

ASSOCIAÇÃO DE APOIO AOS DOENTES COM INSUFICIÊNCIA CARDÍACA (AADIC)

PLANO DE ACTIVIDADES ANUAL PARA 2026 E ORÇAMENTO

1. INTRODUÇÃO

A AADIC vai completar nove anos desde que foi constituída a 5 de maio de 2017.

Na perspectiva da Direção, a Associação vem progressivamente a consolidar a sua acção de apoio aos seus Associados e, de uma forma geral, às pessoas com Insuficiência Cardíaca e, simultaneamente, a afirmar-se como uma entidade importante na prevenção e combate a esta doença, continuando, nesta linha, a alargar a rede de parcerias, e contactos, nacionais e internacionais.

Assim, e dando continuidade ao trabalho desenvolvido nos anos anteriores a Direção elaborou para 2026 o presente Plano de Actividades através do qual pretende levar à prática, de acordo com os seus estatutos, a missão da AADIC, designadamente: *Apoiar, os doentes, familiares e amigos que convivem com a Insuficiência Cardíaca (doravante IC), e o respectivos objecto, ou seja: Promover, participar, incentivar, orientar e apoiar na área da IC, bem como associar a respectiva prática a acções de solidariedade no âmbito desta patologia.*

1.1. O ANO 2025 - destaques

A concretização das acções do Plano de Actividades da AADIC de 2025 manteve, tal como anteriormente, uma taxa de sucesso apreciável.

No respeitante à actividade desenvolvida em 2025 recomendamos a imprescindível leitura da informação relevante que a AADIC divulga no seu sítio em <https://aadid.pt/>.

Para além da informação, que abaixo destacamos, sobre a concretização das acções que nos tínhamos proposto desenvolver, para atingir os objectivos apontados para o ano de 2025, é fundamental referir um acontecimento marcante e fundamental para o combate e prevenção da Insuficiência Cardíaca em Portugal.

Em Março do ano de 2025, foi aprovada por unanimidade dos partidos políticos, e publicada no dia 14 desse mês, no Diário da República, a Resolução da Assembleia da República n.º 119/2025¹ que recomenda ao Governo:

- A aprovação e efectivação de uma estratégia de combate à Insuficiência Cardíaca compreendendo a prevenção, o tratamento e a articulação entre cuidados primários e hospitalares,
- O reforço do diagnóstico da Insuficiência Cardíaca no SNS,
- A atribuição aos medicamentos para a Insuficiência Cardíaca de uma comparticipação análoga à aplicada pelo SNS a outras doenças crónicas de gravidade equiparável,
- A realização de uma campanha de informação e sensibilização sobre Insuficiência Cardíaca junto dos cidadãos, dos doentes e dos profissionais de saúde não especializados em Insuficiência Cardíaca,
- A criação de serviços hospitalares especializados para a Insuficiência Cardíaca de forma pluridisciplinar e englobando cuidados de hospital de dia e ambulatório.

Esta Resolução da AR concretiza os objectivos desde sempre prosseguidos pela AADIC que tem vindo, há anos, a desenvolver esforços e iniciativas junto dos decisores políticos para que tais objectivos fossem alcançados.

Adicionalmente:

- No âmbito da acção “Acções de Literacia em Saúde”, continuaram a ser realizadas diversas acções em escolas secundárias, juntas de freguesia de Lisboa, nas unidades de saúde de Reguengos de Monsaraz e de Mourão, no Alentejo, em delegações da Associação dos Reformados da EDP e REN (AREP), Universidades Sêniores; além de participações em sessões informativas ou workshops organizados em unidades de saúde ou com o apoio destas, assim como da Câmara Municipal de Oeiras.
- Relativamente à acção “Promoção da Actividade Física”, referente ao objectivo estratégico – Promoção/Realização de Iniciativas de Apoio aos Doentes, continuámos a disponibilizar aos Associados, uma aula de ginástica por videoconferência, com periodicidade semanal, assistida por Professor/PT. Também participámos e apoiámos várias iniciativas, nomeadamente a iniciativa “Mexa-se na Marginal”, em Oeiras, e a “V Caminhada do Coração”, em Matosinhos.
- Na concretização da acção “Encontro Nacional dos Associados”, relativa ao objectivo estratégico – Aumentar o Número de Associados, realizámos o terceiro Encontro Nacional de Sócios, a 27 de setembro, na Escola Básica e Secundária Passos Manuel, em Lisboa.

