

+ VIDA

Uma publicação José de Mello Saúde

N.º 07 :: NOVEMBRO 2012

Centro do Coração

HOSPITALCUF INFANTE SANTO
UMA EQUIPA A TRABALHAR
DE ALMA E CORAÇÃO

ENTREVISTA

Jan De Pooter

O PRESIDENTE DA MÉDIS
E O MERCADO PORTUGUÊS
DE SEGUROS DE SAÚDE

CLÍNICAUF ALVALADE

NOVO PISO OFERECE
SAÚDE EM TODAS
AS IDADES

Oncologia

Saiba porque temos
cada vez mais finais felizes

CONHEÇA A HISTÓRIA DE DOMINGOS OLIVEIRA,
ACOMPANHADO NO HOSPITALCUF DESCOBERTAS



JOSÉ DE MELLO · SAÚDE

AGORA JÁ NÃO TEM QUE ANDAR DE UM LADO PARA O OUTRO



No Centro da Criança do **hospitalcuf** descobertas, para além da Pediatria Geral pode encontrar as consultas que o seu filho precisa, por forma a vigiar a sua saúde e acompanhar o seu crescimento.

NOTA DE ABERTURA



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

Gerir com Valores

NUMA ÉPOCA DE ENORMES DESAFIOS, COMO A QUE VIVEMOS, a cultura e os valores das organizações tornam-se ainda mais importantes e acredito que são, em muitos casos, os pilares que sustentam e impulsionam as estratégias empresariais. A José de Mello Saúde orgulha-se dos seus valores e procura, em cada momento, coerência nas atitudes dos profissionais e nos caminhos que prossegue. Nesta edição da +VIDA, os quatro valores da José de Mello Saúde estão bem espelhados em alguns dos artigos, que gostaria de salientar. Começo pela abordagem que a nossa organização apresenta à Oncologia, e que registo como exemplo de **Inovação**. Destaco concretamente a inovação com a radioterapia intra-operatória, uma abordagem pioneira no tratamento do cancro da mama em Portugal, que realizámos já por diversas vezes no hospitalcuf porto e, mais recentemente, na clínica**cuf** cascais, um exemplo, para além do mais, de um trabalho multidisciplinar entre equipas e uma enorme mais-valia para os doentes, que podem ser tratados em apenas uma sessão. Mas não posso deixar de referir, ainda na Oncologia, que, na José de Mello Saúde, suportamos o nosso trabalho na rapidez e fiabilidade dos diagnósticos, numa perspectiva multidisciplinar e com uma forte componente de humanização, sempre apoiados em equipas experientes e competentes, para concretizar um abordagem diferenciadora, da qual nos orgulhamos. A **Competência** é outro dos valores da José de Mello Saúde e são vários os exemplos que podemos encontrar nesta revista para o ilustrar. Quero destacar a história partilhada em “Vida Real” - só uma equipa de enorme competência conseguiria restituir a qualidade de vida a um doente com a história clínica de Adelino Macedo. Profissionais de Neurocirurgia, Cuidados Intensivos e Fisioterapia do Hospital de Braga estão de parabéns pela competência e empenho com que se dedicaram a este caso. Outro dos valores da nossa organização é o **Desenvolvimento Humano**, patente em inúmeras equipas. Saliento, neste caso, o Centro do Coração do hospitalcuf infante santo, pela forma como aceita o permanente desafio de troca de experiências, contando com excelentes contributos individuais, que resultam num colectivo tecnicamente muito competente. Quero referir, por fim, o valor **Respeito pela Dignidade e Bem-estar da Pessoa**, intrínseco à nossa actividade no sector da saúde. Respeitar a dignidade e bem-estar é assumir, colectiva e individualmente, o compromisso de tudo fazermos para assegurar o melhor interesse da pessoa, princípio que deve nortear todas as profissões de saúde. Saliento aqui como bom exemplo deste valor a equipa de enfermagem do Hospital Vila Franca de Xira, que com profissionalismo, respeito e simpatia sabe fazer face aos desafios que se apresentam no seu dia-a-dia e aos que se aproximam com a transferência para uma nova infra-estrutura hospitalar. Termino com um agradecimento ao CEO da Médis, Jan de Pooter, que partilhou connosco a sua perspectiva do mercado segurador, revelando o que tem sido feito pela Médis no sentido de manter a sua oferta competitiva e inovadora. Boa leitura.

FICHA TÉCNICA

+VIDA NOVEMBRO 2012

- :: DIRECTORA Edla Ferreira Pires
- :: CONSELHO EDITORIAL André Oliveira, Elisabeth Ferreira, Filipa Almeida, Francisco Malheiro Reymão, Gonçalo Marcelino, Inácio Almeida e Brito, João Fernandes, João Ferreira, João Morgado Fernandes, José Coelho, Luís Cardoso Menezes, Madalena Correia Neves, Maria João de Mello, Pedro Lucena e Valle, Piedade Sande Lemos, Rosário Frias, Rosário Sepúlveda, Vasco Luís de Mello
- :: CONCEPÇÃO, EDIÇÃO E PAGINAÇÃO Plot - Content Agency
- :: JORNALISTAS Cláudia Pinto, Susana Marvão, Susana Torrão
- :: 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 Lidergraf :: TIRAGEM 6 000 exemplares :: DEPÓSITO LEGAL 308443/10
- :: DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



índice



10. EMFOCO

APRESENTAMOS-LHE
O CENTRO DO CORAÇÃO
DO HOSPITALCUF
INFANTE SANTO

03 :: NOTA DE ABERTURA

Salvador de Mello realça a importância dos Valores na gestão das empresas

06 :: ENTRE

Conhecida pela qualidade dos cuidados de saúde que presta a toda a família, a clinicacuf alvalade inaugurou um novo piso

15 :: QUALIDADE

Uma abordagem inovadora ao problema da obesidade infantil é o prémio “Mais Valor” deste ano

16 :: TEMA DE CAPA

Conheça as equipas, as histórias e a excelência dos serviços de Oncologia das Unidades da José de Mello Saúde

28 :: OPINIÃO

Jan de Pooter, CEO da Médis, em entrevista sobre a empresa e o mercado de seguros de saúde em Portugal

33 :: CUIDAR

Enfermagem no Hospital Vila Franca de Xira: exemplo de dedicação e profissionalismo

30 :: CASE STUDY

Os riscos de acidente vascular cerebral segundo o Prof. Armando Mansilha, coordenador da Unidade de Angiologia e Cirurgia Vascular do hospitalcuf porto

44 :: ESTILOS DE VIDA

Um artigo do Dr. Carlos Evangelista, médico ortopedista da clinicacuf cascais, sobre a importância do envelhecimento activo

44 :: CONTE COM ELES

No hospitalcuf descobertas a unidade de dermatologia e estética alia inovação, competência e uma oferta diversificada

52 :: SER MAIS

As mais recentes realizações do programa “Educação para a Saúde”, uma iniciativa que aproxima a José de Mello Saúde da comunidade

54 :: BREVES

As notícias mais recentes sobre o que a José de Mello Saúde oferece, realiza e promove

58 :: MARQUE NA AGENDA

Os eventos e acções que não pode perder



40.

VIDA REAL

A ADMIRÁVEL RESISTÊNCIA E VONTADE DE VIVER DE ADELINO MACEDO QUE, APÓS UMA HEMORRAGIA NO TRONCO CEREBRAL, RECUPEROU A SUA VIDA NO HOSPITAL DE BRAGA

Entre!

CLÍNICA CUF ALVALADE

Mais espaço para toda a família

ESPECIALMENTE VOCACIONADA PARA A PRESTAÇÃO DOS MELHORES CUIDADOS DE SAÚDE PARA TODA A FAMÍLIA E COM UMA FORTE COMPONENTE DE MEDICINA FÍSICA E REABILITAÇÃO, A CLÍNICA CUF ALVALADE INAUGUROU RECENTEMENTE UM NOVO ESPAÇO. AUMENTOU ASSIM A RESPOSTA DE ALGUMAS ESPECIALIDADES JÁ EXISTENTES E PASSOU A OFERECER MAIS EXAMES COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO EM DIFERENTES ESPECIALIDADES



A actividade da **clínica cuf alvalade**, cuja direcção clínica é assegurada por Paulo Beckert, especialista em Medicina Desportiva, teve início no final de 2003 com duas grandes vocações que se mantêm até hoje: a Medicina Física e de Reabilitação - cujos 600 m² de ginásio, piscina e sala de fisioterapia fazem a diferença relativamente a outras unidades - e a vertente dedicada a toda a família. “Conseguimos dar resposta aos cuidados de saúde de todos os membros da família através de especialidades como pediatria, ginecologia, medicina geral e familiar, entre outras”, refere Silvia Peña, directora da unidade. A estas valências junta-se a localização estratégica. “Estamos no centro de Lisboa num local muito acessível e com uma boa resposta em termos de transportes públicos e estacionamento”, acrescenta.



Ambiente familiar

Esta clínica conta com mais de 180 médicos no corpo clínico e 70 colaboradores em diversas áreas. Ainda assim, nunca se perdeu a perspectiva de proximidade. “Temos uma dimensão muito simpática, conhecemos todos e conseguimos estabelecer uma grande empatia entre a equipa e o cliente”, refere Silvia Peña.



▲ PEDIATRIA

João Bacelar coordena a equipa de Otorrinolaringologia

◀ A EQUIPA

Silvia Peña, directora da Unidade, Paulo Beckert, director clínico, e Irene Martins, coordenadora do Centro de Gastrenterologia, dedicam-se à saúde de toda a família

“Hoje em dia conseguimos dar resposta aos cuidados de saúde de toda a família”

SILVIA PEÑA,
directora da clinicacuf alvalade



UMA MELHOR RESPOSTA

Iniciou-se, em Novembro do ano passado, o desenvolvimento do Piso -1 da clínica com o objectivo de melhorar e aumentar a resposta aos clientes. Esta nova área tem oito gabinetes, sendo uma parte dedicada a exames de Gastrenterologia e Oftalmologia e também seis gabinetes para consultas de especialidades como pediatria, otorrinolaringologia e imuno-alergologia.

“Permitiu-nos disponibilizar gabinetes no primeiro andar da clínica para outras especialidades, recrutar vários médicos e alargar as agendas daqueles que tinham uma maior lista de espera”, adianta a directora.

Os exames complementares de diagnóstico nas áreas de Oftalmologia e Gastrenterologia iniciaram em Abril. Passados quase seis meses o balanço é muito positivo, quer em termos quantitativos quer em termos qualitativos.

“Os nossos clientes têm hoje uma oferta muito mais alargada das diversas especialidades. Na clinicacuf alvalade promovemos a referência interna para que os nossos clientes disponham de todos os serviços clínicos num mesmo espaço. Sempre que não dispomos de capacidade de resposta, os clientes são encaminhados para outras unidade saúdecuf, consoante a sua preferência”, refere Silvia Peña.

TESTEMUNHO DE MARIA DE FÁTIMA COSTA



“Gosto da forma como sou tratada”

Sou acompanhada na clínica CUF alvalade nas consultas de Gastreenterologia desde há um ano e como tenho muitas queixas já realizei algumas endoscopias. A minha médica desconfia que tenho uma hérnia e sugeriu a realização de mais um exame nesta nova unidade para fazer um diagnóstico adequado. Gosto do acompanhamento e da forma como sou tratada. Esta unidade conta com excelentes profissionais e isso ajuda-me a realizar estes exames com maior facilidade. Vim muito desconfiada e sem medo pois realizei o exame com sedação e correu tudo bem. Estou a sentir-me melhor e considero que o serviço é muito bom.



UNIDADE DE GASTREENTEROLOGIA

A consulta de Gastreenterologia está disponível desde a abertura da clínica CUF alvalade mas os exames complementares de diagnóstico nesta especialidade só começaram a ser possíveis com a abertura do novo Piso.

“A partir do momento em que tivemos o espaço suficiente avançámos para este projecto. Fui convidada para coordenadora do mesmo e foi com muita satisfação que aceitei”, refere Irene Martins, responsável da unidade de Gastreenterologia na clínica. Em primeiro lugar, pensou-se na logística e no que esta unidade necessitaria. “Temos uma sala ampla para exames, um espaço específico para a desinfeção e área para recuperação, porque a maioria destes exames precisam de anestesia, e outras instalações de apoio de fácil acesso e com conforto para os doentes, entre outros aspectos”, refere Irene Martins. “O espaço foi estruturado e programado tendo em conta as necessidades, e são seis os médicos gastreenterologistas que constituem esta equipa. Os doentes chegam à nossa unidade não só vindos do exterior, mas também referenciados internamente de outras especialidades da nossa clínica, o que possibilita uma rápida resposta”, salienta a coordenadora do serviço.

DESMISTIFICAR MITOS

Na clínica, a realização da endoscopia ou da colonoscopia é, normalmente, efectuada sob sedação anestésica



feita por um anestesista, em que o doente fica a dormir e não sente qualquer dor ou desconforto durante os exames. “Contamos com o apoio de um anestesista que acompanha o doente no exame, no recobro e até que este saia da clínica pelo próprio pé”, explica Irene Martins. Na verdade, ainda existem muitas pessoas que evitam fazer exames tão importantes para a sua saúde devido a mitos enraizados na sociedade.

IRENE MARTINS
É com satisfação que a coordenadora do Centro de Gastreenterologia conta que, agora, os próprios médicos podem realizar os exames aos seus clientes

“A colonoscopia permite detectar lesões precocemente e prevenir a evolução de um cancro que, em estado avançado, poderá não ter qualquer solução”

IRENE MARTINS,
coordenadora do Centro de Gastrenterologia

“A colonoscopia é um exame muito importante e lamento que os clientes não o façam por medo, pois podem ser detectadas lesões precocemente e prevenir a sua evolução para um cancro avançado, evitando-se assim uma evolução desfavorável, com todas as consequências daí inerentes”, alerta a coordenadora do serviço de Gastrenterologia.



A equipa desta unidade informa os clientes sobre os cuidados a ter, a preparação indicada (sobretudo no caso da colonoscopia) e esclarece todas as dúvidas, pessoalmente ou por telefone, antes da realização de um exame.

“Investimos muito na preparação para que o exame seja o mais conclusivo possível e procuramos que o doente esteja bem informado e tudo corra de acordo com o previsto”, adianta.

O relatório é entregue ao doente juntamente com uma folha de recomendações sobre onde se explica ao doente o que poderá sentir após o exame.

“Os colegas de Medicina Geral e Familiar ou de Ginecologia recorrem muito a esta especialidade. Estamos muito próximos, o que facilita o trabalho e a troca de informações para um melhor diagnóstico”, conclui Irene Martins, sublinhando a importância de uma abordagem multidisciplinar. ☰

NOVAS APOSTAS

A **clínicacuf** alvalade aposta em projectos inovadores e na comunicação junto da população de forma a que a clínica fique ainda mais próxima dos clientes.

NÚCLEO SÉNIOR

Pretende criar-se uma estrutura vocacionada para as necessidades da população sénior, que englobe desde a neurologia à nutrição.

SPORTCUF

Pretende-se aglutinar respostas para os desportistas amadores e profissionais na área de Cardiologia, Medicina Física e de Reabilitação, Ortopedia e Traumatologia e Nutrição, entre outras valências.



PERTO DE SI

CLÍNICALCUF ALVALADE

Estádio Alvalade XXI
entre as portas 3 e 4

Rua Prof. Fernando Fonseca

1600-618 Lisboa

Telefone: 210 019 500



GPS

N 38° 45' 36"

W 9° 09' 40"

Um prestigiado corpo clínico e a sua capacidade tecnológica permitem que o Centro do Coração do hospitalcuf infante santo seja uma referência em todo o país.

De alma e coração





As doenças cardiovasculares constituem a principal causa de morte em Portugal e noutros países. Por outro lado, nas últimas décadas o desenvolvimento de algumas técnicas de diagnóstico, bem como de procedimentos terapêuticos na área da Cardiologia, têm dado um contributo relevante no aumento da esperança média de vida das populações. Como explica Sousa Ramos, coordenador de Cardiologia do Centro do Coração do hospitalcuf infante santo, “temos conseguido aumentar a taxa de sobrevivência sobretudo devido a uma actuação preventiva mais eficaz, ao desenvolvimento dos meios de diagnóstico e a um grande avanço nos métodos terapêuticos”.

O Centro do Coração integra a Cardiologia, a Cirurgia Cardíaca desta unidade e a Cardiologia do hospitalcuf descobertas, funcionando de forma integrada. Além disso, trabalha em estreita colaboração com as Unidades de Cuidados Intensivos Polivalentes de ambos os hospitais. Um exemplo de interdisciplinariedade cujos benefícios revertem sempre a favor do cliente.

A equipa é constituída por 11 médicos cardiologistas, além de enfermeiros, auxiliares, técnicos de Cardiopneumologia e administrativos. “De uma maneira geral, as pessoas que aqui trabalham estão muito empenhadas pois ajudaram a construir o actual serviço como é hoje conhecido, sentindo-se extremamente motivadas”, avança o médico. Quando Sousa Ramos começou a trabalhar no hospitalcuf infante santo, em 1987, esta especialidade resumia-se à disponibilização do electrocardiograma. O seu crescimento tem sido notório: “Consoante a necessidade, fomos agregando colaboradores para dar resposta à evolução que se verificou”, explica.

