



Protocolo entre AMARA e Voluntário

Visão

A AMARA acredita numa sociedade que acompanha os seus membros com dignidade e compaixão ao longo de toda a vida, e encara a morte como um processo natural olhando-a com serenidade e reforçando assim o Sentido da Vida.

Missão

A AMARA propõe-se:

1. Fazer acompanhamento existencial de pessoas com doença crónica, avançada e progressiva e suas famílias, seja no domicílio, nos hospitais ou outras instituições;
2. Preparar voluntários e profissionais de saúde para esse fim;
3. Contribuir para que a doença, o envelhecimento, a morte e os seus desafios sejam encarados como parte do processo natural que é a vida.

Voluntários AMARA

Ser voluntário na AMARA significa acompanhar uma pessoa (e seus familiares) com uma doença crónica, avançada e progressiva, ou qualquer doença que, mesmo curável, ponha em risco a vida.

Este acompanhamento implica muitas vezes estabelecer um compromisso de longo prazo com a pessoa doente (e seus familiares), prestando apoio existencial durante todo o tempo necessário (semanas, meses ou anos) com regularidade semanal.

O voluntário conta com o apoio de um Psicólogo da AMARA que está disponível sempre que necessário, seja presencialmente, por telefone ou através da internet. Ao longo do seu percurso o voluntário é também apoiado através de reuniões de supervisão e de formação contínua (gratuita ou a preços especiais).



Os 5 Princípios do Voluntário AMARA

- Espírito de Equipa: o voluntário deve desenvolver espírito de equipa, respeitando o trabalho dos seus colegas e mantendo uma ligação regular e cooperante com o resto da equipa;
- Privacidade e Confidencialidade: o voluntário tem a obrigação ética e deontológica de respeitar a privacidade e a confidencialidade das informações médicas e pessoais relativas à pessoa acompanhada e sua família;
- Não-julgamento: o voluntário deve manter uma presença discreta e isenta. A sua atitude é a de alguém que, acima de tudo, oferece a sua presença. São a observação e a escuta atenta despidas de preconceitos ou julgamentos que orientam o voluntário e o informam do modo como pode ser útil à pessoa acompanhada;
- Abertura de Espírito: além de não forçar a sua presença, o voluntário não deve impor nem a sua opinião nem as suas convicções sejam elas quais forem. No entanto, o voluntário tem a liberdade de recusar fazer algo que seja contra a sua consciência ou os seus princípios;
- Responsabilidade: quando o voluntário se sente capaz de acompanhar um doente e a sua família, ele deve assumir essa responsabilidade comprometendo-se a prestar regularmente o seu apoio, com a frequência estabelecida de comum acordo entre o voluntário, a pessoa acompanhada e a família.

Direitos do Voluntário AMARA

- Acesso à identificação de Voluntário AMARA;
- Acesso a seguro contra acidentes ocorridos ou doenças contraídas no exercício das suas atividades;
- Acesso a sessões de supervisão mensais, formação contínua (gratuita ou a preços especiais) e a acompanhamento psicológico presencial, telefónico ou via internet sempre que necessário;



- Liberdade de recusar fazer algo que seja contra a sua consciência, os seus princípios ou valores;
- Expressar a sua opinião à Direção da AMARA sempre que se justifique;
- Receber apoio jurídico em casos onde este se enquadre e após aprovação da Direção que fará o devido encaminhamento do processo.

Deveres do Voluntário AMARA

- Cumprimento dos princípios éticos e deontológicos do voluntário (Lei n. 71/98 de 3 de Novembro)
- Atuação isenta, responsável e zelosa com todos os intervenientes nas atividades exercidas, nomeadamente: familiares, outros voluntários, colaboradores e profissionais de saúde que apoiem a pessoa acompanhada;
- Respeito pela identidade, intimidade, privacidade, confidencialidade, usos e costumes da pessoa acompanhada e seus familiares, bem como pelas suas convicções ideológicas, religiosas e culturais;
- Respeito pelas relações familiares existentes, abstendo-se de tomar partido em eventuais conflitos;
- Informar a AMARA da existência de situações que considere um risco para a pessoa acompanhada ou seus familiares;
- Participar nas atividades formativas destinadas ao bom desenvolvimento do exercício do voluntariado;
- Garantir regularidade e pontualidade no exercício das funções a que se propôs;
- Reportar de forma regular, à AMARA, o exercício das suas atividades;
- Respeitar o nome da AMARA e utilizar devidamente a identificação enquanto voluntário;
- Apresentar-se de forma cuidada e adequada.



