

# CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL



Newsletter • n.º 4 • janeiro 2025

Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social da Liga dos Combatentes

## EDITORIAL

No início de um novo ano, torna-se oportuna uma reflexão sobre o ano transato, onde tive a oportunidade de fazer parte, pela primeira vez, da grande equipa da Liga dos Combatentes.

Tem sido uma experiência de aprendizagem constante com todas as pessoas que integram esta instituição centenária. Gostaria de agradecer a todos, e têm sido muitos, quer em Lisboa, quer por todo o país, a disponibilidade que sempre demonstraram para me ajudar na tarefa de coordenação do Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social (CEAMPS).

Permitam-me particularizar o agradecimento às equipas técnicas dos Centros de Apoio Médico, Psicológico e Social (CAMPS) distribuídas de norte a sul do país, equipas essas constituídas essencialmente por psicólogos, assistentes sociais e voluntários. O trabalho realizado por estes técnicos vai além do profissionalismo, é uma verdadeira demonstração de empatia, respeito e compromisso com aqueles que deram tanto em prol do país, os Combatentes, as esposas, as viúvas e outros familiares.

Cada consulta, cada conversa, cada gesto de apoio é uma luz de esperança na vida de pessoas que enfrentaram inúmeros desafios, ajudam a reconstruir vidas, a recuperar a dignidade e a promover o bem-estar de quem mais precisa.

O novo ano de 2025 trará certamente novos desafios, mas o trabalho com os Combatentes exigirá sempre coragem, resiliência e um olhar sensível. Ao mesmo tempo, é uma oportunidade única de fazer a diferença na vida de quem carrega histórias tão valiosas. Que cada novo dia de trabalho seja guiado pela esperança e pela certeza de que estão a transformar vidas. Os desafios podem ser grandes, mas as recompensas são maiores ainda.

*A Coordenadora-geral do CEAMPS*

*Fátima Jorge  
Coronel Farmacêutica*



O Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social (**CEAMPS**) é um órgão de aconselhamento da Direção Central da Liga dos Combatentes, desenvolvendo as suas ações por meio do Centro de Estudos e Projetos de Investigação (CEPI), do Centro de Apoio à Inclusão Social (CAIS) e dos Centros de Apoio Médico, Psicológico e Social (CAMPS).

Os **CAMPS** são as estruturas efetivas de Apoio Médico, Psicológico e Social aos Combatentes e suas famílias, constituídos por equipas multidisciplinares nas áreas da medicina geral, psiquiatria, psicologia clínica e da saúde, assistência social, reabilitação, ortopedia e enfermagem, abrangendo todas as zonas do país em articulação com os Núcleos da LC.

# NATAL NO CAMPS 4 – COIMBRA

## ONDE O CUIDADO SE TORNOU CONFORTO

Colégio da Graça | Sede do Núcleo de Coimbra da Liga dos Combatentes  
Coimbra | 17 dezembro 2024



No dia 17 de dezembro, na sede do Núcleo de Coimbra da Liga dos Combatentes, realizou-se o convívio de Natal do CAMPS 4 - Coimbra que contou com a presença de 40 pessoas.

Quando se idealizou esta atividade, o CAMPS 4 desejava criar momentos de distração, convívio e aprendizagem, num ambiente positivo de confraternização.

Promovendo o espírito natalício, durante todo o dia esteve disponível, no átrio da sede do Núcleo, um **Mercado de Natal** com artigos de artesanato construídos pelos Combatentes, esposas e viúvas que integram o grupo "Terças-Feiras Ativas" do CAMPS 4.

O tema subjacente a toda a iniciativa foi o autocuidado e, das cinco áreas que este conceito abrange, optou-se por focar o autocuidado físico, mental e social.



**Mercado de Natal na Liga dos Combatentes**  
Venda de artigos (realizados pelo grupo "Terças-Feiras Ativas")



17 de Dezembro, a partir das 10H  
**Onde vamos estar?**  
📍 Claustros do Colégio da Graça

**Venha viver a magia do Natal na nossa feira!**

Cartaz



Pormenor do Mercado de Natal

Para concretizar estes objetivos foi desenvolvido um programa com diversos momentos e atividades. O dia festivo contou com uma visita guiada às instalações do Núcleo, orientada pelo Presidente Tenente-coronel João Paulino, onde foi possível contextualizar o grupo sobre a história de cada área. Este percurso incluiu salas como a Biblioteca Augusto Casimiro e a Sala Nobre.