Em 2001, com a abertura do hospitalcuf descobertas, esta equipa passou a trabalhar nas duas unidades. “Este serviço tem prestígio na cardiologia a nível nacional”, salienta o coordenador. Algumas complementaridades entre os dois hospitais traduzem-se numa maior eficiência no funcionamento do serviço, mais uma vez com vantagens para os clientes e também para a equi-

◀ Fila da frente: Susana Santos, Cristina Jesus, Alexandra Coelho, Sandra Silva, Sousa Ramos, Andreia Patinha, Neuza Serafim e Eliseu Nunes
Fila de trás: Pedro Matos, Lídia Sousa, Bárbara Costa, Marta Labucha, Luís Bernardes, Pedro Duarte, Susana Castela e Ricardo Mendes



Seguir a inspiração paterna

Optou por seguir medicina inspirando-se no seu pai, a sua maior referência como pessoa e como médico. “O meu pai era cirurgião geral e era frequente acompanhá-lo e assistir a cirurgias sem me fazer qualquer tipo de impressão”, diz-nos. Sempre deu muita importância ao contacto que se estabelece com as pessoas durante o acto da consulta e também se sentia particularmente atraído por uma especialidade com uma componente prática e tecnológica, por isso escolheu a cardiologia pois engloba as duas vertentes. “Entrei para a especialidade no Hospital de Santa Marta em 1981 e trabalhei sempre neste hospital até 2001. Dediquei-me à cardiologia de intervenção e trabalhei fora de Portugal, na Suíça e em Toulouse”, refere. Denota que “a nossa equipa sempre foi muito consistente e organizada dando sempre resposta às várias necessidades. Este tipo de organização foi claramente inovador no sector privado. A José de Mello Saúde sempre teve a tradição de reunir meios para dar resposta a todas as situações”, conclui Sousa Ramos.

**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.



pa, que pode dar uma resposta de qualidade. “A Medicina Nuclear, por exemplo, existe no hospitalcuf descobertas. No hospitalcuf infante santo o doente tem acesso facilitado à cardiologia de intervenção, à arritmologia de intervenção, à ressonância magnética cardíaca e à angio TC-coronária. Sempre que necessário, os doentes de qualquer unidade saúdecuf são para aqui encaminhados para se submeterem a uma destas intervenções. “A Cardiologia funciona em estreita colaboração e proximidade com a cirurgia cardíaca, um serviço com um coordenador próprio, o Prof. José Fragata”, revela Sousa Ramos. O Centro do Coração colabora com as outras especialidades do hospital, destacando-se ainda uma boa articulação com a unidade de Cuidados Intensivos.

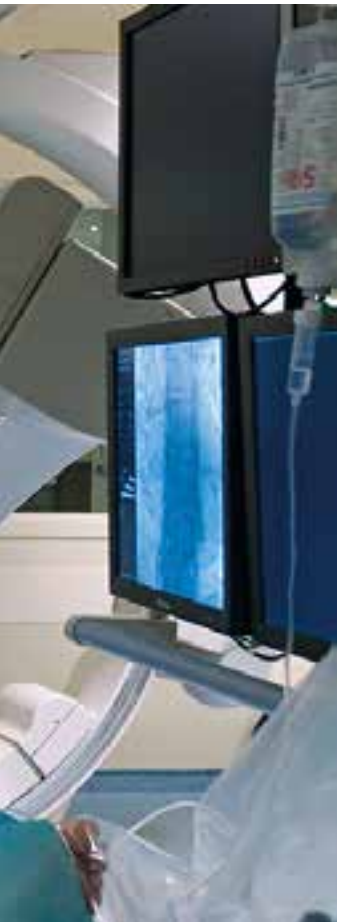
▲ Toda a equipa apresenta uma boa capacidade técnica que acompanha as constantes inovações



APOIO ÀS URGÊNCIAS E ÀS CLÍNICASCUF

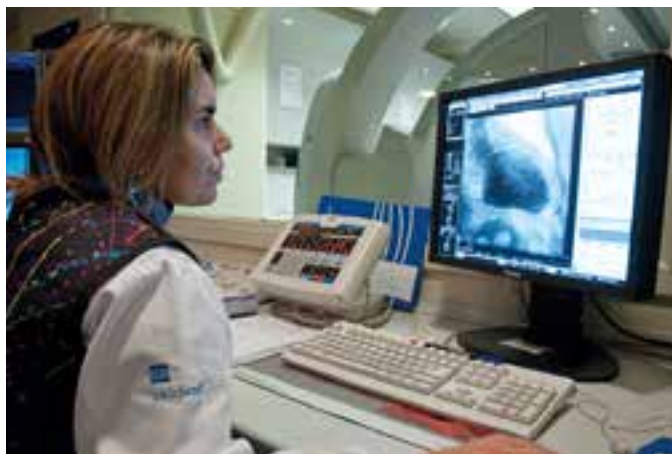
O Centro do Coração coloca à disposição dos clientes o seu prestigiado corpo clínico e a sua capacidade tecnológica visando a promoção da saúde através da prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças cardíacas.

Sousa Ramos defende que “os progressos tecnológicos são constantes e a inovação é permanente. Esta realidade requer exigências importantes no que respeita aos investimentos que nos permitem manter na vanguarda da tecnologia”.



Meios tecnológicos avançados e inovadores

“Fomos um dos hospitais pioneiros na ressonância magnética cardíaca e na angio TC das artérias coronárias. No começo deste ano foi realizado um *upgrade* da TC, conseguindo com esta plataforma uma redução substancial da radiação e uma otimização da qualidade das imagens. Ainda em 2012, adquirimos o novo ecocardiógrafo mais evoluído que existe no mercado”, salienta Sousa Ramos.



De destacar o apoio que esta especialidade dá às urgências. Durante o dia estão presentes médicos cardiologistas em ambos os hospitais. “Temos sempre um cardiologista de chamada para recorrer a situações cardiológicas agudas e, em particular, a equipa de cardiologia de intervenção que actua rapidamente em alguns tipos de enfarte do miocárdio que requerem uma atenção muito especial. Este tipo de actuação pode acontecer a qualquer hora da noite nos sete dias da semana”, adianta o médico cardiologista. O tratamento ideal para alguns enfartes

de miocárdio passa por realizar uma coronariografia de emergência “em que se localiza uma artéria que está entupida e que tem de ser desobstruída com brevidade. Isto implica ter de chamar uma equipa composta por um médico, um enfermeiro, técnicos de radiologia e cardiopneumologia que, quase imediatamente, chegam ao hospital para realizarem a intervenção. Este é um serviço muito diferenciador. É a ‘via rápida coronária’, em que cada minuto conta”, salienta Sousa Ramos.

Existe também uma boa articulação com a clínica **cu**f cascais e clínica **cu**f torres vedras. Os doentes com problemas cardíacos graves que se dirigem ao AP daquelas unidades são estabilizados e rapidamente encaminhados para o hospital **cu**f infante santo. “É para mim um privilégio liderar esta equipa pela sua competência técnica mas também pelas suas qualidades humanas que procura actuar nas diferentes situações com o maior respeito pelos aspectos éticos.”

A equipa:

CARDIOLOGIA:

- José Manuel Sousa Ramos
- Luís Moura de Oliveira
- Ana Agapito
- Duarte Cacela
- Lúcia de Sousa
- Luís Bernardes
- Luís Brandão
- Manuel Nogueira da Silva
- Pedro Matos
- Sofia Almeida
- Susana Castela
- Susana Martins

CIRURGIA CARDÍACA:

- José Fragata
- Álvaro Laranjeira
- Luís Baquero



PERTO DE SI

HOSPITALCUF INFANTE SANTO

Travessa do Castro n.º 3
1350-070 Lisboa
Telefone: 213 926 100



GPS
N 38° 42' 20"
W 9° 10' 7"

QUALIDADE ▶

“É preciso ajudar os pais a reconhecerem o estado dos filhos e a motivarem-se para fazerem mudanças no estilo de vida do núcleo familiar”

CARLA RÊGO

PRÉMIO MAIS VALOR

Uma abordagem inovadora para tratar a obesidade pediátrica

PORQUE A OBESIDADE É UM SÍNDROMA COMPLEXO E MULTIFACTORIAL COM ORIGEM NA IDADE PEDIÁTRICA, A PEDIATRA CARLA RÊGO, DO CENTRO DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE (CCA) DO HOSPITAL CUF PORTO, IMPLEMENTOU UMA CONSULTA MULTIDISCIPLINAR PARA TRATAR A DOENÇA NAQUELA UNIDADE. O SUCESSO DA EXPERIÊNCIA LEVOU-A A ELABORAR O TRABALHO QUE, ESTE ANO, FOI DISTINGUIDO COM O PRÉMIO MAIS VALOR



Um prémio com valor

O Prémio Mais Valor, no valor de 12 500 euros, é atribuído anualmente pela José de Mello Saúde com o patrocínio da Fundação Amélia de Mello. Pretende reconhecer o trabalho de colaboradores que tenham contribuído de forma significativa para a criação de valor nas unidades da José de Mello Saúde e José de Mello Residências e Serviços. Privilegiando a inovação, o prémio distingue profissionais ou equipas que tenham desenvolvido trabalhos de excelência em áreas tão diversas como a melhoria da qualidade dos serviços, segurança de clientes e colaboradores, melhoria da eficiência dos processos ou o aumento da sustentabilidade da organização.

Atribuído anualmente pela José de Mello Saúde, o Prémio Mais Valor, criado em 2007 e no valor de 12 500 euros, tem como objectivo incentivar os colaboradores a desenvolverem projectos que promovam a excelência nas unidades da organização.

Este ano o trabalho *Cufista: Confiança, União, Força, Inteligência, Saúde, Trabalho, Alergia* – Uma experiência pioneira na abor-

dagem da obesidade pediátrica em consulta multidisciplinar de grupo de pares e respetivos cuidadores, coordenado pela pediatra Carla Rêgo e tendo como co-autores a nutricionista Inês Tomada, a psicóloga Clara Estima e o director do CCA, o pediatra Emídio Carreiro, foi o grande vencedor. Nele descreve-se o funcionamento de uma consulta única para a obesidade pediátrica.

Um projecto original, que veio não apenas otimizar o tratamento desta doença através da intervenção de uma equipa multidisciplinar junto da criança e da família, mas que acresce da particularidade de este modelo de intervenção pretender ser replicável, permitindo ser aplicado por outros profissionais que trabalhem obesidade infantil.

“A obesidade é das doenças mais difíceis e frustrantes de tratar. É um síndrome complexo e multifactorial, com forte envolvimento comportamental. Por isso quanto mais jovem for a criança na altura da intervenção e quanto mais áreas do comportamento forem trabalhadas simultaneamente, maior a probabilidade de adesão e sucesso. Percebemos que o ideal era haver uma abordagem multidisciplinar com técnicos da área da pediatria, nutrição pediátrica, psicologia infantil, um especialista em desporto e um enfermeiro, assim como envolver activamente a criança, a família e todos os cuidadores no processo”, explica Carla Rêgo. ☐

Bilhete de identidade



Professora
Carla Rêgo

A Professora Carla Rêgo é pediatra no Centro da Criança e do Adolescente do hospitalcuf porto, onde coordena uma equipa multidisciplinar vocacionada para o tratamento da obesidade pediátrica. A sua especialização no tema vem de longe. Em 1988 foi a responsável pela criação e implementação da primeira consulta no país de Obesidade Pediátrica no Serviço de Pediatria do Hospital de São João, no Porto. Também coordenou o Grupo de Estudos da Obesidade Pediátrica da Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade. É membro do Conselho Científico da Plataforma contra a Obesidade da Direcção-Geral da Saúde. Nasceu em Moçambique e tem 52 anos. É co-autora do livro *Crescer para Cima – Como prevenir ou tratar a obesidade da criança e do adolescente* da editora 1001 Noites.



BOLSA D. MANUEL DE MELLO 2012

Trabalho distinguido desenvolvimento na abordagem terapêutica de cicatrizes

A FUNDAÇÃO AMÉLIA DE MELLO, EM PARCERIA COM A JOSÉ DE MELLO SAÚDE, ATRIBUIU A BOLSA D. MANUEL DE MELLO, NO VALOR DE 12 500 EUROS, A INÊS CORREIA DE SÁ, INVESTIGADORA, PELO SEU TRABALHO SOBRE O PROCESSO DE CICATRIZAÇÃO DA PELE

A Fundação Amélia de Mello, em parceria com a José de Mello Saúde, distinguiu Inês Correia de Sá, investigadora, pelo seu trabalho *The endocannabinoid system in pathogenesis of dermal fibrosis* sobre o processo de cicatrização da pele. O prémio, no valor de 12 500 euros, vai permitir o desenvolvimento de novas abordagens terapêuticas para a cicatrização.

A investigadora, que é docente da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP) e também frequenta o Internato Complementar em Cirurgia Plástica, explica: “O estudo tem como objectivo final o desenvolvimento de novas estratégias terapêuticas que possam alterar o curso da cicatrização em doentes submetidos a cirurgia ou vítimas

de queimaduras extensas que desenvolvam tecido cicatricial aberrante, já que as abordagens terapêuticas existentes na actualidade são amplamente mal-sucedidas”, acrescentando que por vezes ocorre o desenvolvimento anormal de tecido durante o processo de cicatrização, o que “afecta o resultado, não só a nível estético como funcional, limitando de forma importante a qualidade de vida ou mesmo a sobrevida destes indivíduos”.

O projecto vai ser desenvolvido no Departamento de Farmacologia e Terapêutica da FMUP e em parceria com o Serviço de Cirurgia Plástica e Reconstructiva do Centro Hospitalar de São João, sob a orientação de Maria Augusta Vieira Coelho, professora da FMUP. ☰

▲
(Da esquerda para a direita): António Sousa Rêgo, secretário-geral da Fundação Amélia de Mello; Maria Amélia de Mello Bleck, Membro do Conselho de Administração da José de Mello Saúde; Inês Correia de Sá, vencedora da Bolsa D. Manuel de Mello; Rui Assoreira Raposo, Membro da Comissão Executiva da José de Mello Saúde

Resumo do trabalho premiado

Apesar de ser um processo biológico fundamental à sobrevivência, a cicatrização da pele, quando não controlada, pode comprometer a sobrevivência dos indivíduos. Exemplo disso são as lesões da pele que podem ocorrer como consequência de cirurgias ou queimaduras extensas. Essas lesões afectam o resultado funcional e estético e a terapêutica que existe é escassa e considerada pouco eficaz. Existem cada vez mais evidências de que o sistema endocanabinóide está envolvido na formação patológica de tecido fibroso e cicatricial na pele e tecidos subcutâneos e que a sua modulação poderá limitar esta resposta. Os canabinóides podem assim comportar-se como agentes profibróticos ou antifibróticos. O trabalho de Inês Correia de Sá visa avaliar o papel dos endocanabinóides no processo de cicatrização e a capacidade de alterar a evolução da formação cicatricial, permitindo desenvolver tratamentos mais eficazes.

Prémio no valor de 12 500 euros

A Bolsa D. Manuel de Mello é atribuída anualmente com o objectivo de contribuir para o avanço das Ciências da Saúde e destina-se a premiar jovens médicos, até aos 35 anos, que desenvolvam projectos de investigação clínica, individualmente ou integrados em equipas, no âmbito das Unidades de Investigação e Desenvolvimento das Faculdades de Medicina portuguesas.



▲ Para a equipa do serviço de oncologia do hospitalcuf infante santo, a ligação com o doente contribui para o "final feliz" de muitas histórias de cancro. Mas não basta: "A rapidez e eficiência do diagnóstico são uma característica fundamental das nossas unidades", afirma Manuela Bernardo, coordenadora



É talvez a doença mais temida. Conotado como sentença de sofrimento e morte, o cancro inquieta. Atinge faixas etárias cada vez mais alargadas, pode apresentar sintomas ou manifestar-se silenciosamente. E, afinal, não acontece apenas aos outros. Nas unidades da José de Mello Saúde a focalização e o compromisso no combate à doença oncológica é total. O diagnóstico pauta-se pela rapidez e fiabilidade, a avaliação de cada caso é feita de forma multidisciplinar e completa, a qualidade de serviços é uma segurança e o apoio constante ao doente e aos seus familiares uma realidade. Porque quando alguém recebe a notícia de que tem um cancro, a tranquilidade é a primeira a fragilizar-se



O cancro tem
cada vez mais
finais
felizes

Muitos são os que nem pronunciam o nome da doença “maldita” embora quanto mais cedo interiorizarem a situação e acreditarem que é possível tratar-se e continuar a viver, mais cedo a tranquilidade prevalece em oposição ao misto de sentimentos que envolvem um diagnóstico. Conseguir afirmar “tenho cancro” parece ser o primeiro passo para uma dura batalha que, em muitos casos, acaba por ser vencida rumo ao sucesso. Sim, é mesmo possível. Porque existem cada vez mais finais felizes e o facto de uma doença destas surgir inesperadamente na vida de alguém não significa uma condenação. Domingos Oliveira reconhece cada linha do texto que acaba de ler. Foi aos 48 anos, em 2008, que recebeu a notícia de que tinha um cancro no estômago. Desportista desde os 17 anos, inclusivamente como jogador de hóquei no Clube Infante Sagres, do Porto, com alimentação equilibrada e sem antecedentes na família, estava longe de imaginar que um dia a doença lhe bateria à porta.

