

+VIDA

Uma publicação José de Mello Saúde

TEMA DE CAPA

NASCER NUM HOSPITALCUF

.....
Onde a felicidade de ter um filho
é acompanhada de uma forma muito especial

Tudo sobre nós

NEUROCIRURGIA

O HOSPITALCUF
INFANTE SANTO
É UMA REFERÊNCIA
INCONTORNÁVEL

FORMAÇÃO

HOSPITALCUF
DESCOBERTAS É O
PRIMEIRO PRIVADO
A RECEBER ALUNOS
DO ENSINO
PRÉ-GRADUADO

ECOEFIÊNCIA

COMPROMISSO
COM O PLANETA



N.º 03 :: FEVEREIRO 2011



JOSÉ DE MELLO · SAÚDE

A SAÚDE EM PONTO PEQUENO



No **Centro da Criança e do Adolescente** do **hospitalcuf** porto encontra uma vasta oferta de cuidados de saúde e um serviço de atendimento permanente 24h durante 365 dias por ano.

**Cardiologia • Cirurgia • Desenvolvimento • Gastreenterologia • Pedopsiquiatria
Imagiologia • Nefrologia • Neurocirurgia • Neuropediatria • Nutrição/Obesidade
Endocrinologia • Oftalmologia • Ortopedia • Otorrinolaringologia • Patologia Respiratória
Pediatria • Psicologia • Unidade de internamento pediátrico • Unidade de neonatologia
com cuidados intensivos neonatais**

NOTA DE ABERTURA



Salvador de Mello
Presidente do Conselho
de Administração
da José de Mello Saúde

Novos desafios

ESTA EDIÇÃO DA +VIDA É, em grande parte, dedicada ao nascimento. A importância deste momento e como os nossos hospitais contribuem para que esta seja uma ocasião de grande felicidade, é o que procuramos transmitir com o artigo de capa da nossa revista.

Esta é também a época em que um novo ano está a nascer e, com ele, novos desafios e novos projectos de crescimento. É o caso do Hospital de Braga que, após pouco mais de um ano de gestão, se prepara agora para passar para uma nova etapa na sua vida – a transferência para um novo edifício hospitalar. Será um momento marcante que trará à população do Minho um hospital com condições incomparavelmente superiores. É também o caso do Hospital de Vila Franca de Xira, que a José de Mello Saúde irá gerir em regime de parceria público-privado, após validação do contrato de gestão pelo Tribunal de Contas. Ou o caso do **hospitalcuf** descobertas, que completa 10 anos em 2011, e tem sabido, ano após ano, vencer os seus desafios, inovando e prestando um serviço de excelência aos seus doentes. Mas também todas as outras unidades da José de Mello Saúde assumem, o enorme desafio de melhorar, cada vez mais, a qualidade dos serviços prestados.

Inovação é outro dos temas que tratamos nesta revista. Em sintonia com o Senhor Secretário de Estado da Saúde que, na entrevista que nos concedeu, refere que o Ministério da Saúde pretende “Tirar o máximo proveito das tecnologias ao serviço da eficiência”, está o Hospital de Braga que desenvolveu um sistema informático *paper-free*, que potencia maiores eficiências com resultados positivos para o doente, como se pode ler na rubrica “Inovação”. Mas também o **hospitalcuf** infante santo é referência neste campo, tal como fica patente na rubrica “Em foco” que apresenta a área de neurocirurgia desta Unidade.

Uma referência final para a nossa ligação ao ensino. A José de Mello Saúde assume a promoção do ensino como uma prioridade, sendo a participação no ensino pré-graduado um dos seus grandes eixos de desenvolvimento, em aplicação dos Protocolos celebrados, em 2008, com a Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa e, recentemente, com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. Na rubrica “Ser mais” é apresentada a experiência no ensino pós-graduado, no **hospitalcuf** descobertas. Um exemplo de pioneirismo nos hospitais privados que queremos potenciar cada vez mais.

FICHA TÉCNICA

+VIDA FEVEREIRO 2011

:: DIRECTORA Edla Ferreira Pires :: CONSELHO EDITORIAL André Oliveira, Filipe Loureiro, Francisco Malheiro Reymão, Francisco Miranda Duarte, Gonçalo Marcelino, Helena Valentim Abrantes, Inácio Almeida e Brito, João Paço, José Luís de Carvalho, Luís Cardoso Menezes, Madalena Correia Neves, Maria João de Mello, Pedro Lucena e Valle, Romana Fresco, Rosário Frias

:: CONCEPÇÃO, EDIÇÃO E PAGINAÇÃO White Rabbit – Brand Stories :: JORNALISTAS Cláudia Pinto, Filipe Aveliz, Flávio Sousa, Francisco Mota Ferreira, Sónia Laima

:: FOTOGRAFIA Cristina Pinto, Eduardo Ribeiro, José de Mello Saúde

:: PROPRIEDADE Grupo José de Mello Saúde

:: MORADA Av. do Forte, Edifício Suécia III, 2.º – 2790-073

Carnaxide :: IMPRESSÃO E ACABAMENTO Lisgráfica

:: TIRAGEM 10 000 exemplares :: DEPÓSITO LEGAL 308443/10

:: DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

SALVADOR DE MELLO

índice



26. OPINIÃO

ENTREVISTA A ÓSCAR
GASPAR, SECRETÁRIO
DE ESTADO DA SAÚDE

03 :: NOTA DE ABERTURA

Salvador de Mello, presidente da Comissão Executiva da José de Mello Saúde, fala dos principais desafios para 2011

06 :: ENTRE!

Conheça a Campos Costa, onde pode ter todas as imagens da sua saúde

10 :: EM FOCO

A área de neurocirurgia do hospitalcuf infante santo traz o futuro para o dia-a-dia da sua actividade

15 :: INOVAÇÃO

O sistema informático do novo Hospital de Braga dispensa o papel e melhora o serviço prestado

16 :: TEMA DE CAPA

Saiba como o acompanhamento do hospitalcuf descobertas e do hospitalcuf porto torna ainda mais feliz o momento de ter um filho

30 :: ALÉM-FRONTEIRAS

Prémios são fruto da busca pela qualidade no Grupo Hospitalario Quirón

36 :: CASE STUDY

O Carcinoma da Próstata num artigo de Luís Campos Pinheiro, médico urologista da clínicacuf torres vedras



32. VIDA REAL

MARTIM TINHA DOIS ANOS E UMA PNEUMONIA LEVOU-O A SER OPERADO DUAS VEZES NO MESMO INTERNAMENTO. TUDO ACABOU BEM E A +VIDA CONTA TODA A HISTÓRIA

38 :: CONTE COM ELES

O serviço de oftalmologia do institutocuf alarga-se para o novo hospitalcuf porto e prepara-se para manter o sucesso

43 :: CUIDAR

Mafalda Sérgio, enfermeira gestora da clinicacuf cascais, explica algumas das vantagens da cirurgia em ambulatório

44 :: ESTILOS DE VIDA

Carla Rêgo, médica do Centro da Criança e do Adolescente do hospitalcuf porto, alerta para os perigos da obesidade infantil

46 :: SER MAIS

O ensino pré-graduado no hospitalcuf descobertas e a campanha de ecoeficiência nas unidades saúdecuf são exemplos da sustentabilidade da José de Mello Saúde

48 :: BREVES

As notícias, campanhas e actividades mais relevantes da José de Mello Saúde

57 :: ACONTECEU

Acontecimentos que marcaram os últimos meses

58 :: MARQUE NA AGENDA

Os eventos e as actividades que não pode perder

Entre!

CAMPOS COSTA

A imagem da saúde

COM MAIS DE 67 ANOS DE EXPERIÊNCIA NA ÁREA DA SAÚDE, CONCRETAMENTE NA IMAGIOLOGIA CLÍNICA, A CAMPOS COSTA PAUTA A SUA ACTUAÇÃO PELA PERMANENTE PROCURA DA EXCELÊNCIA CLÍNICA, ELEVADOS NÍVEIS DE SERVIÇOS E CONSTANTE ADOÇÃO DE MODERNA TECNOLOGIA, AO SERVIÇO DA MEDICINA

A integração na José de Mello Saúde, em 2006, marcou uma nova fase na vida das unidades Campos Costa, ao passarem a fazer parte do maior grupo ibérico de saúde. Onde esta integração é mais visível para os clientes é na unidade de Matosinhos, inserida no institutocuf e no hospitalcuf porto, onde a Campos Costa assegura a imagiologia. Há cerca de dois anos, a Campos Costa iniciou-se na Medicina Nuclear, na unidade de Matosinhos e de Viana do Castelo, alargando assim a sua oferta de serviços. Com uma forte presença no Norte do País, a Campos Costa possui diversas unidades fora do Grande Porto. Actualmente conta com 13 unidades físicas espalhadas no Norte do país, desde Santa Maria da Feira até Monção e uma unidade de telerradiologia (MedWeb). Realiza cerca de 500.000 exames por ano, sendo líder em volume no Norte de Portugal. A Campos Costa é a única unidade de prestação de serviços de saúde em Portugal certificada pela norma ERS3004:2007, da APCER, que envolve os requisitos normalmente relacionados com a certificação de Sistema de Gestão da Qualidade e também aqueles directamente relacionados com o serviço prestado.

Dr. Campos Costa

Desde 1943

IMAGIOLOGIA CLÍNICA



▲ Há cerca de um ano foi inaugurada no Porto a loja de rua para marcação e levantamento de exames, apoio e informações aos clientes



◀ Equipamento de Radiologia Digital
▼ Equipamento de Ressonância Magnética de campo aberto





▲ A Campos Costa foi fundada em 1943, na Rua de Aviz, no Porto, onde ainda hoje está localizada a sua principal unidade

◀ Na sala das crianças, na unidade do Porto, estas podem entrar num mundo imaginário enquanto aguardam a realização de exames

▲ O Contact Center, em funcionamento desde 2008, recebe por dia uma média de 800 chamadas de marcação de exames e pedidos de informações de clientes

OS CLIENTES EM PRIMEIRO LUGAR

A Campos Costa rege a sua actuação pela permanente procura da excelência clínica e constante adopção de moderna tecnologia ao serviço da medicina. O seu principal objectivo é prestar um serviço de elevada qualidade, orientando todas as suas actividades em função das necessidades dos clientes e procurando adoptar práticas que possibilitem a melhoria contínua dos serviços prestados.



◀ Equipamento de Tomografia Computorizada (TAC)



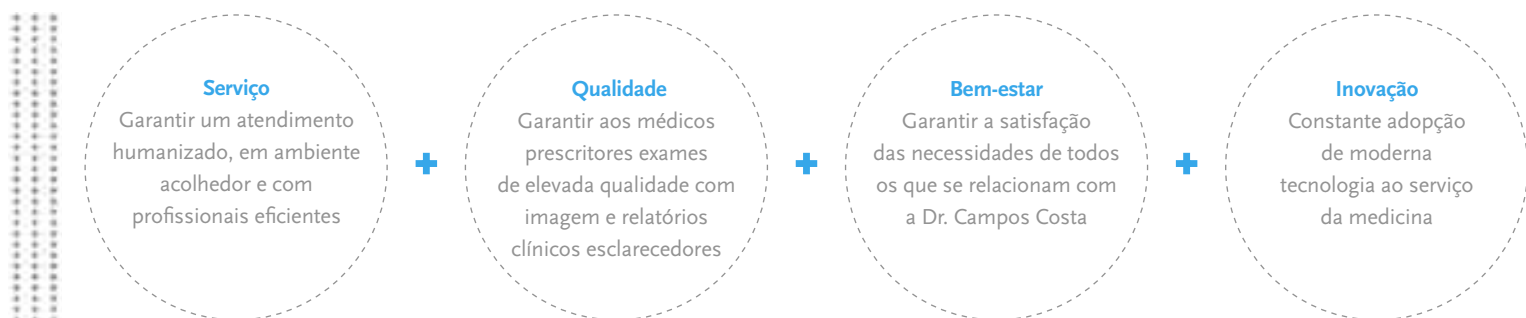
Com 68 anos de existência, ▲
a Campos Costa
acompanhou a evolução
da Imagiologia Clínica ao
longo dos tempos

UMA HISTÓRIA DE INOVAÇÃO

Em 1943 os irmãos José Alfredo Campos Costa e Amadeu Campos Costa iniciavam a actividade do Consultório Campos Costa na Rua de Avis, no Porto. Em 1986, a clínica tornou-se pioneira na mamografia por digitalização directa. Três anos mais tarde, sob a direcção de Ricardo Campos Costa, filho de Amadeu Campos Costa, que convida médicos de grande referência no Norte de Portugal, entra na era moderna da Imagiologia, introduzindo as valências de Ecografia, Tomografia Computorizada e Ressonância Magnética. Nos anos seguintes expandiu as suas unidades no Norte do país e desenvolveu diversas parcerias com entidades públicas e privadas. Em 2008, iniciou a sua actividade em Medicina Nuclear, no institutocuf e na unidade de Viana do Castelo. A inovação era e é ponto de honra da clínica e continua a ser um dos fios condutores da sua actividade.



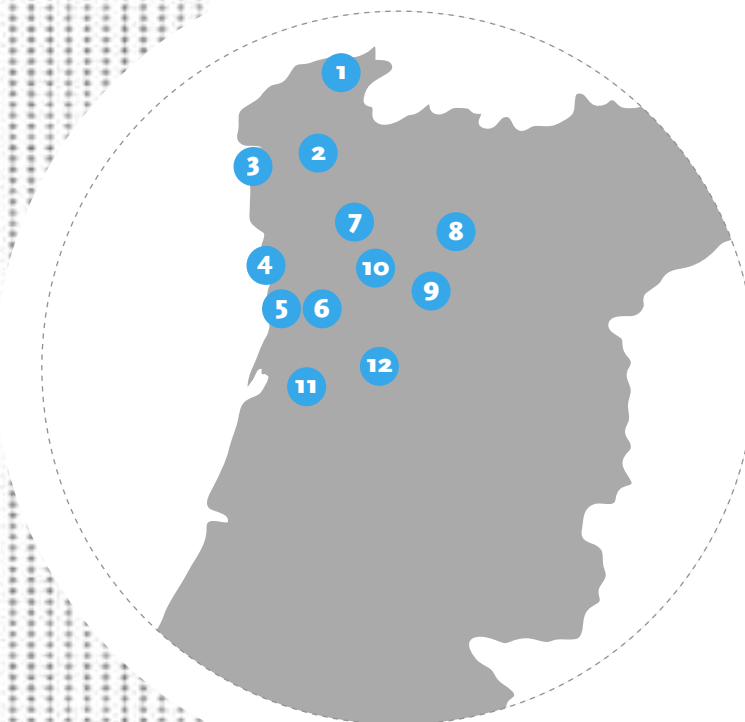
Respeitar o doente



ONDE ENCONTRAR A CAMPOS COSTA



◀ Inaugurada em 2000, a unidade de Santo Tirso foi a segunda unidade com todas as valências de Imagiologia Clínica

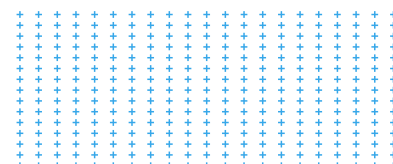


- 1 Monção
- 2 Ponte de Lima
- 3 Viana do Castelo (2 unid.)
- 4 Matosinhos/ intitutocuf
- 5 Porto
- 6 hospitalcuf porto
- 7 Santo Tirso
- 8 Fafe
- 9 Felgueiras
- 10 Paredes
- 11 Santa Maria da Feira
- 12 São João da Madeira



◀ Inaugurada em 2003, a unidade de Santa Maria da Feira possuía o único equipamento de ressonância magnética de alto campo entre Coimbra e o Grande Porto

▶ INFO@DRCAMPOSCOSTA.PT
WWW.DRCAMPOSCOSTA.PT



Valências

Radiologia

- Ressonância Magnética (RM)
- Tomografia Computorizada (TC)
- Radiologia Digital
- Radiologia de Intervenção
- Mamografia
- Ecografia / Doppler
- Densitometria Óssea
- Angiografia Digital
- Hemodinâmica

Medicina Nuclear

- Cintigrafias

PET-CT

Trazer o futuro

para o bloco operatório

Excelência humana e tecnológica fazem da neurocirurgia do hospital **cuf** infante santo a referência incontornável em Portugal



MANUEL CUNHA E SÁ ▶
é neurocirurgião
do hospitalcuf infante santo



Alvo de forte investimento desde a sua criação há quase um quarto de século, a neurocirurgia do hospitalcuf infante santo é apontada como um exemplo de excelência. Com um corpo clínico de grande diferenciação e assente numa rede de suporte alicerçada na extrema qualidade da oferta integrada desta unidade de saúde, a neurocirurgia realiza cerca de onze mil consultas por ano.

A esta cifra juntam-se outras, igualmente impressionantes, como as mais de 1.000 operações efectuadas anualmente, das quais cerca de seiscentas realizadas por João Lobo Antunes e Manuel Cunha e Sá, duas figuras incontornáveis desta área no hospitalcuf infante santo e no mundo. Ambos os especialistas são figuras reconhecidas a nível internacional que muito têm contribuído para o avanço do conhecimento na área das neurociências. E, obviamente, não são os únicos. Como afirma Manuel Cunha e Sá, “Uma boa parte dos nomes mais influentes da neurocirurgia portuguesa exerceram ou exercem a sua actividade neurocirúrgica em regime privado neste hospital o que faz com que a neurocirurgia seja de facto uma presença fortíssima nesta unidade”.

Para João Lobo Antunes, as equipas são uma marca importante e chega a realçar que uma das mais-valias desta área no hospitalcuf infante santo é: “ter um grupo de profissionais de altíssima qualidade e uma unidade de cuidados intensivos cuja equipa é comparável às dos melhores centros mundiais.”

Num total de cinco, as equipas cirúrgicas residentes do hospitalcuf infante santo são uma mescla de cirurgiões experientes e novos talentos médicos, o que contribui para o constante intercâmbio e revitalização de boas práticas e conhecimentos. O objectivo é assegurar a melhor oferta global aos clientes. Ao mesmo tempo, numa perspectiva de longo prazo, o intuito é manter e consolidar a posição de referência nacional na área das neurociências do hospitalcuf infante santo.

Tendo na origem da sua criação um encontro de vontades entre os médicos e a administração da José de Mello Saúde, esta área de neurocirurgia tem no capital humano um dos seus pilares fundamentais.



▶ **AS EQUIPAS CIRÚRGICAS**
residentes do hospitalcuf infante santo são compostas por cirurgiões experientes e novos talentos médicos

◀ **TODOS OS ANOS**
se realizam no hospitalcuf infante santo cerca de 1.000 cirurgias e 11.000 consultas

Mas o investimento na área tecnológica é desde sempre relevante, não fosse esta uma especialidade de altíssima diferenciação do ponto de vista tecnológico. João Lobo Antunes chama no entanto a atenção para a “necessidade de uma avaliação séria de custos, eficácia e riscos.” Para ele “a sedução das novas tecnologias tem de ser temperada pelo bom senso, pela crítica isenta e pelo princípio de colocar o interesse do doente acima de tudo”. Ponderações feitas, e não esquecendo que, como diz Manuel Cunha e Sá “a neurocirurgia foi desde sempre uma especialidade de altíssima diferenciação do ponto de vista tecnológico”, está em vista a aquisição, este ano, de um aparelho de neuronavegação que irá permitir agir de forma menos invasiva sobre certas patologias. Na medida em que combina tecnologias como as imagens digitalizadas da tomografia e da ressonância e, por fim, a transmissão de dados em tempo real por sistemas de telemetria, este equipamento revela-se crucial no planeamento das cirurgias do cérebro e da coluna. Ao fornecer indicações mais claras sobre a situação possibilita intervir com maior detalhe, reduzindo, desta forma, o tempo de recuperação pós-operatória.



