



MANUAL CUIDA-TE +

DESTINATÁRIOS: PROFISSIONAIS DO IPDJ

PARTE 2 DE 5

PROFISSIONAIS DO IPDJ



Este documento surge decorrente do processo de adaptação dos profissionais das Direções Regionais do IPDJ ao novo formato do Programa Cuida-te +, conforme **Portaria 258/2019 de 19 de agosto** e pretende dar resposta às necessidades de harmonização de procedimentos, procurando respeitar e responder, simultaneamente, às especificidades regionais e à grande variabilidade de situações no âmbito deste programa.

Trata-se de um instrumento prático, com a preocupação de ter utilidade para quem assegura a gestão das medidas e dispositivos do programa em âmbito regional, de forma, a que se promovam e generalizem equipas coesas e alinhadas pelos mesmos princípios.

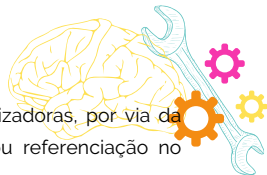
Concretamente, e de uma forma genérica, é esperado destes profissionais que possam:

- o **divulgar** o programa junto dos parceiros locais relevantes, captando-os como potenciais entidades organizadoras (isto é, futuros beneficiários) para os dispositivos 1.1 Unidades Móveis, 2.2 Educação para a Saúde, dispositivo 1.3 Atendimento não-presencial na área da saúde sexual e reprodutiva (Sexualidade em Linha) e 2.1 Saúde Juvenil em Portal;
- o **avaliar** as candidaturas, em plataforma para o efeito, por parte das entidades organizadoras, para os dispositivos 1.1 Unidades Móveis e 2.2 Educação para a Saúde;
- o **informar** os jovens, ativamente, acerca da possibilidade de fazer uso e beneficiar dos vários dispositivos do programa, nomeadamente daqueles a que podem diretamente recorrer, como sejam os dispositivos 1.2 Gabinetes de Saúde Juvenil, 1.3 Sexualidade em Linha e 2.1 Saúde Juvenil em Portal, numa perspetiva de prevenção e promoção da saúde, aferindo expectativas relativamente ao âmbito de atuação (que é preventivo e não no âmbito do tratamento);
- o **monitorizar** as ações asseguradas pelas entidades promotoras, junto das entidades organizadoras ou diretamente junto de jovens dos 12 aos 25 anos, de forma a verificar e a garantir que o serviço prestado coincide com o que está previsto nos respetivos protocolos de colaboração com o IPDJ;
- o **contribuir** para o relatório anual nacional do programa, reportando toda a informação relevante para cada um dos dispositivos e também atividades não previstas, que se possam enquadrar no âmbito da saúde juvenil;
- o **manter** contacto assíduo e de proximidade com os profissionais dos serviços centrais, com quem é articulada a gestão do programa, no sentido da reflexão conjunta e melhoria contínua.

Importa ainda salientar que, segundo a Recomendação do Conselho Nacional de Ética para as Ciências da Vida, de julho de 2022, sobre o processo de consentimento informado em menores de idade, todos os dispositivos do Cuida-te + são passíveis de ser procurados e usufruídos por jovens (maiores e menores), de forma autónoma, e com toda a confidencialidade perante quaisquer outras pessoas, incluindo pais ou tutores legais.

Em seguida, procurar-se-á especificar, tendo em conta os objetivos de cada dispositivo do programa, os elementos imprescindíveis a serem assegurados pelos profissionais de juventude do IPDJ, I.P. que tenham sob a sua responsabilidade a gestão das ações do programa Cuida-te +.

DISPOSITIVO 1.1 UNIDADES MÓVEIS



Este dispositivo pressupõe candidaturas por parte de Entidades Organizadoras, por via da Plataforma de Programas. Diz respeito a ações de sensibilização e/ou referenciação no âmbito das quatro áreas de intervenção do programa.

