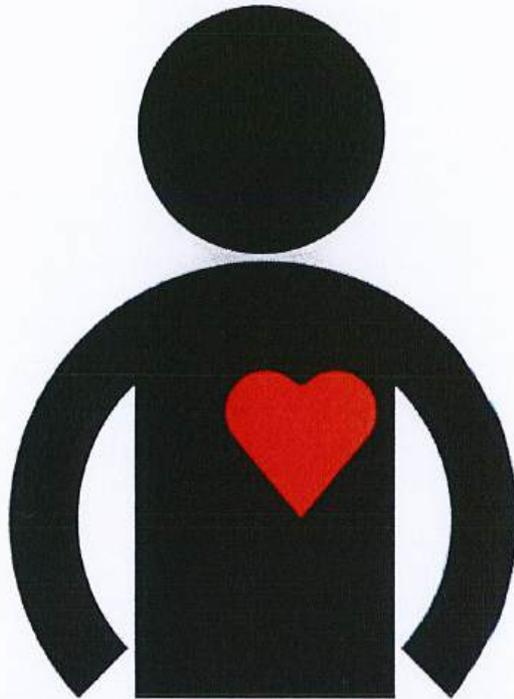


RELATÓRIO de ATIVIDADES e CONTAS 2023



**FUNDAÇÃO PORTUGUESA
DE CARDIOLOGIA**

Lisboa, 12 de setembro de 2024

[Handwritten signatures and notes in blue ink, including the name 'Luis' and a date '12/09/24']

Índice

A - A FUNDAÇÃO

- | | |
|---------------------------|---------|
| 1. Mensagem do Presidente | Pág. 03 |
| 2. Os Órgãos Sociais | Pág. 05 |
| 3. Delegações Regionais | Pág. 05 |

B – RELATÓRIO DE ATIVIDADES

- | | |
|---|---------|
| 1. Ações para a população em geral | Pág. 06 |
| 1.1. Ações de divulgação e sensibilização | Pág. 06 |
| 1.2. Maio, Mês do Coração | Pág. 09 |
| 1.3. Dia Mundial do Coração | Pág. 11 |
| 1.4. Dias Comemorativos | Pág. 15 |
| 1.5. Formação de SVV – DAE | Pág. 15 |
| 1.6. Outros Programas | Pág. 16 |
| 2. Programas para Jovens | Pág. 18 |
| 3. Profissionais de Saúde | Pág. 19 |
| 4. Programas para Empresas | Pág. 20 |
| 5. Angariação de Fundos | Pág. 21 |
| 6. Relações Institucionais | Pág. 22 |
| 7. Relatório de Gestão | Pág. 24 |
| 8. Notas Finais | Pág. 28 |

Handwritten notes and signatures on the right margin, including the name "A. Cardo" and various scribbles.

A FUNDAÇÃO

1. Mensagem do Presidente

O Conselho de Administração da Fundação Portuguesa de Cardiologia vem apresentar o Relatório de Atividades respeitante ao seu exercício durante 2023, o qual terminou em dezembro último.

No que se refere ao conjunto das atividades desenvolvidas no ano transato, teve este Conselho de Administração sempre presente os objetivos estatutários da Fundação.

Apesar do contexto atual, a Fundação Portuguesa de Cardiologia implementou diversas iniciativas em conformidade com os seus objetivos, visando englobar todos os segmentos da nossa comunidade.

O nosso principal objetivo é sensibilizar a população portuguesa para os graves impactos, tanto em termos de saúde humana como financeira, das doenças cardiovasculares. Pretendemos também aumentar a consciência de que essas doenças podem ser prevenidas por meio de medidas simples e acessíveis. Procuramos também, informar sobre os significativos avanços tecnológicos na prevenção e tratamento das doenças cardiovasculares.

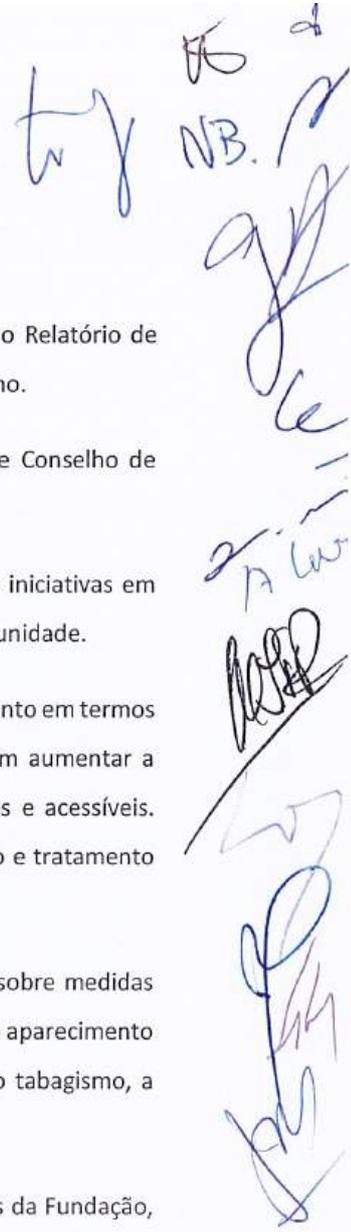
Ao longo do último ano, foram intensificadas ações destinadas a informar a população sobre medidas tendentes a controlar os mais importantes fatores de risco conhecidos, que condicionam o aparecimento das doenças cardiovasculares, tais como a hipertensão arterial, a hipercolesterolemia, o tabagismo, a diabetes, o stresse psicossocial e o sedentarismo.

Procurou o Conselho de Administração e a Comissão Executiva, desenvolver as atividades da Fundação, em todo o território nacional, incluindo as Regiões Autónomas, com o objetivo de chegar à maioria da população.

Foi preocupação do Conselho de Administração e da Comissão Executiva, não só colaborar no maior número possível de iniciativas, promovidas por outras Instituições, na área da prevenção das doenças cardiovasculares, mas também estar presente, em diversas atividades, procurando obter o máximo de sinergias.