**VALOR
JMS**

COMPETÊNCIA

No Grupo José de Mello Saúde, competência é:

- Concretizar com determinação e rigor.
- Ter a realização como marca do conhecimento e da experiência.
- Querer ser exemplo e demonstrar que em cada dificuldade existe uma oportunidade.
Os nossos colaboradores trabalham orientados para a concretização: querem obter resultados e atingir objectivos. Sempre atentos à coerência entre palavras e acção, procuram entregar ao Cliente o que ele quer em qualidade, prazo e valor.

O hospitalcuf infante santo é também o único no país a possuir, desde 2007, uma Unidade de Tratamento *Gamma Knife*. Liderada pela Dra. Begoña Cattoni esta estrutura trabalha com radiações de alta precisão que podem ajudar a evitar a cirurgia convencional. Destaca-se igualmente a Tomografia Volumétrica Computorizada, equipamento único do género em Portugal e um dos marcos na inovação em neurocirurgia do hospitalcuf infante santo que tem, como exemplo do seu posicionamento na vanguarda científica desta área, a implantação, em 2006, do primeiro “olho electrónico” em oito pacientes cegos. A experiência constituiu um momento histórico.

Mas nesta área ainda há muito para fazer em termos de inovação. Segundo João Lobo Antunes “a ambição de uma especialidade tão sofisticada como esta não tem limites.” Refere como tema mais preocupante a dos tumores cerebrais, sobretudo malignos, em relação aos quais “o progresso terapêutico tem sido, infelizmente, muito limitado.” A solução, segundo o especialista, não depende da técnica operatória mas “terá de vir da biologia molecular e da genética.”

TRÊS PERGUNTAS A...



João Lobo Antunes
Neurocirurgião
do hospitalcuf infante santo

P ► Porque escolheu iniciar a sua prática de neurocirurgia em Portugal no hospitalcuf infante santo?

R ► Quando planeei regressar a Portugal, depois de treze anos a aprender e praticar neurocirurgia em Nova Iorque, procurei informar-me qual o hospital privado que oferecia um mínimo de qualidade técnica e assistencial para o efeito. Foi-me indicado o “Hospital da CUF” (Nessa altura ainda não tinham acrescentado “infante santo” ao nome...), e assim foi. Mais de vinte e cinco anos depois, continuo plenamente feliz com o que considero ter sido uma das mais acertadas decisões que tomei na vida.

P ► A neurocirurgia é uma especialidade exigente tanto em termos tecnológicos como de recursos humanos. Ocorreu-lhe que poderia não haver ainda espaço para o desenvolvimento dessa área a nível privado em Portugal nessa altura?

R ► Recordo que por essa altura era ainda hábito grande parte dos doentes, com recursos económicos para isso, serem operados no estrangeiro, sobretudo em Londres. Era preciso, em primeiro lugar, ganhar a confiança dos doentes que nos procuravam na competência de uma equipa, garantir o equipamento necessário e assegurar a contribuição de internistas e intensivistas bem preparados. Rapidamente tudo se concretizou e posso afirmar com absoluta convicção que é hoje possível oferecer, no hospitalcuf infante santo, uma qualidade assistencial excelente.

P ► O respeito pela dignidade e o bem-estar da pessoa é um dos valores da José de Mello Saúde. Recentemente ouvimo-lo dizer que cuidar de alguém “é conservar e, se possível, acrescentar, na dignidade de quem está doente”. Como liga a sua visão no exercício da medicina a este valor defendido pela José de Mello Saúde?

R ► Os valores que aponta são os valores fundadores da medicina e, ao consagrá-los, a José de Mello Saúde não faz mais que proclamar a sua concordância com o ancestral modelo hipocrático.

MEDICINA DENTÁRIA

SORRIA, COM SAÚDE



Na Unidade de Medicina Dentária encontra serviços de medicina dentária geral, adulto e criança, cirurgia, implantes, reabilitação estética e correcção de malformações.

hospital**cuf** infante santo • hospital**cuf** porto • institut**cuf** diagnóstico e tratamento
clínica**cuf** belém • clínica**cuf** alvalade • clínica**cuf** torres vedras • clínica**cuf** cascais

INOVAÇÃO ▶



AMBIENTE

Hospital de Braga com informática livre de papel

O NOVO HOSPITAL DE BRAGA SERÁ UMA UNIDADE EXTREMAMENTE INOVADORA TAMBÉM NO QUE TOCA À INFORMÁTICA: UM SISTEMA TOPO DE GAMA QUE PERMITE CONSULTAR OS PROCESSOS MÉDICOS MUITO FACILMENTE E QUE DISPENSA POR COMPLETO O PAPEL

Um Hospital que serve os seus doentes e os seus profissionais da forma mais eficiente e moderna, com um sistema topo de gama que dispensa o papel e todas as demoras, falhas e demais preocupações associadas à burocracia. Falamos de mais um aspecto inovador do novo Hospital de Braga, que será inaugurado no fim do primeiro semestre de 2011. Desde o início esta unidade contará com o novo sistema informático *paper-free*, que o colocará no mapa como um dos prestadores de cuidados de saúde com um dos processos de gestão mais inovadores em Portugal.

A José de Mello Saúde investiu cinco milhões de euros para incorporar a mais moderna tecnologia informática neste seu novo hospital, um valor que irá resultar em poupanças e melhoria de eficiência. Com o novo sistema todos os processos do dia-a-dia ficam facilitados: Desde as marcações de consultas, com confirmações por SMS à possibilidade de fazer um *check-in* automático no dia da consulta ou acto médico, através de um código fornecido também por mensagem escrita. Tudo isto sem ter de preencher papelada nem passar por balcões.

A grande mais-valia, porém, far-se-á sentir ao nível dos profissionais de saúde.

Os médicos passam a ter muito menos trabalho burocrático e administrativo, os processos tornam-se de mais fácil consulta e todo o procedimento fica mais claro e transparente.

Ao contrário do que se passa com os sistemas de suporte físico, em papel, aqui os eventuais erros ou falhas tornam-se muito mais fáceis de localizar e de corrigir. E sendo este hospital uma parceria público-privado, este sistema torna ainda mais simples o acompanhamento da sua actividade do hospital pelo Estado.

Evidentemente, todas estas vantagens acabam por beneficiar também o utente.

Os habitantes da zona de Braga e, por extensão, de todo o Norte litoral do país, ficam a saber que contam com um hospital de excelência muito perto de si.

E se fica surpreendido por saber que um serviço destes existe num hospital português, mais admirado poderá ficar ao tomar conhecimento que a Glintt, que desenvolve e providencia o sistema, é uma empresa portuguesa, fazendo deste projecto uma verdadeira conquista nacional.

QUATRO PERGUNTAS A...



Francisco Miranda Duarte
Administrador Executivo
do Hospital de Braga

AMIGOS DO AMBIENTE

P ▶ Para além de todas as vantagens já enumeradas, este novo sistema é também mais amigo do ambiente, por gastar menos papel. Esse factor pesou na decisão?

R ▶ A principal responsabilidade de um hospital prende-se com o bem-estar da sociedade, o que, obviamente, inclui o meio ambiente.

P ▶ Para alguns dos colaboradores, sejam médicos ou técnicos, poderá ser complicado mudar de rituais e sistemas, sobretudo se existir alguma dificuldade a lidar com novas tecnologias... Têm tido alguma questão nessa área?

R ▶ Sendo o Hospital de Braga um hospital com forte vocação de ensino e inovação, compromisso este reforçado por esta administração, foi desde sempre um hospital em que a utilização dos sistemas de informação esteve presente.

Portanto para os profissionais deste hospital é apenas mais um desafio e não uma barreira para o desenvolvimento pessoal e profissional.

P ▶ O sistema já tem provas dadas noutros hospitais. Isso permite-vos prever quanto dinheiro vão poupar com a sua implementação?

R ▶ O principal objectivo da implementação deste sistema foi a melhoria da capacidade de controlo e qualidade da prestação de serviços de saúde. Os ganhos que porventura resultem desta implementação estarão relacionados com o melhor controlo dos custos e com o incremento da qualidade.

P ▶ A Glintt, empresa que desenvolveu este sistema, é uma empresa portuguesa. Para o Hospital de Braga é importante poder recorrer a empresas nacionais para encontrar estas soluções?

R ▶ É importante na medida em que capacitamos profissionais portugueses no desenvolvimento de tecnologia e conhecimento do negócio.





FELI CIDADA DE

TEMA DE CAPA 17

Há momentos especiais na vida. O nascimento de um filho é um deles. São segundos e minutos de expectativa que se tornam numa aventura de amor e carinho, em que a felicidade ocupa o papel principal. Há momentos especiais na vida. Este é o mais especial de todos

MATERNIDADE

Receber em pleno uma nova *vida*

É um dos momentos de maior felicidade na vida de um casal. Para preparar a gravidez e a vinda de um filho com tranquilidade, o **hospitalcuf** descobertas e o **hospitalcuf** porto têm à sua espera serviços diferenciadores e de qualidade



◀ Francisco (2 anos) e Vasco (7 meses) nasceram no **hospitalcuf** descobertas. Se a família aumentar os pais contam com esta unidade José de Mello Saúde para acompanhar o nascimento, a mãe e o bebé

Sebastião. Olívia. Santiago. Maria. Joana. Pedro. Filipa. Vasco. Francisco e muitos outros. Desde a sua inauguração, em 2001, e até à data de realização desta reportagem, nasceram 21.300 bebés no hospitalcuf descobertas. E esta experiência de nove anos serve de referência à maternidade recentemente criada no hospitalcuf porto, que realizou o primeiro parto no passado dia 3 de Dezembro.

Na verdade, ter um filho não inclui apenas a gravidez e o parto. Por isso no hospitalcuf descobertas e no hospitalcuf porto o acompanhamento faz-se antes, durante e depois do nascimento do bebé. Todas as etapas são importantes e cada uma merece especial atenção. Ao longo da experiência surgem diferentes perguntas, para as quais as equipas das unidades José de Mello Saúde procuram ter respostas.

PREPARAR A GRAVIDEZ

Quando é que uma futura mãe deve ir pela primeira vez ao hospital? “Idealmente, as mulheres deveriam vir antes de estarem grávidas para que sejam pedidos todos os exames de rotina, como por exemplo a análise para saber se são ou não imunes à rubéola. Se não estiverem imunes, aconselhamos a vacinação no tempo suficiente, indicando data a partir da qual poderá engravidar em segurança. Solicitamos também uma citologia caso a mulher não a tenha realizado recentemente”, explica Conceição Telhado, coordenadora do serviço de Ginecologia e Obstetrícia do hospitalcuf descobertas. Quando não é possível fazer a preparação mais adequada da gravidez e a mulher fica grávida, deverá então agendar uma primeira consulta logo que desconfie que vai ser mãe.

No hospitalcuf descobertas o primeiro contacto da grávida é com a equipa de enfermagem. Normalmente, a enfermeira preenche o *Boletim da Grávida* e, juntas, fazem o seu historial clínico em termos de antecedentes pessoais, médicos, cirúrgicos, ginecológicos e obstétricos.

“Em relação à própria gravidez, é nesta consulta que colocamos todas as questões e fazemos



▲ Para que a vida seja sempre cor-de-rosa o acompanhamento do bebé e da mãe é uma prioridade

a avaliação fundamental em termos de peso e de tensão arterial”, explica Lurdes Silva Ribeiro, Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstetrícia (EESMO) da Unidade Funcional de Obstetrícia e Neonatologia (UFON) do hospitalcuf descobertas.

A grávida deverá frequentar consultas uma vez por mês até às 32 semanas. A partir daí, e até às 36 semanas, está convencionado que as futuras mães tenham consultas de 15 em 15 dias.

+ PERTO DE SI

HOSPITALCUF DESCOBERTAS

Rua Mário Botas, Pq. das Nações
1998-018 Lisboa

Telefone: 210 025 200
Site: www.saudecuf.pt



GPS
N 38° 45' 25"
W 9° 05' 54"

HOSPITALCUF PORTO

Estrada da Circunvalação, 14341
4100-180 Porto (junto ao Hospital
Magalhães Lemos)

Telefone: 220 039 000
Site: www.saudecuf.pt



GPS
N 41° 10' 35"
W 8° 40' 09"



CARLOTA MARIA

Nasceu no hospitalcuf descobertas no dia 10 de Outubro de 2010, de parto normal com cerca de 3 Kg. A mãe, Bárbara Guimarães, lembra-se daquele dia com alegria pois “correu tudo muito bem”. Cliente habitual daquela unidade saúdecuf, a apresentadora mostra confiar nos cuidados da José de Mello Saúde: o filho mais velho também é acompanhado na unidade.

“Posteriormente, devem ser vigiadas semanalmente para realizar a cardiocografia (CTG), o exame que permite ouvir os batimentos cardíacos do bebé e avaliar a contractilidade uterina. É através deste exame que conseguimos avaliar o bem-estar do bebé e a existência de contracções regulares”, explica a enfermeira. Aconselhamos a frequência do curso de preparação para o parto a partir das 28 semanas. O curso é realizado por algumas Enfermeiras Especialistas em Saúde Materna e Obstetrícia (EESMO) da nossa maternidade.

Durante a gravidez são solicitados rastreios bioquímicos em todas as mulheres para saber se o bebé tem um risco aumentado de anomalias cromossómicas e programar uma amniocentese, após consentimento informado.

“A amniocentese irá dar o diagnóstico de certeza, mas envolve alguns riscos e nem todas as grávidas aceitam fazê-lo”, adianta Conceição Telhado.

BEM-VINDO BEBÉ!

A equipa que acompanha o parto é multidisciplinar e composta por: enfermeira especialista em saúde materna e obstetrícia (EESMO), médico obstetra, anestesiológista e pediatra de serviço. O médico obstetra que acompanha a gravidez habitualmente é o especialista que as-



Para assegurar os melhores cuidados, o investimento nos equipamentos mais modernos é uma prioridade ▲

A neonatologia do hospitalcuf descobertas tem sido pioneira na prestação de cuidados ao recém-nascido ▶



siste ao parto. “Se o médico não estiver no Hospital, é contactado. Caso esteja fora do país, por exemplo, o parto será realizado por um colega de serviço que terá acesso a todo o historial da grávida. Sei sempre que posso ser contactada para dar as informações ou dúvidas por telefone (SMS)”, salienta Conceição Telhado.

O trabalho de parto é sempre feito no quarto da grávida, onde podem estar duas pessoas à sua escolha. “Antigamente, as crianças nasciam

Sentir-se “em casa”

As futuras mães que escolhem o hospitalcuf descobertas para serem acompanhadas têm ao seu dispor dois contactos telefónicos para onde podem ligar sempre que tiverem necessidade, de 2.ª a 6.ª feira, das 8h00 às 21h00. “É preferível telefonar e não ser nada do que não ligarem e passar-se algo relevante com a gravidez”, salienta Lurdes Silva

Ribeiro, enfermeira especialista em Saúde Materna e Obstetrícia. Fora deste horário, podem telefonar para o número geral do hospital ou directamente para a maternidade, de dia e de noite.

“Temos também uma visita programada ao serviço exactamente para que as mulheres tenham um primeiro contacto com os locais por

onde irão passar durante o parto porque o desconhecido é sempre algo que assusta”, diz-nos Lurdes Silva Ribeiro. A visita deverá ser agendada por volta das 32 semanas. Todas as grávidas, independentemente de serem seguidas no hospital, podem realizar esta visita “desde que já tenham decidido que o parto será realizado no hospitalcuf descobertas”.

SEMPRE QUE PRECISAR

ENTRE AS 8H00 E AS 21H00
hospitalcuf descobertas
92 549 53 56 (na gravidez)
925 495 234 (no pós-parto)
hospitalcuf porto
925 495 094

NOUTROS HORÁRIOS
hospitalcuf descobertas
210 025 200
hospitalcuf porto
220 039 000



UNIDADE DE NEONATOLOGIA

QUANDO A MÃE TEM ALTA E O BEBÉ NÃO...

A unidade de Neonatologia do hospital **cu**f descobertas destina-se a dar apoio a bebês que necessitem de cuidados especiais. “Recebemos todo o tipo de crianças, não só prematuras, mas também aquelas que sofrem de alguma patologia”, salienta a Dra. Glória Carvalhosa, responsável por este serviço.

“Temos a capacidade de dar apoio a qualquer bebê com os recursos humanos e meios técnicos específicos, quer seja prematuro ou não”, adianta a especialista.

Qualquer casal deseja que o bebê tenha alta no mesmo dia que a mãe. No entanto, pode surgir a necessidade de ser transferido para a unidade de Neonatologia. “O tempo de internamento não é determinado, pois depende da patologia, do quadro clínico e da evolução do bebê. Numa primeira fase, quando o bebê tem de sair de junto da mãe, esta sente-se muito nervosa perante esta possibilidade. Depois, com o período de permanência e com a possibilidade de participar no trabalho da equipa, acabam por se estabelecer laços de amizade que ultrapassam em muito a parte técnica, neste serviço”, esclarece Glória Carvalhosa.

Esta é uma unidade que inicialmente pode deixar algumas mães em choque mas, com o passar do tempo, dá lugar a notícias felizes. “O clima de amizade e de confiança é muito positivo para o bem-estar da criança e para as mães que participam activamente nos cuidados prestados ao seu filho. Este internamento passa por várias fases pois no início pode não ser possível tocar-lhe mas, mais tarde, é a mãe que participa na recuperação do bebê, estimulando-se o vínculo entre ambos”, adianta a médica neonatologista. As boas notícias acabam por chegar, até porque os casos de sucesso são bem mais frequentes. “A mortalidade é muito baixa. Em 2009 tivemos um óbito e em 2010, todos os bebês sobreviveram”, garante Glória Carvalhosa. Apesar de estes momentos não serem fáceis para nenhum casal, a equipa multidisciplinar da unidade de Neonatologia ajuda a família a ultrapassar qualquer problema que surja. “Esta especialidade é muito bonita, requer técnica e gosto”, conclui a neonatologista.

em casa e as mulheres rodeavam-se da família. Neste hospital tentamos proporcionar uma maior humanização do parto, dentro do meio hospitalar”, explica Lurdes Silva Ribeiro. No momento do parto, só pode assistir uma pessoa que deve ser eleita pela futura mãe. “Não é obrigatório que seja o pai. Deve respeitar-se a decisão do casal. Se a grávida preferir estar sozinha, todos respeitam a sua opção”, acrescenta a enfermeira.

Caso seja escolhida uma pessoa – o pai, a avó, uma amiga ou outro familiar – esta deve seguir as instruções que lhe forem dadas pela auxiliar de acção médica antes de entrar na sala de partos de forma a garantir o bem-estar da mãe e do bebê.

Nas cesarianas, em 90% dos casos, “o pai pode assistir, se assim entender, desde que assine o consentimento informado com alguns critérios específicos. Só não é permitido assistir se houver algum risco de situações emergentes como, por exemplo, o deslocamento de placenta”, fundamenta Conceição Telhado. Por outro lado, se o pai não se sentir bem e confortável durante o parto, deve sair.

“Há quem não goste de estar acompanhada durante o parto, nem sequer pelo marido”, acrescenta a médica. Por outro lado, existem



O contacto físico é muito importante para o desenvolvimento dos bebês, sejam ou não prematuros

casais que preferem viver este momento de imensa felicidade em conjunto e até há pais que se destacam pela diferença e pedem para cortar o cordão umbilical. “Claro que deixamos. O casal fica satisfeito e a mãe sente-se honrada por ter o pai junto a si.”