Deveres da AMARA para com o Voluntário

- Informar o voluntário das condições do seu trabalho dando-lhe a conhecer este protocolo, os detalhes, lugar, âmbito e circunstâncias das suas funções;
- Informar acerca dos cuidados particulares a ter com cada pessoa acompanhada, muito particularmente no caso de doença infectocontagiosa;
- Formar segundo o Programa de Formação de Voluntários AMARA em vigor à data da sua realização;
- Assegurar sessões regulares mensais de supervisão em grupo;
- Garantir o apoio de um psicólogo da AMARA, disponível sempre que necessário seja presencialmente, por telefone ou através da internet;
- Proporcionar formação contínua, gratuita ou a preços especiais;
- Servir de elo de ligação entre o voluntário, a instituição (hospital, clínica, centro de saúde, associação, etc) e/ou família com o objetivo de garantir a qualidade do trabalho realizado, apoiar a sua integração na equipa e assegurar que esta respeita o trabalho do voluntário;
- Subscrever os seguros adequados ao trabalho em regime de voluntariado.

Natureza do trabalho do Voluntário AMARA

O trabalho do voluntário é realizado de acordo com o pedido da pessoa acompanhada (ou família) e os princípios acordados entre as partes. É um serviço prestado sem contrapartida de qualquer espécie e complementar ao trabalho dos profissionais de saúde e outros técnicos, acompanhantes (e o dos próprios familiares). Recomenda-se que o voluntário seja integrado nas equipas pluridisciplinares para benefício da pessoa acompanhada e sua família.

O voluntário tem formação adequada e disponibilidade para criar junto da pessoa acompanhada (e seus familiares) um clima de confiança por forma a que estes



expressem as suas emoções, medos, dúvidas e problemas ou questionem o sentido do que lhes está a acontecer.

As ações do voluntário devem complementar o trabalho realizado por todos aqueles que colaboram no apoio à pessoa acompanhada, criando ou reforçando esse espaço de escuta e presença tão importante quanto difícil de conseguir em momentos de grande tensão, stress emocional e pressão social.

O que o voluntário AMARA faz

- O voluntário faz acompanhamento existencial através, nomeadamente, da escuta ativa e da atenção plena;
- Quando necessário o voluntário pode apoiar a família da pessoa acompanhada;
- Desde que devidamente acordado com a pessoa acompanhada e/ou o seu cuidador (ou familiares) e com os profissionais de saúde (quando este esteja integrado em equipa interdisciplinar), o voluntário, em situações excecionais, se lhe for pedido e se se sentir confortável, pode:
 - passear com a pessoa acompanhada no exterior;
 - ajudar em pequenas tarefas (beber, comer, levantar-se, andar...);
 - acompanhar a uma visita médica;
 - caso seja requerido um transporte, o voluntário nunca disponibilizará um veículo (mesmo que seja seu). O transporte da pessoa acompanhada deverá ser efetuado em transporte público, táxi ou veículo de transporte de pessoas doentes. Quaisquer custos associados serão suportados pela pessoa acompanhada (ou seus familiares).
 - Em caso de emergência, o voluntário deverá solicitar imediatamente apoio ao INEM, descrevendo a situação de urgência e as suas circunstâncias; posteriormente deverá informar o Cuidador Formal da pessoa acompanhada e a supervisão da AMARA;
 - Todas as tarefas excecionais acima descritas devem ser autorizadas pelo cuidador da pessoa acompanhada, se existir, e pelo Supervisor da AMARA.



- No final de cada de cada visita, o Voluntário AMARA fará um relatório sucinto em que descreve a visita, relata todos os factos relevantes ocorridos bem como as observações que considere significativas que permitam avaliar o evoluir do acompanhamento.

