

SÍNTESE DO PROJETO

Tema:	Covid-Longa = Suporte
Autor(es):	Carla Alexandra Silva Graça Fonseca, Maria de la Salette Bartolomeu da Trindade Ribeiro, Sofia Matias Ferreira.
Docente(s):	---
Especialista(s):	---
Universidade(s)/Politécnico(s):	Universidade Autónoma de Lisboa Luís Vaz de Camões.
Objetivos:	A COVID Longa impacta de forma muito significativa a vida dos portadores, tornando-se em alguns casos impossível trabalhar ou aproveitar as atividades do dia-a-dia. Há muitas perguntas sem resposta e um medo arrebataador de perder para sempre a qualidade de vida de outrora. E enquanto as respostas não chegam é necessário apoiar quem ficou refém da doença. A APP Covid-Longa=Suporte é Envolver, Reconhecer e Reabilitar/Suporte e tem como objetivos específicos: capacitar os beneficiários para a gestão da sua saúde mental, promover a partilha de vivências e estratégias de coping, gerar um sentimento de inclusão, oferecer suporte médico especializado e afetivo com aumento de qualidade de vida. Objetiva-se ainda a promoção de relações multidisciplinares entre profissionais de saúde e consciencializar o público em geral, governo e empregadores para que as pessoas com essa condição não sejam discriminadas.
Inovação do projeto:	A APP de suporte à saúde mental dos portadores de COVID Longa é única (ausência no mercado de uma app similar) e inovadora, uma vez que possui uma característica de suporte diversificado e integrativo (inexistência de respostas de saúde de índole integrativa). Permite a democratização ao acesso de cuidados de saúde mental por um segmento de mercado emergente na área da saúde mental (portadores da Covid-Longa) e inclui recursos partilhados tanto por quem vivencia a problemática como por profissionais de saúde.
Principais conclusões:	A APP Covid-Longa=Suporte enquadra-se num contexto social onde o apoio às vítimas de COVID Longa é absolutamente premente, sendo uma realidade na atualidade e futuramente. Esta APP foi pensada para conectar pessoas que apresentem sintomas e/a profissionais de saúde mental previamente inscritos que constituem uma rede de apoio psicológico por meio de geolocalização. O uso da APP de forma ativa cria e reforça o afeto entre os beneficiários, desenvolvendo ofertas e recursos que modelam o seu bem-estar, saúde mental e contínua recuperação, sem necessidade de isolamento. A sua existência física permitirá promover o reconhecimento pelo governo desta patologia com políticas apropriadas; pelas entidades patronais para a não discriminação e diminuição de pressão para regressar à dita normalidade. E ainda desmistificar o paradigma em relação à saúde mental, estabelecendo-se um guia de boas práticas de saúde integral para a COVID Longa a nível nacional e internacional.