Uma das equipas de ginecologia e obstetria do hospitalcuf descobertas



“Se uma grávida quiser ouvir os batimentos cardíacos do seu bebé, pode aparecer no serviço sem marcação prévia sobretudo nas últimas semanas de gravidez”

ENFERMEIRA LURDES SILVA RIBEIRO

Enfermeira de referência

Uma das práticas que diferencia a maternidade dos hospitaiscuf é o acompanhamento e a valorização do lado humano de todo o processo que envolve a gravidez e o acolhimento de um bebé.

Assim, a ligar e uniformizar todos os elementos da equipa, existe a “enfermeira de referência”, uma profissional com muita experiência nesta área que “cuida” de cada mãe, casal ou família como se fossem únicos. Esta enfermeira tem a responsabilidade de validar junto das nossas mães, antes da alta, toda a informação transmitida ao longo do internamento, Assim, ajuda a cimentar essa mesma informação e ainda pode esclarecer dúvidas.

A enfermeira de referência garante que a mãe está na posse de toda a informação de que necessita para sair do hospital com tranquilidade e cuidar do seu bebé.

DEVE IR PARA A MATERNIDADE SE TIVER...

- Contracções regulares dolorosas de 10 em 10 minutos (entrada no trabalho de parto);
- Perdas de sangue;
- Perda de líquido;
- Dor de estômago acompanhada de dor de cabeça muito forte e associada a tensão arterial elevada é um sinal muito importante e pode indicar a existência de pré-eclampsia.

APÓS O PARTO

Depois do nascimento do bebé, a mãe é transferida para a sala de cuidados pós-parto (recobro) onde permanece duas horas e há uma maior vigilância da puérpera. “Nessas duas horas, tentamos que o pai ou a pessoa que acompanha a grávida esteja presente. O recobro é um espaço aberto e não é individual, pelo que minimizamos o acompanhamento a uma pessoa, pois há um cansaço natural da mulher. O cansaço, muitas vezes, não é físico. Segue-se o relaxamento pós-parto e é nesse período que adaptamos o bebé à mama. Tentamos que seja um período a três e mais calmo”, explica-nos Lurdes Silva Ribeiro.

Ao fim de duas horas, a puérpera é transferida para o seu quarto. “O nosso período de visitas é alargado (diariamente das 12h00 às 21h00), mas as visitas devem ser feitas com recato já que pode tornar-se extremamente cansativo para a recém-mamã e para o bebé. Não temos limite de



◀ O hospital **cu**f porto, recentemente inaugurado, dispõe de uma maternidade com os mais modernos equipamentos e com equipas de grande diferenciação

MATERNIDADE DO HOSPITALCUF PORTO

A DIFERENCIAÇÃO TAMBÉM A NORTE

Era sexta-feira dia 3 de Dezembro, quando a maternidade do hospital **cu**f porto realizou o seu primeiro parto. O Lourenço nasceu às 12h06, com 3,320 quilos e 49 cm. Foi o primeiro de muitos: em velocidade cruzeiro, o hospital espera realizar cerca de 1 700 partos por ano. Com um investimento de meio milhão de euros, a maternidade do hospital **cu**f porto pretende promover a diferença e a qualidade de serviços para os futuros pais, tal como já acontece no hospital **cu**f descobertas.

O balanço dos primeiros tempos é positivo. Para o Prof. Dr. João Silva Carvalho, coordenador da área de Ginecologia/ Obstetrícia daquela unidade, “tudo correu extremamente bem, com uma perfeita articulação de todos os intervenientes no funcionamento da maternidade. Do sector administrativo às auxiliares de enfermagem, enfermeiras generalistas, enfermeira especialista em saúde materna e Obstetrícia, pessoal do bloco operatório e as várias especialidades médicas, todos têm tido uma intervenção tranquila, segura e altamente eficaz”.

Além do conforto das instalações, pretende-se que os casais “tenham um acolhimento agradável, simpático, humano e personalizado, a que acresce o que é mais importante, isto é, a possibilidade de proporcionar serviços médicos da maior qualidade e segurança, não só pela qualificação dos intervenientes directos como pela possibilidade de uma interacção fácil, ágil e eficaz, entre as diferentes especialidades médicas”, adianta o coordenador do hospital **cu**f porto.

A presença duma Enfermeira Especialista em Saúde Materna e Obstetrícia (ESSMO) 24 horas por dia e a disponibilidade permanente do corpo médico para assistência marcam a recém-inaugurada maternidade. O responsável destaca ainda o facto de haver, perto das salas de partos, “duas salas de cirurgia, o que permite a utilização de serviços cirúrgicos imediatos, se necessário, o apoio fácil e completo dos serviços de sangue e de anestesia e a presença de todo o pessoal necessário.”

Tal como acontece no hospital **cu**f descobertas, a grávida tem todo o apoio antes do parto e um ensino específico focalizado nos últimos meses de gravidez e na preparação para o parto em que se inclui uma entrevista com pediatra, bem como o apoio após o nascimento que se estenderá, se necessário, ao domicílio.



LOURENÇO

Foi o primeiro bebé a nascer no hospital **cu**f porto, no dia 03 de Dezembro de 2010.

Para realizar um desejo da família e assinalar este dia tão importante para a unidade, o ex-jogador de futebol João Pinto foi ao novo hospital para apadrinhar o bebé e comemorar a abertura da maternidade.

visitas mas apelamos ao bom senso”, acrescenta a enfermeira da UFON.

O pai pode permanecer as 24 horas com a mãe e o bebé se assim o entender. “Se optar por não ficar durante a noite, abrimos excepção, porque o pai não é visita e pode permanecer entre as 8h00 e as 23h00 ou 24h00.” A visita de crianças também não é limitada a menos que estejam doentes. “Deve preservar-se ao máximo a saúde do recém-nascido e evitar o contacto com pessoas que estejam com alguma doença. Se é o pai que está doente, damos-lhe uma máscara de protec-

ção para que possa acompanhar a mulher e o filho”, explica Lurdes Silva Ribeiro.

O puerpério é seguido de perto até que a mãe tenha alta. As enfermeiras que acompanham esta fase após o nascimento do bebé promovem alguns ensinamentos que irão ser fundamentais quando todos voltarem para casa. “A descida do leite é, por vezes, uma situação dolorosa e stressante. Temos um acompanhamento muito específico nessa fase”, diz-nos Conceição Telhado. As mães são sempre aconselhadas a amamentar. São explicados todos os benefícios do leite materno, para promoção da saúde do bebé “mas se a mãe mantiver a sua opinião de não querer amamentar, temos de respeitar a sua opção”.

O internamento é de aproximadamente 48 horas para os partos vaginais e de cerca de 72 horas para os partos por cesariana. “As mães têm alta, desde que estejam bem. Os bebés acompanham as mães, se não sofrerem de nenhuma patologia”, explica a enfermeira Lurdes Silva Ribeiro. Caso surja alguma complicação, o bebé terá os devidos cuidados no serviço de Neonatologia (ver caixa na página 21).





◀ Ouvir o coração do seu bebé é um factor de tranquilidade para a mãe, sobretudo nas últimas semanas da gravidez



O Guia da Grávida ▲ é uma publicação dos hospitaiscuf que é entregue às grávidas seguidas nas unidades

O QUE LEVAR PARA A MATERNIDADE?

BEBÉ

- Chucha;
- Cadeira transportadora;
- Manta;
- Fraldas de pano;
- Quatro mudas de roupa (*babygrow*, meias, casaco, *collants*, botinhas de lã);
- Pente/escova.

MÃE

- Livro da grávida;
- Últimas análises;
- Cartão de seguro ou do sistema de saúde;
- Cartão da segurança social;
- Bilhete de Identidade;
- Número de contribuinte;
- Objectos de higiene pessoal;
- Duas camisas de dormir (abertas à frente de modo a facilitar a amamentação);
- Chinelos de quarto;
- Roupão;
- Um soutien de amamentação;
- Discos de amamentação descartáveis.

E DEPOIS DA ALTA?

Algumas mães têm receio do regresso a casa por temerem não saber tratar do seu bebé. No entanto, os ensinamentos dados durante o internamento nos hospitaiscuf, possibilitam o aumento do conhecimento, para que possam desempenhar este papel adequadamente. “Eu costumo dizer às mulheres que, a seguir ao parto, choramos por duas razões: por tudo e por nada. Quanto mais ansiosa a mãe está, mais o bebé chora. Quanto mais o bebé chora, mais a mãe se enerva e fica ansiosa. É um ciclo vicioso”, salienta a enfermeira da UFON. “Para que este

cansaço seja atenuado, é fundamental que, na primeira semana, quando o bebé está a dormir, a mãe descanse e quando o bebé está acordado, a mãe cuide dele” confirma.

As dúvidas podem surgir a qualquer momento e criam alguma ansiedade às puérperas. “Por isso, aqui no hospitaiscuf descobertas, além de todos os contactos telefónicos à disposição, algumas mulheres recebem um telefonema passadas 72 horas de terem alta com o objectivo de sabermos se está tudo bem com elas e com o bebé”, explica a enfermeira especialista em Saúde Materna e Obstetrícia. Neste momento fazemo-lo para

mães de primeira vez mas, a partir de Janeiro, será alargado a outras mães. Para ajudar a mãe, em sua casa, estão também disponíveis os Serviços Domiciliários Materno-Infantis da Domus Care (ver caixa).

Este hospital é reconhecido pelos seus serviços e elementos diferenciadores, sobretudo pela relação que se cria com os casais. “Temos muitas mulheres que voltam nas gravidezes seguintes, porque gostaram dos serviços que lhes prestámos anteriormente. Se a relação que se criou conseguiu ajudar a puérpera quando foi para casa, é natural que queira regressar. O factor humano diferencia-nos em relação aos outros”, defende Maria João Santos, enfermeira gestora do hospitaiscuf descobertas e responsável pela enfermagem na unidade de ginecologia/obstetrícia do hospital.

O projecto da maternidade começa muito antes do dia em que se sabe que se espera um filho. “Primeiro acompanha-nos a ideia de que um dia vamos ser mães. Depois, porque sabemos que estamos grávidas e posteriormente porque somos mães. As pessoas vivenciam essa felicidade em vários momentos: quando sabem que vão ter um filho; quando sabem se vai ser menino ou menina; quando percebem que está tudo



▲ A música dos doutores palhaços estimulam o bebé mesmo enquanto dorme

bem; quando o filho nasce e quando vão para casa apesar de todas as dúvidas e incertezas, é o regresso ao espaço do casal, a suas casas. Depois, é a felicidade de ver os bebés crescerem”, conclui Lurdes Silva Ribeiro. Está à espera de um filho? Parabéns e seja feliz. Viva cada fase com a máxima intensidade e conte com o hospitalcuf descobertas e o hospitalcuf porto para tudo o que necessitar!

TESTEMUNHOS

Inesquecível felicidade

“Sabia que ela estava bem entregue”

“Sou acompanhada no hospitalcuf descobertas desde Abril, quando soube que estava grávida. O meu parto foi natural e tudo correu bem. No entanto, como eu tinha um vírus que poderia ser passado à bebé, tive alta e a Diana não. Assim que começaram as contracções, vim para o hospital mas infelizmente não cheguei a tempo de evitar a contracção do vírus por parte da minha filha. Foi muito complicado ir para casa sem ela embora soubesse que ficava muito bem entregue e tivesse confiança total na equipa. Ao fim de uma semana, foi connosco para casa e tudo acabou bem.”

Sónia Amado, 28 anos

“Antecipo imenso o dia do parto”

“Estou à espera do primeiro filho e sou acompanhada no hospitalcuf descobertas. O acompanhamento tem sido muito positivo. Antecipo imenso o dia do parto pois estou muito ansiosa. Estou satisfeita com a forma como sou tratada neste hospital.”

Raquel Correia, 28 anos

“Os profissionais são muito atenciosos e o atendimento é diferenciado”

“Tenho 32 anos e estou à espera da primeira filha, a Mariana. A gravidez tem decorrido muito bem. Tive os enjões normais do começo da gestação durante os primeiros três meses. A partir daí, é tudo muito bom. Sou acompanhada neste hospital há uns cinco anos pela minha ginecologista e resolvi continuar a ser vigiada aqui. Apesar de viver no Alentejo, venho regularmente às consultas. Vale a pena o esforço das viagens porque já conheço a equipa e sinto-me confiante. Sempre tive boas referências do hospitalcuf descobertas. O atendimento é de grande qualidade. Não consigo comparar este hospital com uma maternidade pública mas algumas amigas também tiveram cá os seus filhos e gostaram muito de tudo.”

Marta Carujo, 32 anos

NO CONFORTO DA SUA CASA

Com o objectivo de acompanhar e oferecer os melhores cuidados, a José de Mello Saúde disponibiliza os serviços domiciliários Domus Care, que leva a sua casa os melhores cuidados materno-infantis na Grande Lisboa ou no Grande Porto. Equipas especializadas em saúde materna e infantil deslocam-se a sua casa para o que for preciso 24 horas por dia, 365 dias por ano. Dos ensinamentos pós-parto aos primeiros banhos e cólicas do bebé, passando pelos cuidados especiais com a mãe e com a criança, a Domus Care responde com um serviço profissional e muito humano a todas as suas dúvidas e necessidades, sempre em articulação com os hospitais e clínicascuf.



**SAIBA MAIS
ATRAVÉS DO 707 506 506**

ENTREVISTA A :: Óscar Gaspar,
Secretário de Estado da Saúde

“ Todos ganharemos com a simbiose entre o melhor do sector público e do sector privado ”

Numa altura em que o Sistema Nacional de Saúde enfrenta vários desafios de ampliação de oferta e contenção de custos, Óscar Gaspar, Secretário de Estado da Saúde, reconhece o papel do sector privado na melhoria da eficiência do sistema e enaltece o valor das parcerias público-privadas para a gestão hospitalar

P▶ A evolução demográfica e a inovação tecnológica são dois factores que condicionam, actualmente, os custos no sector da saúde e que podem pôr em causa a sua sustentabilidade. Que impactos estes dois factores podem vir a ter no sistema, a curto/médio prazo?

R▶ A combinação do envelhecimento da população em Portugal (como nos países europeus) suscita já hoje problemas consideráveis que, no futuro, serão necessariamente agravados. Um desses problemas situa-se, exactamente, ao nível da sustentabilidade do sector da saúde, e do Serviço Nacional de Saúde (SNS) em particular, e por isso é tão urgente termos uma avaliação de impactos e assumirmos uma postura reformista. As pessoas viverão

mais anos, em parte devido aos novos tratamentos e medicamentos trazidos pela investigação científica e pela inovação tecnológica. E refiro-me, designadamente às situações de cancro, sida e diabetes que serão as situações críticas de concentração de despesa. Repare-se que no próprio Programa de Estabilidade e Crescimento se refere que a despesa com “saúde e cuidados continuados” saltará dos 7,4% do PIB em 2010 para 7,7% em 2020, 8,6% em 2040 e 9,3% em 2060 (e, já agora, cada ponto percentual vale cerca de 1.700 milhões de euros!). Assim, a despesa vai subir por efeito da procura mas também vai aumentar pelo efeito da oferta que decorre de mais dispositivos e mais fármacos. Teremos, no futuro,

que ser suficientemente criativos para absorver este inevitável aumento da despesa pública em saúde. A partilha do risco entre o Estado e as indústrias farmacêutica e de dispositivos médicos em função dos resultados obtidos nos tratamentos poderá, porventura, ser uma hipótese a analisar, como é a de reforçar os instrumentos de avaliação de custo-efectividade de medicamentos e dispositivos, entre outras. Os governos e oposições devem também assumir um compromisso estratégico para o SNS, unindo-se naquele que é um valor para todos: o direito à Saúde.

P▶ Os cuidados de saúde prestados em Portugal têm evoluído de forma positiva nos



Devemos estar orgulhosos do Sistema Nacional de Saúde ao serviço dos portugueses, que não deixa um único cidadão sem acesso à saúde

◀ **ÓSCAR GASPAR**
 Secretário de Estado
 da Saúde desde Outubro
 de 2009

últimos anos, embora ainda com amplas possibilidades de melhoria, sobretudo ao nível da satisfação e do acesso ao serviço. Que medidas considera prioritárias para melhorar estas áreas concretas?

R ▶ Devemos estar orgulhosos, 31 anos depois da sua criação, do Sistema Nacional de Saúde ao serviço dos portugueses, que não deixa um único cidadão sem acesso à saúde, independentemente das suas condições económicas. Estamos satisfeitos? Sim, estamos. É suficiente? Não, não é. Deveremos obter a cobertura integral da população por médicos de família, incentivar a generalização da prestação de cuidados de saúde primários, designadamente nas suas vertentes pedagógica, informativa,

Reconheço o papel importante da medicina privada na prestação de cuidados de saúde aos portugueses

preventiva e de detecção atempada de problemas de saúde dos cidadãos. Por outro lado, encontra-se próximo de finalização o estudo sobre a reorganização hospitalar, que permitirá contribuir para uma melhor especialização no acesso aos cuidados de saúde.

P ▶ O peso da despesa com medicamentos, para o Estado, tem sido alvo de amplo debate nos últimos meses. Que medidas estão previstas para promover maior eficiência nesta área?

R ▶ Constitui uma das minhas preocupações diárias a evolução da despesa com medicamentos, que ascende a mais de 2,6 mil milhões de euros no SNS. Tomámos várias medidas visando o seu controlo e a sua redução durante o ano de 2010 e os últimos dados do INFARMED vêm confirmar essa tendência de descida. Por outro lado, estamos junto dos principais hospitais a acompanhar mensalmente a evolução da despesa com os medicamentos mais caros. O ano de 2011 será, neste âmbito, crucial, e não deixaremos de tomar todas as medidas adequadas à manutenção dos limites de crescimento da despesa estabelecidos no Orçamento do Estado. É de saudar (e manter) o esforço previsto no plano de contenção dos hospitais no sentido de haver uma prescrição adequada de medicamentos e estamos a trabalhar na definição de protocolos terapêuticos para algumas das situações clínicas mais frequentes e importantes.

P ▶ A iniciativa privada é hoje uma realidade incontornável, trazendo benefícios ao Sistema, nomeadamente ao nível do aumento considerável da oferta de cuidados diferenciados e um consequente estímulo de concorrência saudável entre os todos os prestadores. Como poderá ser feito um maior aproveitamento da capacidade privada disponível?

R ▶ Reconheço o papel importante da medicina privada na prestação de cuidados de saúde aos portugueses. Papel este reforçado em 2011 com as parcerias público-privadas (PPP) em curso. Refiro-me a Braga, Vila Franca de Xira, Cascais, Loures, Lisboa Oriental e Algarve (para além da reabilitação em S. Brás de Alportel). Embora estejamos a falar basicamente de hospitais de substituição, será relevantíssimo o aumento da oferta e da qualidade da oferta. E em termos económicos o que temos é contratos com *value for money* para o

Estado, com propostas dos privados que geram poupanças face ao Custo Público Comparado. Ou seja, estamos a fazer a renovação do parque hospitalar com equipamentos mais funcionais e com maior potencial de eficiência.