Saliente-se o número de Instituições ligadas, direta ou indiretamente, à saúde, que colaboraram com a Fundação Portuguesa de Cardiologia, na concretização de diversas atividades em prol da saúde cardiovascular. Nota particular diz respeito ao estreitamento das relações com a Sociedade Portuguesa de Cardiologia, de que tem resultado uma articulação de esforços, no sentido de desenvolver várias ações na área da promoção da saúde cardiovascular.

Registe-se o crescente número de entidades que, através da conjugação de esforços com a Fundação, vem possibilitando efetuar múltiplas atividades de prevenção das doenças cardiovasculares. Fez-se um esforço no sentido de apetrechar a Fundação com documentação adequada e suficiente, quer em papel

ty NB. 

quer disponível no site, a fim de poder responder às diversas solicitações, que crescentemente, lhe são dirigidas.

No que respeita às atividades promovidas anualmente, temos procurado, não só manter todas aquelas que vão tendo grande aceitação junto da Comunidade, e que poderão trazer resultados muito positivos para a saúde cardiovascular, mas também criar ações que aumentem a percentagem da população que adota estilos de vida saudáveis.

Neste sentido, tem sido muito importante o trabalho que as nossas Delegações Regionais estão a desenvolver nas suas regiões, quer na concretização do plano nacional, quer com iniciativas próprias, sem prejuízo da orientação geral da Fundação. Também os diversos Núcleos Regionais estão a desenvolver um conjunto de atividades em prol da saúde das suas populações, tanto no continente como nas regiões autónomas, não obstante a reconhecida carência de estruturas administrativas.

Continuamos a procurar, cada vez mais, desenvolver projetos que privilegiem a realização de ações ao longo do ano, com objetivos e estratégias bem definidas, e com financiamento próprio.

Na medida em que a concretização dos objetivos da Fundação só será possível se dispusermos de recursos humanos com qualidade e em número suficiente, temos procurado adequar o número de colaboradores administrativos e de consultores/peritos científicos às nossas necessidades.

Como é necessário haver recursos materiais, que suportem todas as despesas inerentes às diversas atividades, a Fundação Portuguesa de Cardiologia levou a efeito diversas ações, cujo principal objetivo foi a angariação de fundos.

No entanto, é com preocupação, que constatamos, que nas estatísticas sobre saúde, as doenças cardiovasculares continuam a constituir a principal causa de morte, nomeadamente prematura, em Portugal. Esta situação acarreta responsabilidade acrescida aos responsáveis da Fundação, pois demonstra que é necessário intensificar o seu trabalho e desenvolver novos projetos, no intuito de se obterem significativos resultados positivos.

A todas as individualidades e Instituições que, com o seu apoio, permitiram um Programa de Atividades diversificado e intenso, durante o ano de 2023, a Fundação expressa o seu agradecimento.

Ainda, uma nota à colaboração de diversas Instituições governamentais, o que significa o reconhecimento do trabalho que esta Instituição vem desenvolvendo em prol da saúde dos portugueses, e que constitui um estímulo para todos os seus membros.

Prof. Doutor Manuel Oliveira Carrageta

Presidente do Conselho de Administração

Handwritten notes and signatures on the right margin:
NB. de
A Card
[Signature]

2. Os Órgãos Sociais

Conselho Geral

Presidente: Dr. Bernardo Ribeiro da Cunha

Vice-Presidentes: Prof. Doutor Jacinto Gonçalves; Dr. Carlos Paiva

Conselho de Administração

Presidente: Prof. Doutor Manuel Oliveira Carrageta

Vice-Presidente Médico: Dr. Carlos Morais

Vice-Presidente Não Médico: Dr. José Barata Dias

Vogais Médicos: Dr. Carlos Catarino; Prof. Doutor Luís Brás Rosário; Dr. Nuno Lousada; Dr. Nuno Bragança.

Vogais Não Médicos: Dr. Diogo Moniz; Dr. Luís Mesquita Dias; Dr. Luis Rocha; Prof. Maria José Pinheiro.

Presidentes das Delegações: Dr. António A. Cardoso (Madeira); Prof. Doutor João Lopes Gomes (Norte);

Prof. Doutor José Coucello (Algarve); Dra. Maria do Carmo Cachulo (Centro).

Comissão Executiva

Presidente: Prof. Doutor Manuel Oliveira Carrageta

Vogais Médicos: Dr. Carlos Morais; Prof. Doutor Luís Brás Rosário

Vogais Não Médicos: Dr. José Barata Dias; Dr. Luis Rocha

Conselho Científico

Presidente: Prof. Doutor José Coucello

Conselho Fiscal

Presidente: Dr. José Manuel Marques Ferreira

Vogais: Sr. Fernão Evaristo Gomes Machado; Dr. Vítor Dias

3. Delegações Regionais

Delegação Algarve: Início de atividade a 18 de outubro de 2013

Presidente – Prof. Doutor José Coucello

Delegação Centro: Início de atividade a 27 de abril de 2000

Presidente – Dra. Maria do Carmo Cachulo

Delegação Norte: Início de atividade a 18 de maio de 1992.

Presidente – Prof. Doutor João Lopes Gomes

Delegação Madeira: Início de atividade: 29 de abril de 1986

Presidente – Dr. António Almada Cardoso

Handwritten signatures and initials in blue ink on the right margin of the page. The signatures are arranged vertically and include names such as 'A. Lousada', 'J. Pinheiro', and 'J. Rocha'.

B – RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2023

A Fundação Portuguesa de Cardiologia é uma instituição de solidariedade social, de âmbito nacional, que tem por objeto colaborar por todas as formas na promoção da saúde e na prevenção das doenças cardiovasculares, que constituem a principal causa de morte da população portuguesa.

