



RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO DO PROGRAMA

2018



www.janela-aberta-familia.org

ÍNDICE

1. Introdução	01
2. A estratégia de expansão	04
3. A inscrição	05
4. A comunicação	11
4.1 A comunicação periódica com as famílias	11
4.2 A comunicação ocasional com as famílias	12
5. Investigação	17
6. Conclusão	19
ANEXO - Mensagens SMS	21

1. INTRODUÇÃO

O programa “Uma Janela Aberta à Família” é um programa de apoio à parentalidade, executado em parceria entre as várias estruturas públicas da saúde no Algarve (ARS e Hospitais) e que teve início em Setembro de 2007.

A finalidade do programa é apoiar as famílias, no domicílio, de forma contínua e abrangente, ao longo de todo o seu ciclo parental, desde o nascimento dos filhos até à maioridade (18 anos).

Para cumprir este objetivo o programa promove a inscrição através da internet, na nossa página web, ou, mais importante para a maioria das famílias, aproveitando os momentos de vigilância da gravidez ou do parto, nos centros de saúde e nas maternidades.

A inscrição nas maternidades (de Faro e Portimão) passa pela entrega às parturientes do manual “GUIA PARA PAIS” com as orientações mais comuns para o cuidar do seu bebé e com uma folha destacável que possibilita a inscrição no programa.

A inscrição nos centros de saúde do Algarve passa pela oferta do manual “GUIA PARA GRÁVIDAS” a todas as grávidas que fazem consultas de vigilância, onde também existe um destacável para inscrição no programa.



Guias entregues durante a gravidez (nos centros de saúde), e aos pais (nos hospitais, durante o internamento pós-parto)

A entrega destes dois manuais é feita pelos enfermeiros destas unidades públicas que, posteriormente, enviam os destacáveis preenchidos para a ARS, onde as inscrições em papel são inseridas em plataforma eletrónica associada à nossa página web (www.janela-aberta-familia.org).



Todas as famílias inscritas recebem posteriormente informação periódica adequada à idade da criança, por email, carta em papel ou SMS, completando assim a abrangência do programa a todo o período parental do ciclo de vida humano (desde que as pessoas pensam ter filhos, passando pela gravidez e parto, e terminando no cuidar dos filhos até que estes atingem a maioridade).

Enviamos por SMS 4 mensagens durante a gravidez e 7 durante o primeiro ano de vida (ver mensagens no Anexo). Enviamos por email 17 boletins em pdf desde o nascimento aos 15 anos de vida (ver no website).

Neste momento o programa oferece os seguintes serviços gratuitos:

- Plataforma com website bilingue (português e castelhano, porque a partir de 2013 a Andaluzia implementou o programa em parceria com o Algarve) para inscrição automática e gestão do envio de informação.



- Resposta a perguntas por email.
- Videochats periódicos para esclarecimento interativo das famílias com técnicos de saúde.
- Canal no Youtube em [youtube.com/user/janelaabertafamilia](https://www.youtube.com/user/janelaabertafamilia).
- Página no Facebook alimentada diariamente (www.facebook.com/janela.familia).
- Entrega e envio de informação às famílias ao longo de todo o seu ciclo de vida parental através da oferta e envio de Manuais, SMS, Emails, Boletins em papel.



O programa tem tido reconhecimento em vários momentos, sendo de realçar o facto de ter sido considerado no Relatório da Primavera do OPSS (Observatório Português dos Sistemas de Saúde), em Junho de 2008 o projeto de promoção da saúde mais inovador do ano, o recebimento em 2011 do 2º lugar na categoria «Educação» dos Prémios Hospital do Futuro (14 de Novembro), o Prémio de Mérito e Excelência do Seminário Técnico da 6ª Semana do Bebê de Olhão, no dia 31 de maio de 2014 e foi seleccionado para a 11.ª Edição do Prémio de Boas Práticas em Saúde no dia 23 de novembro de 2017.

A Equipa Coordenadora na ARS Algarve, IP. é constituída pelos seguintes elementos:

- António Pina – médico.
- Helena Coelho – psicóloga.
- Pedro Miquelina – informático.
- Marco Ramos – financeiro.
- Patrícia Guerreiro – administrativa.
- Susana Nunes – designer.

Os nossos consultores principais têm sido:

- Maria Alfaro (pediatra, Hospital de Faro)
- Ivone Lobo (médica saúde materna, Hospital Particular do Algarve)

Tem sido fundamental o trabalho dos enfermeiros dos serviços de obstetrícia do Centro Hospitalar do Algarve (Faro e Portimão), nomeadamente das suas atuais responsáveis: enf. Alda Santos e enf. Maria José Fonseca e de muitos outros profissionais de diversas instituições, que colaboraram este ano na elaboração de respostas por correio eletrónico:

- António Pina (médico saúde pública, ARS Algarve)
- Helena Coelho (psicóloga, ARS Algarve)
- Maria Alfaro (pediatra, Hospital de Faro)
- Teresa Sancho (nutricionista, ARS Algarve)
- Vânia Rodrigues (higienista oral, ARS Algarve)
- Telma Guerreiro (terapeuta da fala, ARS Algarve)

2. A ESTRATÉGIA DE EXPANSÃO

O programa candidatou-se e foi objeto de financiamento europeu no âmbito do Programa Operacional de Cooperação Transfronteiriça Espanha-Portugal (POCTEP), de 2011 a 2015, o que permitiu a aquisição duma plataforma eletrónica moderna que automatiza muitos dos nossos serviços e permitiu a expansão do programa para Espanha, mais concretamente a Região da Andaluzia, a partir de 2013 (Consejería de Salud y Bienestar Social da Junta Autónoma da Andaluzia. A parceria implementou dois estudos de investigação sobre a eficácia das diferentes formas de comunicação com as famílias inscritas e os profissionais de saúde e produziu ainda 152 vídeos pequenos (cerca de 3 minutos) em português e em castelhano.

Em 2016 a ARS Algarve implementou um canal de televisão interno IP que disponibiliza estes vídeos nas salas de espera dos centros de saúde.

Esta candidatura conjunta finalizou em 2015 mas deixou uma forte herança: em 2016 teve início uma nova proposta de candidatura a fundos comunitários INTERREG para o todo nacional, com a liderança da Direção Geral da Saúde e parcerias nas Regiões Autónomas da Galiza, Leão e Castela, Extremadura e novamente Andaluzia. Trata-se assim da oportunidade de disseminar o atual programa nascido no Algarve para o todo

nacional e pelo menos mais três Regiões Autónomas de Espanha. Esta nova candidatura iniciou-se a 15 de Junho de 2017.