¹ Resolução da Assembleia da República n.º 119/2025, de 1 de abril, publicada no Diário da República n.º 64/2025, Série I de 2025-04-01, Recomenda ao Governo a adoção de uma estratégia de combate à insuficiência cardíaca.

- Em setembro, no Reino Unido, reuniu-se a comunidade internacional de Insuficiência Cardíaca da Global Heart Hub na qual vimos ser premiado o Manifesto da Global Heart Hub intitulado “Alcançando a Detecção e Diagnóstico Precoce das Doenças Cardiovasculares”, onde a Associação surge referenciada, por termos participado e contribuído nos trabalhos desenvolvidos no âmbito deste projeto.
- Concretizou-se, com grande sucesso, o 2º “Torneio de Golfe Solidário”, relativo ao objectivo estratégico – Aumentar o Número de Associados, no dia 27 de junho, no Campo de Golfe PGA Aroeira N.º 1.
- No âmbito da acção “Colaborações com entidades internacionais”, a AADIC continua a trabalhar com a Global Heart Hub, tendo participado na reunião da Heart Failure Patient Network.

Tal como no ano anterior, a AADIC realizou diversas acções presenciais, todavia a carência de meios da Associação impediu a concretização de algumas das acções previstas no PA 2025.

Este aspeto foi, por um lado, tomado em consideração obrigando à introdução de algumas adaptações ao plano para 2026 e, por outro lado, à semelhança do que temos feito anteriormente, por considerarmos que a realização de outras acções se mantem de grande relevo, propomos a sua concretização no âmbito do PA 2026.

1.2. O ANO 2026 – perspectivas/opções

A conclusão do estudo Porthos², em 2024, nomeadamente os resultados conhecidos contribuem ainda mais para reforçar a necessidade de que sejam desenvolvidos esforços para prevenir e combater a Insuficiência Cardíaca.

Importa, assim, relevar algumas das conclusões do estudo mencionado, designadamente:

- 1 em cada 6³ portugueses com mais de 50 anos, ou seja mais de 700 mil pessoas, vive com Insuficiência Cardíaca;
- 90% das pessoas não estão diagnosticadas.

Estes valores mostram um claro agravamento da situação quando comparados com os 400 mil que foram estimados em 1998⁴.

Tendo em devida nota estes dados, tornam-se ainda mais relevantes as considerações que a AADIC, nesta secção específica, explicitou no plano de actividades do ano passado que, por esse motivo, se repetem com algumas adaptações.

² PORTHOS – Portuguese Heart Failure Prevalence Observational Study.

³ 16,54% de prevalência de Insuficiência Cardíaca em pessoas com mais de 50 anos.

⁴ EPICA – Prevalence of chronic heart failure in Southwestern Europe

À medida que mais pessoas sobrevivem a eventos cardiovasculares, vivem mais tempo e têm problemas cardíacos que levam à Insuficiência Cardíaca, mais pessoas desenvolverão a doença pelo que melhorar a capacitação dos doentes com Insuficiência Cardíaca (reconhecendo os sintomas precoces, as auto-intervenções e as medidas que podem ser tomadas para aliviar os sintomas comuns) são a razão de ser da AADIC. É também fundamental envolver os cuidadores e aumentar a notoriedade da IC entre os decisores e a comunidade.

Tendo em vista a elaboração do plano de actividades para 2026, a AADIC considerou o cenário de base seguinte:

- O progressivo envelhecimento da população portuguesa com o potencial incremento de doentes com Insuficiência Cardíaca,
- Um SNS resiliente deverá incorporar, de forma activa, o papel das associações de doentes e das redes de cuidadores informais,
- A hospitalização privada, incluindo o ambulatório e a realização de exames complementares, deverá ser encarada como um parceiro incontornável na gestão das patologias crónicas como é o caso da IC.

Quanto ao contexto externo e à avaliação que fazemos da situação nacional no respeitante à Insuficiência Cardíaca e, em particular, às dificuldades que se colocam aos doentes com IC tomámos em consideração, em especial, os seguintes aspectos:

- O impacto da IC no SNS é cada vez mais elevado pois esta doença é a 3.^a causa mais comum de hospitalização e os custos associados à IC são da ordem dos 3% da despesa pública em saúde.
- Os dados oficiais revelam um aumento da proporção da mortalidade causada pela Insuficiência Cardíaca face à do enfarte agudo do miocárdio.
- Um em cada 25 doentes não sobrevive ao primeiro internamento com diagnóstico principal de IC e uma em cada 10 pessoas morre nos primeiros 30 dias após o internamento por IC.
- O conhecimento da IC e da sua gravidade é baixo na população (que compreende mal esta doença) e também nos decisores políticos. A IC tem sido excluída das iniciativas a nível nacional, no sector da saúde, não sendo incluída, até agora, no Programa Nacional para as Doenças Cérebro-Cardiovasculares, nem detalhada no Plano Nacional de Saúde 2030.
- A possibilidade de efetuar, em tempo útil, o doseamento do NT-proBNP e de um ecocardiograma completo, com doppler, permitirá diminuir o tempo até à confirmação do diagnóstico e ao início da terapêutica adequada para uma melhoria clínica, reduzir os internamentos e conseguir uma maior sobrevivência do doente.
- A medicação para a Insuficiência Cardíaca deve ser comparticipada pelo Serviço Nacional de Saúde a 90% - 100%, tal como para outras doenças crónicas, o que não acontece atualmente. O custo mensal de uma terapêutica médica otimizada pode atingir valores dificilmente comportáveis para a maioria dos doentes, sobretudo, nos grupos etários mais elevados (acima dos 50 anos), para os quais há maior prevalência da Insuficiência Cardíaca.

- Deve ser implementada a criação de mais clínicas de Insuficiência Cardíaca multidisciplinares, nos hospitais, com diferentes profissionais saúde e com apoio de hospital de dia.

No plano interno e no respeitante ao Conselho Técnico Científico (CTC) é intenção de proceder, durante 2026, ao seu alargamento, nomeadamente, através da integração de um Enfermeiro/Enfermeira, e de mais um(a) médico(a).

Tal como anteriormente, a concretização das acções 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 dar continuidade ao crescimento já referido, a AADIC irá desenvolver a sua actividade, em 2026, tendo em vista cinco objectivos estratégicos, designadamente:

- Promoção/Realização de Iniciativas de Apoio aos Doentes,
- Contribuição da AADIC para uma Estratégia Nacional para a Prevenção e Combate à IC,
- Aumentar o Número de Associados,
- Reconhecimento Institucional da AADIC,
- Captar Financiamento para as Actividades da AADIC.

É, igualmente, objectivo operacional da AADIC assegurar os meios necessários para o seu funcionamento normal.

a. OBJECTIVO ESTRATÉGICO 1 – PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES

Tendo presente a missão e objeto acima indicados apresentamos as principais acções de apoio aos doentes com IC que a AADIC planeia desenvolver em 2026, a saber:

1. Workshops e Webinars,
2. Monofolhas,
3. Newsletter,
4. Cooperação com SPC⁵, SPMI⁶ (Núcleo de Estudos de Insuficiência Cardíaca), APMGF⁷, FPC⁸ e SPLS⁹,
5. Colaborações com Entidades Internacionais,
6. Promoção da Saúde e Bem Estar,
7. Promoção de uma Alimentação Saudável,

⁵ SPC – Sociedade Portuguesa de Cardiologia

⁶ SPMI – Sociedade Portuguesa de Medicina Interna

⁷ APMGF - Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar

⁸ FPC – Fundação Portuguesa de Cardiologia

⁹ SPLS – Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde

8. Acções de Literacia em Saúde / Sensibilização,
9. Investigação / Desenvolvimento,
10. Apoio ao Associado.

b. OBJECTIVO ESTRATÉGICO 2 – CONTRIBUIÇÃO DA AADIC PARA UMA ESTRATÉGIA NACIONAL PARA A PREVENÇÃO E COMBATE À IC

Neste âmbito pretendemos contribuir para que seja concretizada pelo Governo a Resolução n.º 119/2025 da Assembleia da República que recomenda:

- a implementação de uma Estratégia Nacional para a IC que integre a prevenção, o tratamento e a articulação entre cuidados primários e hospitalares,
- a divulgação desta Estratégia através de uma campanha nacional de informação e sensibilização sobre a IC junto do público, em geral, e dos profissionais de saúde não especializados em IC,
- a necessidade do diagnóstico precoce da IC,
- a atribuição aos medicamentos para a IC da mesma contribuição praticada pelo SNS para as outras doenças crónicas,
- a criação nos hospitais do SNS de serviços especializados para a IC (hospitais de dia etc).

As acções a desenvolver para atingir estes objectivos passam pelos contactos, nomeadamente, com os decisores políticos com atribuições com atribuições no sector da Saúde, bem como outros decisores políticos para a sensibilização da situação da IC em Portugal.