À luz dos conhecimentos científicos atuais, é sabido que é possível evitar em grande medida tanto os acidentes vasculares cerebrais como os enfartes do miocárdio. Para isso, é crucial adotar estilos de vida saudáveis e controlar os principais fatores de risco conhecidos que contribuem para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, como hipertensão arterial, níveis elevados de colesterol, tabagismo, diabetes e a inatividade física.

1. AÇÕES PARA A POPULAÇÃO EM GERAL

Neste âmbito, a Fundação leva a efeito diversas ações, quer de informação no intuito de fazer chegar a sua mensagem ao público, quer de formação para os mais diversos setores da população.

1.1. Ações de divulgação e sensibilização

Ao longo de 2023, foram realizadas diversas iniciativas no sentido de divulgar junto dos diversos segmentos/setores da população, conhecimentos sobre prevenção das doenças cardiovasculares e promoção da saúde. Entre as estratégias adotadas, destacam-se a produção de materiais educativos disponibilizados na internet e nas redes sociais, a realização de sessões de educação em saúde, a realização de rastreios cardiovasculares e a divulgação por meio dos média.

a) Edição de material didático

Em 2023, reconhecendo a importância da disseminação de informações sobre doenças cardiovasculares, foi produzida uma ampla gama de materiais didáticos, com ênfase especial em formatos digitais. Destacam-se entre os vários títulos publicados no âmbito do Maio/ Mês do Coração “*Proteja o seu coração controlando os níveis de colesterol LDL, o mau colesterol, um dos principais causadores de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares*”, do Dia Mundial do Coração ou o tríptico “*Rastreios*”.

b) Internet e Redes Sociais

O nosso site (www.fpcardiologia.pt), desempenha um papel fundamental na educação da população sobre as doenças cardiovasculares, abordando como temas a prevenção, estatísticas, receitas saudáveis, calendário das formações e outras atividades, assim como repositório do material que vai sendo publicado e das atividades que se vão realizando.

Handwritten notes and signatures on the right margin, including the text "NB" and "17 Card".

O Facebook da Fundação, com cerca de 100.000 seguidores é uma ferramenta vital para a divulgação das nossas recomendações, destacando-se a publicação diária de um post, sendo que este planeamento inclui o artigo publicado semanalmente no Jornal Correio da Manhã.

c) Sessões de Educação para a Saúde

Para alcançar um de seus principais objetivos - educar o público sobre a prevenção de doenças cardiovasculares - a Fundação realiza uma ampla variedade de sessões educativas para a saúde. Isso inclui conferências, palestras, sessões de esclarecimento, workshops e sessões sobre literacia em saúde, entre outras atividades. Essas sessões são realizadas em variados locais, tanto públicos quanto privados, como escolas, instituições de solidariedade social, empresas e diversas outras entidades.

Entre os muitos locais onde decorreram sessões dirigidas ao público, com intervenções de especialistas da Fundação, podemos citar o Webinar no Dia Nacional do Doente Coronário, as sessões realizadas em Azeitão, na Junta de Freguesia, na Trofa, Centro Comercial da Vinha, em Lisboa, na Junta de Freguesia de Arroios e da Penha de França. Também participamos em sessões promovidas pelas mais diversas entidades, como foi exemplo as organizadas pela Associação Portuguesa de Seguradores "Saúde no pós-Covid" no Hotel das Lágrimas em Coimbra, ICBAS no Porto sobre "Tabagismo: Novos Desafios", no Instituto Português do Desporto e Juventude, Serviços Sociais da Administração Pública ou as que tiveram lugar nas empresas no Martifer em Oliveira de Frades, na KPMG ou na SIBS.

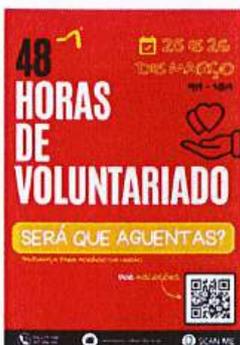


De destacar a participação na sessão "RITMO, uma experiência sensorial", iniciativa organizada pela Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde, que decorreu no Mercado de Oeiras, a 18 de novembro, e que teve como principal objetivo sensibilizar todas as pessoas no ciclo de vida (desde os mais jovens aos mais velhos) para a importância da autorregulação e da tomada de decisão dia a dia pela saúde.

d) Rastreios Cardiovasculares

A realização de rastreios cardiovasculares é outra das formas da Fundação Portuguesa de Cardiologia sensibilizar a população a controlar os fatores de risco mais importantes que contribuem para o aparecimento das doenças cardiovasculares. Habitualmente, nas ações de rastreios cardiovasculares, doseia-se o nível de colesterol total, avalia-se a pressão arterial, mede-se o peso e a altura para calcular o índice de massa corporal e mede-se o perímetro abdominal. Estas ações são realizadas por equipas constituídas por dois técnicos, enfermeiro e nutricionistas, que fazem as avaliações técnicas e estão aptas a dar aconselhamento nutricional.

Tanto junto ao público em geral quanto em empresas, realizamos diversas ações ao longo de 2023. Dirigidas à população, podemos citar, como exemplo, as ações de rastreio que tiveram lugar em Cascais no Mercado da Vila, em Lisboa, no Jardim Santa Clara, na Freguesia de Benfica, no Largo do Intendente em Arroios, no Parque Oriente em Marvila, nos Restauradores, no Jardim da Amnistia Internacional, na Praça de Londres, no Centro Colombo, no Estádio Universitário de Lisboa, no Parque Eduardo VII, na Trofa, no Centro Comercial da Vinha ou em Santa Marta de Penaguião. Paralelamente realizamos rastreios em diversas entidades, nomeadamente, na Câmara Municipal de Cascais, no Complexo Multisserviços da Adroana, assim como nas empresas Amgen, no Banco BIG, no Banco BPI, na Gelpex, na Hanon, na KPMG, na Mercedes, na Novartis, na Rumos ou na SIBS.