Do papel do Profissional de Juventude do IPDJ, I.P., faz parte:

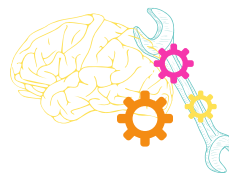
- **divulgar** a abertura de candidaturas em âmbito regional, junto de potenciais entidades organizadoras;
- **avaliar** candidaturas, de acordo com os critérios estabelecidos na plataforma de gestão do programa;
- **divulgar** os resultados da seleção de entidades e de atribuição de ações junto das entidades selecionadas;
- **informar** os serviços centrais, sob solicitação, o número e quais as candidaturas aprovadas, de acordo com as quotas regionais;
- **articular**, com a entidade organizadora e a entidade promotora, o agendamento das ações;
- **representar** o IPDJ presencialmente nas ações e monitorizar a realização das mesmas, tendo em mente a sua utilidade para os jovens e os objetivos do programa;
- **auscultar** os jovens e os profissionais responsáveis pela implementação da ação na entidade organizadora, sobre a sua pertinência, utilidade e interesse junto dos jovens, da mesma.

No que concerne ao trabalho em plataforma:

- **apoiar** as entidades no registo em BDU, preenchimento e submissão dos campos das candidaturas, assegurando o preenchimento dos campos da responsabilidade do IPDJ, I.P.;
- **avaliar** as candidaturas, de acordo com os critérios estabelecidos em plataforma;
- **aprovar** as candidaturas selecionadas, de acordo com as quotas regionais;
- **manter** atualizado, em tempo real, o "estado" e todos os registos das candidaturas em plataforma.
- garantir o preenchimento, pela entidade organizadora, do relatório de realização; **As entidades organizadoras que não apresentarem relatório de realização no final da implementação das ações, não poderão ser selecionadas na edição seguinte.**

As atividades neste dispositivo 1.1 terão as seguintes características:

- Duração variável, que pode ir de 3h a um dia inteiro ou mais;
- N° de jovens por sessão conjunta: máximo 150 jovens em cada sessão;
- Assegurar atividades nos seguintes diferentes formatos:
 - Sessão de esclarecimento em grupos de turma ou várias em auditório ou até no exterior, junto à unidade móvel;
 - Jovens atendidos em grupos de dois ou três elementos, em unidade móvel ou espaço reservado na entidade;
 - Individualmente em unidade móvel ou espaço reservado na entidade - possibilidade de intervenção com ou sem unidade móvel.



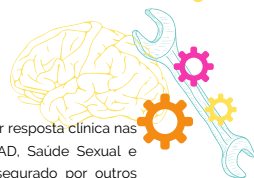
Os serviços distritais ou regionais do IPDJ deverão acautelar os seguintes aspetos:

- o articular previamente com a entidade organizadora, nomeadamente no que diz respeito à necessidade da presença da Unidade Móvel;
- o continuar a convocar os profissionais de saúde destacados do MS que asseguravam estas intervenções até aqui;
- o considerar que os psicólogos em ano profissional júnior estão preparados para dar resposta nas quatro áreas de intervenção do programa;
- o promover a inovação e a utilização de dinâmicas interativas, procurando tirar partido da diversidade da formação de todos os profissionais de saúde envolvidos.

Em todas as ações de sensibilização desta natureza que venham a acontecer, o/a psicólogo/a em ano profissional júnior, ou outro profissional de saúde externo ao IPDJ, deverá ir acompanhado/a de profissional do IPDJ para o efeito (uma vez que se trata de uma divulgação ação institucional).