Nesta sequência, pretendemos realizar, durante 2026, a 1.ª Conferência da AADIC sobre a Insuficiência Cardíaca numa perspectiva que tendo como foco a defesa dos interesses dos atuais e eventuais futuros doentes com Insuficiência Cardíaca analise, entre outras, as dimensões sociais, comunicacionais, educacionais, económicas, científicas e políticas que se colocam e, em sequência, procure sensibilizar o País e identificar sinergias e linhas de colaboração e cooperação entre os diversos intervenientes: públicos e privados, autoridades, empresas e associações, profissionais, doentes e cuidadores – conforme detalhado adiante.

Para a concretização desta iniciativa a AADIC vai contar com a colaboração da Uppartner, tendo a Direcção decidido criar uma Task Force constituída por membros da própria Direcção, e do Conselho Técnico-Científico da AADIC, que terá como tarefa a constituição de

uma comissão organizadora da qual se pretende que façam parte personalidades ligadas à IC.

c. OBJECTIVO ESTRATÉGICO 3 – AUMENTAR O NÚMERO DE ASSOCIADOS

Para além dos Associados Individuais há que, decorrente da previsão estatutária própria, considerar os potenciais Associados Institucionais, designadamente, pessoas colectivas interessadas nos objectivos da Associação.

Tendo por base esta dupla caracterização, considerando que todas as actividades desenvolvidas pela AADIC deverão contribuir para este fim e sendo que é fundamental obter vantagens e benefícios que a Associação consiga proporcionar aos seus Associados, as principais acções sob o objectivo estratégico de “Aumentar o Número de Associados” dividem-se em:

1. Apoio / Benefícios para os Associados da AADIC,
2. Encontro Nacional dos Associados,
3. Torneio de Golfe Solidário

d. OBJECTIVO ESTRATÉGICO 4 – RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL / RELACÕES COM OUTRAS ENTIDADES

Para este fim a AADIC pretende desenvolver em 2026 as seguintes acções:

1. Reconhecimento Institucional (IPSS),
2. Estreitamento de Relações Institucionais.

e. OBJECTIVO ESTRATÉGICO 5 – FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS

À semelhança do realizado nos anos anteriores pretendemos, neste âmbito, desenvolver as acções necessárias para obtenção dos meios financeiros de suporte à actividade da AADIC, alargando a empresas de outros sectores (alimentar, distribuição, banca, seguros, tecnologia) a saber:

1. Ligação com a Indústria e outros sectores,
2. Financiamento da AADIC.

f. OBJECTIVO OPERACIONAL – ASSEGURAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC

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

- a) Nova sede
- b) Meios informáticos, manutenção e actualização do site, outros,

- c) Serviços: Contabilidade, Suporte Administrativo, Agência de Comunicação, outros,
- d) Angariação de voluntários – Associações de Estudantes, Universidades.

3. ANEXOS

A. CRONOGRAMA

B. CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS ACÇÕES

C. ORÇAMENTO

ANEXO A

CRONOGRAMA

OBJECTIVOS/ACÇÕES	2026				RESPONSÁVEL
	1º T	2º T	3º T	4º T	
OBJECTIVOS ESTRATÉGICOS					
1 – Realização Iniciativas AADIC					
1.1 – Workshops e Webinars	X	X	X	X	MJR
1.2 – Monofolhas	X	X		X	MJR
1.3 – Newsletter		X		X	MJR
1.4 – Cooperação com SPC, SPMI, APMGF, FPC e SPLS		X	X		LFP
1.5 – Colaborações com Entidades Internacionais	X	X	X	X	LFP
1.6 – Promoção da Saúde e Bem Estar	X	X	X	X	CP
1.7 – Promoção de uma Alimentação Saudável	X			X	CP
1.8 – Acções de Literacia em Saúde/Sensibilização	X	X		X	MJR JP
1.9 – Investigação / Desenvolvimento	X	X	X	X	PV
1.10 – Apoio ao Associado	X	X	X	X	AMG
2 – Contribuição da AADIC para uma Estratégia Nacional para a Prevenção e Combate à IC					
2.1 – Reuniões com Decisores Politicos com Atribuições no Sector da Saúde	X	X	X	X	LFP
2.2 – Reuniões com outros Decisores Politicos para a Sensibilização da Situação da IC em Portugal	X	X	X	X	LFP
2.3 – 1.ª Conferência da AADIC sobre a Insuficiência Cardíaca					CP
3 – Aumentar Número de Associados					
3.1 – Apoio/Benefícios para os Associados AADIC	X	X	X	X	AMG/JP
3.2 – Encontro Nacional dos Associados			X		AM
3.3 – Torneio de Golfe Solidário		X			CP
4 – Reconhecimento Institucional					
4.1 – Reconhecimento Institucional (IPSS)	X	X	X	X	CP
4.2 – Estreitamento de Relações Institucionais	X	X	X	X	LFP
5 – Financiamento Iniciativas AADIC					
5.1 – Ligação com Indústria e outros sectores	X	X	X	X	LFP
5.2 – Financiamento AADIC	X	X	X	X	
OBJECTIVO OPERACIONAL					
6 – Assegurar Meios para Funcionamento AADIC					
6.1 – Suporte ao Funcionamento AADIC	X	X	X	X	AM