De destacar a participação da Delegação Norte nas “48 Horas de Voluntariado”, evento organizado pelo Corpo Nacional de Escutas da Paróquia de Cedofeita do Porto, no âmbito do qual foram realizados rastreios, tendo sido avaliada o Índice de Massa Corporal, o Perímetro Abdominal, a Tensão Arterial e realizados Eletrocardiogramas

e) Comunicação Social

Devido à sua grande audiência e capacidade de influenciar comportamentos, a comunicação social desempenha um papel crucial na divulgação das mensagens que procuramos transmitir à população. Por isso, a Fundação empenhou-se em sensibilizar os responsáveis por programas de televisão e rádio para incluírem os temas das nossas campanhas nos seus conteúdos, tanto em programas informativos quanto

Handwritten notes and signatures in blue ink on the right margin, including the initials 'NB' and the signature 'A Card'.

pela GFK, decorreu na Câmara Municipal de Lisboa, na Sala do Arquivo, tendo sido presidida pela Secretária de Estado da Promoção da Saúde, Dra. Margarida Tavares.



Ao longo do mês muitas outras ações foram levadas a efeito, nomeadamente o tradicional Torneio do Coração em Padel, que teve lugar em Lisboa no Clube Rackets Pro EUL, assim como sessões sobre prevenção das doenças cardiovasculares e literacia em saúde, quer em estabelecimentos de ensino, como foi nos Agrupamentos de Escolas D. Carlos I em Sintra e no Agrupamento de Escolas da Arroja, como em Instituições; no Instituto do Emprego e Formação Profissional, no Instituto Português do Desporto e Juventude. Nas empresas foi exemplo a Amgen, KPMG, Novartis ou SIBS. Também realizamos muitas ações de rastreios, quer dirigidas à população, como exemplo e já mencionadas anteriormente, as efetuadas em Lisboa, no Centro Colombo, na Feira do Livro, no Jardim da Amnistia Internacional, na Mata Madre Deus ou na Praça de Londres. Nas empresas e também já referidas anteriormente, tiveram lugar na Amgen, em Lisboa, Banco BIG, em Lisboa e Porto, Banco BPI, em Lisboa e Porto, na Gelpeixe, em Loures, na Hanon, na KPMG, em Lisboa e Poto, na Mercedes, em Sintra, na Novartis, em Oeiras, na Rumos, na Sibs ou na Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.

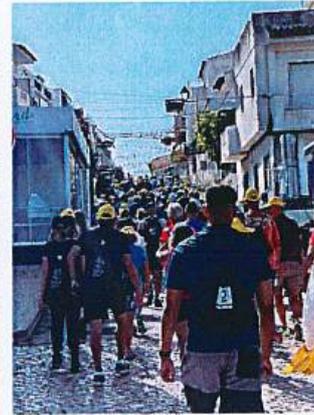


Como é já habitual, também as Delegações Regionais, também intensificaram as suas atividades durante o Mês do Coração, não só com iniciativas próprias, mas também em resposta às muitas parcerias que neste período do ano são propostas. A Delegação Algarve organizou uma sessão na Câmara Municipal de Lagos, participou na "Caminhada pelo Coração" em parceria com a equipe do Ginásio Village Fitness, em Alvor, e uma ação em Faro em parceria com um ginásio local. A Delegação Centro realizou durante este mês, a reunião científica CardioPrevent, tendo participado em diversas sessões em estabelecimentos de ensino. A Delegação da Madeira participou em sessões organizadas pela Junta de Freguesia de Santo António e teve diversas intervenções na RTP Madeira. A Delegação Norte realizou ações de rastreio junto

Handwritten notes and signatures in blue ink, including the name 'A. Corri' and other illegible signatures.

Handwritten initials and signature at the top right of the page.

do público e em empresas, participou em encontros na área da promoção da saúde e, como é habitual, organizou o Jantar Anual de Benemerência, que teve lugar no Casino de Espinho, tendo decorrido em simultâneo um Leilão Solidário, e a entrega dos Galardões do Ano, distinção criada com o intuito de homenagear e expressar a gratidão às personalidades e instituições que se têm destacado pelo apoio à Delegação e às suas atividades.



Caminhada pelo Coração-2023 Alvor, FPC-Delegação do Algarve

Uma vez mais a campanha do Mês do Coração teve repercussão na comunicação social, como foram exemplo as entrevistas no Jornal Publico do Prof. Manuel Carrageta e do Dr. José Reis Ferreira, a entrevista à CNN do Dr. Luis Negrão, assim com a sua presença no programa "Casa Feliz" da SIC e do Prof. João Lopes Gomes no programa "Consultório" do Porto Canal.

1.3. Dia Mundial do Coração

A Fundação Portuguesa de Cardiologia, como parte da World Heart Federation, é responsável por organizar as atividades relacionadas com o Dia Mundial do Coração em Portugal, que ocorre em 29 de setembro, conforme iniciativa da federação internacional.

A Fundação Portuguesa de Cardiologia ajustou a campanha do Dia Mundial do Coração aos vários meios de comunicação, como cartazes, banners e spots de rádio, utilizando o folheto preparado anualmente pela World Heart Federation como parte dessa campanha.



Vertical handwritten text on the right side of the page, including the name 'A Carrageta' and other illegible signatures.

A Fundação Portuguesa de Cardiologia incentivou as Câmaras Municipais a organizarem atividades físicas e desportivas para pessoas de todas as idades, culminando na formação de um "Coração Humano", uma tradição para marcar o Dia Mundial do Coração. Como de costume, uma cidade é escolhida como o centro das celebrações, e em 2023, Lisboa foi escolhida, com as atividades que decorreram no Jardim Vasco da Gama, em Belém.