No que diz respeito a atividades de divulgação do Programa Cuida-te +, com ou sem a presença da Unidade Móvel, cujas ações não se inscrevam no âmbito das candidaturas ao dispositivo, importa sublinhar que:

- o cabe ao IPDJ, e aos seus profissionais de juventude, proceder à divulgação do Programa e assegurar a presença em eventos alargados para os quais é solicitada a presença do Cuida-te+;
- o a presença dos psicólogos nos eventos referidos no ponto anterior apenas se justificará em situação em que possa ser assegurado um atendimento privado confidencial em gabinete (por exemplo, nas Unidades Móveis) ou para esclarecimento de questões clínicas inseridas na natureza das quatro áreas de intervenção do Programa; esta indicação prende-se com a intensa e acentuada procura dos serviços dos psicólogos nos gabinetes de saúde juvenil (dispositivo 1.2) e com a reorientação e rentabilização dos recursos existentes;
- o nesse sentido, no que concerne à presença do Cuida-te + em ações (diferentes das asseguradas através das candidaturas ao dispositivo 1.1, que incluem a presença dos PAPJ) como feiras, festivais, etc, deve ser assegurada, por regra, através da presença de profissionais do IPDJ e acometendo aos PAPJ apenas funções estritamente necessárias e do âmbito clínico;
- o as ações de sensibilização que vão sendo solicitadas por entidades avulsas e não inseridas em candidatura no dispositivo 1.1 (com ou sem Unidades Móveis) deverão acontecer apenas no sentido de divulgar o programa e não de ir ao encontro de nenhum tema específico. Para tal, a entidade organizadora deverá candidatar-se, em momento próprio (previsivelmente no início de cada ano civil), identificando uma das quatro áreas de intervenção do programa (e não outras).
- o quaisquer ações de sensibilização fora do âmbito das candidaturas do dispositivo 1.1 do programa Cuida-te + não serão contabilizadas como tal no relatório final do programa, mas apenas como meras ações de divulgação, uma vez que não se inserem em nenhuma das estruturas do programa, tal como este consta na [Portaria 258/2019 de 19 de agosto](#).



DISPOSITIVO 1.2. CABINETES DE SAÚDE JUVENIL

Estes gabinetes (GSJ) pretendem ser um espaço agradável, desmedicalizado, «youth friendly», para dar resposta clínica nas 4 áreas de intervenção - AI (Saúde Mental - SM, Comportamentos Aditivos e Dependências - CAD, Saúde Sexual e Reprodutiva - SSR e Alimentação e Atividade Física e Desportiva - AAFD). Este dispositivo é assegurado por outros profissionais para além daqueles que provêm da prestação de serviços da Entidade Promotora (P): é também assegurada por profissionais de saúde do Ministério da Saúde destacados para o efeito (MS).

Gabinete/Área	Saúde Mental	Comportamentos Aditivos	Saúde Sexual e Reprodutiva	Alimentação e Atividade Física e Desportiva
Lisboa Sede	P	MS	P	P
Lisboa Expo	P	MS	P	P
Santarém	P	MS	MS	P
Setúbal	P	MS	MS	P
Bragança	P	MS	MS	MS
Porto	P	MS	MS	P
Braga	P	P	MS	P
Viana do Castelo	P	P	MS	P
Vila Real	P	MS	P	P
Leiria	P	P	P	P
Guarda	P	P	P	P
Coimbra	P	P	P	P
Viseu	P	P	P	P
Aveiro	P	P	P	P
Castelo Branco	P	MS	P	P
Évora	P	MS	MS	P
Beja	P	MS	P	P
Portalegre	P	MS	P	P
Faro	P	P	MS	P



Neste dispositivo, o papel do Profissional de Juventude é:

- o **divulgar** o serviço numa perspetiva de prevenção e promoção da saúde, aferindo expectativas relativamente ao âmbito de atuação (que é preventivo e não no âmbito do tratamento)
- o **contribuir** para que o IPDJ, I.P. assegure a prestação do serviço em adequadas condições técnicas, físicas e de saúde e segurança para o público-alvo e para os profissionais de saúde que prestam o serviço;
- o **estabelecer** a ligação entre os profissionais de saúde e os jovens, quer no suporte à marcação de consultas, quer no que concerne ao direcionamento de casos de acordo com as necessidades, quer na disponibilização de preservativos masculinos ou femininos, etc;
- o **atender** a necessidades, de caráter não-clínico, no âmbito do dispositivo (por exemplo, distribuição de materiais contraceptivos, esclarecimento de dúvidas sobre o funcionamento do programa e informação sobre as valências do programa);
- o **ter em conta** que o trabalho do profissional de saúde se avalia pela qualidade do mesmo e pelo número de horas efetivas de trabalho, independentemente se estas são prestadas presencialmente ou de modo remoto;
- o **registar** ou guiar o profissional de saúde para o registo em plataforma da atividade clínica respeitante ao gabinete em causa, concretamente nos seguintes campos:

Proveniência dos Profissionais:

- o profissionais de saúde do IPDJ (com atendimento clínico) – caso de psicóloga na coordenação nacional do programa
- o profissionais de juventude do IPDJ – casos de atendimento de jovens no âmbito do Cuida-te + por motivos não-clínicos
- o profissionais de saúde destacados do Ministério da Saúde (MS, Centro Hospitalar, etc) – profissionais de saúde de CRI, DICAD, USF, Centros de Saúde, Hospitais, etc)
- o profissionais de entidade promotora (Anos Profissional Júnior) – psicólogos sob a responsabilidade da entidade promotora
- o profissionais de outro tipo de parcerias – profissionais de saúde que provenham de parcerias e acordos de natureza regional e que não se insiram em nenhuma das categorias anteriores

Gabinete: Preencher o gabinete de saúde juvenil a que se refere o atendimento a registar

Proveniência dos Profissionais: indicar de onde provém o profissional que atende

Data do Atendimento: Preencher a data a que se refere o atendimento a registar

Tipo de Atendimento: Presencial ou via remota

Modalidade de Atendimento: Escolher se se trata de atendimento individual, de casal, familiar ou outro.

Agendamento: Escolher se se trata de um primeiro atendimento ou se tem continuidade em anteriores (acompanhamentos) e registar quantos

Género: Preencher o género do/a jovem atendido/a

Escalão Etário: Escolher o intervalo em que se situa a idade do/a jovem atendido/a

Escolaridade: Escolher o nível de escolaridade já atingido pelo/a jovem atendido/a

Anos de escolaridade: Indicar o número de anos que já estudou

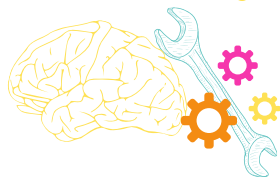
Curso: Indicar, se aplicável, o curso que o/a jovem frequenta/frequentou

Área Temática: Indicar em que área de intervenção do Programa Cuida-te + se insere o atendimento

Fonte de Referência: Indicar se recorreu por iniciativa própria ou se por indicação de outrem, escolhendo o campo

Resolução do Problema: Indicar que tipo de abordagem foi /está a ser disponibilizada ao/à jovem, nomeadamente se se trata de um assunto resolvido no imediato ou se carece de outro tipo de abordagem

Referência: Indicar, se aplicável, para que outra resposta do âmbito da saúde juvenil foi referenciado/a o/a jovem



DISPOSITIVO 1.3 SEXUALIDADE EM LINHA

Da responsabilidade de entidade promotora, trata-se de um serviço de atendimento não-presencial na área da saúde sexual e reprodutiva, que inclui a linha de atendimento telefónico gratuito, anónimo e confidencial, para informação e aconselhamento e referenciação na área da saúde sexual e reprodutiva (Sexualidade em Linha) e os meios electrónicos que assegurem o atendimento, aconselhamento e encaminhamento à distância nesta área (Secção da Saúde Sexual e Reprodutiva) da secção "Coloca aqui as tuas dúvidas" da secção da Saúde Juvenil no Portal do IPDJ.