ANEXO B

CARACTERIZAÇÃO DETALHADA DAS ACÇÕES

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO ESTRATÉGICO 1

PROMOÇÃO/REALIZAÇÃO DE INICIATIVAS DE APOIO AOS DOENTES

ACÇÃO	1.1
Designação:	Workshops e Webinars
Descrição:	Realização de workshops presenciais, nomeadamente em Hospitais, e webinars, sobre temas relevantes, envolvendo especialistas e personalidades convidadas e outras entidades, dirigidas a doentes e respectivos cuidadores e familiares bem como a profissionais e a entidades do setor da saúde e ao público em geral.
Público-alvo:	Doentes e respectivos cuidadores e familiares, profissionais de saúde e público em geral
Objectivo:	4 acções (2 workshops, 2 webinars)
Duração:	2 horas
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> • Especialistas e personalidades convidadas, • Estabelecimento de acordos de articulação com outras entidades, nomeadamente com a SPC, a FPC, Hospitais, • Apoio logístico / material apoio (folhetos) / plataforma eletrónica • Distribuir Certificados de Colaboração, para que os intervenientes/colaboradores os possam incluir no seus CV, • Solicitar e obter o apoio da SPC (GEIC, Núcleo de Enfermagem) para patrocinarem/reconhecerem (não economicamente) os Workshops (mais-valia para o CV dos Médicos/Enfermeiros)
Responsável:	Maria José Rebocho
Equipa:	Maria José Rebocho, Ana Marquilhas, José Pato

ACÇÃO	1.2
Designação:	Monofolhas
Descrição:	Elaboração e divulgação de monofolhas sobre diversos temas de interesse para os doentes com IC respectivos cuidadores e familiares: <ul style="list-style-type: none"> • Adoção de um estilo de vida saudável, • Prevenção de algumas causas que podem levar a IC, • Divulgação dos sinais de alerta e sintomas de IC, • Benefícios do exercício na IC, • Importância da adesão à terapêutica, • Outros temas de atualização.
Público-alvo:	Doentes com IC e respectivos cuidadores e familiares, profissionais de saúde e público em geral
Objectivo:	2 monofolhas
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	1T e 3T2026
Meios necessários:	Apoio logístico e material apoio
Responsável:	Maria José Rebocho
Equipa:	Maria José Rebocho, Ana Marquilhas, José Pato, Isabel A. Castro

ACÇÃO	1.3
Designação:	Newsletter
Descrição:	Manutenção da publicação de novos números da newsletter sobre IC e sobre a actividade da AADIC no sítio da Associação, com base em fontes de informação de referência disponíveis.
Público-alvo:	Doentes com IC e respectivos cuidadores e familiares, profissionais de saúde e público em geral
Objectivo:	2 números
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	2T e 4T2026
Meios necessários:	Sítio e diversos
Responsável:	Maria José Rebocho
Equipa:	Maria José Rebocho, CTC, Ana Marquilhas, José Pato

ACÇÃO	1.4
Designação:	Cooperação com SPC, SPMI, APMGF, FPC e SPLS
Descrição:	Realização de campanhas de divulgação de informação dirigida aos doentes com IC associadas à Semana da IC (“Heart Failure Awareness Days”), ao 8.º aniversário AADIC (5 de maio) e ao Dia Mundial do Coração (29 de setembro) promovidos respectivamente pela Sociedade Europeia de Cardiologia e pela Federação Mundial do Coração.
Público-alvo:	Doentes com IC e respectivos cuidadores e familiares, público em geral
Objectivo:	1 participação
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	2T e 3T2026
Meios necessários:	Articulação com a SPC, a SPMI, a APMGF, a FPC e a SPLS
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira, Maria José Rebocho, CTC, Carlos Paiva, Ana Marquilhas, Paula Vital, Isabel A. Castro