Neste local, realizou-se uma ação de sensibilização, em que a população foi convidada a visitar este espaço e, de uma forma gratuita, avaliar diversos parâmetros que podem influenciar o aparecimento das doenças cardiovasculares: o nível de colesterol total e da glicose no sangue, avaliar a pressão arterial, medição do peso e da altura, para calcular o índice de massa corporal e medição do perímetro abdominal. Neste espaço, os visitantes foram ainda sensibilizados para a importância da adoção de uma alimentação saudável e convidados a participar nas diversas iniciativas de promoção de atividade física.

Em muitos outros municípios decorreram iniciativas para assinalar o Dia Mundial do Coração, podendo-se citar como exemplo, a edilidade de Évora que organizou um passeio de bicicletas, tendo as atividades terminado com a formação de um "Coração Humano".



À semelhança do repto lançado aos municípios, a Fundação Portuguesa de Cardiologia também convidou todas as escolas do país a assinalarem esta data com os seus alunos e restante comunidade escolar através de atividades diversas que chamassem a atenção para a importância da saúde cardiovascular e da adoção de estilos de vida saudáveis e equilibrados, culminando na formação do tradicional "Coração Humano" e partilharem os registos fotográficos.



Agrupamento Escolas Alcácer do Sal, Setúbal



Escola Básica 2 Mira de Aire, Leiria



Escola Básica Gumirães, Viseu



Escola Secundária da Moita, Setúbal



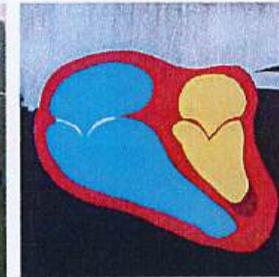
Escola Básica Marquês de Marialva, Cantanhede



Escola Secundária Viriato, Viseu



Agrupamento Escolas Benedita, Alcobaça



Escola Secundária da Moita, Setúbal



Agrupamento Escolas IBN Mucana, Alcabideche



Escola Básica de Vila D'Este, Vila Nova de Gaia

No âmbito do Dia Mundial do Coração, muitas outras iniciativas tiveram lugar, sendo de referir o webinar "Fatores de Risco para as Doenças Cardiovasculares, que contou com a participação da Dra. José Rebocho, Dr. Fernando Montenegro Sá e Dr. Luis Negrão, o Simpósio "Caminhos para o Futuro, que decorreu em Lisboa e o XV "Encontro Coração e Família" realizado pela Delegação Norte no Centro Hospitalar Universitário Santo

Handwritten notes and signatures on the right side of the page, including the name 'Alcobaça' and other illegible scribbles.



NB
 A cura
 [Handwritten signature]
 [Handwritten signature]

E como todos os anos a World Heart Federation estimula que os monumentos mais icónicos do planeta, sejam iluminados de vermelho, no dia 29 de setembro, para chamar a atenção para esta patologia letal, que pode e deve ser significativamente evitada, a Fundação sensibilizou as Câmara Municipais a iluminarem de vermelho um monumento no seu município e partilharem as respetivas fotografias.



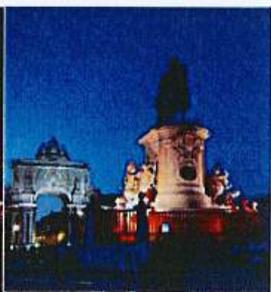
Município de Angra do Heroísmo



Município de Azambuja



Município de Cantanhede



Município de Lisboa



Município de Loures



Município da Moita

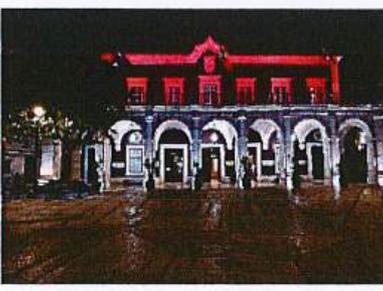


Município de Odivelas

Município de Reguengos de Monsaraz

Município de Setúbal

Município de Vila Viçosa



O projeto Salva-Vidas traduz-se na venda de pulseiras a dois euros a unidade, sendo que por cada 875 pulseiras vendidas, é oferecido a essa entidade, um Kit Salva-vidas composto por: Formação de SBV-DAE acreditada para 6 formandos / 7 horas; Desfibrilhador Automático Externo; Licenciamento do PNDAE – Programa de Desfibrilhação junto do INEM. Neste âmbito, foram estabelecidas diversas colaborações, salientamos a parceria com a Junta de Freguesia de Azeitão.

A Delegação Norte da Fundação Portuguesa de Cardiologia está atualmente empenhada no desenvolvimento do Projeto Salva-Vidas / a Vida Primeiro, que consiste na formação em Emergência Médica e Espaços Cardio Protegidos.

b) Cursos de SBV

Ainda no intuito de contribuir para o aumento do número de cidadãos com formação nesta área, que lhes permitam executar corretamente as manobras de suporte básico de vida em situações de paragem cardiorrespiratória, realizamos diversos cursos ao longo do ano, nomeadamente na Casa do Artista em Lisboa e no Colégio o Beiral.



1.6. Outros Programas

Ao longo de 2023, muitos outros programas foram implementados, que pelas suas características destacamos alguns em particular.

a) Coligação Nação Invisível

No dia 29 de junho de 2023, aconteceu o lançamento da Coligação Nação Invisível pela saúde cérebro-cardiovascular dos portugueses, realizado na Fundação Cupertino de Miranda, no Porto. Esta coligação é fruto da colaboração entre a Fundação Portuguesa de Cardiologia, a Associação de Apoio aos Doentes com Insuficiência Cardíaca (AADIC), a Portugal AVC - União de Sobreviventes, Familiares e Amigos (PT.AVC), e a Novartis. Tem como objetivos mobilizar a sociedade civil para enfrentar o atual cenário das doenças cérebro-cardiovasculares (DCCV) em Portugal.

Handwritten notes and signatures in blue ink on the right margin. At the top, there are initials and a signature. Below that, there is a large signature and the text "A Card". At the bottom, there are more signatures and initials.

