

Regulamento de Voluntários/as da XVII Semana da Saúde



Artigo 1.º

Definição

A XVII Semana da Saúde é uma atividade da Federação Académica do Porto que pretende ter um impacto intergeracional na área da promoção da saúde e bem-estar, bem como a prevenção da doença, através de momentos de sensibilização e da realização de rastreios gratuitos por estudantes da Academia do Porto ou entidades parceiras da área da saúde dirigidos à comunidade.

Artigo 2.º

Data e Local

A XVII Semana da Saúde decorrerá na Praia de Matosinhos, de 15 a 17 de julho de 2024, entre as 10h e as 18h.

Artigo 3.º

Âmbito

O presente Regulamento visa definir as regras de atuação dos/as voluntários/as da XVII Semana da Saúde da FAP.

Artigo 4.º

Funções e Deveres dos/as voluntários/as

1. O recrutamento para voluntários/as da XVII Semana da Saúde destina-se a estudantes do ensino superior da Academia do Porto das Associações de Estudantes federadas na FAP.
2. Os/as estudantes podem inscrever-se nas seguintes áreas de intervenção:



- a. **Aconselhamento de Saúde Mental**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto (FPCEUP)
 - i. Salientar as linhas de apoio existentes de modo a desestigmatizar a doença mental e fomentar a autonomia e confiança para serem agentes promotores do seu bem-estar
 - ii. Promover o autocuidado através da avaliação por check-lists
 - iii. Abordar o burnout e a gestão de múltiplos papéis na vida adulta
 - iv. Promover a auto-estima
- b. **Aconselhamento Farmacêutico**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto (FFUP).
 - i. Apelar a boas práticas para os cuidados da pele
 - ii. Desmistificar conceitos sobre medicamentos fora de validade
 - iii. Apelar à utilização da fármacos de forma consciente e informada
- c. **Aconselhamento Saúde Oral**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes da Faculdade de Medicina Dentária da Universidade do Porto (FMDUP).
 - i. Promover a correta higienização da cavidade oral e o conhecimento sobre os diversos materiais dentários existentes
 - ii. Sensibilizar para a importância da ida regular ao médico-dentista



- d. **Aconselhamento Nutricional**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes da Faculdade de Ciências da Nutrição e da Alimentação da Universidade do Porto (FCNAUP).
- i. Avaliação do índice de Massa Corporal
 - ii. Desmistificar conceitos sobre a nutrição no desporto
 - iii. Apelar a uma alimentação saudável e equilibrada
- e. **Avaliações de Risco Cardiovascular**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes do Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar da Universidade do Porto (ICBAS-UP), Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP), Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico do Porto (ESS-IPP) e Escola Superior de Enfermagem do Porto (ESEP).
- i. avaliar a tensão arterial e glicemia
 - ii. sensibilizar para o risco de diabetes e hipertensão arterial e desmistificar conceitos relevantes sobre doenças cardiovasculares
- f. **Saúde para pequeninos**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes da FPCEUP, FMDUP, FMUP, ESS-IPP, ESEP, ICBAS-UP, FCNAUP e FFUP.
- i. Promover a literacia em saúde, através de jogos “exploradores de saúde” da Direção-Geral da Saúde e de dinâmicas de cada área da saúde.
- g. **Literacia em saúde: sensibilização à população**, no qual estarão elegíveis para participar estudantes de qualquer Unidade Orgânica das Associações de Estudantes federadas na FAP.

comunicação com crianças dinamizada pela sua Associação de Estudantes.

3.1. No caso de impossibilidade de comparecer à reunião/formação da área de intervenção para a qual realizou a inscrição, o/a voluntário/a deverá submeter uma justificação de falta via e-mail para semanadasaude@fap.pt.

3.2. Salvaguarda-se a possibilidade de alterações nas datas e horários de formações definidas no presente regulamento, sendo que na eventualidade de haver mudanças os/as voluntários/as serão avisados por e-mail e, se necessário, via telefónica.

3.3. A FAP procederá à emissão de certificados de participação de todos/as os/as voluntários/as que comparecerem ao turno/a que lhes foi atribuído.

Artigo 5.º

Processo de Inscrição

1. O período de inscrição para voluntário/a na XVII Semana da Saúde decorre entre as 22h30 de 24 de junho de 2024 e as 23h59 de 3 de julho de 2024.
2. A inscrição será realizada através de formulário online disponível no website da FAP e nas redes sociais da AEICBAS, AEFMUP, AEFPCCEUP, aeESS, AEEsenfP, AEFCNAUP, AEFUP e AEFMDUP.
3. Os/as interessados/as poderão inscrever-se num número ilimitado de turnos, tendo cada turno a duração de 2 horas, entre as 10h e as 18h.
 - a. Excetua-se os turnos no âmbito da sensibilização ao público sobre a navegação do sistema de saúde em Portugal, que se realizará em exclusivamente entre as 14h e às 18h, e os turnos para rastreios visuais, que se realizarão apenas no dia 17 de julho.



4. A inscrição será realizada individualmente, indicando:
 - a. Nome completo
 - b. Número de telemóvel
 - c. E-mail
 - d. Instituição de Ensino
 - e. Comprovativo de matrícula
 - f. Seleção da(s) área(s) de intervenção em que pretendem participar
 - f.i. O formulário deve ser preenchido apenas uma vez, ainda que o/a estudante pretenda participar em mais do que uma área de intervenção.
 - g. Seleção dos horários de turnos que pretendem realizar
 - h. Seleção do número máximo de turnos que pretendem realizar
5. A inscrição só será considerada válida caso todos os campos do formulário estejam devidamente preenchidos.
6. Caso se verifique a existência de mais do que uma inscrição, pelo/a mesmo/a estudante, será considerada válida a última inscrição, caso cumpra o ponto 5º do presente artigo.
7. Todos/as os/as estudantes receberão um email de confirmação do registo da inscrição, gerado automaticamente, imediatamente após a submissão do formulário.
8. Todos/as os/as estudante receberão um e-mail a confirmar a data e horário do(s) respetivo(s) turno(s) aos quais ficarão alocados até às 23h59 do dia 7 de julho de 2024.
9. O limite de inscrições cumprirá os seguintes valores:

- a. Aconselhamento Saúde Mental: 24 vagas
- b. Aconselhamento Nutricional: 24 vagas
- c. Aconselhamento Saúde Oral: 24 vagas
- d. Aconselhamento Farmacêutico: 24 vagas
- e. Avaliações de risco cardiovascular: 48 vagas
- f. Saúde para pequeninos: 36 vagas
- g. Sensibilização ao público - Navegação no Sistema de Saúde em Portugal: 48 vagas

10. O critério de seleção terá por base a ordem de inscrição, sendo que uma inscrição válida não implica, obrigatoriamente, a atribuição de um turno, devendo o/a inscrito/a aguardar pela receção do e-mail de confirmação de dia e horários dos turnos.

11. Terminado o período de inscrições, os/as estudantes serão adicionados/as a um grupo *WhatsApp* da respetiva área de intervenção alocada, sendo este o principal meio de comunicação dos/as voluntários/as para a XVII Semana da Saúde, devendo ser consultado regularmente até à data da atividade e durante a atividade.

Artigo 8.º

Disposições finais

1. A resolução de situações omissas no presente regulamento é da exclusiva responsabilidade da Direção da FAP.
2. Para a obtenção de mais informações deve contactar a organização da XVII Semana da Saúde através do endereço semanadasaude@fap.pt

Federação Académica do Porto, 24 de junho de 2024