Mas a intervenção dos privados não se fica por aqui. Aliás, é muito claro que hoje o Sistema Nacional de Saúde tem uma componente privada muito importante. Repare-se que, para além da actividade exclusivamente privada (onde há cada vez mais camas e oferta de consultas), há um amplo sector de articulação entre público e privado. A título de exemplo, refiro as convenções com todas as áreas de meios complementares de diagnóstico e terapêutica, desde logo os da imagiologia e das análises clínicas com quem chegámos a acordos recentemente, e os contratos existentes com um número importante de Misericórdias. Por outro lado, é sabido que a Rede Nacional de Cuidados Continuados está assente em contratos com instituições particulares de segurança social (IPSS) e privados.

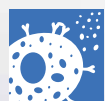
A propósito desta questão, aproveito para deixar uma palavra para os hospitais do SNS em que há parcerias com a José de Mello Saúde – e falo de Braga e de Vila Franca de Xira – já que a relação tem sido assaz positiva. Se é verdade que os recursos do Estado são aqui limitados, não é menos verdade que temos pautado as nossas relações, dentro das contingências existentes, pelos valores da transparência e da lealdade, na procura dos consensos possíveis e, não raro, difíceis. E aquilo com que todos ganharemos, Estado, cidadãos e a José de Mello Saúde, é com hospitais eficientes, com profissionais motivados e com um nível de prestação de serviços que faça a simbiose entre o que há de melhor no sector público e no sector privado.

P ▶ Como vê a relação entre prestadores de saúde e seguradoras?

R ▶ O progresso de ambos, prestadores e seguradoras, está intimamente ligado. Só uma relação de intensa parceria, na procura das melhores soluções para os clientes comuns, é que pode criar valor para a sociedade.

Os prestadores têm de procurar os tratamentos adequados para a saúde dos pacientes. As seguradoras têm de procurar que estes cuidados sejam prestados de forma economicamente eficiente, sem desperdício dos recursos que lhes foram entregues pelos segurados para financiar os seus cuidados de saúde.

DESCUBRA O QUE LHE PROVOCA ALERGIA



centro de
imunoalergologia

O **Centro de Imunoalergologia** dispõe de médicos especializados e de uma vasta oferta de serviços para prevenir e tratar a doença alérgica da criança ao adulto.

Asma • Alergia Alimentar • Alergia a Medicamentos • Alergia e Gravidez
Conjuntivite • Funções Respiratórias • Rinite • Testes de Alergia



saúdecuf

Mais informações nas recepções.

www.saudecuf.pt • trate-sebem

unidades da:



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN

Qualidade acima de tudo

A BUSCA PELA QUALIDADE NO GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN TEM DADO PROVAS E FRUTOS: RECENTEMENTE O QUIRÓN DONOSTIA RECEBEU O PRÉMIO “TOP 20” E, NA UNIDADE DE MADRID, A UTILIZAÇÃO DA MAIS ALTA TECNOLOGIA EM IMAGEM BIOMÉDICA ABRE CAMINHO À INVESTIGAÇÃO

QUIRÓN DONOSTIA

HOSPITAL QUIRÓN DONOSTIA RECEBE PRÉMIO TOP 20 POR EXCELÊNCIA NA GESTÃO HOSPITALAR

Pela segunda vez, o Hospital Quirón Donostia foi premiado pelo *Programa Top 20*, que avalia os candidatos com base em indicadores de qualidade, desempenho e eficiência económica e reconhece o trabalho dos hospitais participantes com melhores resultados. Na edição deste ano concorreram 165 instituições, 134 públicas e 31 privadas.

Para o Dr. José Beitz, responsável pelo Hospital Quirón Donostia, este prémio é o reconhecimento devido ao “trabalho das diferentes

áreas do hospital, com o apoio da tecnologia de ponta.” Para Beitz, o galardão atribuído “é uma razão para melhorar cada ano e para manter a confiança dos nossos pacientes na nossa qualidade de atendimento.”

Acrescente-se ainda que o Quirón Valencia foi premiado, pela sexta vez, na categoria de maior hospital privado, o que faz com que, nesta edição do *Programa Top 20* tenham sido atribuídos prémios a dois hospitais do Grupo.



QUIRÓN MADRID

IMAGEM BIOMÉDICA EM CARDIOLOGIA ABRE CAMINHO À INVESTIGAÇÃO

“A aplicação da imagem biomédica em cardiologia permite-nos investigar tecnologias inovadoras para tratar os problemas das terapias actuais e melhorar a sua eficácia futura.” Essa é a convicção do Dr. José Ángel Cabrera, Chefe do Serviço de Cardiologia do Hospital Quirón Madrid.

As novas tecnologias e o seu desenvolvimento permitiram um salto qualitativo na interpretação das imagens biomédicas e tiveram como consequência a melhoria do diagnóstico cardiovascular. E embora a prática clínica actual no campo das doenças cardiovasculares tenha ao seu dispor uma vasta gama de tratamentos de intervenção médica, ainda há muitas perguntas por responder, tanto ao nível dos conhecimentos básicos como na sua aplicação na prática clínica real, onde as terapias são optimizadas para cada paciente.

De acordo com o Dr. José Ángel Cabrera, “os avanços em imagem biomédica possibilitam o diagnóstico precoce de certas doenças de uma forma cada vez mais precisa. Estes diagnósticos permitem-nos avaliar atempada e objectivamente as alterações que cada paciente tem nos tratamentos, colocando à disposição dos profissionais de saúde uma série de novas ferramentas que, em conjunto com os métodos clínicos de rotina, irão melhorar a eficácia do diagnóstico e do tratamento centrado no paciente individual”.



institutocu**f**
diagnóstico e tratamento

Tel. 220 033 500

rua fonte das sete bicas, 170
4460-188 senhora da hora



hospitalcu**f**
porto

Tel. 220 039 000

estrada da circunvalação, 14341
4100-180 porto



O **instituto**cu**f** e o **hospital**cu**f** porto dispõem de uma oferta complementar de serviços criando um "CAMPUS saúdecu**f**" com dois centros de excelência clínica na área metropolitana do Grande Porto.

[www.saudecu**f**.pt](http://www.saudecuf.pt)

trate-sebem



em boa companhia



QUANDO MARTIM, FILHO DE SOFIA E NUNO COELHO, SE MOSTROU PROSTRADO SEM MOTIVO APARENTE OS PAIS NÃO HESITARAM EM TOMAR A DIRECÇÃO DO HOSPITAL **CUF** DESCOBERTAS. PNEUMONIA GRAVE E DUAS CIRURGIAS RESULTARAM NUM FINAL FELIZ E A CONFIANÇA NO “DESCOBERTAS” PREVALECE ATÉ HOJE

Quando alguém da família se sente menos bem, Sofia Coelho, 36 anos, consultora financeira, não hesita: “O caminho é o do hospital **CUF** descobertas.”

A decisão é partilhada pelo marido Nuno Coelho, 37 anos, empresário, que sublinha “a grande confiança” que depositam no corpo clínico da unidade.

Existem motivos que ajudam a sedimentar esta relação de serenidade que o casal – pais de Martim, Marta e Santiago, com idades entre sete e um ano – mantém com o universo saúdecuf desde o nascimento do primeiro filho em 2004. Além “do nascimento do Martim ter decorrido numa atmosfera de familiaridade e segurança”, como revela Sofia, quando este precisou de maiores cuidados o casal procurou apoio imediato na estrutura.

A situação teve lugar em 2004. Num curto espaço de tempo, e sem que nada o fizesse prever, o Martim, então com dois anos de idade, tinha febre alta e mostrava-se prostrado. “Recordo-me de estar com ele ao colo à espera que o Nuno chegasse”, conta Sofia.

“O Martim queixava-se igualmente de uma dor debaixo do braço”, acrescenta o marido. Num ápice a decisão de atravessar a cidade rumo ao hospital **CUF** descobertas mostrou ser a mais acertada. Pelo caminho ainda houve o percalço de bater no carro do vizinho, à saída de casa. Com a pressa, foi preciso deixar o bilhete de identidade como garantia que o assunto seria resolvido mais tarde.

“Assim que chegámos ao hospital a Dra. Mafalda Lucas, pediatra do Martim, atendeu-nos e todos os exames foram efectuados. O diagnóstico foi uma pneumonia em grau muito avançado”, recorda a mãe. “Logo nessa madrugada realizou-se a cirurgia, e pela manhã o médico informou-nos que haviam retirado 33 cl de líquido do pulmão”, acrescenta Sofia. “Este detalhe é inesquecível porque corresponde a uma lata de refrigerante”, realça. “O nosso filho tinha apenas dois anos na altura”, conclui.

Tudo parecia estar novamente em ordem. “Simplesmente a evolução do Martim não era linear. Rapidamente se percebeu que ele não reagia aos antibióticos”, adianta o pai. “Foram vários médicos ao quarto porque o diagnóstico tornou-se um *case-study*”, lembra Sofia.



“Parecem brinquedos, mas serviram para me salvar a vida!”

O Martim só tem sete anos mas já sabe das vantagens da laparoscopia. Esta técnica inovadora é utilizada em inúmeras cirurgias, com vantagens evidentes em relação a outras técnicas.

Através de dois pequenos cortes no paciente (cerca de 1 cm ou menos), são introduzidos os instrumentos, cujo aspecto é tão simples que os faz parecerem brinquedos. Um deles tem na ponta uma pinça ou tesoura e o outro é munido de uma câmara que transmite, para um écran, a imagem da área na qual irá ser feita a intervenção. O cirurgião tem assim acesso e visão totais, podendo operar com toda a segurança. Além do reduzido tamanho das cicatrizes (que quase nem se notam), esta técnica tem como vantagens, citando apenas algumas, a menor ocorrência de dores e desconforto do pós-operatório e a redução do período de internamento.

NUNO COELHO
Pai do Martim

Conta que:
“A nossa confiança era tão absoluta que seguimos o conselho do médico e conseguimos ir jantar enquanto a operação decorria.”

SOFIA COELHO
Mãe do Martim

Explica que, de brincadeira, a família chama hotel ao hospitalcuf descobertas:
“De certa maneira é idêntico porque nos trazem e respondem a tudo sempre com a mesma simpatia.”

“Isto, por um lado, foi tranquilizador porque manifesta interesse na resolução. Por outro, a tensão de não se saber a causa do problema é arrasadora”, explica a mãe.

Nova cirurgia foi realizada com vista a uma raspagem da pleura, a membrana dupla que envolve o pulmão. E nessa altura, “a nossa confiança era tão absoluta que seguimos o conselho do médico e conseguimos ir jantar enquanto a operação decorria”, recorda Nuno. Sofia confirma o que diz o marido: “Sentimos sempre que estávamos muito bem acompanhados seja em termos clínicos seja em termos de atendimento”, explica. “Aliás esta mesma sensação de familiaridade e segurança na informação prestada define a nossa ligação ao hospitalcuf descobertas desde o primeiro dia até hoje”, sublinha.

A estadia de Martim Coelho no hospitalcuf descobertas durou 18 dias, e originou a brincadeira na família de chamar hotel à unidade. “De certa maneira é idêntico porque nos trazem e respondem a tudo sempre com a mesma simpatia”, explica Sofia. “Além disso, os quartos individuais são extremamente confortáveis. Podíamos ter visitas e os brinquedos levados de casa distraíam o Martim”, continua.

“Os nossos três filhos nasceram no hospitalcuf descobertas e guardamos muito boas recordações.” declara Nuno Coelho. “Continuamos a recorrer ao hospitalcuf descobertas sempre que precisamos de cuidados, mesmo que isso implique atravessar a cidade. Sei que temos um atendimento fantástico a todos os níveis, o que nos oferece enorme segurança” conclui.





CRISTINA BORGES MIRA
 Cirurgiã pediátrica
 que realizou
 a segunda operação
 do Martim

A cirurgiã pediátrica
 levou os instrumentos
 para a sessão
 fotográfica, chamando
 a atenção para a
 importância desta
 técnica inovadora

MARTIM COELHO
 Hoje totalmente
 recuperado

Não sabe bem
 o que lhe aconteceu
 mas não guarda más
 recordações
 do ambiente cirúrgico

TRÊS PERGUNTAS A...

Cristina Borges Mira

Cirurgiã pediátrica
 do hospitalcuf descobertas

**P ▶ Pode descrever, em poucas palavras,
 o caso do Martim?**

R ▶ Uma pneumonia bacteriana é uma infecção do interior do pulmão. A bactéria entra habitualmente pelas vias aéreas. A pneumonia pode complicar com a formação de líquido no espaço pleural à volta do pulmão (derrame parapneumónico). O crescimento de bactérias no derrame pleural leva ao aparecimento de colecções (bolsas) de líquido com pus (empiema). O empiema pleural leva a um agravamento clínico da pneumonia inicial e acompanha-se de febre alta. O tratamento do empiema consiste em antibióticos adequados, evacuação do líquido purulento da pleura e preservação e restauração da expansão do pulmão. A cirurgia vai permitir remover o líquido de pus da pleura, por vezes dentro de várias bolsas e depois desta limpeza da pleura, o pulmão doente já consegue expandir com mais facilidade. Os antibióticos actuam com mais facilidade e a infecção do pulmão é debelada.

**P ▶ A segunda cirurgia foi realizada por si.
 Houve algum aspecto marcante por ser a
 segunda em tão pouco tempo?**

R ▶ O Cirurgião Pediátrico é apenas mais um interveniente no tratamento das pneumonias graves da criança. O empurrão que dá é só facilitador da actuação dos antibióticos de largo espectro prescritos pelo Pediatra. A sua satisfação é baseada na resolução do problema e na restituição do sorriso e do bem estar da criança nos dias seguintes à cirurgia.

**P ▶ O que significa para si rever o Martim
 (e toda a família) ao fim deste anos?**

R ▶ Rever o Martim é rever uma criança saudável, bem disposta, no seu espaço, na sua família, continuando a crescer, na conquista do seu futuro.



Prof. Luís Campos Pinheiro

Médico Urologista da clínica **CUF** torres vedras
Professor Auxiliar da Faculdade de Ciências Médicas
Assistente Hospitalar Graduado de Urologia

Carcinoma da Próstata Localizado

UMA DAS DOENÇAS MAIS TEMIDAS PELOS HOMENS, O CANCRO DA PRÓSTATA TEM HOJE UM ÍNDICE DE CURA TOTAL DE CERCA DE 90% SOBRETUDO QUANDO É DIAGNOSTICADO PRECOZEMENTE



PERTO DE SI

CONSULTA DE UROLOGIA

HOSPITALCUF INFANTE SANTO
Lisboa
T. 213 926 100

HOSPITALCUF DESCOBERTAS
Lisboa
T. 210 025 200

HOSPITALCUF PORTO
Porto
T. 220 039 000

CLÍNICA **CUF** TORRES VEDRAS
Torres Vedras
T. 261 008 000

CLÍNICA **CUF** CASCAIS
Cascais
T. 211 141 400

INSTITUTO **CUF**
Senhora da Boa Hora
T. 220 033 500

O Carcinoma da Próstata, ou cancro da próstata, é a neoplasia maligna mais frequente e a 2.ª causa de mortalidade por cancro do homem com mais de 50 anos.

Várias personalidades do mundo da política e da cultura confessaram publicamente padecer desta doença e muitos faleceram de cancro da próstata. Por isso mesmo esta é uma das doenças mais mediatizadas da actualidade e é, certamente, das doenças oncológicas mais temidas.

Mas sendo o carcinoma da próstata uma muito importante causa de morte oncológica, actualmente, com a banalização do doseamento de *Prostate Specific Antigen* (PSA), a maioria dos doentes são diagnosticados em fases muito precoces, em que a probabilidade de cura é da ordem dos 90%.

Efectivamente são múltiplas as celebridades diagnosticadas com carcinoma da próstata e que, ao fim de muitos anos, não apresentam qualquer evidência de recidiva: Nelson Mandela foi diagnosticado com carcinoma da próstata em 2001 e tratado com radioterapia externa, Rudy Giuliani (que se tornou conhecido por ser o Presidente da Câmara de Nova Iorque durante o “11 de Setembro”) foi tratado com braquiterapia, enquanto o actor Robert de Niro foi submetido a prostatectomia radical em 2003. Todos eles são exemplos da eficácia do tratamento mesmo no longo prazo.

O DIAGNÓSTICO PRECOZE DE CARCINOMA DA PRÓSTATA

O doseamento de PSA é uma análise de sangue que permite suspeitar da existência de uma doença prostática maligna e, na sequência de uma biopsia prostática, diagnosticar o carcinoma da próstata.

Sendo um antígeno específico da próstata, o PSA é uma proteína produzida pelas células prostáticas e libertado para a corrente sanguínea. Pode estar elevado sempre que ocorra alguma doença ou traumatismo prostático.

Há outras doenças, além do cancro, que produzem elevações de PSA e que devem ser diferenciadas do carcinoma da próstata.

O próprio toque rectal pode produzir elevações benignas de PSA.

Graças ao diagnóstico precoce, o índice de cura do cancro da próstata é cada vez mais frequente

O toque rectal é outra forma de se suspeitar da existência de um cancro na próstata. A detecção de um nódulo duro e indolor é uma indicação para se proceder a uma biopsia prostática, que se realiza em ambulatório sob anestesia local com um incómodo mínimo para o doente. Trata-se de um exame rotineiro que dura apenas 10 minutos. O doente vai imediatamente para sua casa, pelos seus próprios meios.

A EPIDEMIOLOGIA DO CARCINOMA DA PRÓSTATA

O risco de um homem vir a sofrer de carcinoma da próstata é muito elevado (17,6%) mas o risco de morte por esta doença é de apenas 2,8%. Isto acontece porque muitos cancros são diagnosticados em fases iniciais e curados, mas também porque, em muitos casos, o carcinoma é indolente, evoluindo muito lentamente.

Desde 1991 que se regista um ligeiro decréscimo da mortalidade por carcinoma da próstata, sobretudo com o advento da prostatectomia radical nos anos 90.

O carcinoma da próstata é raramente diagnosticado antes dos 50 anos sendo a maioria dos doentes (85%) diagnosticada aos 65 anos.

A BRAQUITERAPIA PROSTÁTICA COMO TRATAMENTO NÃO CIRÚRGICO DE CARCINOMA DA PRÓSTATA

O carcinoma da próstata, quando localizado, é potencialmente curável, podendo ser tratado por cirurgia (Prostatectomia Radical aberta ou endoscópica), por Radioterapia Externa ou por Braquiterapia Prostática (implante transperineal e ecoguiado de partículas – “sementes radioactivas”). Embora nenhum dos tratamentos se possa apresentar como vantajoso em relação aos

restantes, a braquiterapia prostática tem sido escolhida por muitos doentes provavelmente devido ao seu carácter não cirúrgico e pelo facto de o tempo de internamento ser mínimo podendo o doente praticar desporto no dia seguinte à intervenção. O risco de incontinência urinária é desprezível e apresenta-se como a melhor forma de preservar a vida sexual.

No entanto, sendo um tratamento de radioterapia, utilizando-se doses muito elevadas para tratar o cancro, tem efeitos secundários de sintomatologia urinária, por vezes debilitantes, embora temporários, nos primeiros seis meses. A técnica de implantação das sementes radioactivas é muito semelhante à biopsia prostática ecoguiada, apenas mais elaborada, mais demorada, implicando uma anestesia regional (Raqui) para uma imobilização de 90 minutos do doente.

O tratamento é efectuado por uma equipa multidisciplinar constituída por um urologista, um radioterapeuta e um físico.

Obtêm-se imagens ecográficas da próstata que são trabalhadas informaticamente e utilizadas para planejar a localização das sementes radio-

activas na próstata: O objectivo do planeamento é obter elevadas doses sobre a próstata preservando o recto, a uretra e a bexiga, evitando os efeitos secundários.

O doente pode ter alta algumas horas após ou, mais frequentemente, no dia seguinte, podendo efectuar exercícios físicos, desporto, trabalhar e mesmo ter relações sexuais.