ACÇÃO	1.5
Designação:	Colaborações com Entidades Internacionais
Descrição:	Estabelecimento de colaborações com entidades internacionais tendo em vista a promoção da participação da AADIC e a divulgação de informação de apoio e dos cuidados a ter pelos doentes com IC, incluindo a adaptação das linhas de orientação da Sociedade Europeia de Cardiologia, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> • A Global Heart Hub, • A Sociedade Europeia de Cardiologia, • The Heart Failure Policy Network.
Público-alvo:	Doentes com IC e respectivos cuidadores e familiares, público em geral
Objectivo:	Divulgação de informação útil junto dos Associados
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Site, Facebook, LinkedIn
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas, Maria José Rebocho, Paula Vital, CTC

ACÇÃO	1.6
Designação:	Promoção da Saúde e Bem Estar
Descrição:	Realização de acções de promoção da actividade física e mental e de um estilo de vida activo junto dos doentes com IC, entre outros: <ul style="list-style-type: none"> • Aulas de ginástica por videoconferência, • Recomendações de boas práticas.
Público-alvo:	Doentes com IC
Objectivo:	Ação semanal
Duração:	1 hora
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Personal trainer e outros profissionais
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa:	Carlos Paiva, Manuel Pedrosa de Barros

ACÇÃO	1.7
Designação:	Promoção de uma Alimentação Saudável
Descrição:	Realização de acções de promoção de uma alimentação saudável adequada aos doentes com IC, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> • Divulgação de informação relativa a receitas e a alimentos a escolher e a evitar, com receitas mensais.
Público-alvo:	Doentes com IC respectivos cuidadores e familiares
Objectivo:	Divulgação de promoção de uma alimentação saudável
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	1T e 4T2026
Meios necessários:	Nutricionista
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa:	Carlos Paiva, Maria José Rebocho, Isabel A. Castro

ACÇÃO	1.8
Designação:	Acções de Literacia em Saúde / Sensibilização
Descrição:	Realização de acções de sensibilização para as doenças cérebro-cardiovasculares destacando a Insuficiência Cardíaca, a efectuar em Juntas de Freguesia, Escolas e Universidades Sêniores e em Empresas, abordando: <ul style="list-style-type: none"> • Divulgação da IC. • Apresentação da AADIC.
Público-alvo:	Doentes e respectivos cuidadores e familiares, público em geral incluindo: público sénior e jovens em idade escolar
Objectivo:	6 acções
Duração:	manhã ou tarde
Quando	1T, 2T e 4T2026
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> • Profissional de saúde: Médico • Estudantes do Ensino Superior na área da saúde • Sala (Acordo com instituições de ensino) • Nas Universidades Sêniores passar a incluir, eventualmente a colaboração de Enfermeiros (Núcleo da SPC, Escolas de Enfermagem, Ordem dos Enfermeiros) os quais no final poderiam ensinar a ver correctamente a Tensão arterial, bem como de outros profissionais de saúde, • Emitir Certificados de Participação, • Nas Universidades Sêniores, passar a oferecer caixas de comprimidos (iguais às oferecidas no Encontro).
Responsável:	Maria José Rebocho
Equipa	Maria José Rebocho, Carlos Paiva, Ana Maria Gaspar, José Pato.

ACÇÃO	1.9
Designação:	Investigação / Desenvolvimento
Descrição:	Participação em acções de estudo e investigação desenvolvidas por entidades nacionais ou estrangeiras relativas a IC.
Público-alvo:	Associados, público em geral
Objectivo:	Não aplicável (N/A)
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Paula Vital
Equipa:	Paula Vital, Maria José Rebocho, Ana Marquilhas

ACÇÃO	1.10
Designação:	Apoio ao Associado
Descrição:	<p>Interação com os Associados Individuais, nomeadamente doentes e cuidadores, com o objectivo de:</p> <ol style="list-style-type: none"> Esclarecer dúvidas, Informar dos benefícios que a AADIC proporciona aos seus Associados bem como da actividade da Associação, Identificar necessidades de apoio aos doentes, nomeadamente ao nível do acesso e comparticipação de novos medicamentos, Prestar orientação genérica de como proceder para obter o apoio necessário para as questões que a IC traz para o doente.
Público-alvo:	Associados da AADIC
Objectivo:	Apoiar os Associados incluindo o fornecimento de informação relevante relativa a IC bem como identificar as suas necessidades.
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Secretariado e respectivos meios ▪ Orientação do Conselho Técnico Científico
Responsável:	Ana Maria Gaspar
Equipa	Ana Maria Gaspar, Ana Marquilhas, Maria José Rebocho