Esperamos no ano de 2019 atualizar a página web para a última versão (Drupal 8), refazer todo o calendário de boletins electrónicos, promover um estudo de investigação com o apoio da Universidade do Algarve e distribuir por todo o País os novos Guias devidamente certificados pela DGS.

Infelizmente, iremos eliminar o serviço de envio de cartas em papel, atendendo à generalização do serviço para o todo nacional - o envio de boletins passará a ser feito exclusivamente por email e sms.

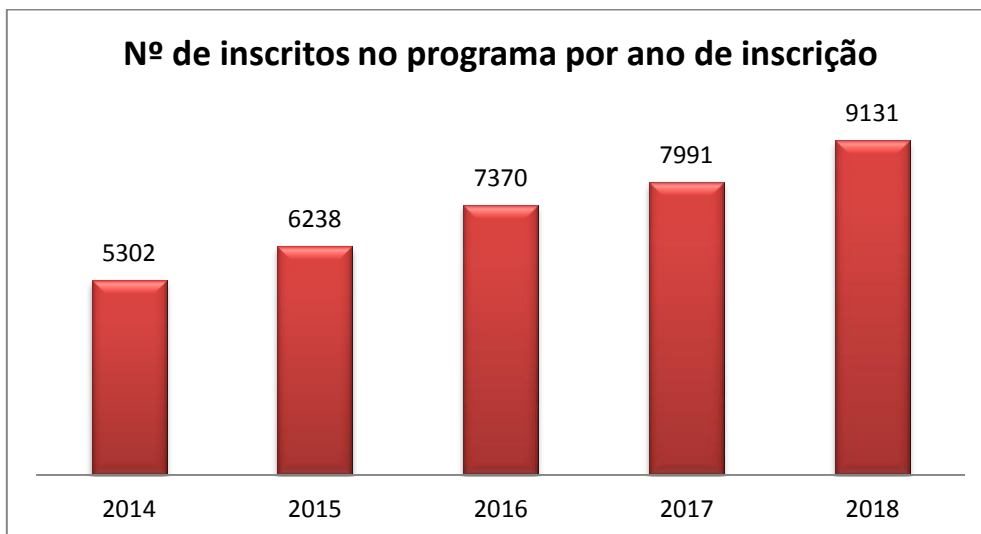
3. A INSCRIÇÃO

Já referimos que as inscrições no programa podem ser feitas através do contacto das grávidas nos centros de saúde do Algarve, das parturientes nos hospitais públicos do Algarve, ou através da internet.

No quadro e gráficos seguintes temos a evolução do número de famílias inscritas desde 2014 (o início do programa foi setembro de 2007), segundo os dados colhidos no final de cada ano, até 2018:

Ano colheita de dados	Ano nascimento						Total	Acréscimo absoluto	Acréscimo %
	2014	2015	2016	2017	2018	2018			
2014	803	-	-	-	-	-	5302	1317	33%
2015	893	647	-	-	-	-	6238	936	18%
2016	882	867	903	-	-	-	7370	1132	18%
2017	818	808	901	759	-	-	7991	621	8%
2018	931	903	969	852	461	-	9131	1140	14%

* "Total" inclui as inscrições de crianças nascidas antes de 2014. Verificamos também um aumento vertical por ano de nascimento, desde o início (2007), devido a inscrições pela internet de crianças já nascidas em anos anteriores.



Este ano de 2018 aproximámo-nos do crescimento de outros anos sobretudo porque a inscrição de crianças nascidas em anos anteriores pela internet superou em muito a enorme diminuição da inscrição na unidade hospitalar de Faro, explicável em parte pela mudança de liderança na enfermagem e por rotura de stock dos “Guias para Pais” que deixaram de ser distribuídos. Estes Guias só foram reeditados pela Direção-Geral da Saúde (com fundos INTERREG) em finais de 2018.

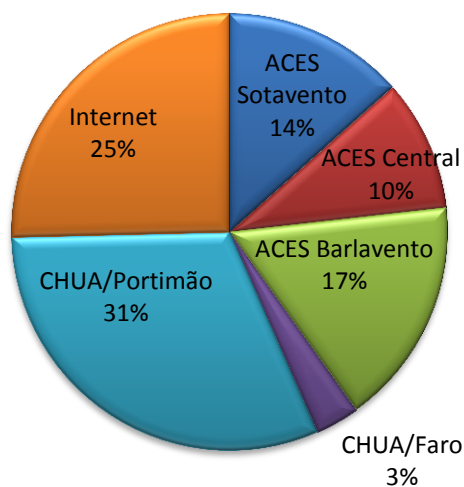
Na tabela e gráfico seguinte expõe-se a distribuição das inscrições por local, em crianças nascidas nos últimos 5 anos, onde verificamos que no último ano de 2018 a unidade hospitalar de Portimão foi o maior contribuinte (31%), seguido pelo ACES do Barlavento (17%) e do Sotavento (14%). A unidade hospitalar de Faro quase deixou de participar (3%) pelas razões já mencionadas. É curioso assinalar que são os ACES mais pequenos e a unidade hospitalar mais pequena que deram o maior contributo, graças à motivação e liderança do seu pessoal de enfermagem.

Neste último ano os ACES foram responsáveis por 41% das inscrições, um pouco mais que os 36% do ano anterior (os maiores contribuintes continuam a ser VRSA, Tavira, Olhão, Albufeira, e Silves em grande destaque).

As unidades hospitalares foram responsáveis por 34%, bem abaixo dos 50% do ano passado, devido à *implosão* do serviço na unidade hospitalar de Faro. A internet foi responsável por 25%, bem acima dos 14% do ano passado.

LOCAL INSCRIÇÃO	2014	2015	2016	2017	2018	Total ≤2018
Alcoutim		1		0	0	1
Vila Real de Sto António	83	110	103	46	25	468
Castro Marim	1		1	0	6	13
Tavira	51	51	67	56	31	322
ACES Sotavento	135	162	171	102	62	804
Olhão	44	8	41	27	24	351
Faro	20	19	16	1	9	88
Loulé	14	3	0	0	0	31
Albufeira	62	31	38	37	12	237
ACES Central	140	61	95	65	45	707
Lagoa	3		1	0	1	5
Portimão	11			8	0	262
Silves	3	29	90	93	72	394
Vila do Bispo				0	0	1
Aljezur		2	6	3	5	26
ACES Barlavento	17	31	97	104	78	688
CHUA/Faro	226	287	147	98	15	2657
CHUA/Portimão	61	69	188	284	144	2116
Internet	303	257	205	106	117	2028
OUTROS	0	0	0	0	0	131
Total Geral	882	867	903	759	461	9131

Proporção de inscritos por local de inscrição, nascidos em 2018.