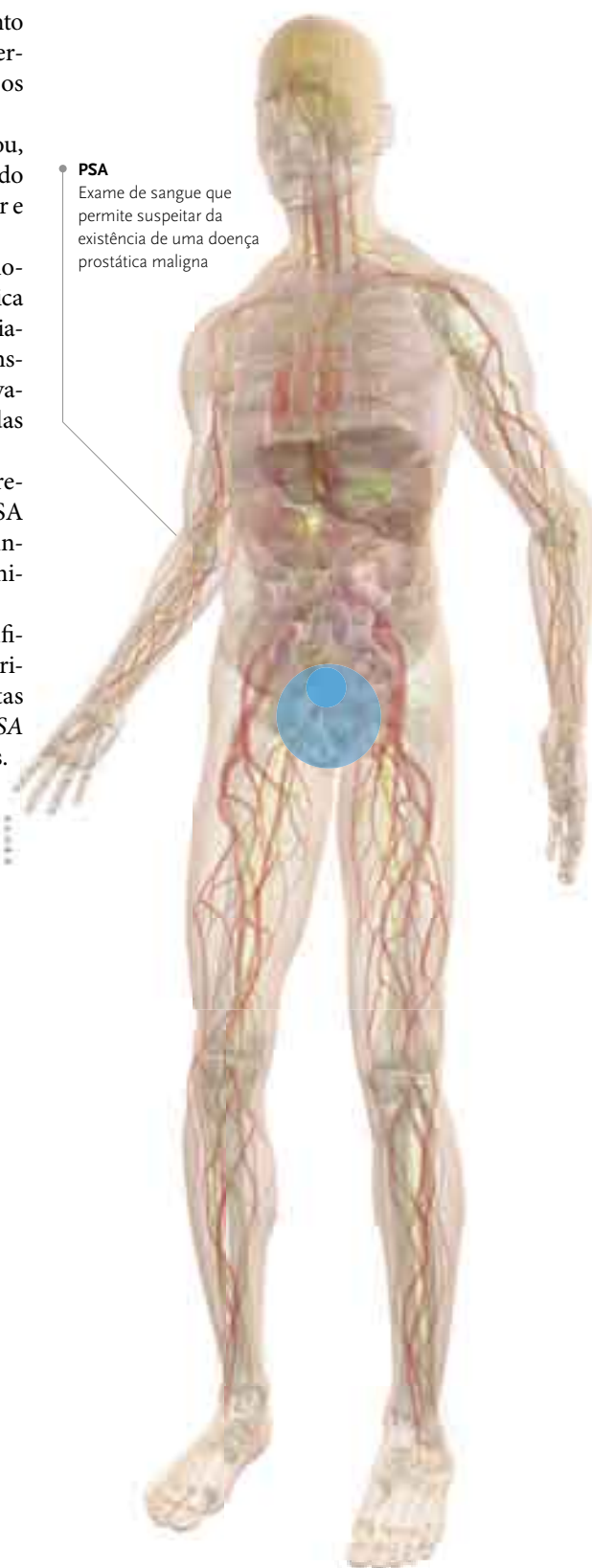
Ao fim de um mês deverá efectuar uma tomografia axial computadorizada (TAC) prostática de dosimetria que não é mais que uma avaliação da qualidade do implante, onde se demonstram as doses de radiação que o doente efectivamente recebeu, quase sempre muito parecidas com o planeamento efectuado previamente.

Passará a fazer doseamentos de PSA com a regularidade de seis meses. Os valores de PSA ir-se-ão reduzir muito lentamente apenas atingindo valores inferiores a 1 nanograma por mililitro ao fim de dois a três anos.

Por vezes existem flutuações de PSA que dificultam muito a interpretação destes valores originando alguma ansiedade aos doentes. Estas elevações benignas de PSA, designadas de *PSA Bounce* podem acontecer até 30% dos doentes.

PSA

Exame de sangue que permite suspeitar da existência de uma doença prostática maligna



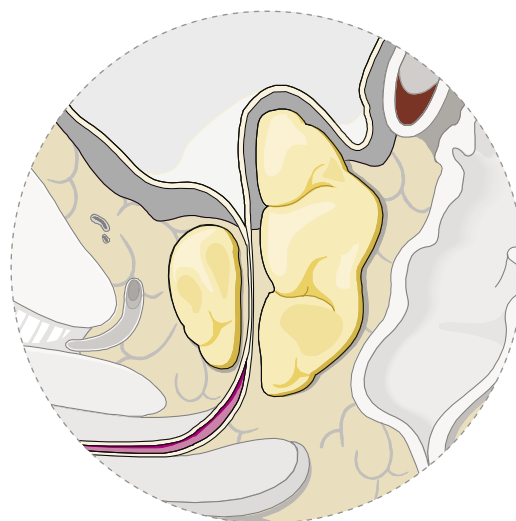
PREVENÇÃO

FAÇA O EXAME

3 conselhos saudáveis

O cancro da próstata é das doenças oncológicas com maior índice de cura e para isso é muito importante o diagnóstico precoce.

- 1 Faça, anualmente, o exame de doseamento de PSA a partir dos 50 anos
- 2 Vá ao médico se sentir algum desconforto ou dor ao urinar
- 3 Evite a obesidade e o tabaco.



Conclusão

O diagnóstico da próstata, sendo uma das neoplasias mais recedadas, deve ser considerada como potencialmente curável, havendo múltiplos tratamentos disponíveis de muito baixa morbidade. O seu diagnóstico precoce com o doseamento de PSA anual, após os 50 anos deve ser aconselhado.

Conte com eles



EQUIPA DE OFTALMOLOGIA ●●●●

Qualidade a olhos vistos

O SERVIÇO DE OFTALMOLOGIA, EM ACTIVIDADE HÁ CERCA DE TRÊS ANOS NO INSTITUTO **CUF** ESTENDEU OS SEUS SERVIÇOS AO RECÉM-INAUGURADO HOSPITAL **CUF** PORTO. A EQUIPA LIDERADA PELOS OFTALMOLOGISTAS CASTRO NEVES E FERNANDO VAZ QUER MANTER E APROFUNDAR AS QUALIDADES TÉCNICAS E HUMANAS DO TRABALHO QUE DIARIAMENTE TÊM EM MÃOS

A excelência do serviço de oftalmologia do institutocuf tem sido confirmada pela procura que tem tido desde o fim de 2007, quando começou a funcionar.

Manuel Castro Neves e Fernando Vaz os médicos oftalmologistas coordenadores do serviço, apontam a qualidade organizacional, técnica e tecnológica, mas também humana como alguns dos segredos deste sucesso. Castro Neves explica que o institutocuf, uma unidade vocacionada sobretudo para o ambulatório, dispõe de uma equipa de oftalmologistas super especializados que abrange todas as doenças oftalmológicas. “Esta equipa arrancou em 2007 com um modelo organizacional ímpar, em que a actividade clínica é distribuída pelos especialistas conforme a patologia diagnosticada. Com este modelo, atingimos níveis de qualidade assistencial e resultados clínicos que nos honram e criámos, se assim se pode dizer, uma imagem de marca. Dá-nos grande satisfação saber que para qualquer problema oftalmológico, por mais rebuscado ou complicado que seja, há sempre na nossa equipa alguém que se especializou nessa área, o que torna mais eficaz e rápida a nossa capacidade de resposta.” explica Castro Neves.

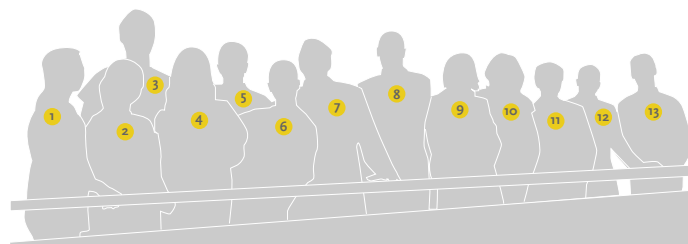
Fernando Vaz recorda que a actividade assistencial, em termos de consulta, exames e cirurgias no institutocuf tem crescido “a olhos vistos” ou exponencialmente. A nível científico todos tivemos a ganhar pois, com o alto nível de diferenciação de cada elemento, toda a equipa partilha, em reuniões de serviço, do conhecimento das inovações de todas as áreas da oftalmologia”, explica o clínico. “No sentido de criar e divulgar ciência, temos tido várias acções de formação para oftalmologistas, clínicos gerais e enfermeiros, além de participarmos em congressos e estarmos a preparar publicações científicas. Portanto o balanço da actividade no institutocuf é extremamente positivo a todos os níveis”, salienta.

CONCEITO ALARGADO

É com um sentido de dever cumprido e de confiança nas capacidades de cada elemento que, assente numa resposta transversal e uniforme, a equipa de oftalmologia do institutocuf está a alargar o seu âmbito ao novo hospitalcuf porto.

RETRATO DA EQUIPA DE OFTALMOLOGIA

É COM UM SENTIDO DE DEVER CUMPRIDO e de confiança nas capacidades de cada elemento que, assente numa resposta transversal e uniforme, a equipa de oftalmologia do institutocuf está a alargar o seu âmbito ao novo hospitalcuf porto. A equipa arrancou em 2007 com um modelo organizacional ímpar, em que a actividade clínica é distribuída pelos especialistas conforme a patologia diagnosticada.



Legenda

- 1 Inês Gonçalves
- 2 Ana Azevedo
- 3 Jose Alberto Alves
- 4 Lídia Santos
- 5 Francim Pereira
- 6 Joana Sousa
- 7 Fernando Vaz
- 8 Manuel Castro Neves
- 9 Margarida Queiroz
- 10 Angela Carneiro
- 11 Vitor Rosas
- 12 Vitor Leal
- 13 Luis Torrão



“Com este alargamento criamos escala”, salienta Castro Neves. “Já se justifica autonomizar ainda mais algumas áreas de actuação e reforçá-las em termos de número de especialistas, inclusivamente alargando a oferta específica. Por exemplo, para a oftalmologia pediátrica, uma área com elevado nível de resposta e potencialmente diferenciadora no hospitalcuf porto já preparámos, neste que é o mais ambicioso projecto de saúde privada a Norte, uma área de consultas e exames completamente autónoma, com grande sala de espera, parque infantil e outras valências que vêm torná-la excepcional”, refere o oftalmologista.

Outro exemplo destacado por Castro Neves é o tratamento global da diabetes: “Dedicámos uma equipa especializada em retinopatia diabética para criar a unidade de diabetes ocular, que vai actuar em estreita colaboração com endocrinologistas, nutricionistas e a orientação para o exercício físico, oferecendo, assim, um acompanhamento completo e integrado ao paciente diabético”.

“Dá-nos grande satisfação saber que para qualquer problema oftalmológico há alguém que se especializou nessa área, o que torna mais eficaz e rápida a nossa capacidade de resposta”



PERFIL

FERNANDO VAZ

COORDENADOR DO SERVIÇO DE OFTALMOLOGIA DO INSTITUTOCUF, DO HOSPITALCUF PORTO E DO HOSPITAL DE BRAGA.

Especializado em cirurgia refractiva desde 1996, é autor de inúmeras publicações e comunicações em congressos nacionais e internacionais e uma referência na área de cirurgia de miopia.

É frequentemente convidado para leccionar cursos nesta área para oftalmologistas em congressos internacionais.

Idade: 48 anos



DIMENSÃO MELHORA ACOMPANHAMENTO

O mesmo responsável considera que a dimensão e os meios que as equipas passam a ter ao seu dispor possibilitam um melhor acompanhamento dos clientes. “Por motivos assistenciais e organizacionais de equipa”. São várias as práticas da medicina oftalmológica em que o institutocuf é, hoje, referência em Portugal. Os métodos cirúrgicos LASIK são um caso a apontar (ver caixa). Mas está longe de ser o único: “O institutocuf fica altamente diferenciado na cirurgia de cataratas. A unidade de cirurgia avançada de cataratas utiliza a mais recente tecnologia. Não nos limitamos a operar a catarata para melhorar a visão, procuramos corrigir o erro refractivo e a presbiopia no mesmo acto cirúrgico, oferecendo uma inde-

pendência de óculos a muitas pessoas após a cirurgia. Pelo primeira vez nos três anos de actividade desta equipa, foi atingido o simbólico número de mais de 1.000 métodos cirúrgicos LASIK realizados por esta equipa. Também no institutocuf, destacamos a cirurgia refractiva, com bloco operatório de LASIK próprio, e a unidade de degenerescência macular em que também todo o circuito de sofisticados exames e tratamentos com laser ou injeções intravítreas está individualizado e a cargo de uma referência internacional nessa matéria. No hospitalcuf porto, destacamos as unidades de diabetes, a oftalmologia pediátrica, de que já falámos, e a unidade de microcirurgia retiniana, em que teremos o topo da tecnologia e a equipa cirúrgica com mais experiência nesta cirurgia do país”, afirma Castro Neves.

Na primeira pessoa



► ÂNGELA CARNEIRO

Coordenadora da equipa de retina médica, 47 anos

A especialista indica “três motivos básicos” para a sua “grande satisfação e honra” por integrar o serviço: O “grupo coeso” e forte da equipa de retina médica, os meios auxiliares de diagnóstico existentes e os meios terapêuticos de “primeira linha a nível internacional”.



► ANGELINA MEIRELES

Coordenadora da equipa de retina cirúrgica, 54 anos

Esta profissional afirma sentir-se “honrada e valorizada” por integrar um grupo “tão distinto e com um modus operandi tão singular” como o que encontrou no campus saúdecuf no Porto.



► AUGUSTO MAGALHÃES

Coordenador da oftalmologia pediátrica, 40 anos

Pelo facto de integrar a equipa do institutocuf desde a abertura, mostra-se feliz por dispor de condições logísticas e técnicas de elevada qualidade, gratificado pelo reconhecimento e adesão dos doentes ao projecto e motivado para manter e melhorar a qualidade dos serviços prestados.”

VERTENTE HUMANA MANTÉM-SE COMO PILAR

Além da excelência tecnológica e médica, outro pilar do desempenho diário da equipa de Oftalmologia do campus saúdecuf – e que é, de resto, um dos princípios basilares da José de Mello Saúde – é a vertente humana da prática médica.

“Nós lidamos com pessoas, não com olhos ou com doenças”, realça Castro Neves. “É primordial a escolha dos técnicos e auxiliares não só pela capacidade técnica, mas também

pelo relacionamento humano que têm com os pacientes e com a restante equipa.” Uma vez que o acto cirúrgico se reveste de grande importância para a maioria dos clientes, as equipas cirúrgicas incluem um profissional dedicado apenas a cuidar do conforto do paciente, baptizado na equipa de oftalmologia por enfermeiro(a) de anestesia. Tecnicamente este profissional não seria, sequer, necessário nas cirurgias sob anestesia tópica. Mas Manuel Castro Neves explica que está lá “para acompanhar o cliente como pessoa.”



A unidade de cirurgia avançada de cataratas utiliza a mais recente tecnologia. Não nos limitamos a operar a catarata para melhorar a visão, procuramos corrigir, no mesmo acto cirúrgico, o erro refractivo e a presbiopia popularmente conhecida como “vista cansada”



PERFIL

MANUEL CASTRO NEVES

COORDENADOR DO SERVIÇO DE OFTALMOLOGIA DO INSTITUTO CUF, DO HOSPITAL CUF PORTO E DO HOSPITAL DE VILA VERDE.

Especializado em cirurgia refractiva e cirurgia avançada de cataratas desde 1996. É uma referência nacional na área de cataratas, pioneiro em Portugal em diversas técnicas nesta área.

Idade: 45 anos.



► JOSÉ LEMOS

Especialista em cirurgia do segmento anterior, com maior incidência na cirurgia refractiva e catarata, 39 anos

Para este médico “é óptimo trabalhar numa estrutura alargada com apoio de várias especialidades”. José Lemos destaca ainda estar em causa “um grupo de oftalmologistas de referência nacional em diferentes áreas”.



► LUÍS TORRÃO

Especialista em oftalmologia da córnea, 35 anos

“Tenho muito gosto em integrar esta equipa, por estar a desenvolver trabalho na área em que tenho mais conhecimento específico, teórico e prático”, afirma Luís Torrão. “É uma verdadeira área de diferenciação e uma equipa multidisciplinar”, acrescenta.



► PAULO MESQUITA MARQUES

Especialista de oftalmologia com responsabilidades na área do glaucoma, 45 anos

O clínico não esconde o orgulho que tem em integrar a equipa de oftalmologia. “É óptimo trabalhar numa estrutura alargada com apoio de várias especialidades e com um grupo de oftalmologistas de referência nacional em diferentes áreas”, afirma.

UMA ABORDAGEM COMPLETA

É esta abordagem completa dos casos clínicos que tem conquistado a confiança de muitos pacientes. Depois de um percurso de três anos, e na altura em que vira uma importante página ao abranger o hospitalcuf porto, o serviço de oftalmologia quer manter a sua ambiciosa rota. O objectivo dos dois médicos que dirigem o serviço é criar sempre as melhores condições físi-



cas e organizacionais. “Daí termos criado uma Academia que irá promover reuniões científicas e a publicação periódica de monografias temáticas, um contributo fundamental para que os oftalmologistas que integram o nosso grupo se realizem pessoal e profissionalmente neste projecto. Assim, vamos prestar os melhores serviços às pessoas que nos procuram – e essa é a nossa finalidade última”, explica Fernando Vaz.



Franclim Pereira, responsável pela gestão das marcações de cirurgias. Disponibilidade em prol do cliente

Grande parte de um trabalho que nem sempre é visível para o exterior passa pelas mãos de Franclim Pereira. Este profissional de 36 anos é o responsável pela gestão das marcações das cirurgias oftalmológicas no campus saúdecuf no porto fazendo a ponte entre todas as partes interessadas. Personalizar e humanizar o serviço são dois dos grandes objectivos deste profissional que agiliza a marcação entre os clientes e a unidade tentando concretizar o mais possível os desejos dos doentes face à oferta disponível. É com um sorriso nos lábios que Franclim Pereira encara esta missão: “Estamos aqui para tentar desbloquear tudo o que nos aparece, como é evidente”, refere.

**VALOR
JMS**

INOVAÇÃO

No Grupo José de Mello Saúde a Inovação é, sobretudo, o espírito de antecipação e capacidade para gerar alternativas e soluções novas. Os nossos profissionais procuram sempre novas formas de fazer e não transformam a sua actividade em rotina. Puxam pelos que os rodeiam; propõem, não esperam que lhes peçam; nas reuniões de trabalho, os temas discutem-se com paixão e respeito, aceitando-se as diferenças e enriquecendo com elas.

Referência na cirurgia LASIK

O LASIK (iniciais do inglês Laser-Assisted in Situ Keratomileusis), uma técnica para a correcção das ametropias esféricas com recurso a laser, é uma das áreas em que o serviço de oftalmologia do campus saúdecuf é referência. Uma nota curiosa é o facto do aparelho escolhido para o institutocuf ser tão inovador que a marca ainda não tinha vendido nenhum para Portugal (hoje já há mais alguns), pelo que teve que encontrar um representante para o efeito.

Os resultados têm sido, de acordo com Castro Neves, “absolutamente fantásticos”. “Além disso, temos sido inovadores realizando tratamentos customizados que permitem corrigir irregularidades da córnea que antes não tinham solução. No último ano, temos realizado tratamentos que permitem a pessoas entre os 45 e os 55 anos corrigir a sua miopia preservando uma boa visão para perto. E, juntando a todos estes factores a personalização do atendimento, entende-se porque é que o institutocuf se tornou uma referência em cirurgia refractiva e já é o maior prestador deste tipo de cuidado na região”, salienta Fernando Vaz.