O foco principal será impulsionar uma mudança de comportamento na sociedade, envolvendo tanto a comunidade de doentes quanto os decisores, para que a saúde cérebro-cardiovascular se torne uma prioridade. Isso envolverá a criação de uma estratégia abrangente que promova a conscientização dos portugueses sobre os fatores de risco das doenças cérebro-cardiovasculares (DCCV) e mobilize os stakeholders para estabelecer metas concretas compartilhadas por todos, visando a implementação de medidas públicas que possam reduzir o impacto dessas doenças no futuro.

b) Projeto “Coimbra Unida pelo Coração”

A 2ª Edição do Projeto "Coimbra Unida pelo Coração", organizado pela Delegação Centro, ocorreu em 20 de maio. Este projeto abrange vários pontos de rastreio na cidade de Coimbra, onde são avaliados os hábitos de vida dos habitantes locais, como alimentação, consumo de álcool, tabagismo e níveis de stress. São realizados rastreios para identificar os fatores de risco das doenças cardiovasculares (DCV) e determinar o risco individual de doença cardiovascular. Além disso, são oferecidos exames de diagnóstico, como ecocardiograma, ECG, ecodoppler e medição da rigidez arterial.

Os participantes recebem uma pulseira de identificação que lhes permite deslocarem-se entre os diferentes pontos de rastreio num autocarro designado para esse fim. Também são oferecidas palestras sobre alimentação saudável e uma mega-aula de ginástica como parte do evento. Todos os dados recolhidos são analisados posteriormente com autorização de proteção de dados, e os casos de risco são encaminhados e acompanhados pelos seus respetivos Centros de Saúde. A Delegação Centro coordena este projeto em colaboração com a Câmara Municipal de Coimbra, os Recursos Humanos dos Cuidados de Saúde Primários e Secundários, e diversos parceiros.

c) Estudo dos Concelhos com maior e menor taxa de mortalidade por Doença Cardiovascular

Coordenado pelo Dr. Carlos Catarino, este estudo pretende comparar a população de Cinfães e de São Brás de Alportel na tentativa de se identificarem fatores que condicionem as diferenças de mortalidade proporcional e taxas de mortalidade, por doença cardiovascular. A média na mortalidade proporcional por doenças do aparelho circulatório entre 2011 e 2018 em Cinfães foi de 43,2%, a mais elevada no continente e em São Brás de Alportel a média na mortalidade proporcional no mesmo período e pela mesma causa foi de 22,0%, a mais baixa no continente. É um estudo transversal, de prevalência, em que a população alvo são os indivíduos dos 25 aos 74 anos, residentes em Cinfães e em São Brás de Alportel.

d) Promoção de Alimentação Saudável

A Dieta Mediterrânica é amplamente reconhecida como um dos modelos alimentares mais saudáveis do mundo atualmente. Portugal, como um país mediterrânico por excelência, está imerso nesse renovado interesse, que se estende tanto no campo científico quanto no cultural, e é compartilhado por muitos países.

VA
NB.
A Coração
[Handwritten signatures and notes in blue ink]

Handwritten signature and initials at the top right of the page.

Ao longo do ano foram realizadas diversas iniciativas, com o objetivo de promover a dieta mediterrânica sendo de destacar a participação da Delegação do Algarve na Feira da Dieta Mediterrânica, que decorreu em Tavira, no mês de setembro.

A 4 de dezembro de 2023 assinalou-se o 10º aniversário da aprovação pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) da candidatura da Dieta Mediterrânica a Património Cultural Imaterial (PCI) da Humanidade, proposta por sete países: Portugal, Chipre, Croácia, Grécia, Espanha, Itália e Marrocos, no caso português o Município de Tavira foi escolhido como comunidade representativa, no Auditório da Biblioteca Municipal Álvaro de Campos, em Tavira, e contou também com a presença da FPC-Delegação do Algarve.



Handwritten notes and signatures on the right margin, including the name 'Aca' and several illegible signatures.

2. PROGRAMAS PARA JOVENS

A Fundação Portuguesa de Cardiologia tem como um de seus objetivos específicos a educação do público jovem sobre a prevenção das doenças cardiovasculares e a promoção de estilos de vida saudáveis.

Com esse propósito, a Fundação disponibiliza uma variedade de materiais didáticos no seu site e empenha-se em produzir recursos para atender aos pedidos de apoio de escolas sempre que possível. Além disso, são realizadas várias sessões em todo o país, tanto em instituições de ensino como em outros locais, voltadas especialmente para os jovens, nomeadamente: em Braga, na Universidade do Minho, em Odivelas, no Agrupamento de Escolas da Arroja; em Penacova, na Escola Básica de Penacova; em Sintra no Agrupamento de Escolas D. Carlos I; na Trofa, na Escolinha de Rugby.

De destacar ainda a participação da Dra. Maria da Paz Trigueiros, Vice-Presidente da Delegação Norte, no Workshop "Alterações Climáticas, Saúde Humana e Incêndios Rurais", que decorreu no dia 22 de setembro na Faculdade de Letras da Universidade do Porto.

3. PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Entre os objetivos da Fundação Portuguesa de Cardiologia, está a educação profissional, promovendo e colaborando em ações conducentes à formação científica e ao aperfeiçoamento, particularmente na área da prevenção, dos profissionais de saúde.

No que respeita a reuniões científicas promovidas pela Fundação, a Delegação Centro realizou a reunião CardioPrevent, na Escola Superior de Enfermagem de Coimbra, a 18 e 19 de maio, tendo a Delegação Norte realizado o XV "Encontro Coração e Família" nos dias 28, 29 e 30 setembro, no Centro Hospitalar Universitário Santo António, no âmbito do qual foram atribuídos Prémios às "Melhores Comunicações Livres". A 29 de setembro no Centro Ismaili de Lisboa, teve lugar o Simpósio "Caminhos para o Futuro".