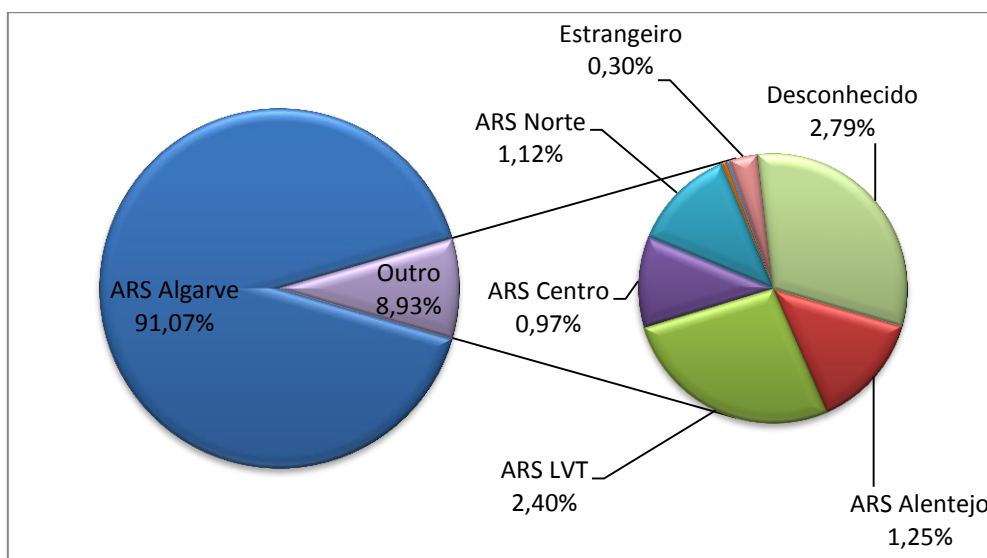
Na tabela e gráfico seguinte expõe-se a distribuição das inscrições de acordo com a área de residência dos inscritos:

Nº absoluto de inscritos por ARS/Região até 2018

ARS Algarve	8316
ARS Alentejo	114
ARS LVT	219
ARS Centro	89
ARS Norte	102
RA Açores	5
RA Madeira	4
Estrangeiro	27
Desconhecido	255
TOTAL	9131

Destacamos que no final do ano, entre 6 e 7 % dos inscritos residiam fora do Algarve, sobretudo na área de influência da ARS de Lisboa e Vale do Tejo (2,4%) e da ARS do Alentejo (1,3%), mas também no estrangeiro (números absolutos por ordem decrescente: Brasil-16, Angola-3, Espanha-2, Moçambique -2, Alemanha-1, Bélgica-1, França-1, Guiné-Bissau-1).

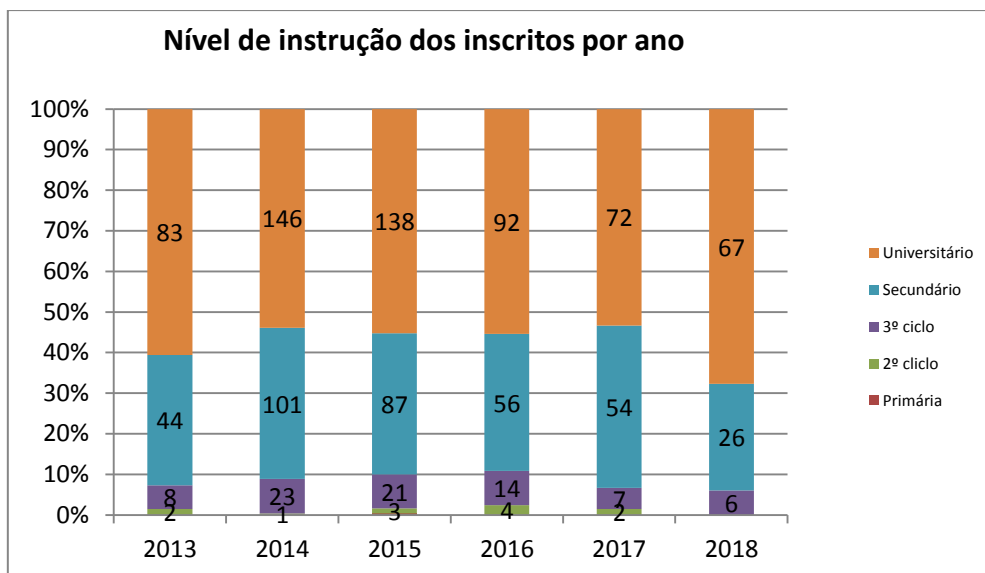
Proporção de inscritos por ARS/Região até 2018



Verificamos que a esmagadora maioria dos inscritos são mães (97 %), não sendo ainda clara uma tendência de subida dos pais masculinos:

Ano	Mãe	Pai	Outros	Total	% pai
2012	582	17	2	601	2,83%
2013	841	37	1	879	4,21%
2014	893	36	2	931	3,87%
2015	866	36	1	903	3,99%
2016	932	32	5	969	3,30%
2017	831	19	2	852	2,23%
2018	446	15	0	461	3,25%
Total ≤ 2018	8853	252	26	9131	2,76%

O nível de instrução é conhecido apenas para 1572 (17% do total dos 9131 inscritos) pois não é um campo de inscrição obrigatório, havendo 55% de licenciados e 35% com o 12º ano concluído¹. Verificamos que os poucos pais masculinos são mais instruídos (62% de licenciaturas).



¹ De acordo com os dados da PORDATA em 2015 o nível de instrução da população portuguesa entre os 15 e os 64 anos era 20,7% de licenciados e 25% com o Secundário, 24% com o 3º Ciclo, 13% com o 2º Ciclo, 15% com o 1º ciclo e 2% sem qualquer escolaridade.