CUIDAR ►



Enf.ª Mafalda Sérgio
Enfermeira gestora da clínica cascais



CIRURGIA DE AMBULATÓRIO

Planear para um melhor serviço

A PRÁTICA DA CIRURGIA EM REGIME AMBULATÓRIO É POSSÍVEL, EM VIRTUDE DOS AVANÇOS DA MEDICINA, DAS TÉCNICAS ANESTÉSICAS E CIRÚRGICAS BEM COMO DOS MATERIAIS UTILIZADOS. SAIBA COMO ESTA PRÁTICA CIRÚRGICA SE APLICA NAS UNIDADES DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE, NOMEADAMENTE NO QUE DIZ RESPEITO AO PAPEL DA ENFERMAGEM

A cirurgia de ambulatório é uma intervenção cirúrgica programada, realizada em instalações próprias, sob anestesia, com segurança e de acordo com os mais elevados padrões de qualidade, e permite uma optimização da relação custo/efectividade dos cuidados prestados. A maioria das especialidades cirúrgicas pode optar pelo regime ambulatório, sendo que são sempre validados factores determinantes, como idade, estado geral e doenças associadas, capacidade de auto-cuidado, rede de cuidados no domicílio, que podem condicionar a realização da cirurgia neste regime. No que diz respeito ao tipo de anestesia, na maioria dos doentes é realizada a anestesia geral, sedação, ou a anestesia local. O tempo de permanência na unidade poderá ser de 23 horas, sendo que um período entre 2 horas e as 4 horas decorrem no recobro. A todos os doentes são dadas orientações para a alta e prescrita terapêutica analgésica para o domicílio. No dia seguinte, a enfermeira da unidade contacta telefonicamente o doente

(*follow-up*), para fazer a avaliação da recuperação e responder a qualquer dúvida existente.

Papel das intervenções de enfermagem **Informar + Tranquilizar + Encaminhar**

As intervenções de enfermagem focam-se na avaliação das necessidades de aprendizagem que cada doente/família desde a admissão até à alta. Neste contexto, o enfermeiro peri-operatório faculta ao doente/família informação centrada na sua recuperação, como forma de diminuir o medo, ansiedade e aumentar a confiança e a segurança; planeia o regresso a casa assim como os cuidados e o regresso às rotinas familiares. As questões mais pertinentes ocorrem no período pré-operatório, e relacionam-se directamente com o acto cirúrgico e com o grau de autonomia para realização das actividades de vida no pós-operatório imediato. Compete à equipa de enfermagem proteger a privacidade e dignidade do doente, desenvolver acções facilitadoras para a compreensão da vivência cirúrgica, avaliar as necessidades do doente e definir estratégias de adaptação após cirurgia.

Planear os Cuidados de enfermagem

É essencial a análise dos momentos da experiência cirúrgica: o pré, o intra e o pós-operatório, onde os profissionais de enfermagem têm um papel primordial.

Fase pré-operatória:

Nesta fase o enfermeiro realça a importância dos cuidados pré-operatórios, sendo da sua responsabilidade, a preparação do doente, física e psicologicamente, de forma a não comprometer as etapas seguintes. No acolhimento o entendimento e a aceitação da informação por parte do doente diminui a incerteza, o medo e a ansiedade e consequentemente aumenta a capacidade de resposta para a recuperação.

Fase intra-operatória:

Na sala de operações é importante que o doente reconheça no enfermeiro protecção, confiança, disponibilidade e apoio. É extremamente importante que o enfermeiro explique adequadamente os ruídos e toda a preparação inerente à cirurgia.

Fase pós-operatória:

Depois da cirurgia, o doente é transferido para o recobro. É importante que mantenha o sentimento de segurança e confiança e, para isso, é necessário que as acções de enfermagem se desenvolvam ao nível da comunicação verbal e não verbal. Nesta fase são fornecidas orientações para a alta relacionadas com possíveis complicações, restrições de actividade, dieta, medicamentos, controle de dor e cuidados com o penso. O plano de cuidados de acompanhamento é revisto e reforçado com o doente/família. Ao ser estabelecida esta relação, é facilitado o processo de recuperação e, como consequência, existe uma maior satisfação a vários níveis.



Prof. Carla Rêgo

Pediatra do Centro da Criança e do Adolescente do hospitalCUF porto. Mestre em Medicina Desportiva e Doutorada em Pediatria pela Faculdade de Medicina da Universidade do Porto



OBESIDADE INFANTIL

Educar para a saúde

A OBESIDADE DA CRIANÇA É UMA DAS GRANDES PREOCUPAÇÕES DE SAÚDE A NÍVEL MUNDIAL. CARLA RÊGO, PEDIATRA DO CENTRO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE DO HOSPITALCUF PORTO, DÁ 10 CONSELHOS SIMPLES PARA SE PREVENIR ESTE PROBLEMA

Foram profundas as mudanças do estilo de vida registadas nas últimas três décadas como, por exemplo, o fácil e regular acesso a alimentos, o seu processamento industrial e a redução da actividade física. Muito embora, por características genéticas individuais, existam crianças com maior facilidade em engordar, o problema da obesidade reside, em última instância, num desequilíbrio entre o que se come e o que não se “gasta”. É fundamental tomar consciência que a alimentação é uma questão de saúde e de educação: exige regras e responsabilização. E é em hábitos simples que pode estar a solução.

10

REGRAS DE OURO PARA COMBATER A OBESIDADE INFANTIL

1. TREINAR O PALADAR

Existe uma base genética que pode justificar preferências, mas o comportamento alimentar pode ser moldado. As experiências alimentares da mãe são transmitidas ao feto e ao lactente, permitindo, desde cedo, treinar o paladar. Por volta dos 5/6 meses, durante a fase da diversificação alimentar, pode ensinar-se a criança a gostar. Há que respeitar o tempo de treino de cada criança: por vezes é necessário um contacto superior a 15 vezes até a criança reconhecer e aceitar um alimento novo; “ensinar a gostar” significa oferecer pequenas porções, repetidamente, interagindo de uma forma agradável e mimetizando o mastigar. O treino feito dos 6 aos 12 meses de idade e consolidado durante o 2.º ano de vida determina, em grande medida, a amplitude de aceitação alimentar para o resto da vida.

2. VARIAR E EQUILIBRAR

Aos 12 meses, a criança deverá ter uma dieta saudável (variada e respeitadora da Roda dos Alimentos®) (FCNA – UP), num contexto familiar. Sumos, sal, açúcar e qualquer alimento não contemplado na Roda dos Alimentos® não devem constar da prática alimentar familiar diária.

3. COMER DEVAGAR

Desde cedo, habitue a criança a mastigar bem. A ingestão lenta permite a aquisição gradual de saciedade e está associada a um consumo de volumes menores. E, afinal de contas, a refeição também tem uma importante vertente social, que deve ser cultivada e preservada.

4. AS CRIANÇAS SÃO TODAS DIFERENTES

Respeite o padrão de apetite e de crescimento característico de cada criança. As crianças são todas diferentes, até no apetite. Nunca se deve forçar uma criança a comer tudo; antes se deve exigir que prove um pouco de tudo e coma apenas a quantidade que desejar. Mais importante que a quantidade é a variedade.

5. REFEIÇÕES EM FAMÍLIA

As refeições devem ser feitas nas horas respectivas, à mesa e em família. Nenhum alimento é entretém, pelo que deverá ser desincentivada a visualização de televisão ou o uso de jogos de ecrã durante a refeição.

6. COMER DE TUDO

Não fomente o conceito de “dieta” numa perspectiva restritiva e proibitiva. Não há alimentos proibidos, mas deve ser tido em consideração que os alimentos saudáveis são sobretudo aqueles que vêm na Roda dos Alimentos®. Respeite, em cada dia, as proporções nela preconizadas para cada grupo de alimentos. Incentive sempre o uso da água como única bebida. Apenas muito excepcionalmente poderá haver um sumo, de preferência sem gás. Deve ser fortemente desincentivado o uso regular de aditivos (açúcar ou equivalentes, chocolate, sal). Deve ser ensinada a preferência por alimentos naturais e cozinhados, em detrimento dos empacotados ou conservados. Regra geral, se as quantidades forem ajustadas e a variedade respeitada, o equilíbrio e a qualidade nutricional são garantidos.

**ABUSE DAS SALADAS**

São uma ótima fonte de fibras e vitaminas e têm baixo valor calórico.

**FRUTA DA ÉPOCA**

A quantidade recomendada é de 2 a 3 porções diárias. Prefira as frutas da época.

**MAIS PEIXE**

A maioria das famílias portuguesas consome menos peixe do que o recomendado

**PREVENIR E CONTROLAR****COMER É PRAZER**

SER FÍSICAMENTE ACTIVO E SABER COMER SÃO A MAIOR GARANTIA DA POTENCIAÇÃO DO CRESCIMENTO FÍSICO E PSICO-SOCIAL INDIVIDUAL BEM COMO DE SAÚDE, AGORA E NO FUTURO. ENSINE O SEU FILHO A TER UM GOSTO VARIADO QUE LHE PERMITA ESCOLHER COM PRAZER DE FORMA A COMER PARA CRESCER SAUDÁVEL. MAS NÃO SE ESQUEÇA ... OS PAIS SÃO O EXEMPLO!

**◀ NÃO PROÍBA...**

trabalhe a educação de comportamentos e o ensino das opções saudáveis, obrigatoriamente num contexto familiar. Lembre-se que “um exemplo vale mais que mil palavras” e a criança cresce e forma-se “imitando” os seus progenitores

**◀ NÃO SE ENGORDA**

da noite para o dia nem com as festas ocasionais ou com as excepções, mas vai-se engordando como consequência de “pequenos” erros cometidos diariamente

7. COMER (SÓ) O QUE É PRECISO

É preferível comer pouco em cada refeição e efectuar 5 a 6 refeições diárias. O pequeno-almoço é fundamental para o rendimento escolar, para o crescimento e para o controlo do apetite. Tal como a merenda da manhã e da tarde ou *snacks* deve constar obrigatoriamente de leite ou iogurte e pão. Os cereais de pequeno-almoço bem como outras apresentações empacotadas de hidratos de carbono (por exemplo, bolachas....) devem ser oferecidos apenas ocasionalmente. O almoço e jantar devem ser iniciados com legumes (em sopa, cozidos ou crus) e seguidos de um prato (ao jantar pode ser de sobremesa) composto de um hidrato de carbono (arroz ou batata ou massa), legumes ou leguminosas e apenas uma quantidade igual à palma da mão da criança em proteína animal (carne ou peixe). Não frite e evite os molhos. Não devem ser

oferecidas sobremesas lácteas (os lacticínios devem ser consumidos nos *snacks*) e, por dia, deve ser garantida a oferta de 2 a 3 peças de fruta variada. O “leitinho da noite” não tem qualquer cabimento a partir dos 12/15 meses, razão pela qual no plano alimentar de uma criança saudável não deve existir ceia.

8. SABER COMPRAR E SABER COZINHAR

Durante a semana, deve ter em casa apenas os produtos que pretende consumir, ou seja, os que constam da Roda dos Alimentos®. Compre, apenas ao fim-de-semana, os “alimentos de excepção” e numa quantidade que não permita o seu armazenamento. Não se deixe iludir pela publicidade fácil nos meios de comunicação ou nas prateleiras do supermercado. As crianças nunca devem ir às compras com os cuidadores. Ao cozinhar, tenha sempre sopa e saladas em

“excesso”, mas cozinhe os alimentos do prato principal (arroz ou batata ou massa e carne ou peixe) apenas na quantidade para cada refeição. Não deixe as travessas na mesa e evite repetições. Se não tiver sobras não terá de dizer “não podes” mas apenas que “não há mais, acabou”... E ofereça novo prato de sopa ou a fruta.

9. IMAGINAÇÃO NAS FESTAS DE ANIVERSÁRIO

Avós, tios, pais, amigos e direcções escolares devem ser educados no sentido de as prendas (de aniversário ou bom comportamento) nunca serem guloseimas. Devendo estes alimentos ser como excepção, há que deixar aos pais o prazer de os poder oferecer quando muito bem o entenderem! É que, efectivamente, o doce está associado ao afecto ...

10. ACTIVIDADE FÍSICA ... QUANTO MAIS MELHOR!!

A aptidão física de cada criança é um excelente indicador de saúde e o gosto pelo exercício físico desenvolve-se na infância, muito pelo exemplo familiar. Além de ser promotor de saúde e protector de doença, um estilo de vida activo é determinante para a expressão máxima do crescimento e desenvolvimento. Há outro aspecto importante: quanto mais activa a criança, maior o gasto de energia, menor a gordura corporal, melhor a auto-estima e menor a procura compensatória de alimento. Ocupem algum do tempo livre com actividade física, privilegiando a vertente lúdica e criando prazer.

TRÊS PERGUNTAS A...



Ana Serrão Neto
Direcção Clínica
do hospitalcuf descobertas

P ► É a primeira vez que um hospital privado é responsável por formação pré-graduada a alunos de medicina. Que balanço faz desta experiência?

R ► O balanço que realizámos sobre o primeiro ano lectivo de ensino pré-graduado no hospitalcuf descobertas é extremamente positivo e permite considerar esta experiência pedagógica enriquecedora, tanto para o hospitalcuf descobertas como para os alunos. Por outro lado, é importante realçar que esta experiência confirma não haver qualquer impedimento ao desenvolvimento de parcerias com hospitais privados para o ensino médico.

P ► Foi realizado um questionário com a preocupação de obterem *feed back* dos alunos relativamente a esta experiência. Que dados destaca do questionário realizado?

R ► Neste questionário, cujo preenchimento era anónimo, solicitavam-se respostas numéricas mas incluía-se espaço para, em texto livre, os alunos poderem expressar as suas opiniões ou sugestões. Dos aspectos positivos, referem-se: acompanhamento pelos assistentes, rácio aluno/assistente, instalações e qualidade técnica do corpo clínico. Dos aspectos negativos: acesso ao processo clínico electrónico, autonomia na observação de doentes e não realização de serviço de urgência no hospital.

P ► Há portanto algumas melhorias a fazer...

R ► Atendendo à nossa prática de melhoria contínua, analisámos mais pormenorizadamente os aspectos negativos. Quanto ao acesso ao processo clínico electrónico decidiu-se que os alunos acederiam através dos respectivos assistentes. Devido à breve permanência de cada aluno, bem como à sua rotatividade, optou-se por esta solução fácil, menos burocrática, e segura. Sobre a autonomia na observação de doentes, de início deu-se menos liberdade pela expectativa de verificar se os doentes privados colaboravam com o ensino. Depois do primeiro grupo, a autonomia na prática clínica foi superior pois a colaboração dos doentes foi excelente, incluindo nas observações ginecológicas. É nossa convicção que os alunos que estagiaram no hospitalcuf descobertas beneficiaram da observação de um maior número de doentes e de um acompanhamento mais personalizado.

HOSPITALCUF DESCOBERTAS

É o primeiro privado em ensino médico pré-graduado

O HOSPITALCUF DESCOBERTAS RECEBEU O PRIMEIRO GRUPO DE ALUNOS NO QUE FOI A PRIMEIRA EXPERIÊNCIA DE ENSINO MÉDICO PRÉ-GRADUADO NUM HOSPITAL PRIVADO



O hospitalcuf descobertas recebeu no ano lectivo de 2009-2010 o primeiro grupo de 28 alunos para as disciplinas de Medicina Interna, Cirurgia geral, Ginecologia-Obstetrícia e Pediatria. Foi a primeira experiência de ensino médico pré-graduado num hospital privado e, para Ana Serrão Neto, membro da Direcção Clínica da unidade, o balanço “é extremamente positivo e permite considerar esta experiência pedagógica enriquecedora, tanto para o hospitalcuf descobertas como para os alunos”.

Ana Serrão Neto considera mesmo que “a participação na esfera clínica assistencial dos novos hospitais privados no sistema de saúde é uma realidade incontornável” e há um enorme potencial a desenvolver. Sendo esta uma experiência inovadora, realizou-se um questionário aos alunos onde foram avaliados os aspectos positivos e negativos desta prática (ver entrevista).

Entre os novos hospitais privados, o hospitalcuf descobertas tem sido pioneiro na vontade de complementar a sua actividade assistencial com actividade na área da formação médica. Tem organizado diversos cursos de formação pós-graduada, nomeadamente em parceria com o Gabinete de Formação Pós-Graduada

da Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa (FCML), apelou, e obteve, idoneidade formativa nas especialidades de Pediatria e Imunoalergologia, entre muitos outros eventos científicos.

No que respeita à formação pré-graduada, um protocolo formal estabelecido com a FCML permitiu a colaboração no ensino prático do 6.º ano desta faculdade.

Segundo Ana Serrão Neto esta é uma prática a desenvolver e a continuar, apesar das eventuais críticas que podem sempre surgir. A profissional reconhece mesmo algum ceticismo, pois pode haver quem argumente que a disponibilidade para o ensino diminui a produtividade dos médicos, o que não agrada às administrações. No entanto, a responsável desdramatiza e considera que “esta visão é desactualizada, pois as administrações são as primeiras interessadas em manter os seus hospitais vivos e dinâmicos, e o ensino é um bom meio de manter energia e vitalidade dentro dos hospitais, contribuindo para a sua evolução”.

Por outro lado, reforça, “no caso da José de Mello Saúde, o ensino médico pré e pós-graduado constitui, explicitamente, uma aposta estratégica no desenvolvimento técnico-científico das suas unidades hospitalares”. Razão mais que suficiente para considerar que o sucesso desta experiência deve ter continuidade.

JOSÉ DE MELLO SAÚDE

Promover a eco-eficiência

NUMA CAMPANHA DIRIGIDA A COLABORADORES E CLIENTES A JOSÉ DE MELLO SAÚDE APELA À ADOÇÃO DE COMPORTAMENTOS ECO-EFICIENTES. UMA FORMA DE POR EM PRÁTICA O COMPROMISSO PELO BEM DAS PESSOAS E DO PLANETA ALÉM DE INCENTIVAR À POUPANÇA DE ALGUNS EUROS NAS CONTAS DO MÊS

Conselhos preciosos para poupar água e electricidade são o mote de duas campanhas de sensibilização da José de Mello Saúde, lançadas no último trimestre de 2010 – “Água é Vida. Preserve-a” e “Energia é Vida. Poupe” – que irão decorrer durante todo o ano de 2011. Dirigida a colaboradores e clientes esta campanha apela à adopção de comportamentos eco-eficientes. Mais do que uma questão ambiental e de bom senso, este alerta é útil para quem quiser gastar menos uns euros no final do mês. Conheça aqui algumas dicas desta campanha que farão a diferença na sua factura e ainda o farão sentir-se bem consigo mesmo e com a sociedade que o rodeia.

Sabia que se tomar um duche rápido em vez de um banho de imersão poderá poupar pelo menos 70 litros de água? Ou se escovar os dentes duas vezes por dia com a torneira fechada poderá poupar 60 litros? E se se distrair e deixar uma torneira a pingar poderá perder, em duas horas, 20 litros? Estes são alguns dos factos comunicados na mais recente campanha de sensibilização da José de Mello Saúde que pretende levar colaboradores e clientes a ter um comportamento mais amigo do ambiente. E, se na água já ficou a conhecer algumas dicas, fique agora também a saber que, se reduzir de oito para quatro horas a utilização do

ar condicionado, a poupança anual poderá de ser de 972 KWt. Se optar por desligar todos os aparelhos eléctricos, ao invés de os manter em *stand by*, poderá poupar, por aparelho/ano, 180KWt. E se substituir as lâmpadas incandescentes por lâmpadas economizadoras também tem vantagens. Se comparar o consumo anual de ambas, cada lâmpada economizadora ligada durante uma hora diariamente poupa 12 KWt.