“Comecei com desconforto e dores recorrentes e acabei por ir ao médico da empresa onde trabalho.” Esse mesmo médico receitou-lhe uma medicação com o objectivo de se sentir melhor dois a três dias depois. “Como continuei com queixas, recomendou-me alguns exames para investigar os meus sintomas e foi-me contactando para garantir que os marcava e realizava”, refere. “A preocupação deste médico foi fundamental para descobrir o que tinha com rapidez”. Domingos Oliveira já era cliente do hospitalcuf descobertas e foi a esta unidade que se dirigiu para se submeter aos tais exames que viriam a confirmar um diagnóstico inesperado. Estava numa viagem profissional aos Açores quando recebeu uma chamada telefónica indicando que deveria contactar o seu médico com urgência. “Fiquei literalmente em pânico”, lembra, “até porque tinha acabado de os fazer e não esperava um contacto tão rápido”. Assim que regressou da sua viagem já tinha consulta agendada com João Paulo Fernandes, coordenador da unidade de Oncologia do hospitalcuf descobertas. “Pensava que tinha uma úlcera e vinha preparado mentalmente para a necessidade de ser submetido a uma cirurgia. Foi um choque ouvir que tinha cancro. O que mais me marcou – e tenho dito isto a muitas pessoas – é que a partir do momento em que soube o diagnóstico comeci

estranhamente e logo de imediato a sentir uma enorme paz de espírito. Agora que já sabia o que tinha, era preciso tratar e resolver, e entreguei-me nas mãos dos profissionais de saúde. Senti desde o início que estava nas mãos certas.”

Domingos Oliveira tinha um carcinoma gástrico numa fase precoce e limitado ao estômago, não havia tempo a perder. A equipa liderada por João Paulo Fernandes e que incluía especialistas de Cirurgia Geral e Digestiva, Radioterapia, Gastrenterologia e Anatomia Patológica, avaliou toda a informação clínica e traçou de imediato o “plano de ataque”.

Uma nova rotina

Domingos Oliveira foi submetido a uma gastrectomia subtotal pela equipa de Ramos Dias em Janeiro de 2009 com sucesso. Foi possível manter parte do estômago, algo que o tranquilizou, sabendo das futuras implicações na sua qualidade de vida caso fizesse uma cirurgia de gastrectomia total. Renovou forças para enfrentar a recuperação e achava que a partir de então “tudo estaria resolvido”. Em Fevereiro surgiu uma nova má notícia. “O médico disse-me que tinha de fazer quimioterapia e radioterapia para prevenir que o tumor voltasse a aparecer. A palavra quimioterapia gelou-me o sangue e deitou-me abaixo mais do que o diagnóstico. Entrei em choque porque todos associamos quimioterapia a sofrimento, mal-estar, queda de cabelo e dor... Lembro-me que a notícia da cirurgia não teve tanto impacto emocional. Comecei as sessões de imediato.” Ao longo de todo este processo Domingos Oliveira sublinha que “o atendimento foi sempre muito atencioso” e que se sentiu “muito bem acolhido” no hospital de dia, onde diariamente se deslocava para as sessões, o que é essencial ao bem-estar e muito importante para criar as condições para a recuperação. “O espírito de boa disposição da equipa de enfermagem que nos acompanhava ajudou, criou-se uma pequena família entre todos.” Anabela Lobo, enfermeira gestora do Hospital de Dia, acredita que o espírito positivo e a componente de proximidade são essenciais à aceitação e adesão aos tratamentos pelo doente: “Criamos laços com as pessoas.”

“A certa altura também coloquei a pergunta ‘Porquê eu?’ mas bastou ver uma jovem que não devia ter mais que 20 anos a fazer quimioterapia ao meu lado... e passei a perguntar-me ‘Porque não eu?’” sublinha Domingos Oliveira, ao revelar que o sentimento de injustiça se tornou “relativo”

João Paulo Fernandes, coordenador da unidade de Oncologia do hospitalcuf descobertas, salienta a importância do know-how e da experiência de médicos e técnicos de diagnóstico. “Diagnosticar não é só ter meios técnicos. É usar a cabeça e solucionar o problema através desses mesmos meios.”





▲
 ◀ As equipas do hospitalcuf descobertas (em cima) e do Hospital de Braga (ao lado) aliam a experiência à multidisciplinariedade, sempre com o objectivo de prestar o melhor serviço possível ao doente



“O patologista é o médico mais importante no diagnóstico inicial porque é quem assume um rótulo perante uma lesão e assina por baixo”

DRA. ANA AFONSO



**Conte connosco
em todos
os momentos**

O GESTOR ONCOLÓGICO

Um suporte indispensável

Nas unidades José de Mello Saúde, através dos gestores oncológicos, o doente tem total apoio para a satisfação das necessidades que decorram do seu tratamento. É uma função iniciada há relativamente pouco tempo mas o seu papel é tão importante quanto apreciado pelos doentes. A título de exemplo, Ana

Taborda, que desempenha este papel no hospitalcuf descobertas, revela-nos o sentimento de realização profissional e de carinho pelos seus utentes. “Damos ao doente todas as informações necessárias, como os benefícios fiscais a que tem direito, ajudamos a gerir as questões com as seguradoras e sub-sistemas de saúde e ainda dúvidas em como aceder aos serviços de aconselhamento de imagem, como a disponibilização de perucas, próteses mamárias e outros aspectos.” Ana Taborda sabe que o apoio de

proximidade é reconfortante para o doente e para a família: “Ao nível das seguradoras e das coberturas, apuramos toda a informação de imediato para que o mesmo saiba quais os seus *plafonds* e que co-pagamentos terá de fazer. Conseguimos a resposta na hora, o que faz com que o doente se sinta seguro e menos perdido”, salienta. Conta que o seu trabalho é muito gratificante. “Consiço ajudar a dar alguma tranquilidade, tornando-me parceira ao nível de articulação com os outros serviços e as outras especialidades e facilitando

o acompanhamento de cada doente dentro desta instituição ou de outras unidades da José de Mello Saúde. É um apoio muito próximo e absolutamente diferenciador face aos restantes prestadores no mercado”, conclui. Todas as unidades saúdecuf que diagnosticam e tratam a doença oncológica contam com esta função. É uma equipa que troca experiências entre si, procurando ir ao encontro de todas as necessidades que os doentes e os seus familiares possam ter.

“A par de inovações terapêuticas constantes, existe uma atitude da parte dos profissionais que dá mais atenção ao doente e à sua família, permitindo melhorar significativamente a qualidade de vida”



DRA. MANUELA BERNARDO

a partir desse momento. O apoio familiar, sobretudo da mulher – que sempre o acompanhou a todas as sessões nunca o deixando enfrentá-las sozinho – e da sua filha foram essenciais para o processo de recuperação. Apesar de tudo, Domingos Oliveira quis continuar a trabalhar e optou por não ficar de baixa. Acordou com a empresa que iria trabalhar condicionado ao seu estado físico. “Fazia-me bem estar ocupado”, adianta. “Saía da quimioterapia e ia a conduzir para o escritório. Ficava até me sentir bem, mas não deixei de trabalhar.” Quatro ou cinco meses depois já comia quase de tudo sem restrições, embora pouca quantidade de cada vez.

Não sentiu o estigma do “doente de cancro” no trabalho, embora os colegas lhe confidenciem – agora que tudo ficou para trás – que às vezes se impressionavam com as mudanças físicas provocadas pela doença. Hoje, quase quatro anos depois do diagnóstico, Domingos Oliveira aceitou contar a sua história à +Vida. Não esconde que conta o tempo até passar a barreira psicológica dos “5 anos” pós-doença, para se tranquilizar de vez, embora saiba que terá de seguir uma vigilância durante toda a vida.

Como mensagem a outros doentes afirma que “há que acreditar” e defende que os passos necessários depois de um diagnóstico de cancro são para resolver um problema e não para o criar. “Acreditei que cada barreira ultrapassada era mais um passo a caminho do sucesso.”

Evolução do cancro em Portugal

A incidência de doença oncológica tem vindo a aumentar nos últimos anos em todo o mundo e o nosso país não é excepção. “Se por um lado aumentamos a longevidade – prevê-se que em 2030 duplique a percentagem de população com idade superior a 85 anos (7% para 16%) – também aumentaram os factores de risco que se têm vindo a provar causa de cancro: tabaco, álcool, baixo consumo de frutas e legumes, sedentarismo, obesidade, infecções, exposição solar”, revela Manuela Bernardo, cordenadora da Unidade de Oncologia do hospitalcuf infante santo.

Em Portugal, tal como no resto da Europa, os tumores com maior incidência são o cancro

colo-rectal, mama, próstata, pele, pulmão e estômago, assistindo-se a incidências díspares de determinados tipos de cancro no nosso país, como o carcinoma do estômago, associados a hábitos muito regionais como a alimentação.

“E se nos anos 60 havia necessidade de os doentes se deslocarem a hospitais estrangeiros para obterem determinadas técnicas de tratamento e diagnóstico, actualmente essa necessidade é praticamente inexistente, já que existe uma série de unidades hospitalares no nosso país que responde a todos os requisitos para a orientação correcta e actualizada da Patologia Oncológica”, lembra Rui Nabicho, director de Serviço de Oncologia do Hospital de Braga.

Prevenção precisa-se!

O que fazer então? Como travar as doenças oncológicas? Se em alguns tipos de tumores não há qualquer tipo de atitude preventiva possível, nem medidas de rastreio (sarcomas, leucemias e linfomas, mieloma, entre outros), nos tumores mais frequentes estima-se que a alteração do estilo de vida, por um lado, e o diagnóstico precoce por outro, tendo em conta o risco genético e ambiental de cada pessoa em particular, podem reduzir drasticamente a incidência e a mortalidade destas doenças.

Aqui o médico de família tem um papel muito importante na prevenção e no diagnóstico precoce. “Ao nível da consulta de clínica geral ou de medicina interna, poderá ser realizado este aconselhamento e vigilância, com o apoio da Oncologia Médica, para avaliar o risco e os exames de despiste mais adequados em cada situação”, explicam os coordenadores do hospitalcuf porto, Carlos Sottomayor e Moreira Pinto.

O compromisso com a prevenção é assumido activamente pela José de Mello Saúde, razão pela qual as suas unidades têm desenvolvido acções com esse fim junto da população.

Exemplo disso são as iniciativas desenvolvidas pela unidade de Patologia Mamária do hospitalcuf porto liderada por José Fleming de Oliveira, nomeadamente campanhas de rastreio do cancro da mama e cursos temáticos com difusão nos meios de comunicação social sobre o diagnóstico precoce.



▲ No hospitalcuf porto existe uma consulta de grupo multidisciplinar para todas as patologias oncológicas, para dar apoio ao médico assistente do doente e fazer uma orientação rápida do tratamento



(...) a partir do momento em que soube o diagnóstico comecei, estranhamente e de imediato, a sentir uma enorme paz de espírito. Agora que já sabia o que tinha era preciso tratar e resolver e entreguei-me nas mãos dos profissionais de saúde. Senti desde o início que estava nas mãos certas.”

DOMINGOS OLIVEIRA

Acrescentam ainda os coordenadores do hospitalcuf porto que “ao nível de outras patologias, a unidade de Gastrenterologia está preparada para os exames de rastreio do cancro colo-rectal e a unidade de Pneumologia dinamiza uma consulta de desabitação tabágica. Também no que concerne ao cancro de pele, com incidência relevante em Portugal, têm sido promovidas acções de forma regular e sistemática de sensibilização conduzidas por Osvaldo Correia”.

Mas nada mais eficaz para prevenir o cancro do que promover a saúde! Como? Através de hábitos de vida saudáveis que contribuem para a redução do risco, como nos explica João Paulo Fernandes: “90% dos tumores estão relacionados com o ambiente e hábitos pouco saudáveis, e não com causas genéticas como habitualmente se pensa”.

Cada indivíduo é, assim, o principal interveniente na prevenção do cancro pelas escolhas que faz no seu dia-a-dia ao longo da vida, não descurando eventuais sinais de alerta (ver caixa “Os mais comuns em Portugal”).

Diagnóstico atempado e fiável

Porque o crescimento dos tumores é durante longo tempo silencioso – sem sintomas – é importante diagnosticar numa fase de fraca actividade e de baixo volume dos mesmos. É esse o objectivo do auto-exame, da mamografia e da citologia do colo uterino por exemplo. E o sucesso no combate à doença depende em grande medida do estágio em que a mesma é diagnosticada.

A rapidez e fiabilidade de diagnóstico quando há uma suspeita reveste-se da maior importância como garantia de que a abordagem a seguir no tratamento é a mais adequada e que o mesmo se inicia o mais precocemente possível.

João Paulo Fernandes exemplifica: “Em caso de suspeita de cancro da mama, por exemplo, conseguimos dar resposta em menos de 48 horas e muitas vezes no próprio dia. É um descanso para uma mulher que detecte um nódulo suspeito. Num curto espaço de tempo

é vista em consulta, realiza a biópsia e determinamos o diagnóstico. Esta rapidez e precisão são fundamentais para a mulher poder seguir a sua vida tranquila ou dar rapidamente início ao seu tratamento caso a suspeita se venha a confirmar”, esclarece. E salienta a importância do *know-how* e da experiência de médicos e técnicos de diagnóstico. “Diagnosticar não é só ter meios técnicos. É usar a cabeça e solucionar o problema através desses mesmos meios.” Em consonância, Manuela Bernardo afirma que “a rapidez e eficiência do diagnóstico (pouco tempo e poucos exames) são uma característica fundamental nas nossas unidades, bem como a fiabilidade e diferenciação dos diagnósticos efectuados”.

Referindo-se à boa utilização de meios e recursos, Carlos Sottomayor evidencia “a importância da articulação com a Imagiologia, a Medicina Nuclear com PET, a Radiologia de Intervenção e a Anatomia Patológica para o diagnóstico rápido, como acontece no hospitalcuf porto” (Ver caixa Medicina Nuclear). As novas técnicas de imagem disponíveis nas unidades José de Mello Saúde, como a Tomografia Computadorizada Helicoidal (TC) e a Tomografia por Emissão de Protões (PET), aliadas às metodologias informáticas de fusão de imagens e às endoscopias virtuais, permitem uma maior abrangência e precisão diagnóstica e um correcto estadiamento da doença.

A importância da anatomia patológica

Embora pouco visível aos doentes, a Anatomia Patológica é uma especialidade fundamental no diagnóstico e acompanhamento da doença oncológica, pelo que é necessário garantir que os exames são efectuados em laboratórios experientes e com diferenciação clínica.

São pontos essenciais para a escolha de um serviço de Anatomia Patológica “a sua dimensão, nomeadamente o número total e variedade de exames que realiza, a dimensão da equipa de médicos patologistas que trabalham no servi-

ço e as suas áreas de diferenciação”, refere Ana Afonso, coordenadora da Anatomia Patológica do hospitalcuf descobertas, que anualmente processa mais de 40 000 exames, sendo actualmente um dos maiores laboratórios do país.

Um dos exames essenciais para a correcta caracterização da doença oncológica é a realização de uma biópsia. “Ou se colhe um fragmento de tecido (biópsia) ou se punciona um órgão para obtenção de células soltas e a isso chama-se citologia. É com esse material que o anatómopatólogista faz o diagnóstico”, explica Ana Afonso. Com o resultado, a equipa clínica avalia o tratamento mais adequado à condição específica de cada doente. “O patologista tem assim o lugar mais importante no diagnóstico inicial porque é quem o assume: rotula uma lesão e assina por baixo”, acrescenta Ana Afonso.

O facto de este serviço estar integrado num hospital, numa clínica ou num grupo de hospitais onde existem reuniões multidisciplinares frequentes para decisão terapêutica é também crucial. “Este é um critério de qualidade pois é nestas reuniões que os médicos que vão tratar determinado doente se juntam para decidir a melhor estratégia a seguir e o contributo do anatómopatólogista é relevante”, conclui.

E, se há algumas décadas “a Anatomia Patológica era vista como uma especialidade médica um pouco estranha e desligada da realidade clínica, hoje em dia é uma especialidade intrínseca à prática clínica diária e que interfere, pelo seu contributo, com o modo como o doente pode e deve ser tratado, orientando oncologistas, cirurgiões e radioterapeutas, acompanhando o percurso de tratamento do doente oncológico”, revela Fernando Pardal, director do Serviço de Anatomia Patológica e director clínico do Hospital de Braga.

Tratamentos que devolvem sorrisos

Vivemos tempos em que, felizmente, os doentes oncológicos podem ter mais esperança! A evolução da medicina, de novas terapêuticas e técnicas,

CANCRO COLO-RECTAL

O cancro colo-rectal é o tumor com maior incidência em Portugal

OS SINTOMAS MAIS COMUNS

Alteração dos hábitos intestinais, diarreia, obstipação ou sensação de que o intestino não esvazia completamente, Sangue (vermelho vivo ou muito escuro) nas fezes, fezes menores do que o habitual, desconforto abdominal generalizado (dores de gases, inchaço, enfartamento e/ou câibras), perda de peso inexplicada, cansaço constante, náuseas e vômitos.