Atendendo apenas ao ano de nascimento da criança e ao número de nascimentos por hospital, expomos na tabela seguinte a cobertura em cada coorte nas maternidades do CHAL:

			<i>HCF</i>	<i>CHBA</i>	<i>Outros</i>	<i>Total</i>
2013	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2280	1280	164	3724
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	324	170	191	685
		<i>%</i>	14,2%	13,3%		18,4%
2014	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2246	1191	287	3724
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	494	68	241	803
		<i>%</i>	22,0%	5,7%		21,6%
2015	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2391	1310	369	4070
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	377	53	323	753
		<i>%</i>	15,8%	4,0%		18,5%
2016	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2428	1283	457	4168
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	147	188	568	903
		<i>%</i>	6,1%	14,7%		21,7%
2017	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2446	1301	510	4257
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	98	284	377	759
		<i>%</i>	4,0%	21,8%		17,8%
2018	<i>Nº nados-vivos</i>	<i>Nº</i>	2445	1360	540	4345
	<i>Pais inscritos</i>	<i>Nº</i>	15	144	302	461
		<i>%</i>	0,6%	10,6%		10,6%

* “Outros” correspondem a partir de 2012, aos nados-vivos num hospital particular (H.P.A. de Gambelas) e as inscrições correspondem às efetuadas pela internet e centros de saúde.

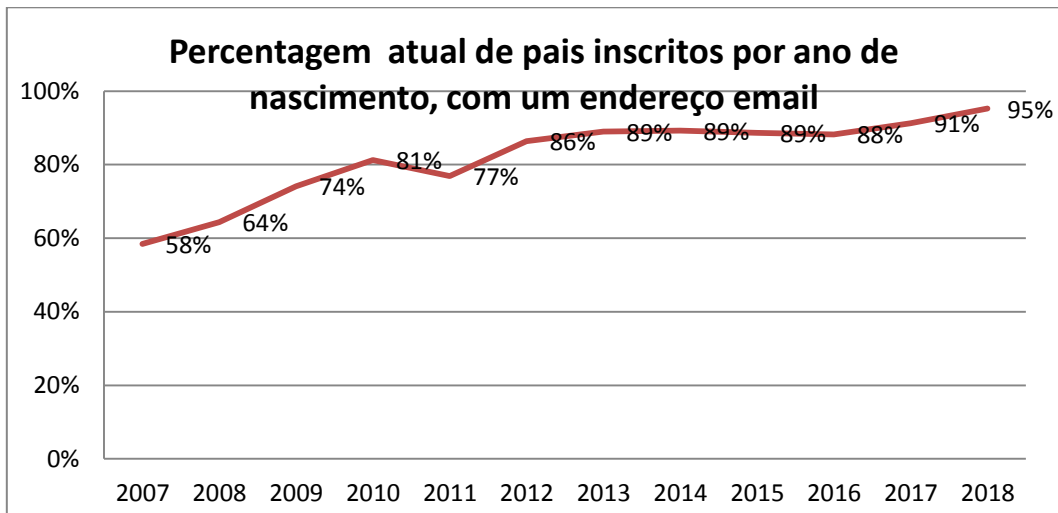
Estes dados expõem a pouca eficácia de inscrições que tem havido na unidade hospitalar de Faro do CHUA (apenas 0,6% dos pais dos nados-vivos se inscrevem enquanto na unidade de Portimão foram 10.6%).

4. A COMUNICAÇÃO

4.1. A COMUNICAÇÃO PERIÓDICA COM AS FAMÍLIAS

Como já referimos, enviamos periodicamente informação adequada à idade da criança através de sms, email e pelo correio postal (nos casos em que os inscritos não forneceram email).

De acordo com os dados constantes no gráfico seguinte, verificamos que os pais de crianças mais novas fornecem mais frequentemente um endereço eletrónico.



No primeiro ano de inscrições, em 2007, a proporção de pais inscritos que deram o endereço email foi apenas de 43% (actualmente, 58% dos pais desta coorte têm já email), enquanto os inscritos em 2018 foi de 95%.

No final de 2018, há ainda 17% de pais inscritos sem endereço email. Estes pais foram já alertados de que deverão fornecer um email para continuar inscritos em 2019, atendendo que vamos cessar o serviço de envio de informações pelo correio postal em papel, devido à expansão nacional do programa.

4.2. A COMUNICAÇÃO OCASIONAL COM AS FAMÍLIAS

Em 2010 iniciámos o serviço mensal de videochat (webinar) com transmissão em broadcasting pela internet e que tem já alguma adesão. Neste âmbito, foram transmitidos desde o início, 42 videochats, dos quais 3 em 2018, com participação média este ano de 258 pessoas, muito acima dos anos anteriores (em 2017 foi de apenas 25), estando estes vídeos na internet para consulta (<http://www.janela-aberta-familia.org/mediateca/videochat>):

- 40º Videochat - "Atual surto de sarampo: mitos e verdades sobre a doença e a vacinação" - 173 participantes, com a Dra Helena Massena, médica de saúde pública responsável pela vacinação na ARS Algarve no dia 28 de Março de 2018.
- 41º Videochat - "Como educar um filho?" – 216 participantes, com a Dra Rita Guapo, blogger e psicóloga (Pés na Lua - <http://blog.pesnalua.pt/>) no dia 19 de Setembro de 2018.
- 42º Videochat - "Toxicoddependência - as causas e as soluções da estratégia portuguesa?" – 384 participantes, com o Dr. Álvaro Pereira, um dos primeiros médicos a preocupar-se com este problema na década de 1980, tendo sido responsável pela unidade de atendimento ambulatória e a unidade hospitalar de Olhão, no dia 10 de Outubro de 2018.

O grande aumento da participação média relaciona-se com o facto de termos iniciado a transmissão destes videochats através da nossa página facebook.

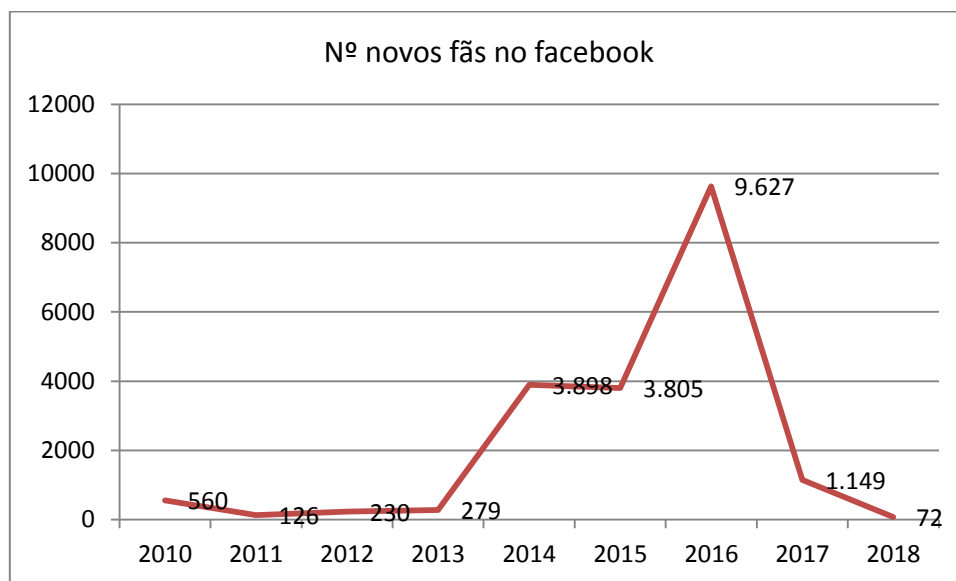
Participação nos diversos serviços da internet.