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO ESTRATÉGICO 2

CONTRIBUIÇÃO DA AADIC PARA UMA ESTRATÉGIA NACIONAL PARA A PREVENÇÃO E COMBATE À IC

ACÇÃO	2.1
Designação:	Reuniões com Decisores Políticos com Atribuições no Sector da Saúde
Descrição:	<p>Aplicação da Resolução da Assembleia da Republica nº 119/2025¹⁰ que recomenda ao Governo:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) A aprovação e efectivação de uma estratégia de combate à Insuficiência Cardíaca compreendendo a prevenção, o tratamento e a articulação entre cuidados primários e hospitalares b) O reforço do diagnóstico da Insuficiência Cardíaca no SNS c) A atribuição aos medicamentos para a Insuficiência Cardíaca de uma comparticipação análoga à aplicada pelo SNS a outras doenças crónicas de gravidade equiparável d) A realização de uma campanha de informação e sensibilização sobre Insuficiência Cardíaca junto dos cidadãos, dos doentes e dos profissionais de saúde não especializados em Insuficiência Cardíaca e) A criação de serviços hospitalares especializados para a Insuficiência Cardíaca de forma pluridisciplinar e englobando cuidados de hospital de dia e ambulatório.
Público-alvo:	Doentes com IC e cuidadores, Público em geral
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira

¹⁰ Resolução da Assembleia da República n.º 119/2025, de 1 de abril, publicada no Diário da República n.º 64/2025, Série I de 2025-04-01, Recomenda ao Governo a adoção de uma estratégia de combate à insuficiência cardíaca.

ACÇÃO	2.2
Designação:	Reuniões com outros Decisores Políticos para a Sensibilização da Situação da IC em Portugal
Descrição:	Reuniões com outros decisores políticos para a sensibilização da situação da IC em Portugal ; PR, Grupos Parlamentares
Público-alvo:	Doentes com IC e cuidadores, Público em geral
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira

ACÇÃO	2.3
Designação:	1.ª Conferência da AADIC sobre a Insuficiência Cardíaca
Descrição:	<p>Na sequência da Resolução n.º 119/2025 da Assembleia da República, tendo em vista contribuir para a implementação da estratégia nacional de combate à IC, a AADIC realiza a 1.ª Conferência da AADIC sobre a Insuficiência Cardíaca numa perspectiva que tendo como foco a defesa dos interesses dos atuais e eventuais futuros doentes com Insuficiência Cardíaca analise, entre outras, as dimensões sociais, comunicacionais, educacionais, económicas, científicas e políticas que se colocam e, em sequência, procure sensibilizar o País e identificar sinergias e linhas de colaboração e cooperação entre os diversos intervenientes: públicos e privados, autoridades, empresas e associações, profissionais, doentes e cuidadores.</p> <p>Trata-se do primeiro evento dedicado exclusivamente à Insuficiência Cardíaca em Portugal, abrangendo componentes científica, social, económica e política. contando com oradores nacionais e internacionais. - Espaço para doentes, cuidadores, profissionais de saúde e decisores políticos. - Impacto: notoriedade, implementação da estratégia nacional, melhor prevenção e qualidade de vida.</p>
Público-alvo:	Decisores políticos, Profissionais de saúde, Associações, Empresas, Comunicação social, Público em geral,
Duração:	1 a 2 dias
Quando:	4º trimestre 2026
Meios necessários:	A definir
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa:	Task force e Uppartner

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO ESTRATÉGICO 3

AUMENTAR O NÚMERO DE ASSOCIADOS

ACÇÃO	3.1
Designação:	Apoio / Benefícios para os Associados da AADIC
Descrição:	Celebração de protocolos com outras entidades, incluindo: farmácias, hospitais privados, ginásios, e outras entidades para obtenção de descontos e de outros benefícios.
Público alvo:	Doentes com IC respectivos cuidadores e familiares
Objectivo:	Obtenção de melhores condições de apoio aos Associados com IC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa	Carlos Paiva, Ana Marquilhas

ACÇÃO	3.2
Designação:	Encontro Nacional dos Associados
Descrição:	Realização do 4.º Encontro Nacional de Associados que permita abranger/envolver a participação alargada de um número significactivo de Associados com o objectivo de promover o convívio entre os Associados e a Direção da AADIC.
Público-alvo:	Associados da AADIC
Objectivo:	1 encontro
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	3T2026
Meios necessários:	Apoio logístico/entretenimento
Responsável	Ana Marquilhas
Equipa	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