A campanha usa diversos tipos de materiais que servem de aviso para alguns gestos de rotina que normalmente qualquer pessoa usa de forma inconsciente e que, alertada para o facto, poderá adoptar um comportamento ambiental mais eficiente. Nesse sentido, a José de Mello Saúde colocou vários *stickers* publicitários, onde o mote da campanha da água e da luz pode ser visto por colaboradores e clientes nas unidades da José de Mello Saúde, nomeadamente nos wc públicos, quartos de internamento, cozinhas e salas de manutenção.

Com esta acção, a José de Mello Saúde pretende promover a eficiência no consumo de recursos energéticos comportamentais (que não dependem da infra-estrutura, nem da actividade) de forma a melhorar a sua *performance*, com o objectivo de reduzir em 0,5 pontos percentuais, já este ano, a factura da água e da electricidade das unidades José de Mello Saúde e também de sensibilizar e mobilizar os colaboradores para o compromisso ambiental assumido pela empresa.



ECO-EFICIÊNCIA

DÊ O SEU CLIQUE

Para a José de Mello Saúde cada gesto presente conta, ou desconta, num saldo ecológico que será determinante para que este recurso se encontre disponível amanhã, quer para o desempenho das tarefas simples do dia-a-dia, quer para os cuidados de saúde mais delicados. É esta consciência que nos leva a adoptar e a partilhar com todos uma atitude mais consciente. Estamos empenhados em dar início a esta corrente, mas precisamos do seu “clique” para por em prática estes, e outros, exemplos simples de como ser eficiente no consumo de electricidade.

VALOR
JMS

RESPEITO PELO BEM-ESTAR E DIGNIDADE DA PESSOA

Nunca esquecemos que a pessoa, pelo facto de estar doente, mantém a sua dignidade.

O compromisso de tudo fazer para assegurar o melhor interesse de cada um é inteiramente assumido na nossa organização. Sabemos a importância de dar informação sobre procedimentos, diagnósticos e terapêuticas e respeitamos a liberdade de escolha. Privilegiamos o trabalho em equipa e a cooperação, personalizamos e humanizamos os cuidados e damos prioridade à qualidade em tudo o que fazemos.

Breves

:: APRENDER :: COMUNICAR :: INOVAR



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

OS NOSSOS MÉDICOS NA TELEVISÃO

Os profissionais dos hospitais e clínicas da José de Mello Saúde têm sido uma presença constante nos programas de informação dos vários canais de televisão.



TEMA: Partos de bebés prematuros nos hospitais privados
Canal: TVI24 – Diário da Tarde
Médico: Dra. Ana Neto
Especialidade: Coordenadora do Centro da Criança/Pediatra
Unidade: hospitalcuf descobertas



TEMA: Esclarecimentos sobre feridos no acidente de Marrocos
CANAL: RTPN – À Noite as Notícias
MÉDICO: Dr. David Paiva
ESPECIALIDADE: Coordenador do Atendimento Permanente/ Medicina Geral
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Semana mundial do aleitamento materno
CANAL: SIC Notícias – Edição da Manhã
MÉDICO: Dra. Ana Neto
ESPECIALIDADE: Coordenadora do Centro da Criança/Pediatra
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Escoliose infantil
CANAL: Porto Canal - Consultório
MÉDICO: Dr. Nuno Alegrete
ESPECIALIDADE: Ortopedista infantil
UNIDADE: hospitalcuf porto



TEMA: Doenças da retina
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dr. Miguel Faro Loureiro
ESPECIALIDADE: Oftalmologista
Unidade: clínicacuf cascais



TEMA: Coluna/ problemática do peso das mochilas escolares
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dr. João Cannas
ESPECIALIDADE: Ortopedista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Perda de memória nos idosos
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dr. Rodrigo Neiva Correia
ESPECIALIDADE: Psicólogo
UNIDADE: DomusVida



TEMA: Depressão no idoso
CANAL: TVI24 - Consultório
MÉDICO: Dra. Rita Castelo
ESPECIALIDADE: Psicóloga
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Surdez infantil
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dr. Filipe Silva
ESPECIALIDADE: Pediatra
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Problemas da voz
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dra. Maria Caçador
ESPECIALIDADE: Otorrinolaringologista
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Menopausa
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dra. Maria Antónia Botte
ESPECIALIDADE: Ginecologista
UNIDADE: clínicacuf cascais



TEMA: Terapia da fala e a gaguez
CANAL: TVI24 - Consultório
MÉDICO: Dra. Tânia Constantino
ESPECIALIDADE: Terapeuta da fala
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Memória
CANAL: TVI24 - Consultório
MÉDICO: Dr. Martinho Pimenta
ESPECIALIDADE: Neurologista
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Mitos alimentares
CANAL: TVI – Jornal da Uma e Jornal Nacional
MÉDICO: Dra. Rita Gonçalves
ESPECIALIDADE: Dietista
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Bebés prematuros
CANAL: TVI24 - Consultório
MÉDICO: Dra. Glória Carvalhosa
ESPECIALIDADE: Neonatologista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Dia Internacional de Sensibilização para a Prematuridade
CANAL: RTP2 - Conigo
MÉDICO: Dra. Glória Carvalhosa
ESPECIALIDADE: Neonatologista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Sensibilização para a problemática do frio
CANAL: Porto Canal - Consultório
ENFERMEIRA: Sílvia Oliveira
UNIDADE: Hospital de Braga



TEMA: Sensibilização para a problemática do frio
CANAL: TVI – Jornal da Uma e Jornal Nacional
ENFERMEIRA: Sílvia Oliveira
UNIDADE: Hospital de Braga



TEMA: Psoríase
CANAL: TVI24- Consultório
MÉDICO: Dr. Paulo Ferreira
ESPECIALIDADE: Dermatologista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Mitos e verdades sobre a cirurgia estética
CANAL: TVI24- Consultório
MÉDICO: Dr. João Maia Silva
ESPECIALIDADE: Dermatologista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: A miopia e outros problemas de visão
CANAL: TVI24- Consultório
MÉDICO: Dr. Miguel Faro Loureiro
ESPECIALIDADE: Oftalmologista
UNIDADE: clinica cuf cascais



TEMA: Diabetes
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Dr. Joaquim Garcia Costa
ESPECIALIDADE: Endocrinologista
UNIDADE: hospitalcuf infante santo



TEMA: Cancro da mama
CANAL: Porto Canal - Telediário
MÉDICO: Dr. Fleming de Oliveira
ESPECIALIDADE: Oncologista
UNIDADE: institutocuf



TEMA: Dores nas Costas
CANAL: SIC – Boa Tarde
MÉDICO: Dr. Jorge Mineiro
ESPECIALIDADE: Ortopedista
UNIDADE: hospitalcuf descobertas



TEMA: Bebés prematuros
CANAL: SIC – Primeiro Jornal
ENFERMEIRA: Cândida Gomes
UNIDADE: Hospital de Braga



SAGIES RENOVA CERTIFICAÇÃO DE QUALIDADE

A Sagies, empresa vocacionada para serviços de segurança e saúde no trabalho, renovou em Outubro a certificação do seu Sistema Integrado de Gestão da Qualidade (ISO9001) e Ambiente (ISO14001) e Segurança (OSHAS18001), com os selos da SGS. A auditoria que ditou a certificação decorreu em Agosto e Setembro, persistindo no esforço e na persecução das suas políticas de qualidade, sustentabilidade e responsabilidade social, estabelecidas formalmente desde 2006 e reforçadas no seu código de conduta.



SAÚDECUF

CORRIDA DE SOLIDARIEDADE A FAVOR DE “A CASA DO CAMINHO”

O hospitalcuf porto e o institutocuf promoveram no passado dia 21 de Novembro a “Corrida saúdecuf”. O evento contou com a participação de mais de 1 000 pessoas, tendo o valor das inscrições revertido a favor da Associação “A Casa do Caminho” – a primeira associação do Norte constituída para acolher crianças vítimas de maus tratos, negligência, ou qualquer tipo de violação dos seus direitos. A corrida decorreu entre o institutocuf e o hospitalcuf porto com possibilidade de opção entre dois percursos, um mais reduzido (4 km) e um mais alargado (10 km).



SAÚDECUF

HOSPITALCUF PORTO AFILIADO PARA O ENSINO CLÍNICO

O hospitalcuf porto assinou um protocolo de afiliação para o ensino clínico com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP). O protocolo agora firmado regula o desenvolvimento da formação pré-graduada com alunos da FMUP nas especialidades do hospitalcuf porto que dispõem de capacitação técnico-científica para o ensino.

A José de Mello Saúde assume a promoção do ensino como uma prioridade, sendo a participação no ensino pré-graduado um dos seus grandes eixos de desenvolvimento, em aplicação dos protocolos celebrados, em 2008, com a Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa e, agora, com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto.

Este protocolo permitirá ao hospitalcuf porto candidatar-se, junto dos Ministérios da Saúde e Ciência e da Tecnologia, à obtenção da designação de “Hospital com Ensino Universitário ou Afilhado” e de “Serviço ou Clínica Universitária” para os serviços implicados no projecto.





SAÚDECUF

PROMOVIDO RASTREIO GRATUITO A DOENÇAS RESPIRATÓRIAS

Para assinalar o Dia Mundial da Espirometria, o instituto **cuf** organizou um rastreio gratuito às doenças respiratórias para a população de risco, nomeadamente adultos com mais de 40 anos expostos a tabaco e crianças com mais de 6 anos, com patologia alérgica das vias aéreas. Este rastreio foi realizado no âmbito da especialidade de imunoalergologia do instituto **cuf**, coordenada pelo Prof. João Fonseca. A espirometria é o modo eficaz de detectar os primeiros sinais de várias doenças pulmonares. É um exame fácil, rápido e não invasivo. Este teste mede, especificamente, a quantidade (volume) e a velocidade (fluxo) de ar que é inspirado e expirado pelos pulmões.



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

JOSÉ DE MELLO SAÚDE NO GREENFEST

A José de Mello Saúde garantiu os serviços médicos oficiais do *Greenfest 2010*, o maior evento nacional de sustentabilidade nas vertentes ambiental, social e económica, disponibilizando no recinto um hospital de campanha com suporte avançado de vida para prestar a assistência médica necessária ao público, oradores e *staff* do evento.

+ VIDA :: FEVEREIRO 2011

SAÚDECUF

MÉDICOS ORTOPEDISTAS DE TODA A EUROPA AVALIADOS EM LISBOA

O hospital **cuf** descobertas acolheu as provas do Exame Europeu de Ortopedia e Traumatologia que se realizaram em Portugal pela primeira vez. Este exame tem como principal objectivo avaliar os médicos ortopedistas de forma a garantir uma qualificação transversal para a prática da ortopedia na Comunidade Europeia.

“Nos últimos 10 anos a Comissão do Exame Europeu ganhou um enorme prestígio e reputação na Europa e no mundo, afirmando-se junto de toda a comunidade científica como um *standard* de qualidade para a formação de ortopedistas”, explica o Prof. Jorge Mineiro, Presidente da Comissão do Exame Europeu de Ortopedia e Traumatologia e Director Clínico do hospital **cuf** descobertas.

SAÚDECUF

II Jornadas de Actualização em Psoríase



O hospital **cuf** descobertas promoveu as II Jornadas de Actualização em Psoríase, no âmbito das comemorações do dia mundial desta doença. A psoríase é uma doença crónica da pele, não contagiosa, que exige acompanhamento regular e específico. Pode surgir em qualquer idade e afecta 1 a 3% da população. O Centro de Dermatologia do hospital **cuf** descobertas dispõe de uma consulta específica de psoríase, que reúne as técnicas mais avançadas no diagnóstico e tratamento desta doença.

➔ Para mais informações ligue 210 025 200

hospitalcuf
descobertas

Workshop sobre Surdez Infantil

- Diagnóstico da surdez infantil e importância do rastreio auditivo
Dr. António Monteiro (ort)
- Impacto do défice auditivo no desenvolvimento psicossocial da criança
Dr. Filipe Glória e Silva (pediatra)
- Intervenção de terapia da fala
Dra. Magda Ferreira (fonoaudióloga da fala)

Ação de Formação Gratuita para Pais e Educadores

SAÚDECUF

WORKSHOP SOBRE SURDEZ INFANTIL EM DESTAQUE

No âmbito do Dia Mundial do Surdo, o hospital **cuf** descobertas organizou um workshop gratuito sobre surdez infantil. Médicos, educadores e pais puderam assim dialogar e esclarecer dúvidas, bem como ajudar a fazer face a esta patologia. A importância do rastreio auditivo foi um dos principais temas em debate nesta iniciativa.

➔ Para mais informações ligue 210 025 200

●●●●
HOSPITAL DE BRAGA

Balanço positivo do Hospital de Braga

A José de Mello Saúde assinalou o primeiro ano de gestão do Hospital de Braga com um balanço positivo e muitas melhorias para os utentes e para o hospital.

“Estas melhorias são o resultado do esforço conjunto de toda a equipa do Hospital de Braga e demonstram que o trabalho que estamos a desenvolver segue o caminho certo. Acreditamos firmemente que, com esta equipa e com o novo hospital, vamos conseguir ainda melhores resultados”, afirma Hugo Meireles, Presidente da Comissão Executiva do Hospital de Braga.

No primeiro ano de gestão da unidade foram alterados diversos procedimentos, as equipas foram reorganizadas, o actual hospital foi melhorado em termos de infra-estrutura física, com a criação do novo Pólo 2 da Urgência, alargamento das consultas externas, criação do hospital de dia não-oncológico e reabilitação da consulta externa de Pediatria. O hospital investiu também na implementação da Plataforma de Sistemas de Informação, demonstrando o empenho em tornar-se um hospital *paper-free*. Estas medidas têm tido um reflexo directo na melhoria da prestação e do acesso aos cuidados de saúde, por parte dos doentes.

●●●●
HOSPITAL DE BRAGA



PAIS DE BEBÉS PREMATUROS REÚNEM-SE EM BRAGA

O Hospital de Braga organizou uma sessão dirigida a pais de bebés prematuros, com o objectivo de fomentar a partilha de testemunhos e a troca de experiências. Esta iniciativa, que assinalou o Dia Internacional de Sensibilização para a Prematuridade, foi dinamizada

pelo Serviço de Neonatologia do Hospital e contou com cerca de 200 pais de bebés prematuros. Teve ainda a participação da associação portuguesa de apoio ao bebé prematuro “XXS”. Actualmente a prematuridade em Portugal ronda os 10%.

●●●●
HOSPITAL DE BRAGA

HOSPITAL DE BRAGA AJUDA NA PROTECÇÃO CONTRA O FRIO E PROMOVE ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

No âmbito do Programa de Educação para a Saúde, que a José de Mello Saúde tem vindo a implementar, o Hospital de Braga promoveu acções de sensibilização sobre a problemática do frio, dirigidas à terceira idade, e sobre hábitos de alimentação saudáveis, dirigidos às crianças e jovens do concelho.

No âmbito da iniciativa de prevenção do frio, a unidade hospitalar realizou acções de esclarecimento, coordenadas pela Enf.ª Sílvia Oliveira, que deu informações práticas sobre cuidados e ter e foram ainda oferecidas mantas aos idosos, para que possam enfrentar melhor o frio que se aproxima. No que diz respeito à alimentação saudável, uma equipa formada pela nutricionista Aline Fernandes e por Diana Carvalho, do Hospital de Braga, realizou, na Escola Secundária Carlos Amarante e na Escola EB 2,3 André Soares, um conjunto de intervenções sobre este tema, tendo sido desenvolvido um trabalho com os alunos sobre a “Merenda Escolar”, que permitiu uma análise aos hábitos alimentares, com sugestões de melhorias e ensinamentos sobre a matéria.



●●●●
DOMUS VIDA

RTP VISITA DOMUS VIDA PAREDE

No âmbito do Dia internacional do Idoso, o programa “Portugal em Directo” da RTP, fez uma reportagem em directo na Domus Vida Parede. O tema central da reportagem foi “Como manter uma vida activa” e foram entrevistados o administrador delegado da Unidade, Filipe Loureiro, o psicólogo Rodrigo Neiva Correia, a coordenadora de actividades Teresa Amorim e diversos residentes. A RTP acompanhou ainda as actividades a decorrer durante essa tarde, nomeadamente a aula de pintura, o jogo do bingo e os exercícios de reabilitação cognitiva.



HOSPITAL DE BRAGA

MÚSICA CLÁSSICA EM NOVEMBRO E DEZEMBRO

O Hospital de Braga promoveu o 1º Ciclo de Concertos de Música Clássica do Hospital de Braga, no auditório do hospital, em parceria com o Conservatório de Música Calouste Gulbenkian de Braga, nos meses de Novembro e Dezembro. Esta iniciativa, única no país, teve como intuito levar os benefícios da música clássica a toda a comunidade de Braga, incluindo os doentes hospitalizados e os profissionais de saúde.

Ao todo, realizaram-se cinco concertos, sendo que último foi um concerto de Natal organizado em conjunto com a Santa Casa da Misericórdia de Braga, que decorreu na sexta-feira 17 de Dezembro, na Igreja de São Marcos. Na génese desta iniciativa esteve a noção dos efeitos benéficos da música na construção de um “ambiente para a cura”, tradução da expressão anglo-saxónica “healing environment”, que abrange o conjunto de opções relativas ao ambiente hospitalar (luz natural, materiais utilizados, cores, gestão do ruído, etc.) tomadas com o intuito de promover uma melhor estada dos doentes nas instituições de saúde, noção igualmente presente na concepção do Novo Hospital de Braga que abrirá em Maio de 2011 e onde já será organizado o 2.º Ciclo de Concertos de Música Clássica.



SAÚDECUF

DISPONÍVEL NOVA CONSULTA DA CEFALIA DA CEFALIA

A clínicacuf belém disponibiliza a consulta da cefaleia para todos aqueles que sofrem de enxaquecas ou dores de cabeça. Esta consulta vai ajudá-lo a recuperar o bem-estar e ensiná-lo a prevenir e tratar as dores de cabeça ou enxaquecas.

☎ Para mais informações ligue 213 612 300



SAÚDECUF

Uma clínica para os praticantes de desporto...

A clínicacuf alvalade, pelo natural posicionamento como clínica polivalente com orientação para os praticantes de desporto, incorpora um Centro de Medicina e Traumatologia do Desporto. Trata-se de um modelo de organização por unidades das diversas valências necessárias ao acompanhamento das necessidades médicas dos praticantes de desporto que vão desde a prevenção de lesões primárias e avaliação de aptidões (exames médico-desportivos) até ao diagnóstico (clínico e complementar imagiológico) e à recuperação desportiva (reabilitação/fisioterapia). Além das valências centrais, como a Ortopedia e a Medicina Física e Reabilitação, é de destacar o papel do sector de Cardiologia e a sua capacidade de avaliação de aptidão, prevenção e diagnóstico. E todos estes cuidados de saúde não são exclusivos para desportistas profissionais. O Centro conta com uma equipa de três médicos fisiatras, 12 fisioterapeutas e seis auxiliares técnicos.

Além do ginásio e do sector de tratamentos por agentes físicos, equipado por modernos meios tecnológicos, é de destacar a piscina terapêutica que se distingue, sobretudo, pelo enquadramento permanente por fisioterapeutas, pela temperatura da água, pelos níveis de imersão, pelos meios de transferência e pelo piso antiderrapante.