Ano	Nº visualizações no Youtube	Nº sessões no website	Nº videochats	Nº utentes nos videochats	Nº utentes por videochat	Nº novos fãs no facebook
2014	99 439	191 395	5	153	31	3 898
2015	216 408	258 734	4	154	26	3 805
2016	263 109	279 358	6	171	29	9 627
2017	313 468	250 756	3	76	25	1 149
2018	314 966	313 674	3	773	258	72
TOTAL(2)	1.207.390	1.293.917	21	1327	63	19 746

(1) Canal Youtube iniciado e website reformulado em finais de 2013.

(2) Videochats e página Facebook iniciados em 2010, sendo os totais desde esta data.

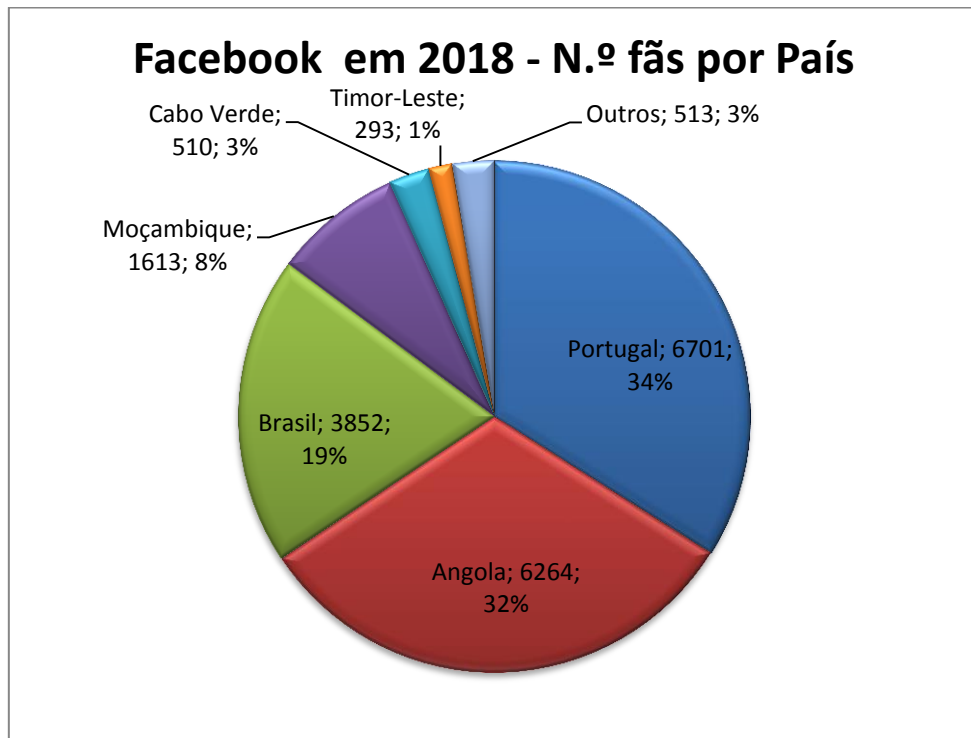
Esta página no Facebook foi criada em 2010 e perfaz no final de 2018 um total de 19.674 seguidores ou “fãs”. No entanto, no último ano teve apenas 72 novos seguidores, o que constitui uma extraordinária desaceleração relativamente aos anos anteriores, tal como se vê no gráfico seguinte:



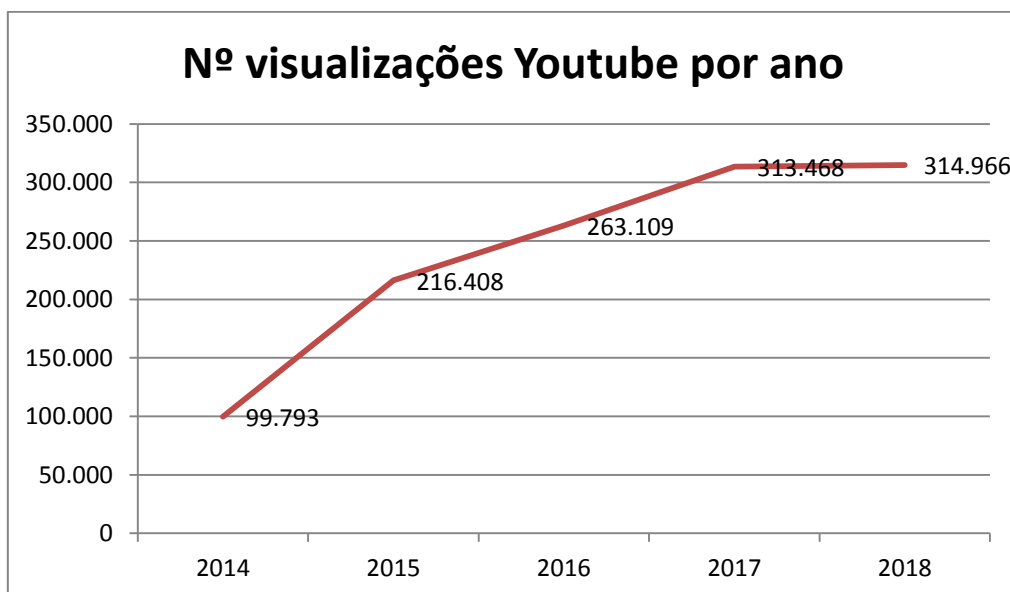
Haverá duas causas fundamentais para esta diminuição:

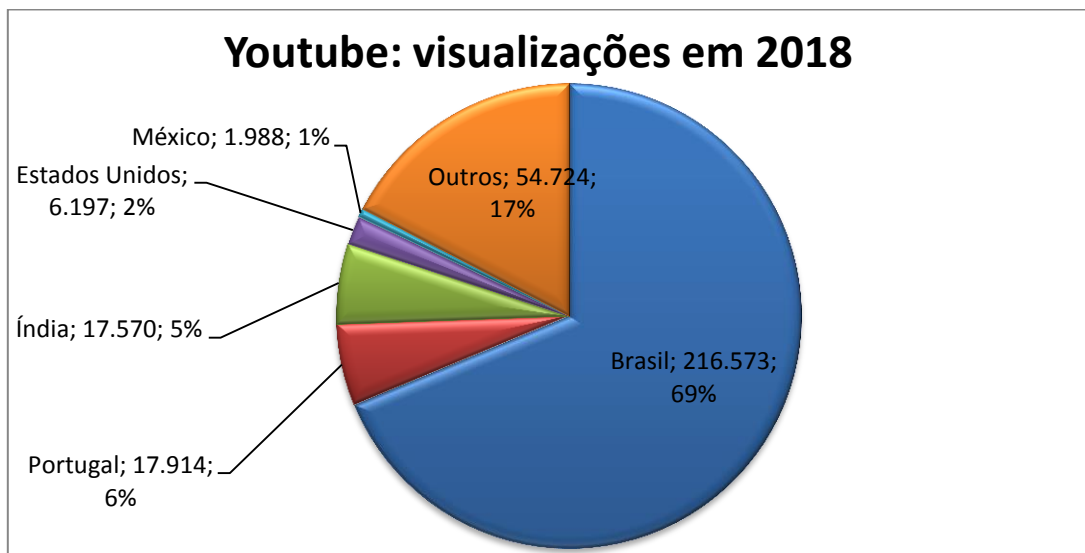
- a) Ao contrário de anos anteriores deixámos de fazer qualquer publicidade paga para angariação de novos fãs. Em 2015 e 2016 chegámos a pagar mais de 100€/ano nestas actividades publicitárias.
- b) A página deixou de ser alimentada com o cuidado existente em anos anteriores por falta de recursos humanos.

É curioso notar que o Facebook é uma importante janela do programa para o mundo lusófono, tendo Angola quase tantos seguidores como Portugal:

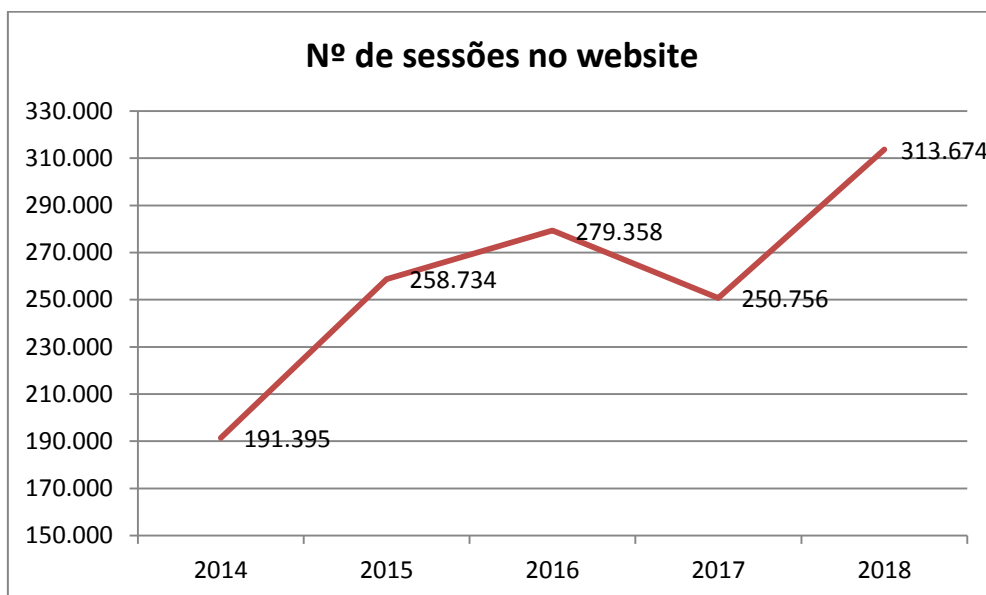


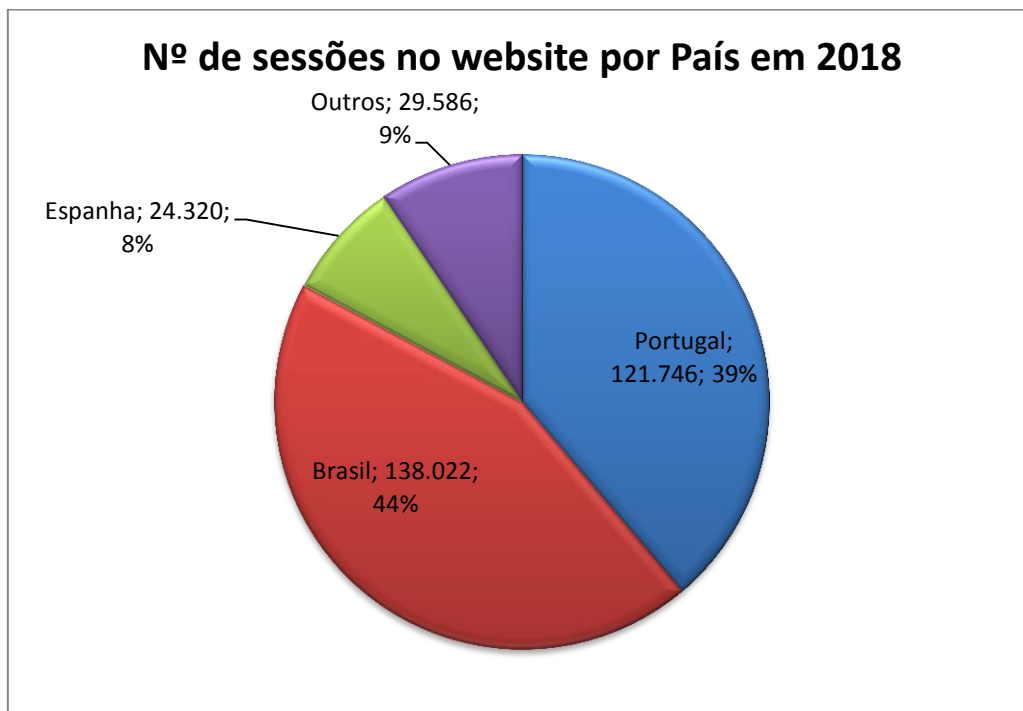
O nº de visualizações no nosso canal Youtube (youtube.com/user/janelaabertafamilia), cresceu de 99.439 visualizações em 2014 para 314.966 em 2018, continuando a haver sobretudo muitas visualizações do Brasil (69%) e poucas de Portugal (6%) que apenas por pouco ultrapassa a Índia (5%).