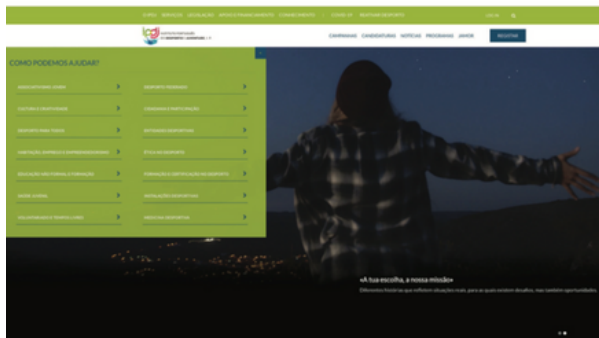
É da responsabilidade do IPDJ assegurar as condições físicas e técnicas para a prestação do serviço e cabe aos seus profissionais a divulgação dos canais, telefónico e escrito junto da população alvo.

MEDIDA 2. LITERACIA EM SAÚDE

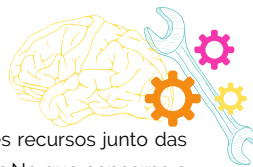


DISPOSITIVO 2.1 SAÚDE JUVENIL EM PORTAL

O portal ipdj.gov.pt dispõe de uma secção dedicada a tópicos sobre a saúde juvenil. É também aqui que se encontra uma ferramenta interativa para resposta a questões sobre as quatro áreas de intervenção do programa, o "Coloca aqui as tuas dúvidas".



Os conteúdos são criados e atualizados por profissionais de saúde do IPDJ, I.P. ou pelas entidades promotoras alocadas ao programa (no caso particular da área de intervenção da saúde sexual e reprodutiva, são propostos pela entidade responsável por assegurar o serviço Sexualidade em Linha e revistos pela coordenação do programa Cuida-te +; no caso dos restantes tópicos, são partilhados entre profissionais de saúde do IPDJ e a entidade promotora dos dispositivos 1.1, 1.2 e 2.1), o mesmo acontecendo com a secção "Coloca aqui as tuas dúvidas".



Cabe aos profissionais de juventude do IPDJ divulgar a existência destes recursos junto das entidades parceiras em âmbito regional, nomeadamente aos seus jovens. No que concerne a rubricas de conteúdos, na secção da Saúde Juvenil do Portal, temos a seguinte estrutura, passível de inclusão de tópicos e assuntos relevantes:

1. Cuida-te + Saúde Mental

- a. Ansiedade, ataques de pânico, fobias e stress
- b. Bem-estar e saúde mental
- c. Bullying
- d. Tristeza, depressão, isolamento, solidão

2. Cuida-te+ Sexualidade (conteúdos da responsabilidade da entidade promotora do dispositivo 1.3)

3. Cuida-te+ Alimentação e Atividade Física

4. Cuida-te+ Comportamentos Aditivos

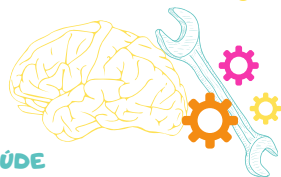
- a. Bebidas alcoólicas, tabaco, outras substâncias psicoativas e comportamentos aditivos sem substância
- b. Fórum Nacional Álcool e Saúde

No que diz respeito à ferramenta "coloca aqui as tuas dúvidas", as temáticas estão igualmente organizadas por área de intervenção e subtemas, sendo as respostas à área da Sexualidade da responsabilidade da entidade promotora do dispositivo 1.3.

Ainda inserida neste dispositivo, cabe a divulgação de materiais, com um conjunto de regras a cumprir:

- os materiais (tanto os já elaborados, como aqueles que são elaborados no decurso das necessidades que advêm do trabalho da entidade promotora), assim que produzidos, deverão ser submetidos internamente à equipa da entidade promotora;
- uma vez revistos/validados do ponto de vista técnico-científico, devem ser enviados para a equipa de coordenação nacional do Cuida-te +, para que possam, eventualmente também, ser alvo de apreciação da Divisão de Informação e Comunicação;
- nenhuma das partes (IPDJ ou entidade promotora) deverá estimular a produção de materiais que envolva custos ou que vá para além da estrita necessidade da prestação de serviços estabelecida em caderno de encargos;• dos materiais deverão obrigatoriamente constar: a) a fonte que lhes deu origem e b) os logotipos institucionais, incluindo o do programa Cuida-te +.





