1.4 - Workshop Hospitais	X	X			MJR, CTC, AM
<b>2 - Aumentar nº Associados</b>					
2.1 - Campanhas angariação Associados		X		X	MPB, MF, AM
2.2 - Benefícios para Associados	X	X	X	X	AP, MF, AM
2.3 - Campanha de Informação	X	X	X	X	DB, AM
2.4 - Divulgação AADIC, elaboração meios suporte	X	X	X	X	LFP, AM
2.5 - Divulgação Handbook Português		X			LFP, AM
2.6 - Criação de Newsletter sobre IC	X	X	X	X	LFP, MF, AM
2.7 - Criação de Evento sobre IC			X		CP, AM
<b>3 - Reconhecimento Institucional</b>					
3.1 - Reconhecimento Institucional (IPSS)				X	CP, AM
3.2 - Estreitamento Relações Institucionais	X	X	X	X	LFP, AM
<b>4 - Financiamento Iniciativas AADIC</b>					
4.1 - Ligação com Indústria	X	X	X	X	LFP, AM
4.2 - Financiamento AADIC	X	X	X	X	AP, MF, AM
<b>OBJETIVO OPERACIONAL</b>					
<b>5 - Assegurar meios para Funcionamento AADIC</b>					
5.1 - Suporte ao Funcionamento AADIC	X	X	X	X	MF, AM, AP

**ANEXO B**  
**CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS AÇÕES**

**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 1**

**PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES**

Designação:	<b>Jornadas/Debate sobre Insuficiência Cardíaca</b>
Descrição:	Realizar ações envolvendo especialistas e personalidades convidadas, dirigidas, nomeadamente, a decisores políticos, a representantes de hospitais, de centros de saúde ou de formação profissional, de farmácias e de outras empresas de saúde, das ordens profissionais bem como aos Sócios e ao público em geral sobre as principais questões e desafios que a insuficiência cardíaca coloca, por exemplo: 1. O diagnóstico, tratamento e a recuperação, 2. O dia-a-dia do Doente, 3. A prevenção.
Objetivo:	2 ações de divulgação da IC e da AADIC conseguindo reunir, em cada ação, uma assistência de cerca de 50 pessoas.
Duração:	manhã ou tarde
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aluguer de sala / auditório (30 a 80 pessoas)</li> <li>• <i>Coffee break</i></li> <li>• Lembranças</li> </ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, CTC, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Campanha de Rastreio / Diagnóstico</b>
Descrição:	Realização de doseamento do peptídeo natriurético tipo B (NT-proBNP) para diagnóstico diferencial de insuficiência cardíaca (IC) em pessoas com suspeita clínica de IC crónica.
Objetivo:	Três ações a realizar em diversos locais do país (locais escolhidos; aconselhamento especializado).
Duração:	1 a 3 dias por ação
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Profissional de saúde: Médico / Enfermeiro,</li> <li>2. Apoio logístico e alojamento,</li> <li>3. Viatura para o transporte e apoio à realização dos testes,</li> <li>4. Equipamento,</li> <li>5. Acordo com centro de saúde.</li> </ol>
Responsável:	Maria José Rebocho, CTC, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Ações de Sensibilização/Check-up</b>
Descrição:	Realização de ações de sensibilização para a insuficiência cardíaca, a efetuar em Universidades Seniores e Centros Comerciais, abordando: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Divulgação da IC.</li> <li>• Apresentação da AADIC.</li> <li>• Check-up, englobando medições de pressão arterial, das pulsações, do peso e do perímetro abdominal, complementado com referências a estilos de vida saudável.</li> </ul>
Objetivo:	1 ação/trimestre permitindo a sensibilização de cerca de 20 pessoas/ação.
Duração:	manhã ou tarde
Quando	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profissional de saúde: Médico</li> <li>• Estudantes de escolas profissionais (Enfermagem e Nutricionismo)</li> <li>• Sala (Acordo com instituições de ensino)</li> <li>• Equipamento (tensiómetro, balança, fita métrica)</li> </ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, CTC, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Workshop em Hospital</b>
Descrição:	Realização de reuniões de grupo, com doentes e cuidadores, em Hospitais com programa estruturado de tratamento da IC em funcionamento, para recolha de experiências, partilha de conhecimento e apoio psicológico.
Objetivo:	4 ações
Duração:	1 manhã
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profissional de saúde: Médico / Enfermeiro / Outro</li> <li>• Apoio logístico e material apoio (folhetos)</li> <li>• Acordo com o Hospital</li> </ul>
Responsável:	Maria José Rebocho, CTC, Ana Marquilhas