Nas figuras seguintes verificamos que o número de sessões no nosso website (www.janela-aberta-familia.org) continua com tendência para crescer. Também aqui há uma grande participação do Brasil (44% das sessões) a par de Portugal (39%), e menos de Espanha (8%), e outros (9%).

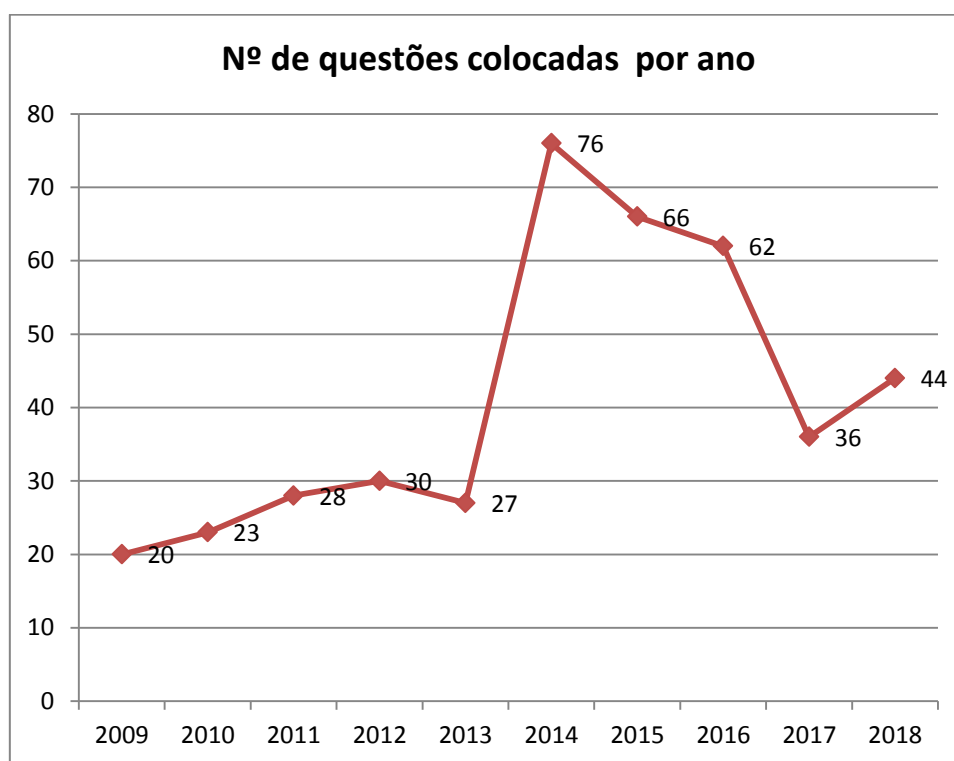




Como se vê na tabela seguinte, o número de questões colocadas pelos pais (por email na nossa página web) cresceu muito até 2014 mas depois tem vindo a diminuir. O tempo de resposta mediano dos nossos serviços às questões colocadas mantém-se estável (entre 1 a 2 dias).

Nº questões colocadas e tempo mediano (dias) das respostas

Ano/Questões	Nº	Tempo de reencaminhamento ao técnico	Tempo de resposta do técnico	Tempo de reencaminhamento à família	Tempo total de resposta à família
2009	20	1	1	2	4
2010	23	1	2	1	4
2011	28	1	2	0	3
2012	30	1	0	0	2
2013	27	1	1	0	3
2014	76	1	0	0	1
2015	66	1	0	0	2
2016	62	1	0	0	2
2017	36	1	0	0	1
2018	44	1	0	0	2



5. INVESTIGAÇÃO

De 2009 a 2012 implementámos questionários em amostras de pais inscritos com crianças de 12 meses para avaliar a eficácia das diferentes formas de comunicação, a satisfação com o programa e caracterizar a população inscrita.

Verificámos de forma consistente e estatisticamente significativa que os pais sem email tinham maior número de filhos, menor escolaridade, menor satisfação com o programa, mas também eram os que referiam ler um maior número de vezes os boletins periódicos, talvez por ser mais cómoda a leitura em papel, relativamente à alternativa eletrónica.

Em 2013 lançámos uma investigação com o objetivo de perceber quais os pontos fortes e fracos de três formas de comunicação: correio eletrónico (email), serviço de mensagens escritas (SMS) e correio tradicional. Concluimos que o envio de um boletim em papel, pelo correio tradicional, é mais eficaz que o envio por correio

eletrónico, mas que o envio por email associado a um alerta pelo SMS tem uma eficácia semelhante ao do correio tradicional. Este artigo foi publicado na nossa página web e no Portal de Literacia Mediática (www.literaciamediatca.pt/), no dia 4 de julho de 2014.

Em 2016 também iniciámos um projeto de investigação sobre as dificuldades em amamentação nos primeiros 12 meses de vida, cujos resultados só concluímos em 2018.

Neste estudo recebemos 372 respostas colhidas de forma anónima por questionário online.

A maioria (97,3%) amamentou e 76,8% iniciou a amamentação logo nas primeiras duas horas após o parto. A amamentação exclusiva foi praticada em cerca de 75% até ao 3º mês, e em cerca de 50% ao 5º mês de vida. Aos 12 meses de idade, metade ainda praticava a amamentação parcial.

As interrupções em amamentação são sobretudo no 2º, 5º e 7º mês, pelo que será prevendo estes momentos que se poderão encontrar estratégias para evitar o abandono.

As causas aduzidas pelas mães para abandonar a amamentação foram sobretudo não ter leite (30%), início da actividade laboral (22%), ou finalmente, porque o bebé não pega na mama (18%).

Quase 62% fez um curso de preparação para o parto, sendo esta proporção mais alta nos serviços públicos e no grupo de mães mais instruídas (apesar destas utilizarem menos os serviços públicos).

Os dados indiciam que os serviços públicos de saúde parecem providenciar um bom apoio após o parto (no internamento e após a saída do hospital), mas antes do parto parecem não ter impacto na motivação das grávidas com perfil de risco.