Na maioria das vezes estes sintomas não estão relacionados com um cancro e podem, ainda, ser provocados por tumores benignos ou outros problemas. Só o médico poderá confirmar. Geralmente, as fases iniciais do cancro não causam dor. Se tem estes sintomas, não espere até sentir dor para consultar o médico.

PREVINA O CANCRO COLO-RECTAL

A prevenção do cancro colo-rectal prende-se sobretudo com factores como a dieta e o estilo de vida. “Tenha uma dieta equilibrada, rica em fibras, e inclua fruta fresca e vegetais (5 doses diárias, o que equivale aproximadamente a um consumo de 400g/dia). Evite o consumo em excesso de calorias, em especial de gordura animal. A ingestão de líquidos também é importante, sobretudo água”, aconselha a Europacolon Portugal, Associação de Luta contra o Cancro do Intestino. Faça exercício regularmente, de preferência todos os dias para evitar o excesso de peso. Se algum dos seus familiares tem ou teve cancro colo-rectal, refira esse facto ao seu médico. A partir dos 50 anos submeta-se ao rastreio do cancro do intestino através da realização de uma colonoscopia.

CANCRO DA MAMA

É o tipo de cancro mais comum entre as mulheres (não considerando o cancro da pele) e corresponde à segunda causa de morte por cancro na mulher. Em Portugal, anualmente são detectados cerca de 4500 novos casos de cancro da mama e 1500 mulheres morrem com esta doença.

SINAIS DE ALERTA

O cancro da mama pode causar alterações físicas visíveis que devem ser observadas com atenção:

- Qualquer alteração na mama ou no mamilo, quer no aspecto, quer à palpação.
- Qualquer nódulo ou espessamento na mama, perto da mama ou na zona da axila. Sensibilidade no mamilo. Alteração do tamanho ou forma da mama. Retracção do mamilo (mamilo virado para dentro da mama). Pele da mama, aréola ou mamilo com aspecto escamoso, vermelho ou inchado; pode apresentar saliências ou reentrâncias, de modo a parecer “casca de laranja”. Secreção ou perda de líquido pelo mamilo.
- Apesar dos estádios iniciais do cancro não causarem dor, se sentir dor na mama ou qualquer outro sintoma que não desapareça, deve consultar o médico. Na maioria das vezes estes sintomas não estão associados a cancro, mas é importante ser vista pelo médico para que qualquer problema possa ser diagnosticado e tratado atempadamente.



Dr. Luís Mestre

Coordenador da unidade de Senologia do hospitalcuf infante santo

FAÇA O AUTO-EXAME DA MAMA!

Todas as mulheres devem fazer o auto-exame da mama uma vez por mês e a melhor altura é a semana a seguir ao período menstrual. No duche, deitada ou de pé, coloque uma das mãos atrás da cabeça e com a outra apalpe a mama do lado oposto. Observe os seus seios ao espelho, primeiro com os braços para baixo e posteriormente com os braços para cima. Sinta cada seio durante o duche, ensaboado, utilizando as pontas dos dedos com a mão esticada. Siga uma das seguintes direcções:

MÉTODO DAS LINHAS VERTICAIS

Passa os dedos de baixo para cima e de cima para baixo até percorrer todo o seio.

MÉTODO DOS CÍRCULOS CONCÊNTRICOS

Partindo da parte de cima do seio, descreva círculos concêntricos no sentido dos ponteiros do relógio.

MÉTODO DO RELÓGIO

Divida o seio em seis segmentos imaginários e, a partir da parte de cima (como se fosse nas 12 horas), desça até ao mamilo fazendo pequenos movimentos circulares. Repita nas cinco divisões imaginárias.

Regra geral, não havendo queixas ou factores de risco, a mulher deve realizar periodicamente uma mamografia e uma ecografia mamária a partir dos 40 anos, de dois em dois anos. A partir dos 50 anos deve submeter-se a estes dois exames anualmente e de ano em meio em ano e meio a partir dos 65.

e a abordagem multidisciplinar têm tornado possíveis muitos finais felizes.

“O tratamento do cancro é um desafio, nunca linear, diversificado e abrangente. Envolve as cirurgias, a radioterapia e a oncologia, que interagem entre si”, salienta Ana Alcazar, directora do Serviço de Oncologia do Hospital de Vila Franca de Xira. “Novas técnicas cirúrgicas e de radioterapia, a par do desenvolvimento de novos medicamentos, contribuem para uma melhoria da qualidade de vida e para o aumento da sobrevida global”, acrescenta.

A verdade é que, se a abordagem multidisciplinar é importante em toda e qualquer doença, em oncologia assume uma relevância ainda maior, pela sua especial complexidade e grande variedade de patologias, envolvendo diferentes especialidades clínicas. Por isso torna-se diferenciador.

As unidades José de Mello Saúde com valência no tratamento da doença oncológica têm implementadas reuniões multidisciplinares de decisão terapêutica em que oncologistas, cirurgiões, radioterapeutas, patologistas e imagiologistas avaliam e discutem cada caso clínico para decidirem o tratamento mais adequado, bem como reavaliar a estratégia terapêutica nas situações já em tratamento sempre que necessário. O doente tem a palavra decisiva, recebendo toda a informação sobre o caminho a percorrer e esclarecendo as suas dúvidas junto desta. “A qualidade clínica em oncologia passa em grande medida pela garantia de uma abordagem multidisciplinar, razão pela qual o Hospital de Braga conta com consultas de grupo especializadas por patologia” refere Nabiço, director do Serviço de Oncologia daquela unidade. “Quando o doente inicia os seus tratamentos, todos os intervenientes conhecem a fundo o caso clínico e estão devidamente articulados”, salienta.

Também no hospitalcuf porto existe uma consulta de grupo multidisciplinar para dar apoio ao médico assistente do doente e fazer uma orientação rápida do tratamento, dentro dos *timings* adequados e de acordo com as melhores práticas. “É também este grupo que contacta com centros de referência internacionais nos casos em que se justifique, pela raridade ou extrema dificuldade da abordagem terapêutica”, revela Carlos Sottomayor.



MEDICINA NUCLEAR

Do diagnóstico ao tratamento



Especialidade médica que aplica pequenas fontes de radiação ligadas a moléculas específicas, os radiofármacos, para estudar aspectos particulares do doente e da doença, realizando assim exames auxiliares de diagnóstico. Os radiofármacos, que têm emissão radioactiva, são absorvidos pelas células e detectados no exterior através de equipamentos especiais como a Câmara Gama ou o Tomógrafo PET/TC. Para a realização destes exames, genericamente intitulados de cintigrafias, é administrado o radiofármaco, na maioria das vezes por via endovenosa, embora nalguns casos também possa ser utilizada a via oral ou a inalação. Os exames de Medicina Nuclear são considerados procedimentos nãoinvasivos que apoiam várias especialidades médicas, como por exemplo: cardiologia, oncologia, ortopedia, pediatria, endocrinologia, neurologia, nefro-urologia e gastroenterologia, entre outras. Podem ser aplicados em todos os grupos etários, incluindo crianças. A dose do radiofármaco é ponderada em função do peso corporal e adaptada a cada pessoa. A Medicina Nuclear é fundamental para que os especialistas consigam esclarecer um diagnóstico, façam rapidamente o estadiamento da doença e monitorizem a eficácia de um tratamento planeado.



Graças às convenções com a ADSE e outros subsistemas e ao apoio dos seguros de saúde, a José de Mello Saúde consegue tratar um grande volume de doentes com todas as condições próprias de um atendimento privado e com qualidade a preços sustentáveis em termos de orçamento pessoal e familiar



◀ TRATAMENTO PIONEIRO

A radioterapia intra-operatória permite tratamentos de uma única sessão. É uma abordagem pioneira em Portugal no tratamento do cancro da mama e está disponível no hospitalcuf porto e na clínicacuf cascais

O papel da cirurgia

No passado muitas doenças oncológicas tinham na cirurgia a única forma de tratamento. No que se referia à maioria dos tumores sólidos, a cirurgia era quase sempre a primeira linha de tratamento e a quimioterapia e/ou radioterapia apareciam em segundo plano e eram, e muitas vezes ainda são, chamadas terapêuticas adjuvantes. Actualmente, a cirurgia continua a ser uma arma terapêutica fundamental mas está integrada na já referida abordagem multidisciplinar, em que cada especialidade é chamada a intervir a seu tempo.

“A melhor compreensão da biologia do cancro levou não só a esta mudança de paradigma como também ao aparecimento da cirurgia preventiva, de que é exemplo a ressecção de pólipos cólicos pré-malignos por técnicas minimamente invasivas, e a cirurgia da doença secundária, i.e., das metástases; ambas têm sido praticadas no nosso hospital e com excelentes resultados”, refere José Maria Correia Neves, cirurgião geral do hospitalcuf descobertas.

Tratar com radioterapia

A radioterapia é uma das modalidades fundamentais para o tratamento do cancro, tal como a abordagem farmacológica ou cirúrgica, podendo ser utilizada isoladamente ou complementando-as.

“O radioterapeuta, tal como todos os outros médicos intervenientes no tratamento do cancro, têm de conhecer a história natural da doença oncológica. Há que saber como cada cancro se comporta”, sublinha Paulo Costa, coordenador da unidade de Radioterapia do institutocuf porto e director de Serviço do Hospital de Braga.

“Enquanto na quimioterapia o agente de tratamento assenta na administração de fármacos com acção preferencial sobre determinadas células, na radioterapia são usados diferentes tipos de radiações usando meios mecânicos e de imagem, que são dirigidas para o local certo e com elevada precisão”, esclarece Rui Rodrigues, coordenador da unidade de Radioterapia do hospitalcuf descobertas. A evolução da radioterapia está em grande medida relacionada com o aparecimento de equipamentos mais modernos e de tecnologia mais avançada. Esta nova geração de equipamentos aumentou enormemente a capacidade de tratar o tumor com alta precisão. A unidade de Radioterapia do hospitalcuf descobertas abriu em 2004. “Diferenciámo-nos ao adquirirmos um segundo acelerador linear topo de gama que possui um sistema de imagem através do qual podemos ver o

interior do doente e assim fazemos estes exames de uma forma mais rápida. São raros os casos que não conseguimos tratar”, assegura Rui Rodrigues. A inovação constante no âmbito da radioterapia, uma aposta permanente da José de Mello Saúde, permite tratamentos de maior precisão e eficácia e com menor transtorno para o doente. É exemplo disso o Centro Gamma Knife, único em Portugal (ver caixa) e, mais recentemente, a introdução da radioterapia intra-operatória numa única sessão, abordagem pioneira em Portugal no tratamento do cancro da mama, resultado da articulação entre a radioterapia e a cirurgia no hospitalcuf porto. “As doentes que cumpram os critérios clínicos para este tipo de intervenção são tratadas numa única sessão, poupando seis semanas de sessões de radioterapia”, explica Paulo Costa.

Como resultado da sinergia entre as equipas clínicas e unidades da José de Mello Saúde, a clínicacuf cascais realizou já em Outubro a sua primeira intervenção de radioterapia intra-operatória, contando com o apoio da equipa do hospitalcuf porto e institutocuf.

A funcionar desde Setembro de 2008, a equipa de radioterapia do institutocuf efectua diversos procedimentos especiais dos quais se destacam a radioterapia estereotáxica fraccionada Intracraniana, além da radiocirurgia em sessão única. Disponibiliza ainda soluções terapêuticas na área da braquiterapia, contando com soluções individualizadas na área da braquiterapia intersticial e com alta taxa de dose. Mais recentemente, em Fevereiro de 2012 tornou-se a única unidade no Norte do país a disponibilizar soluções de tratamento na área da radioterapia estereotáxica extracraniana (pulmonar e hepática), de que é ainda hoje o único centro nesta região (público ou privado).

A unidade de Radioterapia mais recente da José de Mello Saúde abriu portas em Fevereiro deste ano no Hospital de Braga, dando cobertura a toda a região do Minho. “É constituída por uma equipa altamente qualificada, apenas com pouco mais de seis meses de laboração, e fruto da boa integração entre os diversos serviços e hospitais da região com que colabora, rapidamente atingiu rácios de tratamentos elevados”, salienta o responsável.

Cuidados paliativos, tratar e aliviar

Embora muito conotada com o acompanhamento ao doente terminal, a prestação de cuidados paliativos não visa somente cuidar destes doentes. “Na verdade, estes cuidados são dispensados durante o tratamento no controlo de sintomas – que

tanto podem resultar directamente da doença como dos seus tratamentos, quando a doença se prolonga ou quando os tratamentos deixam de fazer o efeito desejado. O objectivo prioritário é oferecer o maior conforto físico, psíquico e espiritual ao doente”, esclarece Anabela Lobo, enfermeira gestora da unidade de Hemato-Oncologia e da equipa intra-hospitalar de cuidados paliativos naquela unidade.

GAMMA KNIFE

Tratar numa única sessão no hospitalcuf infante santo



A radiocirurgia Gamma Knife, em funcionamento desde Outubro de 2007 no Centro Gamma Knife no hospitalcuf Infante Santo – centro único em Portugal – permite tratar lesões e metástases cerebrais que pela sua localização em áreas de difícil acesso são inoperáveis, bem como tumores previamente tratados por cirurgia, quimioterapia e/ou radioterapia holocraneana convencional.

O Centro Gamma Knife conta com uma equipa médica permanente, altamente diferenciada, formada por neurocirurgiões, radioterapeutas e físicos de radiações, assim como um grupo multidisciplinar de especialistas, nomeadamente oncologistas, neurologistas, neuro-radiologistas, otorrinolaringologistas e outros referenciadores de doentes com diversas patologias, tendo tratado desde então casos clínicos de grande complexidade, incluindo crianças.

A segurança e eficácia terapêutica da radiocirurgia Gamma Knife associada ao facto de o tratamento ser um método não invasivo, efectuado numa sessão única (mesmo nos casos de lesões cerebrais múltiplas), permite que o doente retome a sua vida normal em 24 ou 48 horas, sem danos neurológicos transitórios ou definitivos, o que determina as principais razões para a escolha deste procedimento terapêutico.

Como reflexo da segurança inequívoca da radiocirurgia Gamma Knife, evidenciado nos bons resultados terapêuticos alcançados sem complicações para o doente, o equipamento Leksell Gamma Knife Perfexion, usado no Centro Gamma Knife, foi considerado pela entidade independente americana KLAS (em 2011 e 2012), o mais preciso em termos de exactidão do depósito da dose terapêutica de radiação e de protecção contra radiações externas, poupando o tecido cerebral e estruturas circundantes.

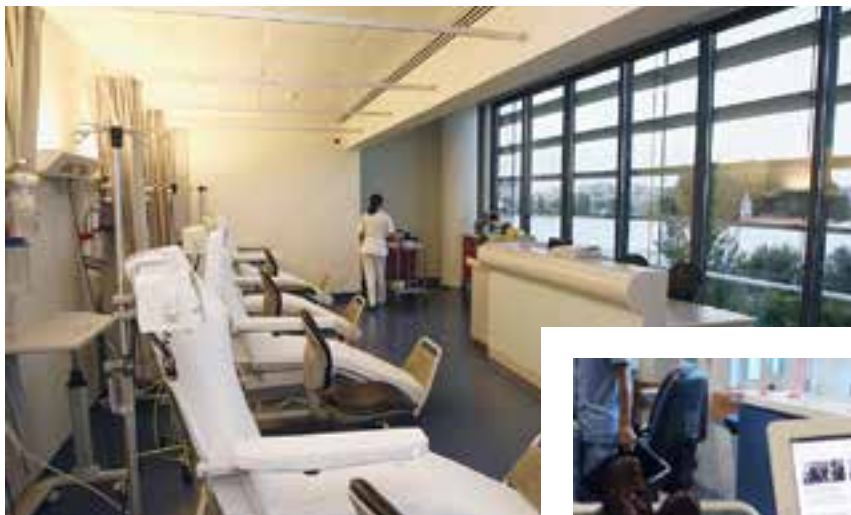
Os cuidados paliativos são prestados por uma equipa multi e interprofissional com formação técnica especializada, que actua em áreas tão distintas como o tratamento da dor física ou o apoio espiritual a doentes e familiares.

“Pretende-se, em última análise, que cada pessoa possa viver em plenitude, independentemente do seu estado de doença, sem angústias reprimidas

mas vencidas através do diálogo, produzindo reconciliação e harmonia internas”, refere por sua vez Ana Alcazar. Por esta razão, a oncologia médica e os cuidados paliativos estão integrados, intervindo desde o diagnóstico da doença.

Reconhecendo a especificidade e importância dos cuidados paliativos no percurso do doente oncológico, as unidades José de Mello Saúde

encetaram um processo de reorganização da sua prestação deste tipo de cuidados ao doente e seus familiares por forma a garantir a excelência: a garantia de prestação de cuidados por equipas dedicadas no internamento, especializadas em paliativos, providenciando o apoio em ambiente hospitalar adequado bem como assegurando a articulação com os cuidados domiciliários, cruciais por permitirem que o doente se mantenha integrado na comunidade, junto dos seus entes queridos. Exemplo deste compromisso é o recente reforço da equipa clínica do hospitalcuf infante santo com a contratação de Filipa Tavares, médica com qualificações específicas e elevada experiência nesta área.