Reconhecendo a importância da Eletrofisiologia, Arritmologia e Pacing como uma área fundamental na prevenção da Morte Súbita, e no seguimento do Programa de Combate à Morte Súbita que a Delegação Norte vem desenvolvendo, e sendo um dos seus objetivos a dinamização de um Programa de apoio à formação de Cardiologistas que pretendam desenvolver competências nesta área de estudo, a Delegação atribuiu duas bolsas de formação, uma em Eletrofisiologia Cardíaca e outra em Pacing Cardíaco.

De referir ainda que, em parceria com a rede Elo Farma, a Fundação realizou uma formação para farmacêuticos sobre "Medicação responsável, Coração saudável", e a Delegação Centro realizou diversas Ações de Formação sobre "Boas Práticas" de técnicas de Rastreio aos fatores de risco das DCV a alunos de diversas áreas da saúde.

A Fundação é também convidada para participar nos programas Científicos das mais diversas reuniões e simpósios dirigidos a profissionais de saúde. Entre muitos outros, o Prof. João Lopes Gomes, Presidente da Delegação Norte, participou no Congresso Arritmias 2023, que decorreu a 17 e 18 de fevereiro em Cascais e no 19º Encontro de Enfermagem em Cardiologia que teve lugar 26 e 27 de maio em Lordelo e o Dr. Carlos Morais, Vice-Presidente Fundação Portuguesa de Cardiologia esteve presente nas XXXVI Jornadas de Cardiologia do Sul e Regiões Autónomas que decorreram em Angra do Heroísmo entre 14 a 16 de setembro de 2023.

Handwritten notes in blue ink at the top right of the page include the initials 'AB.' and several large, illegible signatures or scribbles.

Handwritten signature and initials at the top right of the page.



A Delegação do Algarve da Fundação Portuguesa de Cardiologia, juntamente com a Tetrafarma, como parte do Projeto HTZ, organizou sessões online, ao longo do ano, sobre o tema "Conversas entre Especialidades", que contou com a participação de médicos de Medicina Geral e Familiar (MGF) e de outras especialistas. Durante essas sessões, o Prof. José Coucello abordou diversos tópicos, incluindo a relação entre hipertensão e demência, apresentando casos clínicos em que a hipertensão arterial foi prevalente.

Handwritten notes and signatures on the right margin, including the initials "A.C." and several illegible signatures.

PROJETO HTZ CONVERSAS ENTRE ESPECIALISTAS
HTA CASOS CLÍNICOS
Dra. Carla Cardoso
Prof. Dr. José Coucello
SEXTA-FEIRA 20 JAN 21H30
QUARTA-FEIRA 25 JAN 21H00
PATROCÍNIO HTB - Tetrafarma
Fundação portuguesa de cardiologia

PROJETO HTZ CONVERSAS ENTRE ESPECIALISTAS
HTA CASOS CLÍNICOS
Dra. Ivo Frazão
Prof. Dr. José Coucello
21H30 Março 17 SEXTA
11H30 18 SÁBADO
PATROCÍNIO HTB - Tetrafarma
Fundação portuguesa de cardiologia

PROJETO HTZ CONVERSAS ENTRE ESPECIALISTAS
HIPERTENSÃO E DEMÊNCIA
Prof. Dr. J. Coucello
Dr. Gil João
NOVEMBRO
SEXTA - DIA 17
21H30
Patrocínios: CDM - Carbtiol - Excef MT - Modina
Patrocínios: HTB - Hiperálguia - Trianofón - Bloccin

De salientar ainda a presença do Dr. José Barata Dias, membro do Conselho de Administração, na Conferência "As Farmácias na Jornada de Saúde das Pessoas", que decorreu no dia 20 de novembro, no Auditório António de Almeida Santos da Assembleia da República e a participação na Conferência "Mais Saúde. Melhor Vida", organizada pelo Conselho da Saúde, Prevenção e Bem-estar da CIP, e que teve lugar no Centro Cultural de Belém, no dia 27 de novembro, e onde diversos especialistas debateram políticas públicas de promoção da Saúde e a importância da inovação em saúde na vida das pessoas.

4. PROGRAMAS PARA EMPRESAS

No seu planeamento anual, a Fundação tem sempre presente o sector empresarial, quer como potenciais aliados na sensibilização da população para a adoção de estilos de vida saudáveis, quer pelo facto de muitas destas unidades representarem núcleos populacionais muito significativos, o que deverá constituir um foco muito importante da nossa ação.

4.1. Programa "Uma Escolha Saudável"

O programa "Uma Escolha Saudável" consiste em atribuir um selo para produtos alimentares que possuam um perfil nutricional mais equilibrado, promovendo assim a prevenção de problemas cardiovasculares. De maneira geral, as diversas categorias de alimentos devem apresentar teores controlados de gordura total e saturada, sal, fibra e açúcar. Dessa forma, ao visualizar o logotipo do programa nos rótulos dos alimentos que desejam comprar, os consumidores podem rapidamente identificar as opções mais adequadas em cada categoria de alimentos, facilitando a adoção de hábitos alimentares mais saudáveis.

4.2. "Dia do Coração na Empresa"

No intuito de alertar os funcionários de empresas de vários setores de atividade para a importância da adoção de estilos de vida saudáveis, a Fundação Portuguesa de Cardiologia está a levar a efeito o programa "Dia do Coração na Empresa". No âmbito deste programa são realizadas diversas iniciativas, nomeadamente: rastreios cardiovasculares; ginástica laboral; distribuição de fruta; oferta de material didático; sessões sobre literacia em saúde; refeição pelo coração; e outras.

No último ano, a Fundação realizou este programa em entidades de diferentes setores de atividade, nomeadamente na Câmara Municipal de Cascais, na Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, assim como nas empresas Amgen, no Banco BIG, em Lisboa e Porto, no Banco BPI, em Lisboa e Porto, na Gelpeixe, na Hanon, na KPMG, em Lisboa e Porto, na Martifer em Aveiro, Oliveira de Frades e Viana do Castelo, na Mercedes, na Novartis, na SIBS ou na Rumos, em Lisboa e Porto.