O apoio dos serviços de saúde parece ser especialmente importante para mães jovens, primíparas e menos instruídas, que vivem com familiares (que não seja o companheiro) ou quando o companheiro não é o pai biológico.

6. CONCLUSÃO

Em 2018 houve 1140 inscrições novas, perfazendo um total de 9131 inscritos, que corresponde a um acréscimo relativo de 14% sobre os anteriores 7991 inscritos no final de 2017.

Houve um crescimento moderado de inscritos devido à boa prestação da unidade hospitalar de Portimão, dos ACES e a uma maior inscrição pela internet que contraria a grande diminuição ocorrida na unidade hospitalar de Faro. Destacaram-se os contributos dos mais pequenos: unidade hospitalar de Portimão (31%) foi o maior contribuinte, seguindo-se o ACES do Barlavento (17%) e do Sotavento (14%).

Neste último ano, os ACES foram responsáveis por 41% das inscrições, um pouco mais que os 36% do ano anterior (os maiores contribuintes continuam a ser VRSA, Tavira, Olhão, Albufeira, e Silves em grande destaque). As maternidades hospitalares foram responsáveis por 34%, bem abaixo dos 50% do ano passado, devido à implosão do serviço no hospital de Faro. A internet foi responsável por 25%, bem acima dos 14% do ano passado.

Em 2019 prevemos um aumento das inscrições atendendo os problemas de liderança na unidade hospitalar de Faro e a edição de novos exemplares de Guias para Pais terem sido resolvidos no final de 2018.

Destacamos que no final de 2018 ente 6 e 7 % residiam fora do Algarve, sobretudo na área de influência da ARS de Lisboa e Vale do Tejo (2,4%) e da ARS do Alentejo (1,3%), mas também no estrangeiro (números absolutos por ordem decrescente: Brasil-16, Angola-3, Espanha-2, Moçambique -2, Alemanha-1, Bélgica-1, França-1, Guiné-Bissau-1).

Verificamos que a esmagadora maioria dos inscritos são mães (97 %), não sendo ainda clara uma tendência de subida dos pais masculinos.

O nível de instrução é bom (55% de licenciados), tendo os poucos pais masculinos melhor nível de instrução.

Nos últimos dois anos mais de 90% dos inscritos forneceram um endereço email, o que representa um aumento considerável desde 2007 (em que apenas 43% forneciam email). No final de 2018, há ainda 17% de pais inscritos sem endereço email que foram alertados por carta em papel de que deixariam de receber as informações por correio clássico e seriam eliminados em 2019, caso não forneçam o seu email.

Em 2018, o número de participações nos diversos serviços na internet aumentou ligeiramente na nossa página web (com 859/dia) e página youtube (863/dia). Apenas no nosso canal Facebook houve uma diminuição extraordinária do número de novos fãs (apenas 72, ao contrário dos 1149 do ano anterior). Haverá duas causas fundamentais para esta diminuição no Facebook: ao contrário de anos anteriores deixámos de fazer qualquer publicidade paga para angariação de novos fãs e adicionalmente a alimentação da página foi mais descuidada por falta de recursos humanos.

Está a ser feito um esforço para expandir o programa a nível nacional e internacional através da candidatura a fundos comunitários INTERREG onde estão incluídos a Direção Geral da Saúde, os Serviços Partilhados do Ministério da Saúde em Portugal e as Juntas Autónomas da Galiza, Leão e Castela, Extremadura e Andaluzia.

Pre vemos em 2019 alterar a nossa página web para uma nova versão que permitirá ser ajustável a vários ecrãs electrónicos, aumentar e alterar a frequência de notificações informativas (a fazer a nível nacional para todos os inscritos) e a implementação de um estudo de investigação para avaliar o impacto das nossas actividades (a desenvolver com a Universidade do Algarve).

Esperamos que em 2019 o programa “Janela Aberta à Família” se torne finalmente um programa nacional e ainda mais internacional do que tem sido.

Faro, 13 de Março de 2019

O Coordenador do Programa

(António P.B. Pina)

ANEXO - Mensagens SMS na plataforma Janela Aberta à Família

Colaboradores:

- Antonio Pina
- Elsa Rocha
- Helena Massena
- Ivone Lobo
- Manuela Fernandes
- Maria Alfaro
- Natália Correia

Grupo parental	Data de envio	Mensagem
Grávidas	8ª semana da gravidez	Recomendamos ecografia e análises no 1º trimestre de gravidez. Mantenha suplementos de ácido fólico e iodo em toda a gravidez. www.janela-aberta-familia.org
	18ª semana da gravidez	Recomendamos ecografia às 20-22 semanas de gravidez. Mantenha suplementos de ácido fólico, iodo, ferro até final da gravidez. www.janela-aberta-familia.org
	24ª semana da gravidez	Mantenha consultas de vigilância de gravidez. Realize análises às 26 semanas e repita as análises e ecografia às 32 semanas. www.janela-aberta-familia.org
	35ª semana da gravidez	Tem 35 semanas de gravidez? Inicie a contagem e registo dos movimentos fetais no Boletim de Grávida. www.janela-aberta-familia.org

Grupo parental	Data de envio	Mensagem
Pais de crianças	8 dias	Benvinda(o) ao serviço sms do programa Janela Aberta à Família. Vamos continuar a comunicar consigo. Pode consultar-nos em www.janela-aberta-familia.org
	15 dias	Recomendamos consulta vigilância ao bebé no 1º mês. O leite materno é o melhor alimento! Pode solicitar apoio no centro de saúde. Janela Aberta a Família
	30 dias	Recomendamos consulta vigilância e vacinação ao bebé no 2º mês. A mãe também deve ter consulta de revisão de parto. www.janela-aberta-familia.org
	4º mês (120 dias)	Recomendamos consulta vigilância e vacinação ao bebé no 4º mês. Mantenha o aleitamento materno pela saúde da mãe e do bebé. www.janela-aberta-familia.org
	6º mês (180 dias)	Recomendamos consulta vigilância e vacinação ao bebé no 6º mês. Deve iniciar sopa e fruta e manter a amamentação. www.janela-aberta-familia.org
	9º mês (270 dias)	Recomendamos consulta de vigilância ao bebé ao 9º mês de vida. www.janela-aberta-familia.org
	12º mês (360 dias)	Recomendamos consulta de vigilância e vacinação ao bebé durante o 12º mês de vida. Consulte www.janela-aberta-familia.org

Max: 155 caracteres com intervalos (acentos contam como caracteres)