O bem-estar dos doentes é uma prioridade na José de Mello Saúde. Nos Hospitais de Dia, além do conforto disponibilizam-se iPads para entretenimento ou trabalho



PURE LIFE CONCEPT

Melhor imagem, mais auto-estima



O "Pure Life Concept" é um serviço de tratamento e aconselhamento de imagem absolutamente inovador em Portugal, já à disposição dos doentes em tratamento nas unidades José de Mello Saúde.

Resultado de uma parceria entre a saúdecuf e a especialista em tratamento de imagem, Cláudia Piloto, destina-se especialmente a acompanhar as mulheres que, como consequência da sua doença oncológica ou do seu tratamento – caso da quimioterapia – ou doenças do foro dermatológico, têm de enfrentar a perda de

cabelo ou alterações no aspecto global da sua pele. Integrado no circuito do doente oncológico, os doentes podem conhecer as alternativas disponíveis numa consulta sem compromisso. Contando com uma equipa dedicada a este projecto, criando um relacionamento especial com as doentes e valendo-se da sua experiência como cabeleireira e especialista em tratamento de imagem, Cláudia Piloto ajuda a fazer a transição para um novo penteado e, se necessário, a escolher e utilizar a cabeleira ideal para cada tipo de rosto, pele e estilo de vida, seguindo as várias etapas do crescimento do cabelo e garantindo o seu acompanhamento durante dois anos. Caso a opção da mulher seja a utilização de lenços ou turbantes, o "Pure Life Concept" disponibiliza opções atractivas e ensina a tirar o melhor partido dos mesmos. A essência deste serviço passa

por melhorar a auto-estima das doentes, o que influencia positivamente o seu processo de tratamento. Acreditando que o bem-estar e a força interior podem ser impulsionadas com este apoio em termos de imagem, o Pure Life Concept foca-se também na regeneração e protecção da pele, tendo como parceiro a Gernétic, que trabalha com doentes oncológicos há mais de 20 anos, e a Pureology. No Pure Life Concept as mulheres também aprendem a contornar os efeitos estéticos da doença, nomeadamente como cuidar da sua pele no dia-a-dia e técnicas de maquilhagem específicas para cada caso. O "Pure Life Concept" contribui assim não só para a consciencialização da doença, como também passa a mensagem de que estas doentes não estão sozinhas e que podem enfrentar a doença sem que a sua imagem tenha necessariamente que ser afectada.

Humanização de cuidados

Num contexto de fragilidade e ansiedade por que passa o doente oncológico e as pessoas que lhe são próximas, a humanização de cuidados é essencial. A mesma passa em grande medida pela comunicação clara e completa de todos os profissionais que interagem com doentes e familiares, acompanhando-os em permanência, disponibilizando o tempo necessário para ouvir as suas dúvidas e ansiedades. “É fundamental saber ouvir o doente e família, gerir expectativas, antecipar problemas e ajudar no sofrimento”, salienta João Paulo Fernandes.

Apoiar psicológica e espiritualmente, bem como providenciar o acesso a serviços como a fisioterapia, a nutrição e o aconselhamento de imagem, por exemplo (ver caixa “Pure Life Concept”), revestem-se de especial importância, ajudando e ensinando o doente a lidar com as consequências físicas e emocionais da sua doença ou dos próprios tratamentos.

Os profissionais deverão estar alerta para os sinais e necessidades que possam existir por parte quer dos doentes quer dos cuidadores, antecipando-as. Papel importante desempenham ainda os movimentos de apoio, onde o doente pode trocar experiências junto de quem passou pela doença e a conseguiu vencer, envolvendo-se nas diversas iniciativas que estes grupos dinamizam. É o caso do Movimento Corpo e Alma do hospitalcuf infante santo, criado em 2011 por um grupo de mulheres seguidas na unidade de Senologia e a quem foi diagnosticado cancro da mama. Esta iniciativa partiu da necessidade de partilhar um percurso e um processo difícil e moroso que é o tratamento do cancro da mama, criando um núcleo que promove a expressão de sentimentos, medos, ansiedades e experiências, bem como a informação e a educação. Também o Hospital Vila Franca de Xira

desenvolve um trabalho profundo ao nível da humanização dos cuidados e acompanhamento do doente e da sua família nas várias fases deste processo, promovendo regularmente sessões educativas e lúdicas, de interacção entre doentes, ex-doentes, familiares e profissionais de saúde. Estas actividades estão vocacionadas para a partilha de vivências e experiências qualitativamente significativas e que contribuam para o bem-estar das pessoas a todos os níveis. O conforto também é um vector importante na humanização dos cuidados, passando, entre outros, pelo acompanha-

mento na deslocação aos serviços para os quais o doente poderá ser encaminhado, evitando perda de tempo e o desgaste associado, ou por ter alguém que trata de todas as marcações e burocracia, incluindo a ligação às seguradoras (ver caixa “A importância do gestor oncológico”). Mas o conforto passa também, em larga medida, pelas instalações propriamente ditas. Um doente pode passar várias horas por dia em tratamento de quimioterapia, sendo importante que o Hospital de Dia providencie um ambiente acolhedor e relaxante, com privacidade caso seja o seu desejo,

e disponibilize meios de lazer para os doentes em tratamento. Com esta preocupação, a clínicacuf cascais, por exemplo, localizou o seu hospital de dia num espaço com vista para o mar e disponibiliza iPads aos seus doentes. Hoje, felizmente, existem finais felizes em que os doentes fintaram a doença e não lhes deram tréguas. Os profissionais da José de Mello Saúde dão cartas todos os dias naquela que é a especialidade dentro das especialidades: porque também é necessário ser diferenciador na forma de tratar e cuidar um doente oncológico. ☰

Resultados Clínicos em Oncologia nos hospitaiscuf de Lisboa



Dr. Joaquim Gouveia
Oncologista, hospitaiscuf descobertas

Reflectindo o compromisso da José de Mello Saúde na prevenção e tratamento da doença oncológica, e por forma a permitir a medição e divulgação de resultados clínicos, as suas unidades contribuem para o estudo do cancro em Portugal, reportando a sua actividade no Registo Oncológico. Nos hospitaiscuf descobertas e infante santo já foi possível medir resultados, evidenciando a qualidade clínica e o excelente desempenho destas unidades.

Em Setembro de 2010 iniciou-se, de forma organizada e sistemática, a actividade do Registo Oncológico dos hospitaiscuf de Lisboa que passaram a integrar o Registo Oncológico Regional do Sul.

Começámos pelo ano 2005, e desde então foram registados 8233 novos casos. Este ano procedemos a uma avaliação de resultados estudando todos os doentes cujo diagnóstico foi feito entre 2005 e 2008 e cujo tratamento foi integralmente feito nos hospitaiscuf de Lisboa, tendo sido avaliada a sobrevivência dos mesmos a 31 de Dezembro de 2011.

Assim, foram estudados 281 casos de carcinoma do cólon com idades compreendidas entre 20 e 91 anos, sendo a média de 66,53. Em 49% dos casos a doença estava confinada ao órgão e em 51% ultrapassava-o. Foram operados 99% dos doentes e 67% estão vivos ao fim de 3 anos.

No que diz respeito ao carcinoma do recto, foram avaliados 117 casos, com idades entre os 39 e os 90 anos, sendo a média de 64,81. Em 42% dos casos verificou-se que o tumor estava confinado ao órgão, sendo que em 58% já ultrapassava o mesmo. Foram operados 95% dos doentes, tendo sido feita radioterapia em 30% dos casos. Ao fim de 3 anos 70% dos doentes estão vivos.

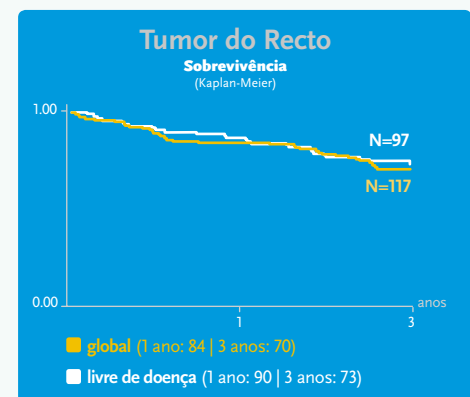
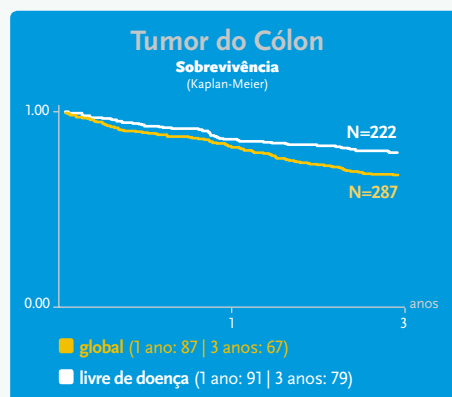
No carcinoma da mama feminino, foram estudados 182 casos, com idade mínima de 27 e máxima de 85 anos, sendo a média de idades de 55,80. Verificou-se que o tumor estava confinado ao órgão em 79% das doentes, enquanto 20% dos casos ultrapassavam o órgão. Em 1% dos casos não se apurou o estádio.

Fizeram-se cirurgias a 96% das doentes e ao fim de 3 anos verificou-se que 95% das doentes estão vivas. Estes resultados de sobrevivência nestes 3 tumores parecem, pelo menos, igualar os melhores resultados publicados pelo ROR Sul.

Relativamente ao carcinoma da próstata avaliaram-se 298 casos com idades entre os 39 e os 99 anos (média de 62,40). Em 79% dos casos o tumor encontrava-se confinado ao órgão, e em 19% ultrapassavam-no, desconhecendo-se o estádio em 2% dos casos. Dos 298 casos avaliados, 89% foram submetidos a procedimento cirúrgico. Ao fim de 3 anos 96% dos doentes estão vivos.

Para os tumores do ovário e para o melanoma, e fazendo uma abordagem sumária, foram avaliados 26 e 64 casos, respectivamente. A média de idades para estas duas topografias é de 55,23 no caso do ovário e de 51,42 para os melanomas. Em 92% dos casos, tanto no ovário como nos melanomas houve intervenção cirúrgica. Ao fim de 3 anos, 65% dos doentes com tumor do ovário estão vivos, ao passo que nos melanomas essa percentagem ronda os 81%.

Por fim, avaliámos o que se passou com o tumor do testículo. Estes tumores, pelo seu comportamento clínico e por serem considerados uma doença curável, são um indicador usual da qualidade da assistência prestada. Tratámos 21 doentes, o que representa 10% de todos os casos registados no ROR Sul no intervalo de tempo em análise, tendo idades compreendidas entre 20 e 57 anos. Todos estes doentes foram operados e estão vivos ao fim de 3 anos. Estes últimos resultados são claramente superiores aos até agora publicados e referentes aos doentes tratados nos hospitais que integram o ROR Sul.



Fonte: HOSPITAIS CUF LISBOA

UNIDADES DE ONCOLOGIA JOSÉ DE MELLO SAÚDE

Uma Oferta Completa

A José de Mello Saúde está preparada para cuidar do doente oncológico em todas as fases da doença. Desde a primeira suspeita à solução, as nossas equipas contam com todos os meios tecnológicos, técnicos e logísticos para realizarem um acompanhamento de elevada qualidade, humanização, rigor e fiabilidade.

Nas nossas unidades de saúde são realizadas, por ano, **mais de 25.000 consultas e 22.000 sessões de tratamento em Hospital de Dia.**

Nas nossas unidades o doente oncológico dispõe da mais alta qualidade clínica e da tecnologia mais avançada
+++++

Serviços

- C** Consulta de Oncologia
- CO** Cirurgia Oncológica
- HD** Hospital de dia
- I** Imagiologia
- R** Radioterapia
- GK** Centro Gamma Knife
- MN** Medicina Nuclear
- AP** Anatomia Patológica
- GO** Gestor Oncológico

*Hospital público com gestão em parceria público-privado

Combate à doença oncológica

Prevenção

+++++

Os nossos profissionais estão empenhados na prevenção. A prevenção do cancro está relacionada com o estilo de vida, com a realização de rastreios e com o diagnóstico precoce.

Diagnóstico

+++++

A fiabilidade e diferenciação dos diagnósticos efectuados nas nossas unidades são o ponto de partida para o planeamento da melhor abordagem de tratamento.

Tratamento

+++++

As Unidades da José de Mello Saúde dispõem de todos os meios de tratamento, acompanhando a inovação e a mais recente investigação clínica.



MÉDICO ASSISTENTE CUF

JÁ TEM O "SEU MÉDICO"?



Os **Médicos Assistentes CUF** são especialistas de Medicina Geral e Familiar e de Medicina Interna que tratam de si como um todo, coordenando os seus cuidados de saúde.

Peça mais informação nas recepções sobre o **Médico Assistente CUF**.

ENTREVISTA A :: Jan de Pooter

Para
Jan de Pooter,
CEO da Médis,
hoje o mercado
português
de seguros
de saúde é
um mercado
maduro e muito
competitivo



Nesta entrevista, Jan de Pooter explica que a maturidade do mercado português de seguros de saúde está patente ao nível da oferta mas, sobretudo, ao nível da procura, que se mantém relativamente sustentada apesar do contexto económico. Revela-nos ainda a sua perspectiva do mercado e o que tem sido feito pela Médis no sentido de manter a sua oferta competitiva e inovadora

P ▶ Apesar do contexto económico difícil, os resultados do sector confirmam que muitas famílias têm feito um esforço financeiro para não abdicar do seguro de saúde. Esta é a melhor expressão do valor que os portugueses já lhe atribuem?

R ▶ Penso que o seguro de saúde já não é considerado um luxo, como acontecia há relativamente poucos anos, mas é visto como um complemento ao Serviço Nacional de Saúde. Por outro lado, os clientes são cada vez mais sofisticados e exigentes nas suas escolhas, tanto no que respeita às características do produto como à qualidade do serviço prestado. O valor que os portugueses lhe atribuem é expresso das mais diversas formas, começando pelo crescimento que este mercado tem registado ao longo da última década e meia até à utilização crescente e informada dos benefícios que os

seguros oferecem e, mais recentemente, pelo esforço em manter as apólices em vigor apesar da conjuntura económica difícil. É um sinal de que os portugueses valorizam o acesso a cuidados de saúde privados de qualidade e, cada vez mais, a protecção contra eventos inesperados e com impacto financeiro material que os seguros proporcionam. Esta mudança cultural começou com o crescimento exponencial dos seguros de saúde. Como sabemos, o seguro de saúde não é obrigatório em Portugal e a contratação e manutenção de benefícios não obrigatórios, mais ainda em tempos de crise, é uma expressão clara da forma como os portugueses encaram o valor aportado pelos seguros em geral, e pelos seguros de saúde em particular.

P ▶ Que impacto poderão ter as anunciadas dificuldades e cortes orçamentais para o Serviço Nacional de Saúde na procura de cuidados privados de saúde?

R ▶ Penso que o impacto será neutral. As mudanças em curso no Serviço Nacional de Saúde visam uma maior racionalização dos serviços e uma gestão mais eficiente dos recursos e não têm como objectivo, nem penso que tenham como consequência, uma menor disponibilidade de cuidados de saúde ou sequer uma diminuição da qualidade. Pelo contrário, o objectivo é melhorar a oferta tornando-a simultaneamente mais sustentável. Os efeitos

A chave da capacidade de inovação da Médis está numa acção constante sobre todos os elementos da cadeia de valor e num conhecimento profundo do mercado

deste processo de racionalização levarão algum tempo a materializar-se mas beneficiarão certamente os utentes e o país.

Outra realidade, diferente, é a forma como esta racionalização é percebida e os ecos que tem junto da opinião pública. Julgo que, como noutros processos de alteração estrutural, a percepção começa por ser negativa. Nessa medida, poderá haver algum aumento conjuntural na procura de cuidados privados de saúde – limitada, no entanto, pelas dificuldades económicas – mas a tendência será a estabilização da procura em função dos padrões específicos que caracterizam a oferta do Estado, que é universal, e a dos privados, que são um pilar complementar.

P ▶ Numa altura em que a Caixa Seguros vai privatizar a sua área de seguros e de hospitais como é que a Médis interpreta esta alteração de mercado?

R ▶ Como já referi, o mercado de seguros de saúde português é um mercado maduro e por isso não penso que essa privatização possa ter um impacto relevante no mercado. No entanto, a Médis observa atentamente estas mudanças, assim como todas as que ocorrem no mercado em que opera.

“O mercado de seguros de saúde português é maduro e muito competitivo”

A medicina de prevenção é um caminho de futuro para todos os financiadores de cuidados de saúde, sejam públicos ou privados

P ▶ Que trabalho tem sido feito pela Médis para manter uma oferta competitiva e inovadora neste mercado?