DISPOSITIVO 2.2 EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Consiste na promoção de iniciativas, que utilizam diversos métodos ativos de expressão, para trabalhar a saúde juvenil através de formas diversas de expressão, como é o caso da expressão plástica, da música, do desporto, do teatro e da dança. Pressupõe candidaturas por parte de Entidades Organizadoras via Plataforma de Programas.

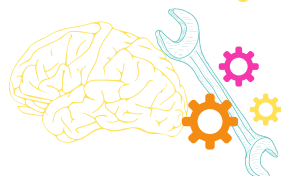
O papel do Profissional de Juventude, neste dispositivo, passa por assegurar as seguintes funções:

- **divulgar** a abertura de candidaturas em âmbito regional, junto de potenciais entidades organizadoras;
- **avaliar** candidaturas, de acordo com os critérios estabelecidos na plataforma de gestão do programa;
- **divulgar** os resultados da seleção de entidades e de atribuição de sessões junto das entidades selecionadas e das entidades promotoras;
- **monitorizar** as sessões - sempre que possível, acompanhando as sessões, quer quando são realizadas no formato online ou presencial e representando o IPDJ junto da entidade organizadora, nomeadamente indicando os objetivos institucionais e do programa e de que forma a sessão os alcançou;
- **fazer** chegar aos serviços centrais, sob solicitação, o número e quais as candidaturas aprovadas, de acordo com as quotas regionais;
- **articular**, com as entidades organizadoras e profissionais da entidade promotora, o agendamento das sessões;
- **representar** o IPDJ presencialmente nas ações e monitorizar a realização das mesmas, tendo em mente a sua utilidade para os jovens e os objetivos do programa;
- **aférir** a sensibilidade dos jovens e dos profissionais responsáveis pela implementação da ação na entidade organizadora.
- garantir o preenchimento, pela entidade organizadora, do relatório de realização; **as entidades organizadoras que não apresentarem relatório de realização no final da implementação das ações, não poderão ser selecionadas na edição seguinte.**
- **enviar** o folheto informativo digital do Programa, aos responsáveis das entidades organizadoras, solicitando que estes o façam chegar aos endereços digitais dos jovens que irão ser alvo das ações;
- **distribuir** alguns brindes e folhetos do próprio IPDJ .

No que concerne ao trabalho em plataforma:

- **auxiliar** as entidades no registo em BDU, preenchimento e submissão dos campos das candidaturas, assegurando o preenchimento dos campos da responsabilidade do IPDJ, I.P.;
- **avaliar** as candidaturas, de acordo com os critérios estabelecidos em plataforma;
- **aprovar** as candidaturas selecionadas, de acordo com as quotas regionais;
- **manter** atualizado, em tempo real, o "estado" e todos os registos das candidaturas em plataforma.

A entidade promotora deverá prever, em candidatura, quatro sessões-tipo, interativas, dirigidas a cada uma das quatro e identificando, cada uma, a que área se referem (saúde sexual e reprodutiva; saúde mental; comportamentos aditivos e dependências e alimentação e atividade física e desportiva).



DISPOSITIVO 2.3 CAPACITAÇÃO

Para este dispositivo entram todas as ações formativas ministradas junto de interventores (isto é, público-alvo estratégico, tal como definido na [Portaria 258/2019 de 19 de agosto](#)), de longa ou curta duração, que o IPDJ assegure na área da saúde juvenil e isso não acontece apenas ao nível central mas também regional.

Deste dispositivo farão também parte as ações formativas que a entidade promotora responsável pelos dispositivos 1.1, 1.2 e 2.2 (ou outras entidades parceiras do programa) irá assegurar junto dos psicólogos em ano profissional júnior sobre o programa;

A participação dos profissionais do IPDJ como atores formativos no âmbito da saúde juvenil também aqui se inscreve .