● ● ● ●
SAÚDECUF

CLÍNICALCUF TORRES VEDRAS DEBATE NOVAS ABORDAGENS DE DOENÇAS DA PRÓSTATA E REALIZA RASTREIO GRATUITO

A ClínicaCuf Torres Vedras realizou a 1.ª Reunião Clínica em Patologia Prostática, com enfoque nos novos métodos de diagnóstico e tratamento das doenças da próstata. A reunião teve como objectivo discutir os diversos aspectos relativos a esta patologia, estimulando a troca de conhecimento e informações entre profissionais de saúde. Neste âmbito lançou igualmente um programa de rastreio gratuito à próstata, destinado à população da região do Oeste, homens com mais de 50 anos, com o objectivo de diagnosticar precocemente as doenças da próstata numa fase potencialmente curável. O programa de rastreio de doenças da próstata é coordenado pelo Prof. Luís Campos Pinheiro.

● ● ● ●
SAÚDECUF

OTORRINOLARINGOLOGIA NO INSTITUTOCUF

A equipa de Otorrinolaringologia (ORL) já iniciou a sua actividade no institutocuf. Coordenada pelo Dr. Pinto Ferreira, esta equipa é constituída por nove profissionais especializados nas mais diversas competências da área. A unidade de ORL está vocacionada para o tratamento de todas as patologias ORL pediátricas e do adulto, com especial destaque para o diagnóstico e tratamento da surdez infantil e do adulto, da vertigem, da rinosinusite, das doenças do sono e da voz, da Oncologia ORL e da estética nasal.



● ● ● ●
SAÚDECUF

CONSULTA DO VIAJANTE EM BELÉM

A ClínicaCuf belém disponibiliza a consulta do viajante para todos aqueles que procuram destinos que implicam alterações físicas e ambientais súbitas. A consulta do viajante ajuda-o(a) a preparar melhor a viagem e a levar a saúde consigo.

☎ Para mais informações ligue 21 361 23 00.



● ● ● ●
SAÚDECUF

CLÍNICALCUF CASCAIS DISPONIBILIZA ELECTROMIOGRAFIA

Na ClínicaCuf cascais podemos agora realizar o exame complementar de diagnóstico Electromiografia. Dedicado ao estudo do funcionamento dos nervos e dos músculos, regista as variações das correntes que se produzem nos músculos em repouso ou durante a contração muscular.

☎ Para mais informações ligue 211 141 400



● ● ● ●
SAÚDECUF

MEDICINA DENTÁRIA NA CLÍNICALCUF CASCAIS

A ClínicaCuf cascais disponibiliza uma Unidade de Medicina Dentária que tem como principal missão o desenvolvimento de tratamento e prevenção das principais doenças da boca, e a reabilitação e restauração da sua função e da estética dentária.

☎ Para mais informações ligue 211 141 400

●●●●
SAÚDECUF

HOSPITALCUF INFANTE SANTO JÁ TEM CHECK-IN AUTOMÁTICO

Está já disponível na recepção do Edifício do Hospital (consultas e internamento) e no Piso 6 (serviço de otorrinolaringologia) do hospitalcuf infante santo o *check-in* automático que permite agilizar o acesso às consultas e exames que o cliente fará na unidade.



●●●●
SAÚDECUF

CENTRO DE GASTROENTEROLOGIA DO HOSPITALCUF INFANTE SANTO

O centro de gastroenterologia do hospitalcuf infante santo, inaugurado em 2006, é hoje uma referência nesta área. Com cerca de 350 m² de área e um corpo clínico com 16 médicos, tem disponíveis consultas de gastroenterologia e de hepatologia, onde são aplicadas técnicas endoscópicas de diagnóstico e de terapêutica. Entre as primeiras destacam-se a endoscopia, a colonoscopia, a cápsula endoscópica, ecoendoscopia, CPRE, a manometria e a phmetria esofágica com impedância para estudo da motilidade, a endoscopia e colonopetria pediátrica. Na área terapêutica destaca-se a polipectomia (alta e baixa) e a CPRE. Esta unidade realizou, em 2010, cerca de 4.750 consultas e 12 mil exames.

● Para mais informações ligue 213 926 100



●●●●
SAÚDECUF

Hospitalcuf descobertas com abordagem global de oncologia

O hospitalcuf descobertas dispõe, desde o início da sua actividade, em 2001, uma unidade de oncologia vocacionada para todo o percurso da doença nos doentes oncológicos adultos. Desde o diagnóstico precoce, o despiste e o aconselhamento de famílias até ao diagnóstico da doença e ao seu planeamento de tratamento nas várias áreas – com cirurgia, radioterapia, quimioterapia – o hospital dispõe das melhores condições reunidas numa única unidade de saúde. A oferta de serviços nesta área contempla também, desde o fim de 2009, a oferta de cuidados paliativos, numa parceria com a José de Mello Residências e Serviços, nomeadamente com a unidade Domus Pallium, situada a 100 metros do hospital. Do ponto de vista de tratamento, o hospital dispõe de cirurgias dedicadas a tratar algumas destas patologias mais frequentes, como por exemplo o cancro da mama, o cancro colo-rectal e o cancro da próstata.





● ● ● ●
SAÚDECUF

CAPELA NO HOSPITALCUF PORTO

A capela do hospitalcuf porto foi inaugurada no dia 15 de Dezembro, com a missa de celebração do Natal das unidades institutocuf e hospitalcuf porto. Com a inauguração da capela deu-se início a um serviço de voluntariado, no qual os colaboradores das referidas unidades são convidados a participar, ao envolverem-se não só na perspectiva da eucaristia, como também no acompanhamento e apoio aos doentes do internamento do hospitalcuf porto. O Padre Gonçalo Amaro, capelão, pretende que a actividade da capelanía seja regular e convida todos que o desejarem a integrar este projecto.

● ● ● ●
SAÚDECUF

ABERTURA CONCLUÍDA

O hospitalcuf porto concluiu a sua abertura gradual no mês de Novembro. Desde 15 de Junho de 2010 que esta unidade tem vindo a caminhar a largos passos para alargar a sua oferta e consolidar gradualmente este grande projecto. Com o funcionamento dos seus serviços em pleno, o hospitalcuf porto reúne todas as condições de um centro de excelência clínica, oferecendo cuidados de saúde de acordo com os mais exigentes padrões tecnológicos e de conforto que caracterizam as unidades da rede saúdecuf.

● ● ● ●
SAÚDECUF

PNEUMOLOGIA EM IDADE PEDIÁTRICA EM ANÁLISE NO HOSPITALCUF PORTO

O Centro da Criança e do Adolescente do hospitalcuf porto organizou uma reunião clínica sob a temática “Casos e Dicas em Pneumologia Pediátrica”, tendo como palestrante a Dra. Inês Azevedo.

No hospitalcuf Porto, o Centro da Criança e do Adolescente dispõe de um conjunto alargado de sub-especialidades pediátricas que tornam este Centro numa referência de cuidados pediátricos, nomeadamente as consultas de endocrinologia pediátrica, nefrologia pediátrica, patologia respiratória, nutrição/obesidade e desporto, pedopsiquiatria, psicologia, gastroenterologia pediátrica, neonatologia, cirurgia pediátrica, cardiologia pediátrica, ortopedia infantil, oftalmologia, otorrinolaringologia e imagiologia.

☎ Para mais informações ligue 220 039 000



● ● ● ●
SAÚDECUF

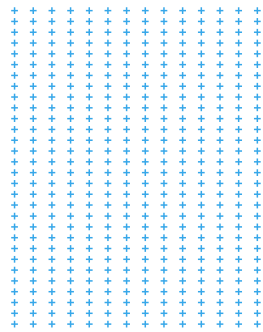
Implante coclear com sucesso no hospitalcuf porto

A equipa do Serviço de Otorrinolaringologia do hospitalcuf Porto iniciou, em Dezembro, o seu programa de implantes cocleares para a reabilitação de surdos profundos com a elaboração do segundo implante coclear híbrido em Portugal, o primeiro alguma vez realizado num hospital privado. A doente, com 50 anos, sofria de surdez profunda desde os 18 anos, embora mantivesse resíduos auditivos nas frequências graves.

Esta técnica cirúrgica permite devolver a audição aos doentes em que a surdez atingiu uma dimensão acentuada que já não pode ser tratada de forma satisfatória com uma prótese auditiva. A associação de um implante coclear a uma prótese auditiva, permite estimular a audição dos sons graves através de prótese convencional e os sons agudos electricamente pelo implante.

Segundo o médico Vítor Correia da Silva, responsável pelo procedimento cirúrgico, “esta técnica cirúrgica pode devolver a esperança a muitos doentes que perderam a sua audição e permitir que uma criança que tenha nascido surda, se diagnosticada e tratada precocemente, possa desenvolver uma linguagem normal”.

No hospitalcuf Porto é possível realizar-se o Rastreio Auditivo Neonatal Universal para todas as crianças que nasçam nesta unidade hospitalar, um procedimento que assume particular relevância quando se estima que a incidência de surdez infantil ocorre em 1 a 3 por mil recém-nascidos saudáveis e em 20 a 40 por mil recém-nascidos de alto risco.



● ● ● ●
EFACEC

EFACEC PARTICIPA NA MOBILIDADE ELÉCTRICA

A Efacec é uma das empresas participantes no projecto MOBI-E, que prevê estabelecer um quadro de referência para a infra-estrutura de abastecimento de veículos eléctricos em todo o território nacional.

Assumindo-se como uma mudança de paradigma associada aos novos modelos de sustentabilidade energética e ambiental, a mobilidade eléctrica ao nível de veículos ligeiros constitui uma área agregadora de múltiplas competências, promovendo a convergência de variados domínios tecnológicos, nomeadamente ao nível dos equipamentos e sistemas eléctricos e electrónicos, sistemas de informação e de comunicação, engenharia de produto, entre outros.

O projecto para a mobilidade eléctrica aponta para a existência de uma rede de 1.300 pontos de abastecimento até ao Verão de 2011, ano em que começarão a ser vendidos em Portugal os primeiros carros 100% eléctricos da Aliança Nissan/Renault e de outros fabricantes.

Até ao momento, 25 municípios já aderiram ao projecto Mobi-E e foi criado um consórcio para desenvolvimento desta rede de carregamento, que conta com empresas como a Efacec, a Novabase ou a Critical Software, entre outras.



● ● ● ●
GRUPO

PROGRAMA DE VOLUNTARIADO DO GRUPO JOSÉ DE MELLO

O Grupo José de Mello decidiu implementar, com o apoio da Fundação Amélia da Silva de Mello, um Programa de Voluntariado transversal e comum a todas as empresas participadas, tendo assim como destinatários os mais de dez mil colaboradores da José de Mello, José de Mello Saúde, Brisa, Efacec e CUF.

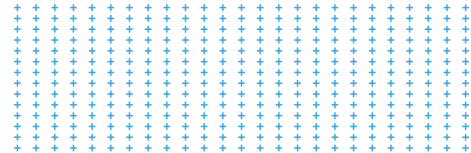
Este Programa de Voluntariado insere-se no posicionamento de responsabilidade social do Grupo José de Mello que decorre, por um lado, do compromisso assumido de desenvolver uma actuação empresarial socialmente responsável no presente e no futuro e, por outro, do legado histórico do antigo Grupo CUF que foi, no seu tempo, um exemplo de pioneirismo na adopção de políticas de boa cidadania empresarial.

Para esta fase inicial, foram definidas acções de formação em gestão e iniciação ao voluntariado, ministradas no segundo semestre de 2010 e primeiro semestre de 2011, para além da realização, entre 6 e 17 de Dezembro, de um questionário que permite dar voz aos colaboradores no sentido de melhor se definir um caminho e uma actuação ao nível dos territórios e causas.

● ● ● ●
CUF

COLÓQUIO DO CENTENÁRIO CUF EM LIVRO

A CUF e a José de Mello patrocinaram a edição de um livro, intitulado “Industrialização em Portugal no Século XX – O Caso do Barreiro”, que foi editado recentemente pela EDIUAL – Universidade Autónoma Editora e que também contou com o apoio da Câmara Municipal do Barreiro e da Quimparque. Com a coordenação de Miguel Figueira de Faria e José Amado Mendes, esta edição procura compilar as cerca de três dezenas de intervenções que foram proferidas durante um colóquio internacional organizado pelo Centro de Estudos de História Empresarial da Universidade Autónoma de Lisboa, que decorreu entre 8 e 10 de Outubro de 2008, no âmbito das comemorações do Centenário da CUF no Barreiro.



● ● ● ●
BRISA

BRISA APROVA REORGANIZAÇÃO SOCIETÁRIA

Os accionistas da Brisa aprovaram, no dia 17 de Dezembro, em assembleia geral extraordinária, a proposta de reorganização societária que havia sido apresentada pelo Conselho de Administração, em particular a criação de uma nova sociedade, denominada Brisa Concessão Rodoviária (BCR), que passará a deter a concessão principal. O Conselho de Administração da Brisa congratulou-se com esta decisão dos accionistas, sublinhando que “abre as portas a uma nova fase de crescimento da empresa”, tendo ainda manifestado o seu apreço pelo “excelente trabalho desenvolvido nestes dois últimos anos pelos quadros da Brisa”.

Este marco histórico representa o culminar de dois anos de um processo de reorganização societária, que torna a Brisa numa *holding* operacional e que garante uma maior eficiência das unidades de negócio, permitindo uma definição mais correcta das suas prioridades e objectivos.



aconteceu...

57

INICIATIVAS + EVENTOS + DEBATES

Outubro 2010



Da esquerda para a direita:
Prof. Dr. Miguel Correia,
Dr. Manuel Rodrigues
e Rodrigues, Prof.
Dr. Pedro Quesada Marin,
Prof. Dr. João Paço,
Prof. Dr. Torcuato Labella
Caballero,
Prof. Dr. Pais Clemente
e Prof. Dr. José Fragata

AGREGAÇÃO

JOÃO PAÇO CONQUISTA TÍTULO DE AGREGADO

O Professor Doutor João Paço, médico Otorrinolaringologista, director clínico do hospitalcuf infante santo e Presidente do Conselho Médico da José de Mello Saúde, realizou em Outubro passado as suas provas de Agregação em otorrinolaringologia, na Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.

O especialista, que exerce a sua actividade clínica em exclusivo no hospitalcuf infante santo há mais de dezasseis anos, foi aprovado por unanimidade e completou assim o mais elevado grau académico em medicina, numa evidência do currículo que tem vindo a desenvolver ao longo dos seus 34 anos de carreira. O título de agregado é atribuído pelas universidades e institutos universitários portugueses e atesta a qualidade do currículo académico, profissional, científico e pedagógico, bem como a capacidade de investigação e a aptidão para dirigir e realizar trabalho científico independente.

Constituição do júri que atribuiu a Agregação:

Presidentes:

PROF. DOUTOR ANTÓNIO RENDAS
Reitor da Universidade Nova de Lisboa

PROF. DOUTOR MIGUEL CORREIA
Vice-Reitor da Universidade Nova de Lisboa

Vogais:

PROF. DOUTOR PEDRO QUESADA MARIN
Professor catedrático de ORL, Barcelona

PROF. DOUTOR TORCUATO LABELLA CABALLERO
Professor catedrático de ORL,
Santiago de Compostela

PROF. DOUTOR MANUEL PAIS CLEMENTE
Professor catedrático de ORL, Porto

PROF. DOUTOR JOSÉ FRAGATA
Professor catedrático de Cirurgia da Faculdade de Ciências Médicas de Lisboa

DR. MANUEL RODRIGUES E RODRIGUES
Director do Serviço ORL, Hospital Pedro Hispano



CAMPANHA

LUTA CONTRA O CANCRO DA MAMA

A assinalar o mês da sensibilização para o cancro da mama, com o objectivo de alertar para a gravidade da doença e apelar à sua prevenção, a José de Mello Saúde lançou em todas as unidades saúdecuf uma campanha para incentivar as mulheres a realizarem o auto-exame. Com a mensagem “Olhe por si, Aposte na prevenção”, a campanha convidou os colaboradores a usar um cachecol alusivo à prevenção do cancro da mama e distribuiu aos clientes laços cor-de-rosa, da Associação Laço. Foram ainda afixados cartazes e distribuídos folhetos informativos sobre a importância de um diagnóstico precoce.

O Hospital de Braga também organizou acções dirigidas a visitas, familiares, doentes, funcionários e voluntários que alertaram para as necessidades preventivas e manifestaram apoio às pessoas que sofrem ou sofreram desta patologia.

Agenda



FEVEREIRO

SIMPÓSIO

3.º Simpósio de Ginecologia e Obstetrícia hospitalcuf descobertas

03 e 04.02.2011

HOTEL ALTIS, LISBOA

Com o lema "A Ginecologia e a Obstetrícia no Séc. XXI" neste simpósio serão debatidas as Condicionantes Médico-Legais no Exercício da Medicina e a Patologia Vulvar.



- 01
- 02
- 03 **S**
- 04
- 05
- 06
- 07
- 08
- 09 **A**
- 10
- 11
- 12 **R**
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21 **A**
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31

MARÇO

A ASSINALAR

Dia da Mulher

09.03.2011

TEM OS SEUS EXAMES anuais em dia? Vá a www.josedemellosaude.pt e faça as suas marcações **online**.



FEVEREIRO

REUNIÃO

Reunião do Exame Europeu de Ortopedia e Traumatologia hospitalcuf descobertas

12 e 13.02.2011

ESTAS REUNIÕES têm repercussão internacional e são coordenadas pelo Professor Jorge Mineiro, ortopedista e director clínico do hospitalcuf descobertas.



MARÇO

REUNIÃO

Encontros de Otorrinolaringologia hospitalcuf porto

MARÇO

COORDENADAS

pelo Dr. Vitor Coreia da Silva, os Encontros de ORL realizam-se mensalmente e são abertos a médicos de especialidades como Medicina Geral e Familiar, Pediatria e outros.



ABRIL

A ASSINALAR

DIA MUNDIAL DO LIVRO

21.04.2011

ESCOLHA UM LIVRO e cultive momentos de pausa e silêncio enquanto exercita a mente e contraria a agitação natural da vida moderna.



ABRIL

JORNADAS

III Jornadas da Primavera clinicacuf cascais

ABRIL

AS JORNADAS DA PRIMAVERA realizam-se todos os anos na clínicacuf cascais e promovem o debate e a troca de experiências de temas relacionados com o envelhecimento a alergologia e outros.





DOMUSCARE

SERVIÇOS DOMICILIÁRIOS

Tudo o que precisa,
sem sair de casa.
Mas se precisar, saímos consigo.

A DomusCare, disponível 24h por dia, 365 dias por ano, presta todos os cuidados para quem deseja permanecer em casa junto da sua família e usufruir de apoio nas actividades diárias, enfermagem, medicina e fisioterapia.

CONTACTE-NOS PARA MAIS INFORMAÇÕES.



JOSÉ DE MELLO
RESIDÊNCIAS E SERVIÇOS

unite.com.pt



GRANDE LISBOA E GRANDE PORTO 707 506 506

WWW.JMELLORS.PT

OUÇA, RESPIRE E FALE COM O MÍNIMO ESFORÇO



A **Unidade de Otorrinolaringologia** (ORL) do **instituto^{cuf}** está vocacionada para o tratamento de todas as patologias ORL pediátricas e do adulto, com especial destaque para o diagnóstico e tratamento da surdez infantil e do adulto, da vertigem, da rinosinusite, das doenças do sono e da voz, da oncologia ORL e da Estética Facial.