R ▶ Diria que é justamente esse trabalho que distingue a Médis. Inovação e competitividade são características inscritas na nossa matriz identitária desde a constituição. A Médis opera muito próximo de todos os *stakeholders*, recolhendo constantemente contributos dos clientes, dos prestadores de cuidados de saúde, dos parceiros de negócio e, por estar incluída num grupo com dimensão e relevância internacional como a Ageas, de outras operações congéneres em diversas geografias. A chave da capacidade de inovação da Médis está numa acção constante sobre todos os elementos da cadeia de valor e num conhecimento profundo do mercado acumulado ao longo de anos de operação. A inovação e a competitividade têm expressão material nos produtos disponibilizados a todos os segmentos de mercado e em todos os canais, no serviço prestado a clientes e a prestadores, na atractividade que tem para os múltiplos distribuidores e na sustentabilidade financeira da operação, que se tem revelado consistentemente rentável. E o reconhecimento dessa inovação e a competitividade expressam-se num crescimento acima do mercado e na afinidade à marca Médis, que tem sido premiada consecutivamente, ano após ano. Mas a capacidade de inovação da Médis está longe de estar esgotada e estamos a trabalhar já numa nova realidade emergente que irá contribuir para elevar a Médis a uma nova dimensão.

P ▶ A aposta na medicina preventiva tem surgido timidamente entre os operadores de seguros de saúde mas cresce gradualmente de ano para ano. Este é um caminho de futuro?

R ▶ Sim, e não só para as seguradoras. É um caminho de futuro para todos os financiadores de cuidados de saúde, sejam públicos ou privados, porque é um investimento na sustentabilidade dos sistemas tendo presente a tendência global de envelhecimento da população.

P ▶ Que motivações fundamentam a maior atenção dada pelas seguradoras de saúde ao segmento sénior? Têm prevista uma oferta de seguros de saúde vitalícia?

R ▶ São duas matérias distintas. A maior diversificação da oferta para o segmento sénior deve-se a duas razões: a evolução da estrutura da população portuguesa, que é das mais envelhecidas do conjunto de países da OCDE, e a estrutura socioeconómica dessa mesma população, que, na sua maioria, dispõe de rendimentos muito inferiores aos dos activos mais jovens. Torna-se necessária, assim, uma oferta que permita a esse segmento beneficiar de um seguro de saúde a preços atractivos e economicamente sustentáveis.

A questão do seguro vitalício é diferente e não tem directamente a ver com o envelhecimento da população. Não é por se ter uma determinada idade que não se pode ter um seguro de saúde, nem é por os seguros serem vitalícios ou renováveis que se tornam mais direccionados para esta ou aquela franja etária. A oferta actualmente existente em Portugal é anualmente renovável e, na generalidade, não tem idade limite de permanência, preenchidas determinadas condições à entrada. Os seguros vitalícios têm bases técnicas distintas das utilizadas nos produtos actualmente em comercialização em Portugal e o preço a que podem ser comercializados restringe significativamente a sua atractividade.

P ▶ Os últimos anos revelaram um índice muito elevado de consumo nos seguros de saúde. Como perspectiva a evolução deste mercado nos próximos anos?

R ▶ Nos últimos três anos o crescimento do mercado de seguros de saúde em termos de

volume de prémios abrandou, depois de década e meia em que o mercado se expandiu a dois dígitos. O potencial de crescimento é agora, naturalmente, mais baixo. Se juntarmos a isso a degradação das condições económicas temos um contexto competitivo muito diferente do que conhecemos até aqui, o que exige estratégias de diferenciação mais assentes na inovação e no serviço do que no produto e no preço. A meu ver, no curto prazo o crescimento continuará a ser moderado ou mesmo negativo. Quando as condições económicas melhorarem assistiremos ao regresso de alguns clientes que, por razões conjunturais, deixaram de ter seguro de saúde, o que resultará nalgum crescimento face aos registos anteriores, mas a tendência será para uma evolução moderada. O crescimento futuro virá dos segmentos menos saturados, como as microempresas e as PME, e do segmento sénior.

P ▶ Como avalia a evolução da relação entre seguradores de saúde e os prestadores de cuidados de saúde? O que pode ser melhorado?

R ▶ A evolução é muito mais profunda do que se percebe do exterior. Já não é uma relação financiador-prestador mas de parceria, no interesse de todos os *stakeholders* das partes envolvidas. Refiro como exemplo a contratação entre prestadores e seguradoras de pacotes de serviços, que permitem uma melhor partilha do risco no interesse dos clientes – que nesta relação são sempre comuns – ou a adesão das seguradoras a práticas e procedimentos clínicos de base tecnológica mais avançada, o que permite, na perspectiva dos prestadores, a sua viabilização económica, acabando por beneficiar todos, sobretudo os clientes. Os “conflitos positivos” entre financiador e prestador têm como consequência natural a melhoria da qualidade para os clientes.

O potencial de melhoria existe, sobretudo na agilização dos serviços e na procura de sinergias que permitam otimizar custos de uma forma sustentada, tornando os cuidados de saúde privados acessíveis, por via das seguradoras ou de outros agentes financiadores, a um universo de pessoas cada vez maior. ☰

Os “conflitos positivos” entre financiador e prestador têm como consequência natural a melhoria da qualidade para os clientes

CUIDAR ▶

EQUIPA DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA

Respeitar a dignidade humana exige excelência e boas práticas

COM PROFISSIONALISMO, RESPEITO E UMA ENORME DOSE DE SIMPATIA, A EQUIPA DE ENFERMAGEM DO HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA ESTÁ A POSTOS PARA OS DESAFIOS QUE SE APROXIMAM



A equipa de enfermagem do Hospital Vila Franca de Xira é composta por 260 enfermeiros, distribuídos pelos vários serviços da unidade. Com um papel fulcral nos cuidados de saúde da instituição, esta equipa tem na prestação dos melhores cuidados ao doente, sempre numa perspectiva de melhoria contínua, a sua grande prioridade.

Maria José Lourenço é a enfermeira-diretora desta unidade desde 2011. Trabalha neste hospital há 33 anos e descreve a sua

profissão e a qualidade da sua equipa com grande entusiasmo.

NOVO PROJECTO BEM RECEBIDO

Relembre-se que o HVFX tem um novo modelo de gestão desde 1 de Junho de 2011, quando a José de Mello Saúde assumiu a sua administração. Para Maria José Lourenço esta mudança foi serena: “Houve necessidade de aumentar as competências dos médicos e da equipa de enfermagem, tudo para dar uma resposta eficaz aos nossos utentes. Hoje a equipa continua motivada, envolvida e com abertura suficiente para receber o novo projecto.”

“A nossa observação, capacidade de escuta, de análise e de reflexão deve ir ao encontro das necessidades do utente”

PROJECTOS INOVADORES

São diversos os projectos em desenvolvimento e reconhecidos os seus benefícios para os doentes, famílias e cuidadores informais. Referimos alguns dos mais importantes desenvolvidos no Hospital Vila Franca de Xira:

Projecto AVC

O acidente vascular cerebral tem uma incidência cada vez maior e pode ser muito limitativo. A intervenção deve ser imediata. Esta equipa é formada por enfermeiro, dietista, psicólogo, fisioterapeuta e assistente social e é feita uma abordagem ao doente e ensinamento à família. "São situações muito específicas em que as pessoas precisam muito de apoio. Os familiares adquirem conhecimento e competências de forma a sentirem-se capazes de contribuir para a recuperação do doente", defende a enfermeira directora do Hospital Vila Franca de Xira. E explica que "o hospital dá resposta na fase aguda da doença mas é de extrema importância assegurar a continuidade dos cuidados no regresso ao domicílio, daí que tenhamos de ajudá-los, e aos familiares, a fazerem essa aprendizagem".

SAÚDE DA MULHER

A consulta de Obstetrícia e Ginecologia já está a ser realizada por enfermeiros especialistas em Saúde Materna. Também nesta área existe uma parceria com fisioterapeutas, nutricionistas e outros especialistas.

Preparação para a parentalidade

É um curso que se inicia à 26ª semana de gravidez e todas as futuras mães podem inscrever-se. Têm aulas teóricas e práticas no que respeita à preparação para o parto, aleitamento materno e outros aspectos. "Fazemos visitas guiadas à maternidade para que as grávidas desmistifiquem o local onde vão ter o filho e para as adaptar ao ambiente e vale a pena lembrar às futuras mães que a partir de Abril os bebés vão nascer no novo hospital, com ainda melhores condições de conforto", defende Maria José Lourenço.



Saúde materno-infantil

A melhoria do serviço global prestado a futuras mães é uma prioridade do Hospital Vila Franca de Xira, que terá, a partir de Abril de 2013, no novo hospital, condições de conforto substancialmente melhores para as parturientes, recém-nascidos e suas famílias. A equipa de enfermagem da área materno-infantil, coordenada pelas enfermeiras Jesus Lino e Zélia Esteves, engloba profissionais com larga experiência, com especialização nas várias áreas dedicadas à criança e à mãe.



GERIR EMOÇÕES

Ao longo da sua formação, os enfermeiros aprendem a analisar o que os rodeia e a identificar cada situação. "Ensinam-nos a ser bons observadores", afirma Maria José Lourenço. O enfermeiro está presente 24 horas por dia no hospital e, além de prestar os cuidados médicos, também gere "as emoções do doente, da família e dos profissionais", explica a enfermeira. "A nossa observação, capacidade de escuta, de análise e de reflexão deve ir ao encontro das necessidades do utente", afirma. O que tem especial importância no sucesso do tratamento pois, em simultâneo, é objectivo da equipa de enfermagem que o doente se torne o princi-

pal condutor do seu processo de recuperação. "Os hospitais dão resposta nas fases agudas mas quando o doente vai para casa tem de continuar o seu tratamento. Daí que tenhamos de ajudá-los, e aos seus familiares, a fazer essa aprendizagem. Procuramos dotá-los da capacidade de prestarem alguns cuidados depois da alta", salienta Maria José Lourenço.

GERIR A EXCELÊNCIA

A enfermagem procura sempre a excelência nos cuidados que presta. Por definição, um enfermeiro é uma pessoa que cuida de uma pessoa. O respeito, a atenção e a capacidade técnica são vertentes deste cuidado e nenhuma pode ser descurada. Há, ainda, que fazer a gestão dos recursos disponíveis, tornando-os eficientes para assegurar as boas práticas. Mas para a enfermeira-directora isso não chega a ser uma dificuldade pois, como explica, "gerir uma equipa de enfermagem torna-se uma tarefa facilitada quando os circuitos estão bem definidos, os perfis e as áreas de competência de cada um estão bem estabelecidos", adianta. E estes são factores que a nova administração vem cuidando desde o início, sabendo que os enfermeiros são simultaneamente cuidadores e gestores. "São pedras basilares na susten-



“Dotamos as pessoas de capacidade para cuidar dos seus familiares após a alta”



Enfermagem exemplar

A idoneidade do corpo de enfermagem permite receber alunos de escolas de enfermagem com as quais o HVFX tem protocolos ou outras que demonstrem interesse em fazer formação ou um estágio neste hospital. “Este reconhecimento é como um prémio para nós”, salienta a enfermeira-directora.

Linha azul cirúrgica

É um serviço criado a pensar nos familiares de quem sofre uma intervenção cirúrgica. “Através de SMS informamos a família sobre o início e fim da cirurgia, com previsão da hora de entrada no recobro. Além deste serviço, nos casos de cirurgias mais prolongadas há ainda lugar para um SMS adicional com o objectivo de ajudar a família a gerir o stress sempre presente nestes momentos”, explica a enfermeira-directora do Hospital Vila Franca de Xira.



tabilidade e na gestão dos serviços de saúde pois têm uma visão global do hospital. O enfermeiro acaba muitas vezes por ser o pivô da equipa”, lembra Maria José Lourenço.

CUIDADOS DE PROXIMIDADE

Para Maria José Lourenço o hospital não deve trabalhar isoladamente, por isso defende que a unidade esteja aberta à população. “Esforçamo-nos por estar próximos dos centros de saúde da região, criando figuras de referência. Pretendemos criar sinergias e estamos apostados numa articulação mais eficaz com os centros de saúde para garantir os cuidados da população. Os nossos objectivos são os

mesmos, pelo que basta limar arestas e unir esforços”, garante.

O PRÓXIMO DESAFIO

Um dos próximos desafios da equipa de enfermagem do Hospital Vila Franca de Xira é a transferência para o novo hospital, que tem abertura prevista para Abril de 2013. A vontade é que tudo se faça com êxito, conseguindo dar uma resposta ainda mais adequada à população. “Queremos marcar a diferença neste sentido, daí que apostar na formação em atitude comportamental em relação à abordagem do doente seja tão importante”, diz-nos. ☰

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.



Prof. Armando Mansilha

Coordenador da unidade de Angiologia e Cirurgia Vascular do hospitalcuf porto. Professor doutorado convidado da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto. Secretário-Geral da UEMS SBVS (Secção de Cirurgia Vascular da União Europeia de Médicos Especialistas)

ANEURISMA DA AORTA ABDOMINAL

Um risco silencioso

UM ANEURISMA PODE SER FATAL. E, EM REGRA, NÃO APRESENTA QUALQUER SINTOMA. A ÚNICA FORMA DE O DETECTAR É ATRAVÉS DE UMA ECOGRAFIA AO ABDÓMEN: UM EXAME SIMPLES, INDOLOR QUE HABITUALMENTE DURA MENOS DE 10 MINUTOS



FIG. 1

A parede da aorta ao nível do abdómen pode tornar-se mais frágil e ceder à pressão do sangue, dando origem ao aneurisma da aorta abdominal

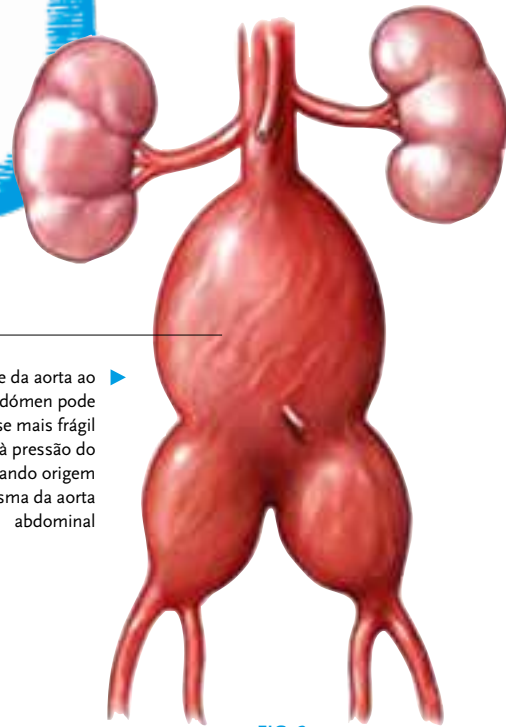


FIG. 2

A evidência clínica não deixa dúvidas: quem tem os níveis de colesterol altos, sofre de hipertensão ou é fumador, para citar apenas algumas situações, deve fazer o rastreio do aneurisma da aorta abdominal. A taxa de sobrevivência em caso de rotura é muito reduzida e os sintomas são silenciosos. Há que prevenir.

O que é um aneurisma da aorta abdominal (AAA)?

A aorta é a principal artéria do corpo, sendo responsável pela distribuição de sangue a todo o organismo. Começa no coração, desce pelo tórax e abdómen e por fim divide-se em duas artérias, uma para cada membro inferior (fig. 1). Devido à idade, ao tabaco ou a outros factores, em algumas pessoas a parede da aorta ao nível do abdómen pode tornar-se mais

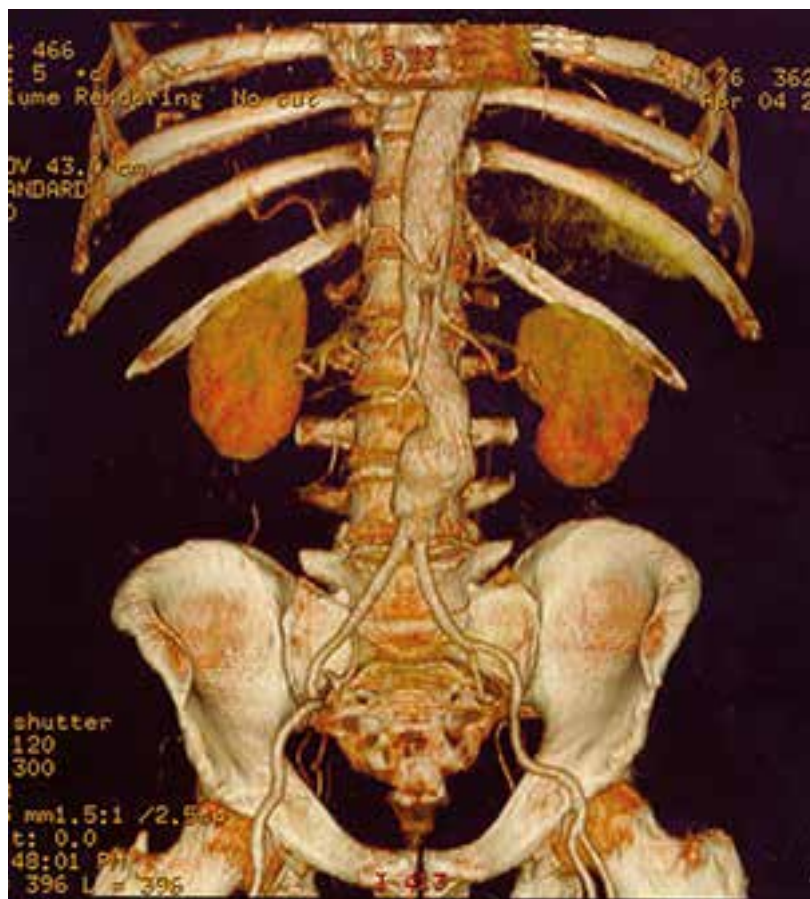


FIG. 3

O aneurisma da aorta abdominal é o mais frequente dos aneurismas

É frequente?

