

SÍNTESE DO PROJETO

Tema:	QuarentenaOff
Autor(es):	Ana Sofia Ye
Docente(s):	-----
Especialista(s):	-----
Universidade(s)/Politécnico(s):	Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto
Objetivos:	<ul style="list-style-type: none">- Resolver ou atenuar as consequências derivadas das medidas de contingência da pandemia COVID-19 nas pessoas com doenças crónicas e na população geral;- Aumentar a literacia em saúde sobre as doenças crónicas mais prevalentes em Portugal e sensibilizar a população para os comportamentos de risco;- Promover a adoção de um estilo de vida saudável focado na mitigação do sedentarismo e na promoção de bons hábitos de alimentação;- Promover um ambiente comunitário favorável para que a população tenha um papel ativo na gestão e no controlo da sua própria saúde;- Basear a adesão a custo zero para a população nas atividades promovidas neste projeto.
Inovação do projeto:	<ul style="list-style-type: none">- Organização de um evento público em formato de uma <i>Feira da Saúde</i> englobando atividades da categoria de saúde, comércio e entretenimento;- Organização da atividade <i>HealthyCity</i> no seio de cada cidade promovendo um ambiente comunitário propício para a criação de bons hábitos de alimentação e redução de sedentarismo na população geral;- Criação de oportunidades de participação e colaboração multidisciplinar com jovens universitários e entidades empresariais para uma ação social diferenciadora que culmina para um bem comum - a saúde.
Principais conclusões:	<ul style="list-style-type: none">- O Projeto QuarentenaOff tem capacidade de ser uma potencial solução para aliviar a pressão e reduzir os futuros encargos das doenças crónicas para o Serviço Nacional de Saúde e para a sociedade no geral;- A estruturação desta iniciativa foi desenvolvida com a ambição de que as atividades propostas possam ser constantemente melhoradas e atualizadas consoante as necessidades mais urgentes da população geral pelo que pode ser um aliado na proteção da saúde pública.