Para além da contribuição do Presidente do Núcleo, a Voluntária Alice Madeira brindou os presentes com a declamação de um poema e um conto de Natal da sua autoria, e a estagiária de Psicologia Beatriz Santos desenvolveu dinâmicas de grupo e atividades de estimulação cognitiva. A terminar, os presentes tiveram o privilégio de assistir a um concerto de saxofone pelo Sargento-ajudante Monteiro, Vogal da Direção do Núcleo.

Seguiu-se o almoço, um momento especial de promoção da amizade, da alegria e do sorriso, através de animadas conversas, sorteios de Natal e momentos musicais! No final da festa, todos os participantes tiveram oportunidade de cantar o Hino do CAMPS, que surgiu no âmbito das atividades do grupo “Terças-Feiras Ativas” e encerrou o dia de um modo muito especial!

*Ana Melo, Assistente Social, & Catarina Gonçalves, Psicóloga, do CAMPS 4 - Coimbra*



*Visita às instalações do Núcleo de Coimbra*



*Ação da Voluntária Alice Madeira na Biblioteca Augusto Casimiro*



*Entoar do Hino do CAMPS em grupo*

# IV JORNADAS DEFESA + SAÚDE COLABORAÇÃO CIVIL-MILITAR NO CONTEXTO DA SEGURANÇA SANITÁRIA MUNDIAL

Auditório 2 – Fundação Calouste Gulbenkian

Lisboa | 5 dezembro 2024

Em 5 de dezembro de 2024, no Auditório 2 da Fundação Calouste Gulbenkian, em Lisboa, decorreram as IV Jornadas Defesa + Saúde organizadas pela Direção-Geral de Recursos da Defesa Nacional e com o apoio do Estado-Maior-General das Forças Armadas, um evento de grande valor para a promoção da colaboração entre as esferas civil e militar no âmbito da segurança sanitária global.

O tema central desta edição foi a "Colaboração Civil-Militar no Contexto da Segurança Sanitária Mundial", com o objetivo de refletir sobre a cooperação entre entidades civis e militares na implementação do Regulamento Sanitário Internacional, e discutir a participação da saúde militar nos processos de preparação, deteção e resposta a emergências sanitárias de escala global.

O programa científico destas Jornadas incluiu uma série temáticas fundamentais, tais como:

- A colaboração civil-militar no contexto da segurança sanitária mundial;
- Boas práticas de colaboração civil-militar em áreas técnicas do Regulamento Sanitário Internacional;
- O emprego de capacidades militares na preparação, deteção e resposta em emergências em saúde pública;
- O plano nacional de ação para a segurança sanitária: desafios e oportunidades à colaboração civil-militar.

Considerando a relevância deste evento, a Liga dos Combatentes fez-se representar através da presença de vários elementos da equipa de coordenação do CEAMPS (Dr.<sup>a</sup> Fátima Jorge e Dr. António Correia) e técnicos dos CAMPS (Dr. Carlos Paulino e Dra. Daniela Cardoso do CAMPS 1 - Lisboa, Dr.<sup>a</sup> Liliana Nogueira do CAMPS 2 - Loulé, e Dr.<sup>a</sup> Catarina Gonçalves e Dr.<sup>a</sup> Ana Melo do CAMPS 4 - Coimbra).

As IV Jornadas Defesa + Saúde devem ser consideradas um marco na promoção do diálogo e da colaboração entre as entidades civis e militares, onde foi reforçado o compromisso coletivo com a segurança sanitária mundial. O evento foi um excelente ponto de encontro para profissionais de diferentes áreas e contribuiu para fortalecer a rede de colaboração entre as instituições envolvidas. A troca de conhecimentos e a partilha de boas práticas contribuirão, sem dúvida, para a otimização das respostas em emergências de saúde pública no futuro.