Estima-se que cerca de 3 a 10% dos homens com mais de 50 anos podem ter um aneurisma da aorta abdominal. Isto implica que um em cada 10 homens nesta faixa etária pode apresentar um aneurisma.

Por que é o rastreio importante?

Em regra, um aneurisma não provoca dor ou apresenta qualquer sintoma.

O rastreio permite detectar precocemente um aneurisma, possibilitando, desta forma, uma vigilância adequada e, se necessário, um tratamento atempado. Permite assim reduzir muito o risco de um aneurisma vir a romper, com todas as graves consequências que pode acarretar em termos de sobrevivência.

A forma mais fácil de descobrir se tem um aneurisma da aorta abdominal é através da realização de uma ecografia do abdómen, método que é completamente isento de riscos e muito informativo. O exame é simples, indolor e habitualmente rápido (dura menos de 10 minutos). O objectivo principal é de avaliar a dimensão da artéria aorta abdominal.

Quem deve ser submetido ao rastreio?

Todos os que se encontram entre os grupos de risco atrás descritos, e muito particularmente qualquer homem com idade acima de 65 anos.

Os homens com idade superior aos 55 anos, que tenham um familiar directo com um aneurisma da aorta abdominal (tratado ou não), também deverão efectuar o rastreio mais precocemente. As mulheres, apesar de ser menos frequente, também desenvolvem aneurismas da aorta abdominal, pelo que deverão igualmente fazer

▶ **TAC**
A tomografia axial computadorizada permite obter mais dados acerca de um aneurisma. Será assim possível efectuar uma programação rigorosa do tratamento

frágil e começar a ceder à pressão do sangue, aumentando de diâmetro. Isto dá origem a uma dilatação localizada e permanente, designada por aneurisma da aorta abdominal (fig. 2).

Qual a gravidade de um aneurisma da aorta abdominal?

Os aneurismas são geralmente silenciosos. Quando se tornam grandes podem ser muito graves. Como a parede da aorta fica mais fraca e dilata, pode romper. Quando isso acontece o desfecho pode ser fatal. Menos de 50% dos casos em rotura chegam vivos ao hospital, antes de serem submetidos a uma intervenção cirúrgica de emergência. A taxa de mortalidade total em situações de rompimento pode ser superior a 80%, apesar de toda a evolução médica recente em termos de cuidados cirúrgicos e anestésicos. Quando a aorta abdominal se encontra apenas um pouco mais dilatada em relação ao normal, isso não é grave. No entanto, é importante saber da sua existência de maneira a poder ser

regularmente vigiada pelo médico assistente e corrigir factores de risco associados.

Quem corre maior risco?

Os homens são muito mais propensos a ter este tipo de aneurisma do que as mulheres. A probabilidade de ter um aneurisma também aumenta com a idade, particularmente após os 65 anos.

Adicionalmente, terá maior possibilidade de desenvolver um aneurisma da aorta abdominal se:

- ▶ **for fumador;**
- ▶ **for hipertenso;**
- ▶ **tiver os níveis de colesterol altos;**
- ▶ **tiver tido um enfarte agudo do miocárdio ou angina de peito;**
- ▶ **teve tido um acidente vascular cerebral;**
- ▶ **o seu irmão, irmã, pai ou mãe tiver ou já tenha tido um aneurisma de aorta abdominal.**

A ausência de sintomas não significa que a doença não existe



o rastreio, de acordo com os mesmos critérios de risco.

Importa recordar a campanha nacional de rastreio do aneurisma da aorta abdominal que a Sociedade Portuguesa da Angiologia e Cirurgia Vascular promoveu, com o apoio do Alto Comissariado da Saúde, sob o lema “A Aorta não Avisava” (fig. à esquerda).

O hospital **CUF** porto, no âmbito da campanha “Aorta é Vida”, promoveu no dia passado dia 28 de Abril uma acção de rastreio aberto à população que teve um enorme impacto, uma campanha que passou por outras unidades da José de Mello Saúde.

O rastreio do AAA permite detectar outras doenças?

Não. O rastreio por ecografia abdominal vascular apenas determina se há ou não um aneurisma de aorta abdominal. Não são pesquisadas outras doenças.

Contudo, na consulta específica de Angiologia e Cirurgia Vascular também são valorizados outros aspectos clínicos particulares da doença aterosclerótica.

Quais são os resultados possíveis do exame?

São três os resultados possíveis:

▶ NORMAL

Um resultado normal significa que a aorta abdominal não se encontra alargada (não há aneurisma).

▶ ANEURISMA DE PEQUENAS DIMENSÕES

Se se verificar a presença de um aneurisma de pequenas dimensões, isto significa que a aorta é um pouco maior do que o normal. Nessas circunstâncias, o seu médico assistente deve promover a adequada vigilância clínica e ecográfica.

▶ ANEURISMA DE GRANDES DIMENSÕES

Se for encontrado um aneurisma de grandes dimensões, isto significa que a aorta é muito maior do que o normal. Apenas um número limitado de indivíduos apresenta este resultado. Nestas circunstâncias deve ter um encaminhamento adequado por um cirurgião vascular tendo em vista um mais que provável tratamento cirúrgico. Será então necessário fazer mais exames,

particularmente uma TAC (fig. 3), de forma a obter dados mais concretos acerca do aneurisma e assim ser possível efectuar uma programação com todo o rigor em termos da estratégia cirúrgica a seguir.

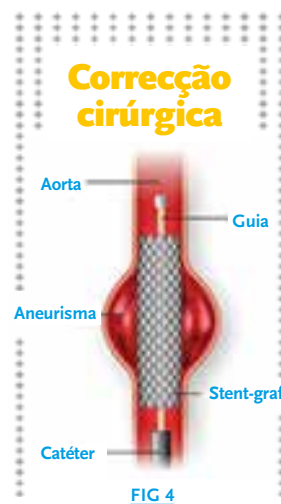
Em que consiste a correcção cirúrgica do aneurisma da aorta abdominal?

De acordo com cada caso em particular é tomada a decisão de cirurgia clássica ou cirurgia endovascular. A cirurgia endovascular (fig. 4) tem sido a primeira opção na maioria dos casos intervencionados no hospital **CUF** porto por ser um procedimento minimamente invasivo. Neste tipo de intervenção coloca-se uma prótese a revestir internamente o aneurisma de forma a excluí-lo, mantendo a circulação para os membros inferiores através deste novo conduto sintético. Para isso não é necessário abrir cirurgicamente o abdómen mas apenas uma pequena incisão ao nível das virilhas, por onde se efectua o cateterismo que conduz a prótese ao local pretendido. Desta forma, em que habitualmente não é necessária anestesia geral, o internamento é muito mais curto (2-3 dias), sem unidade de cuidados intensivos no pós-operatório e com uma recuperação muito mais rápida e cómoda. Nem todos os casos podem ser tratados desta forma menos agressiva pelo que a decisão clínica, muito dependente do resultado da TAC de confirmação, é necessariamente individualizada e partilhada com o próprio doente.

É necessário algum seguimento específico após a intervenção?

Sim, e a dois níveis: por um lado continuar a controlar eficazmente todos os factores de risco bem como excluir outros possíveis aneu-

rismas ou outras manifestações da doença aterosclerótica; por outro lado, vigiar o aneurisma que foi intervenccionado de forma a garantir que se mantém excluído podendo, nalguns casos, ser necessária alguma pequena correcção futura. ☐



UNIDADE DE ORTOPEDIA GERIÁTRICA

NÃO PRESCINDA DE UMA VIDA ACTIVA



Porque a mobilidade é um factor essencial, a **UNIDADE DE ORTOPEDIA GERIÁTRICA** da **clínica^{cuf} cascais** tem como missão a prevenção, o apoio e a prestação de cuidados de saúde para maiores de 65 anos com vista a permitir-lhe usufruir de uma vida activa.

Equipa multidisciplinar para rápida restituição da qualidade de vida | Cirurgia nas primeiras 24h após fractura com técnicas minimamente invasivas e de rápida recuperação | Cirurgia de reconstrução articular | Consulta de ortopedia geriátrica para prevenção e tratamento da artrose | Consultas médicas complementares



clínica^{cuf}
cascais

211 141 400
www.saudecuf.pt

unidades de:



JOSÉ DE MELLO-SAÚDE

Um caso de resistênciã aguda

Há casos assim: de resistência. De pessoas que insistem em desafiar e lutar contra um destino que parece certo. Adelino Macedo é, seguramente, um desses casos

“**V**ou voltar a trabalhar dentro de pouco tempo, isso garanto-vos.” Seria normal duvidar que fosse Adelino a proferir esta frase. Aos 40 anos, casado e pai de um filho, Adelino entrou no Serviço de Urgência do Hospital de Braga com alterações progressivas

da sensibilidade no ombro direito. O diagnóstico não foi muito animador: hemorragia no tronco cerebral. “Basicamente, é o pior sítio para se ter qualquer tipo de complicação pois o tronco cerebral controla tudo, inclusivamente a respiração”, explicou Carlos Alegria, director do serviço de Neurocirurgia do Hospital de Braga. Adelino foi logo internado.

Nos dias seguintes o panorama agravou-se: já não conseguia deglutir, teve uma deterioração súbita do estado de consciência com paragem respiratória, nova hemorragia... O cenário ditava uma cirurgia emergente ao imponente tronco cerebral. “Na Unidade de Cuidados Intensivos Polivalente (UCIP) o sentimento é de apreensão quando sabemos que os neurocirurgiões vão operar aquela parte do cérebro, pois é muito provável que, no final, a pessoa fique apenas a mexer a cabeça e ligada a um ventilador para toda a vida”, salientou Luís Lencastre, director da UCIP.

ADELINO MACEDO

de 40 anos tem vindo a recuperar de forma admirável, em grande parte graças ao seu optimismo e perseverança.



PAULA MACEDO

Mulher de Adelino garante que todos foram parte vital na recuperação do marido: "Ele ficou muito apegado a toda a gente. Sempre que vem às consultas vai visitá-los todos!"



O relógio e os planos nocturnos

Deitado 24 horas por dia, Adelino não conseguia perceber quando era noite ou dia. Pediu então um relógio só para distinguir as oito da noite das oito da manhã e perceber se faltava muito para Paula, a mulher, chegar. "Só pelo barulho dos saltos eu já percebia que era ela. Era a melhor parte do meu dia. Uma hora que ela estava ali era um minuto, porque passava tão rápido..." O relógio, sem qualquer valor, comprado pela mulher numa loja dos "chineses", ainda hoje está no pulso de Adelino.

Mas como se passam as horas se estamos conscientes? Fácil! A fazer planos... "Normalmente, durante a noite programava o dia seguinte. Quando comecei a andar agarrado por duas pessoas, tentava perceber o que tinha de fazer para andar sozinho. Pensava muito. Horas e horas! E consegui..."

As noites serviam ainda para ajudar a mulher com a logística: "Quando chegava ele dizia-me, olha que o seguro do carro está a terminar..."

Hoje, para manter a destreza, Adelino sobe e desce as escadas 20 vezes e chega a fazer 40 quilómetros de bicicleta.

"Quando comecei a andar agarrado por duas pessoas, tentava perceber o que tinha de fazer para andar sozinho. Pensava muito. Horas e horas! E consegui!"

A IDEIA DE NÃO RECUPERAR ERA INACEITÁVEL

No dia seguinte à cirurgia, Adelino recuperou a consciência. Mas apresentava uma tetraparesia grave e não tinha autonomia ventilatória. Só ao fim de 10 dias é que conseguiu passar para ventilação assistida por BIPAP, um sistema de ventilação por pressão positiva com 2 níveis de pressão. Esperavam-no 18 dias na Unidade de Cuidados Intensivos Polivalentes, sendo posteriormente transferido para a Unidade de Neurocríticos. Mas para ele a ideia de não recuperar totalmente era simplesmente inaceitável. Sempre consciente de tudo o que lhe poderia acontecer, desde ficar tetraplégico, ligado a um ventilador e sem conseguir deglutir, Adelino tinha pela frente uma batalha titânica contra o próprio corpo. Durante a sua longa estadia na Unidade de Neurocríticos, cerca de dois meses, Adelino



A OPERAÇÃO ESTAVA AGENDADA

mas Adelino teve nova hemorragia do tronco cerebral o que precipitou a cirurgia. As imagens mostram a delicadeza da intervenção



continuou dependente de BIPAP. Apenas se registava uma melhoria muito ligeira do quadro tetraparético e dos pares cranianos baixos. Estava traqueostomizado e alimentava-se por uma sonda gástrica. Nesta fase, e por não ter total autonomia ventilatória, a equipa médica propõe que vá a Espanha colocar um *pacemaker* diafragmático. Entretanto, de forma quase súbita, Adelino melhora da tetraparesia, começa a deglutir e deixa de necessitar de BIPAP.

PAULA, A TAL MULHER POR TRÁS DO HOMEM

Mas a batalha ainda ia a meio. Pela frente havia um infindável percurso de reabilitação, com fisioterapia, terapia ocupacional, terapia da fala...

Entretanto, no meio de tudo isto estava Paula. A mulher que durante cinco meses e nove dias esteve literalmente à cabeceira de Adelino. E que, de forma tímida, a olhar para baixo, admite

que muitas vezes perdeu a esperança. “Mas ele não! Ele nunca a perdeu”, contou com os olhos vidrados de emoção. “O que mais me custava era saber que ele estava consciente de tudo. Às vezes ficava revoltada mas acabava sempre por perceber que tínhamos de ter esperança e, sobretudo, paciência.”

E, ainda com timidez, diz não ter palavras para agradecer às pessoas que neste quase meio ano

CARLOS ALEGRIA
director do serviço de Neurocirurgia

“A força psíquica do Adelino, que esteve sempre consciente de tudo o que lhe poderia acontecer, desde ficar tetraplégico, ligado a um ventilador e sem conseguir deglutir, foi enorme, o que ajudou grandemente na sua recuperação”

LUÍS LENCASTRE
director da UCIP

“Houve um extraordinário empenho quer dos cirurgiões quer do pessoal da reabilitação numa causa que quase parecia perdida. Isto para não falar do Adelino, que nunca desistiu”

HELENA ARANTES
terapeuta da fala

“O Adelino tinha uma força enorme, às vezes tinha de o travar um pouco porque queria ir depressa demais”





Adelino nunca aceitou a ideia de não recuperar totalmente e travou, com sucesso, uma batalha titânica contra o próprio corpo

▲ Apesar de completamente autónomo, Adelino ainda tem de recuperar a agilidade na fala e a precisão dos movimentos



Hoje, para manter a destreza, Adelino sobe e desce as escadas 20 vezes e chega a fazer 40 quilómetros de bicicleta



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.



se dedicaram a Adelino. Desde o neurocirurgião Carlos Alegria às assistentes operacionais, Paula Macedo garante que todos foram parte vital na recuperação do marido: “Ele ficou muito apegado a toda a gente. Sempre que vem às consultas vai visitá-los todos!”

UMA ENORME FORÇA DE VONTADE

E a verdade é que o sorriso tímido de Adelino se transforma quando percorremos os corredores do Hospital de Braga. Quando visitamos a sala de fisioterapia, Adelino desabafava: “Não sei como é que havia gente que chegava aqui e começava logo a olhar para o relógio à espera que acabasse. Mas esta gente não quer ficar boa? Eu queria era fazer o mais possível!” Hugo Couto, o fisioterapeuta que mais de perto lidou com Adelino, dizia mesmo que era preciso mandá-lo parar. “Se não o mandasse embora ele continuava aqui a trabalhar...” Mas a luta ainda não terminou. E, apesar de completamente autónomo, de não ter qualquer dificuldade na deglutição e ter força nos quatro membros, Adelino ainda tem de recuperar a agilidade na fala e a precisão dos movimentos, absolutamente essencial à sua profissão: oleiro. “Vou voltar a trabalhar dentro de pouco tempo, isso garanto-vos.” ☰

▲ **COM ALEGRIA**
Adelino e o fisioterapeuta Hugo Couto, que o acompanhou, recordam os tratamentos

+ **PERTO DE SI**

HOSPITAL DE BRAGA
Sete Fontes – São Victor
4710-243 Braga
Telefone: 253 027000

GPS
N 41° 34'
W 8° 24'



Dr. Carlos Evangelista
Médico ortopedista responsável
pela unidade de Ortopedia Geriátrica
da clínica **cuf** cascais

Ortopedia Geriátrica para um envelhecimento activo

MANUTENÇÃO DA SAÚDE, DA ACTIVIDADE E DA INDEPENDÊNCIA É O GRANDE DESAFIO PARA AS PESSOAS COM MAIS DE 65 ANOS E TAMBÉM DA NOVA UNIDADE DE ORTOPEDIA GERIÁTRICA DA CLÍNICA **cuf** CASCAIS. UMA EQUIPA DE PROFISSIONAIS EXPERIENTES QUE ACOMPANHA OS SEUS CLIENTES AJUDANDO-OS A TER UMA VIDA MAIS ACTIVA

Estando a clínica **cuf** cascais atenta a um grupo crescente de pacientes com grande especificidade e maiores de 65 anos, criámos uma unidade que pretende servir bem quem de nós precisa.