**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 2**  
**AUMENTAR O Nº DE SÓCIOS**

Designação:	<b>Campanhas de angariação de sócios</b>
Descrição:	Desenvolvimento de campanhas específicas nas redes sociais ou recorrendo a meios tradicionais, nomeadamente: a) Campanha Facebook - " <i>Torne-se Sócio</i> " b) Interação digital c) Realização de encontros de sócios
Objetivo:	Angariação de sócios
Duração:	Anual
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Contratação de serviços
Responsável:	Manuel Pedrosa Barros, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Apoio/benefícios para os Sócios da AADIC</b>
Descrição:	Celebração de protocolos com outras entidades, incluindo: farmácias, ANF, hospitais privados, ginásios, e outras entidades para obtenção de descontos e de outros benefícios.
Objetivo:	Obtenção de melhores condições de apoio aos sócios c/ IC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	António Paulino, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Lançamento de campanha de informação</b>
Descrição:	Lançamento de campanha de informação dirigida aos doentes com IC a partir da divulgação de artigos específicos sobre diversos temas relativos a IC, úteis para os doentes, a disponibilizar no sítio da AADIC, desenvolvidos com o apoio e colaboração de um conjunto de profissionais de saúde de referência (10 médicos), exemplos: a) Reabilitação Cardíaca, b) Cuidados a ter nas viagens, c) Outros a definir.
Objetivo:	Divulgação de artigos para apoio aos sócios c/ IC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Dulce Brito, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Divulgação da AADIC, elaboração meios de suporte</b>
Descrição:	Realização de ações de divulgação da AADIC e de desenvolvimento de materiais de suporte necessários, incluindo: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Participação no programa Tempo de Antena,</li> <li>b. Participação em programas de Rádio e de TV,</li> <li>c. Participação em eventos, ligados à IC, organizados por outras entidades,</li> <li>d. Elaboração “Spot AADIC”,</li> <li>e. Criação de campanha com testemunhos de figuras públicas que despertem a sociedade para a dimensão deste tema: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Transmissão em TV e redes sociais,</li> <li>b. Filme de 20”,</li> </ul> </li> <li>f. Criação de filmes testemunhos, numa perspectiva 360 da doença e inclusão nas plataformas digitais, junto de: <ul style="list-style-type: none"> <li>a. Doentes,</li> <li>b. Profissionais da saúde,</li> <li>c. Sócios,</li> </ul> </li> <li>g. Elaboração e colocação de cartazes de sensibilização para a insuficiência cardíaca e de divulgação da AADIC em hospitais e farmácias,</li> <li>h. Aquisição de cartões e consumíveis,</li> <li>i. Parceria Unilever/ Chef Madeira - receitas para quem sofre de IC,</li> <li>j. Criação de filmes exercícios para doentes IC,</li> <li>k. Parceria com a ANF.</li> </ul>
Objetivo:	Divulgação da AADIC e sensibilização para a IC
Duração:	Variável
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contratação serviços para elaboração do “Spot AADIC”,</li> <li>2. Contratação de serviços para obtenção e divulgação dos testemunhos,</li> <li>3. Aquisição de cartazes, de cartões e consumíveis para distribuir em Eventos/Ações (folhetos, flyers e cartazes).</li> </ol>
Responsável	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Divulgação do Handbook Português</b>
Descrição:	A partir da elaboração da tradução para português do <i>The handbook of multidisciplinary and integrated heart failure care</i> da <i>The Heart Failure Policy Network</i> , cuja divulgação foi objeto de ação específica da AADIC em 2019, pretende-se agora proceder à divulgação da respetiva tradução junto dos sócios.
Objetivo:	Divulgação de informação útil junto dos sócios
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Sala Catering Apoio logístico
Responsável	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Criação de Newsletter sobre IC</b>
Descrição:	Criação de newsletter sobre IC a publicar no sítio da AADIC, com base em fontes de informação de referência disponíveis na Internet
Objetivo:	Divulgação de informação útil junto dos sócios
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Site e diversos
Responsável	Luís Filipe Pereira, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Criação de Evento sobre IC</b>
Descrição:	Criação de evento/prova desportiva, promovido pela AADIC que permita uma divulgação em larga escala da associação junto do público em geral.
Objetivo:	Divulgação de informação útil junto dos sócios
Duração:	1 dia
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Contratação de serviços
Responsável	Carlos Paiva, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 3**  
**RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL/RELAÇÕES COM OUTRAS**  
**ENTIDADES**

Designação:	<b>Reconhecimento Institucional como IPSS</b>
Descrição:	Reconhecimento Institucional da AADIC no âmbito da legislação em vigor, nomeadamente, mediante obtenção do estatuto de IPSS.
Objetivo:	Reconhecimento social da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Carlos Paiva, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Estreitamento de Relações Institucionais</b>
Descrição:	Estreitamento de relações institucionais com entidades relevantes na IC, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Direção Geral de Saúde,</li> <li>• Infarmed,</li> <li>• Associação Nacional de Farmácias,</li> <li>• Sociedade Portuguesa de Cardiologia,</li> <li>• Fundação Portuguesa de Cardiologia,</li> <li>• Indústria Farmacêutica.</li> </ul>
Objetivo:	Reconhecimento social da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A**  
**OBJECTIVO ESTRATÉGICO 4**  
**FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS**

Designação:	<b>Ligação com a Indústria</b>
Descrição:	Estabelecer ligação com as empresas/indústria com o objetivo de angariar sócios coletivos e desenvolver projetos em conjunto com a AADIC.
Objetivo:	Financiamento da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

Designação:	<b>Financiamento da AADIC</b>
Descrição:	Obtenção dos meios financeiros necessários ao funcionamento da AADIC, incluindo: a. Quotas e donativos dos Sócios, b. Apoios e donativos tendo em consideração o Plano de Ação da AADIC para 2020, c. Criação da figura Mecenias, d. Apoios e ou donativos de outras empresas a contactar, e. Donativos de particulares.
Objetivo:	Conforme indicado na descrição da ação, nomeadamente obter o apoio de Mecenias e conseguir captar novos Sócios.
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	António Paulino, Miguel Ferreira, Ana Marquilhas

**AÇÕES RELATIVAS A  
OBJECTIVO OPERACIONAL**

**ASSEGURAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC**

Designação:	<b>Suporte ao funcionamento da AADIC</b>
Descrição:	Obtenção dos meios e dos materiais necessários ao funcionamento da AADIC
Objetivo:	conforme indicado
Duração:	anual
Quando:	Durante 2020
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"><li>• Suporte e manutenção site,</li><li>• Contabilista,</li><li>• Suporte administrativo,</li><li>• Aquisição meios de suporte,</li><li>• Despesas de deslocação e alojamento.</li></ul>
Responsável:	Miguel Ferreira, Ana Marquilhas, António Paulino