*Os representantes do CEAMPS e CAMPS presentes nas IV Jornadas*

# OS CAMPS EM AÇÃO

De Norte a Sul de Portugal



## CAMPS 3 – PORTO (REGIÃO NORTE)

Dia Mundial do Idoso – Palestra **“Envelhecimento Ativo”** | 01OUT24

Celebrando o Dia Mundial do Idoso, o CAMPS 3 com a colaboração do Núcleo do Porto da Liga dos Combatentes, deu asas a uma palestra informativa e educacional para os Sócios sobre o tema do “Envelhecimento Ativo”.

Iniciativas como esta são mais do que um espaço para passagem de informações, são um espaço de esclarecimentos de dúvidas, partilha de vivências e ansiedades no respeitante ao envelhecimento de cada um em particular.

Marcaram presença nesta iniciativa do CAMPS 3 o seu diretor clínico, Dr. Jorge Magalhães, a psicóloga Dr.ª Ana Valdivieso, a assistente social Dr.ª Beatriz Pereira, a bombeira e coordenadora do Apoio ao Associado Susana Oliveira, a nutricionista na ULC de Matosinhos Dr.ª Sofia Teixeira e o bombeiro do INEM e dos Bombeiros de Leça-Matosinhos Vitor Tavares.

## CAMPS 7 – BEIRA INTERIOR

Dia de São Martinho – Magusto | 12+19NOV24

Em Manteigas, no dia 12 de novembro, o Grupo Terapêutico de Antigos Combatentes e o CAMPS 7 reuniram-se para um convívio comemorativo do Dia de São Martinho e da festa popular do Magusto, sem esquecer a tradicional fogueira, assando castanhas, bebendo jeropiga e conviver.

Na Covilhã, o Magusto teve lugar no dia 19 de novembro, com a participação do Grupo Terapêutico de Esposas de Antigos Combatentes acompanhado pelo CAMPS 7.

A celebração do Magusto está associada a uma lenda, a qual dizia que um soldado romano de nome Martinho de Tours (mais tarde conhecido como São Martinho), ao passar a cavalo por um mendigo quase nu, como não tinha nada para lhe dar, cortou a sua capa ao meio com a espada; estava um dia chuvoso e diz-se que, nesse preciso momento, parou de chover, daí a expressão: “Verão de São Martinho”.



## CAMPS 2 – LOULÉ (ALGARVE)

Campanha de Supermercado do Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve | 01DEZ24

O Núcleo de Loulé da Liga dos Combatentes é beneficiário de géneros alimentares do Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve, estando, neste momento, a apoiar 20 Agregados Familiares, num total de 47 indivíduos.

Neste sentido, no dia 1 de dezembro, a equipa técnica do CAMPS 2 participou na Campanha de Supermercado dinamizada pelo Banco Alimentar Contra a Fome do Algarve.

A nível nacional esta Campanha conseguiu recolher cerca de 140 toneladas de géneros alimentares.





## O associativismo dos Antigos Combatentes em tempos de pandemia COVID-19: impactos nas ações e estratégias de superação

**Sara Silva, Ana Romão, Maria da Saudade Baltazar & Luís Baptista**

Revista Sociologia ON LINE • n.º 35, agosto 2024, pp. 61-84

---

Em Portugal, com o fim da Guerra do Ultramar e a instauração da democracia em 1974, o movimento associativo dos Antigos Combatentes ganhou uma grande visibilidade na esfera pública, sendo inclusivamente considerado pioneiro dos movimentos que defenderam os direitos das pessoas com deficiência.

Nos últimos quatro anos, este tipo de associativismo foi profundamente impactado pela pandemia COVID-19, afetando tanto o seu funcionamento como a capacidade de resposta às necessidades dos seus membros.

Este trabalho visa compreender o papel desempenhado pelas associações de Antigos Combatentes durante a crise sanitária, nomeadamente, as formas de atuação e os contributos para melhorar o relacionamento e o bem-estar dos seus associados.