5. ANGARIAÇÃO DE FUNDOS

Para garantir os recursos necessários para cobrir os custos das variadas atividades, a Fundação realizou várias iniciativas cujo objetivo principal foi a angariação de fundos.

A Liga de Amigos da Fundação Portuguesa de Cardiologia foi criada com o objetivo de apoiar a ação daquela Instituição, quer quanto aos meios humanos e material de trabalho, quer do ponto de vista financeiro.

Todos os anos, durante o mês de maio, Mês do Coração, a Fundação realiza o seu Peditório Nacional, graças a colaboração de muitos voluntários e das mais variadas entidades nomeadamente: Associação Guias de Portugal, Bancos Locais de Voluntariado, Corpo Nacional de Escutas, Lions Clubes de Portugal, Rotary Clubs de Portugal. Paralelamente ao Peditório de rua, decorre um Peditório em diversas entidades empresariais como sejam, centros comerciais, farmácias, ginásios, lojas de comércio local

Handwritten notes and signatures in blue ink on the right margin. At the top, there is a signature that appears to be "A. Cardoso". Below it, there is another signature that looks like "A. Cardoso" again. Further down, there are several more signatures, some of which are partially obscured or overlapping. The text "A. Cardoso" is written vertically along the right edge.



A campanha da Consignação de 0,5% do imposto liquidado do IRS a favor da Fundação Portuguesa de Cardiologia é outra importante forma de angariação dos fundos tão necessários para a prossecução da nossa atividade. Em 2023 esta campanha a favor da Fundação foi publicitada no Jornal de Notícias, Jornal Público, Jornal Economico, Semanário Novo, revista Prevenir, Selecções do Reader's Digest, paralelamente à divulgação em muitas intranets de diversas empresas, assim como junto dos Órgãos Sociais e muitos outros contactos da Fundação.



Durante o ano, diversas outras iniciativas foram realizadas com o objetivo de angariar recursos para garantir que a Fundação tenha os meios necessários para continuar o seu trabalho. A Delegação Norte, como é habitual, realizou no maio, Mês do Coração, o Jantar Anual de Benemerência, que teve lugar no Casino de Espinho a 5 de maio, tendo decorrido em simultâneo um Leilão Solidário. Muito importante foi a Corrida Solidária Altice ter-se associado à Fundação, oferecendo 10 computadores e 1 projetor.

6. RELAÇÕES INSTITUCIONAIS

Na prossecução dos seus objetivos, é preocupação da Fundação apoiar-se no maior número possível de apoiantes e simpatizantes e manter uma estreita colaboração, não só com os profissionais de saúde, mas também com instituições de saúde e de assistência social, nacionais e estrangeiras e com os poderes públicos nacionais, autárquicos e com as ordens profissionais.

6.1. Relações Nacionais

A nível das relações nacionais, com entidades públicas, particularmente na área da saúde e da educação, são diversas as entidades com que a Fundação se articula no sentido de desenvolver iniciativas em prol

Handwritten notes and signatures in blue ink on the right margin of the page.

da saúde cardiovascular. Neste âmbito, foi muito importante a colaboração com o Ministério da Saúde, Direção Geral da Saúde e Direção Geral da Educação. Dada a sua proximidade com as populações, foram também relevantes as parcerias com as Câmaras Municipais e Juntas de Freguesia. No setor privado, as alianças com associações e sociedades médicas são fundamentais, assim como diversas ordens profissionais.

Entre as diversas parcerias de colaboração estabelecidas ao longo de 2023, de destacar o Protocolo de Cooperação com a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, sendo ainda de realçar a renovação do Protocolo "Coração em Ação" entre a Delegação Norte da Fundação Portuguesa de Cardiologia, o Município de Sabrosa e a Fundação Patronato de Santo António que tem como objetivo a promoção da atividade física em grupos de pessoas com problemas cardíacos associados.

De salientar ainda as parcerias estabelecidas com entidades que, apesar da sua atividade principal não ser a promoção da saúde, proporcionaram as condições necessárias ao desenvolvimento do nosso programa de atividades de prevenção das doenças cardiovasculares.

Por último, e como registo, de referir, que a Fundação Portuguesa de Cardiologia é membro da Fileira do Pescado, parceira da Fundação Luso e associada do Centro Português de Fundações, participando nas diversas iniciativas que este Centro organiza ao longo do ano, nomeadamente no Encontro Nacional de Fundações.

6.2. Relações Internacionais

No plano das Relações Internacionais, a Fundação Portuguesa de Cardiologia é membro da European Heart Network, participando regularmente no encontro anual desta rede europeia. Somos também membros da World Heart Federation, participando nos respetivos programas, nomeadamente no Dia Mundial do Coração.

A Heart Failure Policy Network (HFPN) tomou a iniciativa de organizar um evento no Parlamento Europeu, em Bruxelas, no junto dos membros deputados portugueses, com a participação de associações de doentes, nomeadamente com a Fundação Portuguesa de Cardiologia, no sentido de apresentar os motivos que justificam a necessidade de um plano abrangente, dirigido à prevenção, tratamento e promoção da saúde cardiovascular, com destaque particular para a Insuficiência Cardíaca numa Europa cada vez mais envelhecida. No âmbito desta jornada, os representantes de Portugal, reuniram-se com as Deputadas Maria da Graça Carvalho e Marisa Matias e também com o Representante Permanente de Portugal junto da União Europeia, Paulo Couto Ferreira.

A Heart Failure Policy Network (HFPN) é uma Plataforma multidisciplinar de profissionais de saúde, associações de doentes e de decisores políticos, criada em 2015, com o intuito de aumentar a consciencialização sobre as necessidades não atendidas em torno da Insuficiência Cardíaca. O principal