ACÇÃO	3.3
Designação:	Torneio de Golfe Solidário
Descrição:	Realização do 3.º Torneio de Golfe Solidário da AADIC
Público-alvo:	Jogadores de Golfe, empresas e população em geral
Objectivo:	Inscrição de 80 jogadores e apoios publicitários para o torneio em geral e para cada buraco em particular
Duração:	1 dia
Quando:	2T 2026
Meios necessários:	Cedência de campo, troféus, brindes para os jogadores, para tómbola e rifas, apoio médico ao torneio, staff para secretariado de apoio
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa	Carlos Paiva

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO ESTRATÉGICO 4

RECONHECIMENTO INSTITUCIONAL/RELAÇÕES COM OUTRAS ENTIDADES

ACÇÃO	4.1
Designação:	Reconhecimento Institucional (IPSS)
Descrição:	Reconhecimento Institucional da AADIC no âmbito da legislação em vigor, nomeadamente, mediante obtenção do estatuto de IPSS.
Público-alvo:	Público em geral
Objectivo:	Reconhecimento social da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Carlos Paiva
Equipa:	Carlos Paiva, Ana Marquilhas

ACÇÃO	4.2
Designação:	Estreitamento de Relações Institucionais
Descrição:	<p>Realizações de acções conjuntas e de estreitamento de relações institucionais com entidades relevantes na IC, entre outros:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Direção Geral de Saúde, • Direção Executiva do SNS, • Infarmed, • Associação Nacional de Farmácias, • Sociedade Portuguesa de Cardiologia, • Fundação Portuguesa de Cardiologia, • Indústria Farmacêutica, • Outras Associações de Doentes e de Cuidadores, • Plataforma Saúde em Diálogo, • Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia e respectivas associações (ANMP e ANAFRE). • Associação Portuguesa de Hospitalização Privada
Público-alvo:	Doentes, cuidadores, familiares e profissionais de saúde
Objectivo:	Reconhecimento social e institucional da AADIC
Duração:	2 horas para as acções conjuntas
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> • Estabelecimento de acordos • Especialistas e personalidades convidadas
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira, Maria José Rebocho, Ana Marquilhas, Carlos Paiva

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO ESTRATÉGICO 5

FINANCIAMENTO DA AADIC E DAS SUAS INICIATIVAS

ACÇÃO	5.1
Designação:	Ligação com a Indústria e outros sectores
Descrição:	Estabelecer ligação com as empresas/indústria farmacêutica e de outros sectores (alimentar, distribuição, banca, seguros, tecnologia) com o objectivo de angariar Associados Institucionais e desenvolver projetos em conjunto.
Objectivo:	Financiamento da AADIC
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Luís Filipe Pereira
Equipa:	Luís Filipe Pereira, Carlos Paiva, Ana Marquilhas

ACÇÃO	5.2
Designação:	Financiamento da AADIC
Descrição:	Obtenção dos meios financeiros necessários ao funcionamento da AADIC, incluindo: <ul style="list-style-type: none"> a. Quotas e donativos dos Associados, b. Apoios e donativos tendo em consideração o Plano de Actividades da AADIC para 2026, c. Apoios e ou donativos de outras empresas a contactar, nomeadamente: farmacêuticas, hospitalização privada, seguradoras e dos sectores alimentar, distribuição, banca, seguros, tecnologia d. Donativos de particulares.
Objectivo:	Conforme indicado na descrição da acção e conseguir captar novos Associados.
Duração:	Não aplicável (N/A)
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	Não aplicável (N/A)
Responsável:	Ana Marquilhas
Equipa:	Luís Filipe Pereira, Ana Marquilhas

ACÇÕES RELATIVAS AO OBJECTIVO OPERACIONAL

ASSEGARAR OS MEIOS PARA O FUNCIONAMENTO NORMAL DA AADIC

ACÇÃO	6.1
Designação:	Suporte ao Funcionamento da AADIC
Descrição:	Obtenção dos meios e dos materiais necessários ao funcionamento da AADIC
Objectivo:	Conforme indicado
Duração:	Anual
Quando:	Durante 2026
Meios necessários:	<ul style="list-style-type: none"> • Nova sede, • Suporte e manutenção site e redes sociais, • Contabilista, • Alargamento do suporte de secretariado e administrativo, • Assessoria de comunicação, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> a. Manutenção agência de comunicação, b. Empresa áudio-visual • Aquisição meios de suporte, nomeadamente: <ul style="list-style-type: none"> a. Actualização de telemóvel, b. Colunas, c. Computador pessoal • Despesas de deslocação e alojamento.
Responsável:	Ana Marquilhas
Equipa:	Miguel Ferreira, Ana Marquilhas, Ana Maria Gaspar