A presente investigação é de natureza exploratória, baseada em entrevistas semiestruturadas aos representantes de seis associações de Combatentes, nomeadamente: a Liga dos Combatentes e os seus Centros de Apoio Médico, Psicológico e Social (CAMPS), a Associação dos Deficientes das Forças Armadas (ADFA), a Associação Nacional dos Combatentes do Ultramar (ANCU), a Associação de Apoio aos Ex-combatentes Vítimas do Stress de Guerra (APOIAR), a Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra (APVG) e a Associação dos Combatentes do Ultramar Português (ACUP).

As principais conclusões desta investigação relevam o papel do associativismo dos Antigos Combatentes e a sua capacidade de resiliência, considerando que “com o intuito de mitigar os efeitos da pandemia COVID-19 no âmbito associativo, houve um processo de (re)invenção da forma como atuavam, incluindo a adaptação de atividades (utilizando os meios digitais) e a manutenção do contato com os associados mesmo à distância”.

Mais se conclui que a pandemia COVID-19 afetou de forma significativa os Antigos Combatentes com mais vulnerabilidades associadas, nomeadamente os que sofrem de perturbação de stress ou outras doenças decorrentes da exposição a acontecimentos traumáticos durante a guerra, a que se acrescenta as condições naturais associadas ao envelhecimento da população Combatente.



# SUGESTÕES DE LEITURA

## Memórias de Coragem - Os relatos dos Antigos Combatentes

**Carolina Sofia Almeida Santos**

Edição da autora • 247 pág. • Licenciatura em Gerontologia Social

Este livro, da autoria da aluna de Licenciatura em Gerontologia Social da Escola Superior de Educação de Coimbra, Carolina Sofia Almeida Santos, é resultado do seu estágio desenvolvido no CAMPS 4 – Coimbra da Liga dos Combatentes.

O contexto de estágio em Gerontologia constitui uma oportunidade que vai além do desenvolvimento de competências profissionais.

No Núcleo de Coimbra e CAMPS 4 da Liga dos Combatentes, os contactos diários e a proximidade emocional entre os envolvidos propiciam momentos de abertura da janela de recordações dos mais velhos que acrescentam valor ao desenvolvimento pessoal do futuro profissional.



Por outro lado, é também disponibilizado espaço e tempo à pessoa idosa que se debruça sobre o parapeito dos seus feitos e recordações e se faz ouvir na sua forma de sentir e experienciar a vida.

Revisitar as trajetórias de vida através de sessões orientadas e baseadas na reminiscência constitui um momento de revisão e integração da vida que consolida a identidade pessoal e permite sobreviver simbolicamente à morte: as recordações, transmitidas ao longo das sessões e o registo em formato de livro, ficam eternizadas no tempo e no coração de quem as ouve e/ou lê.

A Carolina, enquanto pessoa e futura Gerontóloga que é, proporcionou – através da sua doçura, competência técnica e empatia – momentos para que ocorresse um momento de libertação para os Antigos Combatentes do Ultramar; acolheu os seus relatos e proporcionou colo através da validação de emoções e perpetuação as suas identidades através deste livro.

As palavras deste livro permitem recuar no tempo, compreender as vicissitudes dos conflitos coloniais e conhecer as pessoas envolvidas através das suas vivências. É uma homenagem que de ser lida e revisitada e permite honrar a nossa pátria.

*Do prefácio de Filipa Marques  
Professora Adjunta da ESEC-IPC*

**Disponível para consulta na Biblioteca Augusto Casimiro  
do Núcleo de Coimbra da Liga dos Combatentes**

**Email:** [coimbra@ligacombatentes.org](mailto:coimbra@ligacombatentes.org) | **Telefone:** 239 823 376

Rua da Sofia, 136 | 3000-389 Coimbra

# CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL

## Newsletter



### FICHA TÉCNICA

Newsletter **CUIDADOS DE SAÚDE E APOIO SOCIAL**

Liga dos Combatentes • Centro de Estudos de Apoio Médico, Psicológico e Social

Rua João Pereira da Rosa, 18 • 1249-032 Lisboa • Tel. 21 346 82 45/46

Email: [geral@ligacombatentes.org](mailto:geral@ligacombatentes.org) | [ceamps@ligacombatentes.org](mailto:ceamps@ligacombatentes.org)

Mais informação



[www.ligacombatentes.org](http://www.ligacombatentes.org)