O que o voluntário AMARA não faz

- Como preconizado pela Escuta Ativa, o voluntário não dá opinião, não dirige, podendo apenas sugerir, devolver, reformular;
- Não presta apoio psicológico nem psicoterapêutico;
- Não entra em detalhes sobre a sua vida privada para além do mínimo socialmente razoável;
- Não intervém nem se disponibiliza para quaisquer assuntos de natureza financeira ou jurídico-legal,
- Não se envolve nos conflitos familiares. Poderá no entanto facilitar pontes mas só com o conhecimento e anuência de todos os intervenientes, sempre sob a Supervisão da AMARA e com a devida integração com a equipa pluridisciplinar (sempre que esta exista);
- Não administra medicação;
- Não movimenta nem manipula a pessoa acompanhada;
- Não ajuda na alimentação (sólidos e líquidos);
- Não cuida da higiene pessoal da pessoa acompanhada;
- Não apoia nas atividades domésticas.

Caso o voluntário sinta que a pessoa acompanhada necessita de apoio psicológico, deverá informar o seu supervisor. Este, após avaliação adequada (nomeadamente, junto do cuidador formal e da equipa de profissionais de saúde), poderá propor um apoio psicológico da AMARA em regime de Voluntariado Técnico, se disponível.

Caso o voluntário identifique que a pessoa acompanhada poderá beneficiar de algum tipo de terapia complementar, deve falar com o supervisor que, após avaliação adequada (nomeadamente, junto do cuidador formal e da equipa de profissionais de saúde), recomendará a consulta da lista de profissionais (disponível no site da AMARA).



O contato será feito entre a pessoa acompanhada (ou familiar) e o profissional, estando esta relação fora da esfera de atuação da AMARA.

IMPORTANTE: O trabalho do voluntário não é remunerado. Assim, por uma questão ética, o voluntário não pode aceitar qualquer tipo de pagamento ou contrapartida em troca do seu trabalho, vindo do doente ou da sua família. Em particular, o voluntário não pode aceitar qualquer pagamento ou oferta que tenha um valor material ou sentimental para a família. No caso da pessoa doente (ou a sua família) mostrar muito empenho em recompensar de alguma forma o seu trabalho, o voluntário deverá então sugerir que seja feito um donativo à AMARA, explicando que este poderá contribuir para ajudar a AMARA a levar a cabo a sua Missão.

Condições necessárias para o exercício das funções de Voluntário AMARA

1. Ter concluído o Programa de Formação de Voluntários AMARA;
3. Após esta formação, em entrevista com a equipa de formação e de comum acordo, será aferido do seu interesse, apetência, capacidade e/ou limitações para a prática do Voluntariado AMARA;
4. O formando apto a exercer a prática de Voluntariado AMARA deve aceitar cumprir os deveres do voluntário AMARA acima descritos dando-se especial ênfase à participação nas Reuniões de Supervisão, Formação Contínua e aos Relatórios de Visita-;
5. Comprometer-se e responsabilizar-se pelo seu trabalho, mesmo que ele seja de curta duração. É preferível assumir poucos compromissos com seriedade do que muitos e de forma pouco fiável;
6. Manter-se alinhado com a visão e os objetivos da AMARA, bem como a sua posição em questões como a eutanásia, o suicídio assistido, o “encarniçamento” terapêutico, a dignidade na morte e outras.



Reuniões de Supervisão

Estas reuniões, realizadas em modo presencial, têm uma periodicidade mensal e são um elemento absolutamente essencial para o exercício da função de voluntário. Está a ser estudada a realização complementar em modo *online* por forma a facilitar a gestão da agenda e minimizar as deslocações dos voluntários. No entanto, o voluntário deverá assistir a 50% das reuniões em modo presencial.

Nota Final

Este Protocolo mantém-se válido até que surjam alterações significativas à mesma. Neste caso proceder-se-á à nova assinatura a-quando da entrada em vigor da versão mais recente.

Tomei conhecimento e aceito o presente Protocolo

Nome Completo do Voluntário AMARA:

Nr de Sócio:

Local e Data:

Voluntário

Direção da AMARA