Porque o futuro é tudo o que ainda não foi vivido e o passado foi o acumular de conhecimentos e experiências que nos irão proporcionar um melhor futuro, preparamos-nos para o amanhã com os conhecimentos passados.

Assim, a experiência do corpo clínico ortopédico da clínica **cuf** cascais permitiu criar uma unidade Ortopédica Geriátrica multidisciplinar, englobando várias valências, todas elas sempre imbuídas do espírito da manutenção da saúde, da actividade e da independência.

Ao privilegiar o envelhecimento activo, pretendemos criar mais saúde, melhor qua-

lidade de vida com participação activa e de pleno direito.

Uma das maiores ameaças da idade maior é o risco de queda, que tem como consequência mais grave a fractura, muitas vezes relacionada com a diminuição da densidade óssea (osteoporose), e acaba sempre por ter uma relação importante com a capacidade de autonomia do idoso.

A sedentarização, por si só, também leva a uma diminuição da massa muscular, associada à deterioração do estado cognitivo e subsequentemente défice na marcha e risco de queda.

Nas causas de queda podemos destacar factores extrínsecos e intrínsecos. Assim, os extrínsecos são os externos ao indivíduo, encontrando-se no ambiente que rodeia cada um, como tapetes, carpetes, mobiliário abundante, fios eléctricos e revistas no chão, entre outros. Quando falamos de factores intrínsecos estamos a falar de situações relacionadas com o próprio indivíduo como o equilíbrio, factor fundamental na capacidade de andar, subir e descer escadas. A artrose não é mais que um desgaste articular, uma das patologias mais antigas da humanidade e que limita a actividade, provocando o sedentarismo e subsequentemente um factor de queda.

PREVENIR

3

PRINCIPAIS RISCOS DE QUEDA

1

Diminuição da densidade óssea (osteoporose)

2

Diminuição da massa muscular (sedentarismo)

3

Factores do ambiente (carpetes, escadas, ruas mal calçadas)



Ao privilegiar o envelhecimento activo, pretendemos oferecer mais qualidade de vida e promover uma melhor saúde

**VALOR
JMS**

DESENVOLVIMENTO HUMANO

No Grupo José de Mello Saúde procuramos crescer com a organização, apostando no contributo individual. Sabemos que as pessoas são sempre o elemento que faz a diferença. A organização José de Mello Saúde privilegia o diálogo com os seus colaboradores. Por sua vez, estes escutam e aprendem uns com os outros. Agimos correctamente, com ética. Cumprimos regras, honramos compromissos e nunca faltamos com a verdade ao cliente.

Vida activa na Domus Vida Parede

Na Residência Assistida Domus Vida Parede os séniores têm todas as condições para assegurar um envelhecimento activo. A unidade disponibiliza diversas actividades cujo objectivo é combater o sedentarismo e promover uma vida activa. Além disso a unidade é especializada em recuperações ortopédicas, contando com profissionais experientes que garantem um acompanhamento multidisciplinar dos residentes.

Saiba mais sobre esta Residência Assistida através do 707 506 506 ou visite-nos no Edifício DOMUS Vida, Rua Arquitecto Rosendo Carvalheira, s/n - Parede



Assim a realização de artroplastias, colocação de próteses articulares atempadamente, proporciona a cura da dor articular, a melhoria da qualidade de vida com independência.

A idade não deve ser uma contra-indicação para a realização de uma cirurgia de reconstrução articular.

Para começarmos a prevenir algumas destas situações devemos iniciar assim que possível programas de tonificação muscular orientados pelo seu médico pois nem sempre a natação é o melhor para todos e, mesmo dentro desta, nem todos os estilos serão aconselhados. Com aconselhamento médico poderá iniciar uma medicação preventiva e anti-artrósica, quer oral quer injectável. Um *check-up* neurológico, da visão e do aparelho auditivo são importantes, assim como a atenção na medicação, pois a polimedicação, particularmente com sedativos ou calmantes, é preocupante nesta faixa etária.

Muito mais fica por dizer, muito mais por explicar, mas para termos um envelhecimento activo é preciso, acima de tudo, gostarmos de nós, acreditarmos que a idade avançada são os anos do nosso conhe-

cimento. Todas as fases da vida podem ser plenamente satisfatórias e para isso há que cultivar bons hábitos: fazer algum exercício físico, uma alimentação regular – não exagerada – comer o que apetece com moderação, ler, passear, em resumo ter interesse pela vida, é o primeiro e talvez o mais importante factor de bem-estar. ☰

Para termos um envelhecimento activo é preciso, acima de tudo, gostarmos de nós próprios

+ **PERTO DE SI**

DOMUS VIDA PAREDE
R. Arq. Rosendo Carvalheira s/n
2775-028 Parede
Telefone: 707 506 506

GPS
N 38° 40' 54"
W 9° 20' 47"



DOMUSCARE

-SERVIÇOS DE SAÚDE EM SUA CASA-



SERVIÇOS DOMICILIÁRIOS 24 HORAS POR DIA, 365 DIAS POR ANO.

TUDO O QUE PRECISA, SEM SAIR DE CASA.

Mas se precisar, saímos consigo.

A DomusCare é uma solução inovadora de serviços de assistência domiciliar, **disponível 24 horas por dia, 365 dias por ano**, ideal para todos aqueles que desejam permanecer no seio da sua família, usufruindo de cuidados de saúde personalizados e apoio nas actividades de vida diária.

Garantimos um adequado acompanhamento e um serviço de excelência.

707 506 506

www.jmellors.pt



JOSÉ DE MELLO · SAÚDE

Conte com eles



DERMATOLOGIA E ESTÉTICA NO HOSPITALCUF DESCOBERTAS ●●●●

A beleza ao serviço da saúde integral

INDO DE ENCONTRO ÀS NECESSIDADES DOS CLIENTES O HOSPITALCUF DESCOBERTAS TEM À DISPOSIÇÃO A UNIDADE DE ESTÉTICA, ONDE A INOVAÇÃO E O PRESTÍGIO ANDAM DE MÃOS DADAS COM A QUALIFICAÇÃO E A COMPETÊNCIA. PORQUE A BELEZA E A SAÚDE SÃO, POR VEZES, AS MELHORES AMIGAS

Segundo a Organização Mundial de Saúde a saúde define-se como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doenças”. Pegando nesta definição, facilmente se percebe que todos devem cuidar de si mesmos de forma integral. O hospitalcuf descobertas desenvolveu uma oferta na área da estética que engloba a dermatologia, cirurgia plástica e cirurgia maxilo-facial, adequada para cuidar da sua imagem. O objectivo é fazer com que o cliente se sinta bem e usufrua das técnicas mais avançadas, uma equipa clínica de comprovada qualidade e um ambiente hospitalar com condições de segurança únicas.

A APARÊNCIA TAMBÉM ESPELHA A SAÚDE

Miguel Peres Correia, coordenador do Centro de Dermatologia, explica que “num mesmo local, o cliente tem acesso a tudo o que é fundamental nesta especialidade, desde o diagnóstico ao tratamento, da doença à aparência. Em dermatologia, a doença e a aparência estão permanentemente ligadas”, conclui. E conta, satisfeito, que no arranque deste centro, há três anos, o corpo clínico subestimou o impacto que viria a ter sobre os potenciais interessados. Na verdade, o crescimento tem sido notável.

“Tornámo-nos provavelmente a maior unidade de Dermatologia do país. Talvez os hospitais da Universidade de Coimbra tenham uma actividade semelhante mas neste momento nenhum hospital público que conheço tem a mesma dimensão. Uma solução deste tipo fazia falta e a procura que temos é enorme.” Só nos primeiros seis meses deste ano o aumento de procura rondou os 20%, o que, para o coordenador, “é impressionante tendo em conta a crise que o país atravessa”.

Do diagnóstico precoce do cancro da pele ao tratamento das alterações de envelhecimento da pele, estão acessíveis nesta unidade hospitalar os métodos mais modernos, uma equipa de 11 dermatologistas, 4 enfermeiras, 4 auxiliares e 6 pessoas no atendimento/secretariado. “Temos ainda alguns serviços muito especializados, como por exemplo uma consulta do cabelo que funciona de modo ímpar em Portugal. Desenvolvemos muito trabalho de investigação e estabelecemos recentemente um acordo com colegas que trabalham em Biologia na Universidade do Minho para desenvolverem connosco os seus projectos. Nesse sector, conseguimos ter uma actividade muito grande em termos de quantidade e notável em termos de qualidade”, avança o coordenador do Centro de Dermatologia. De destacar ainda a consulta de Psoríase, muito procurada por doentes de todo o país que, do Algarve a Trás-os-Montes, se deslocam propositadamente ao hospitalcuf descobertas.

NUM MESMO LOCAL

o cliente tem acesso a tudo o que é fundamental nesta especialidade, desde o diagnóstico ao tratamento



Na primeira pessoa



José Manuel Appleton

Coordenador da unidade de Cirurgia Plástica e Reconstructiva, salienta a experiência e a estrutura hospitalar reconhecida como elementos que asseguram a confiança dos clientes.



Miguel Peres Correia

É o coordenador do Centro de Dermatologia que, desde há 3 anos para cá, tem tido um crescimento exponencial, com uma componente forte ligada à investigação, em parceria com a Piérre Fabre.



Pedro Correia

Coordenador da Unidade de Maxilo-facial, está à frente deste projecto desde 2001. A sua unidade recebe doentes referenciados por dentistas de todo o país.

“Tornámo-nos, provavelmente, a maior unidade de Dermatologia do país. Uma solução deste tipo fazia falta e a procura que temos é enorme”

MIGUEL PERES CORREIA,
coordenador do Centro de Dermatologia



“Foi a primeira vez que num hospital privado surgiu uma consulta dedicada aos doentes de psoríase com um funcionamento muito rigoroso”, salienta.

ENTRE OS QUATRO MAIORES DE PORTUGAL

A abertura da unidade de Cirurgia Maxilo-facial coincidiu com a inauguração do hospitalcuf descobertas em 2001. Um projecto concebido por Pedro Soares Correia, o coordenador que por coincidência regressou a Portugal após um longo estágio nos Estados Unidos, precisamente na fase de arranque do Hospital. Durante o período em que esteve fora do país teve oportunidade de trabalhar num hospital de vanguarda, onde a Medicina Dentária convivia lado a lado com a Cirurgia Maxilo-facial. Aproveitando o *know-how* adquirido resolveu replicar a ideia, colmatando uma lacuna existente na realidade portuguesa, e criou a unidade de Medicina Dentária e Cirurgia Maxilo-facial vocacionada para os tratamentos que integram conhecimentos mais abrangentes da cavidade oral e tudo o que a rodeia.

A ideia revelou-se tão positiva que a unidade começou em 2001 com três elementos e hoje dispõe de uma equipa de 17 pessoas com diferentes áreas de subespecialização, numa estrutura autónoma que, no entanto, beneficia de

todas as sinergias e segurança que advêm do facto de estar integrada numa estrutura hospitalar. Tal como acontece com a Dermatologia, a procura tem sido expo-

nencial e não tem reflectido a situação do país, ao contrário da expectativas cautelosas de Pedro Soares Correia. “Nos primeiros seis meses deste ano o crescimento foi de 17% e, desde a abertura, temos aumentado sempre dois dígitos em relação ao ano transacto”, revela.

Cerca de 90% dos utentes são reencaminhados e referenciados de fora do hospital por dentistas e colegas de todo o país. “Recebemos utentes de várias cidades porque a nossa unidade situa-se entre as quatro maiores na cirurgia de implantes dentários a nível nacional. Temos alguns referenciadores que enviam os seus utentes quando têm consciência que não têm capacidade para tratar determinados problemas”, avança o médico dentista.

A unidade está aberta de 2ª a 6ª feira das 8h30 às 20h00 e conta com o profissionalismo de cinco médicos dentistas vocacionados para áreas diferenciadas. “Temos uma consulta de Medicina Dentária pediátrica com um colega ligado à Universidade na área de odontopediatria. Contamos também, por exemplo, com um colega

RECONHECIMENTO

Tal como acontece com a dermatologia, a procura pelos cuidados em medicina dentária tem sido exponencial no hospitalcuf descobertas



Confiança a toda à prova

Recebemos doentes de várias cidades porque a nossa Unidade encontra-se entre os quatro maiores colocadores de implantes dentários a nível nacional adianta Pedro Correia.

Para José Manuel Appleton os pacientes precisam de estar bem informados sobre a intervenção e de sentir confiança no cirurgião. “Devem estar cientes que vão ser intervencionados com o prestígio e experiência da saúdecuf” e, a propósito da grande quantidade de informação que existe hoje em dia, nem sempre correcta, o especialista lembra que só numa consulta se podem desfazer certos mitos e expectativas pouco realistas. E conta que o mais importante é a “escolha adequada do hospital e do especialista, sendo essencial a referência pelo médico de Medicina Geral e Familiar ou por profissionais de saúde”. Na verdade, todos os dias chegam pacientes a este serviço que se confessam mais seguros por serem operados num hospital. “Felizmente, nunca tive situações complicadas decorrentes do pós-operatório mas é evidente que há casos em que podemos estudar e tratar melhor pois temos todas as especialidades de suporte. Pedimos muitas vezes a opinião de colegas de outras especialidades para nos certificarmos de que o paciente pode ser operado em máxima segurança. É uma das vantagens de estar tudo centralizado num mesmo local.” Quando necessário, o cirurgião faz-se acompanhar por um colega de outra especialidade. Por exemplo, um otorrinolaringologista, que trabalha a parte funcional, enquanto o cirurgião plástico cuida da vertente estética do nariz. Também nesta área a conjuntura não se faz sentir: “Mesmo neste ano de crise tivemos uma taxa de crescimento de 54% na consulta e de 27% na cirurgia. Devemos chegar às 3000 consultas no final do ano”, conclui, visivelmente satisfeito, José Manuel Appleton. ☰

▲ CRESCIMENTO

Aquela que começou por ser uma pequena unidade tem hoje uma equipa com 17 pessoas, entre médicos, higienistas, assistentes dentárias e recepcionistas

que faz tratamentos de canal em microscópio – a única forma de garantir que estes são feitos com qualidade. Uma parte significativa dos nossos utentes está bem

mas quer ficar melhor”, diz o coordenador. “O nosso serviço tem como pilar-base a segurança do doente. Estamos suportados em todas as especialidades que possam eventualmente ser necessárias incluindo uma unidade de cuidados intensivos, o que é uma enorme mais valia para o nosso trabalho e para o doente.”

A SEGURANÇA DE UM HOSPITAL

A unidade de Cirurgia Plástica Reconstrutiva e Estética é constituída por médicos oriundos do mesmo hospital e da mesma escola que se desenvolveu no serviço de Cirurgia Plástica e Maxilo-Facial do Hospital de Santa Maria, onde funciona a Faculdade de Medicina. “Além da sua experiência assistencial, estes médicos praticam ou desenvolveram actividades docentes, no ensino pré e pós-graduado da especialidade”, refere José Manuel Appleton, coordenador da unidade. Os cirurgiões plásticos do hospitalcuf descobertas estão, por isso, habilitados a tratar os doentes, com patologias simples ou complexas, através de técnicas muito avançadas. “Os nossos médicos têm uma experiência relevante em diferentes áreas da especialidade, incluindo o tratamento de queimados e das suas sequelas.” A equipa integrou-se perfeitamente “no prestígio da marca saúdecuf, a mais antiga prestadora de cuidados de saúde privada”, adianta.

No que se refere à cirurgia estética, as intervenções mais procuradas são as cirurgias mamárias, nas suas três versões (aumento, redução e mastopexia), a lipoaspiração, o lipofilling, a rinoplastia, a abdominoplastia e a cirurgia de correcção do envelhecimento. “Hoje estão na moda os preenchimentos de rugas com ácido hialurónico e o botox”, lembra o coordenador. A cirurgia reconstrutiva no hospitalcuf descobertas actua em toda a superfície corporal e os métodos terapêuticos incluem os enxertos de pele, cartilagem, nervos, osso e gordura, o que lhes confere um amplo campo de actuação.

Consulta de Psoríase

Actualmente já são muitas as pessoas que realizam uma consulta de despiste onde são encontradas lesões numa fase muito precoce e com uma enorme taxa de cura. “Quase todas essas situações têm uma taxa de cura a rondar os 100% nessa fase, com um dano estético mínimo ou nulo”, refere Miguel Peres Correia. Todos os dias existem pessoas que querem apenas “analisar a sua pele”. O coordenador do Centro de Dermatologia recomenda o rastreio de dermatologia “a todas as pessoas que ao longo da sua vida, fruto da actividade profissional ou de prática de desporto, tenham estado demasiado tempo expostas ao sol”.

+

PERTO DE SI

HOSPITALCUF
DESCOBERTAS

R. Mário Botas
(Parque das Nações)
1998-018 Lisboa
Telefone: 210 025 200



GPS

N 38° 45' 25"

W 9° 5' 54"



PROGRAMA EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE

Por uma vida mais saudável

EQUIPAS MULTIDISCIPLINARES DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE EMPENHAM-SE VOLUNTARIAMENTE EM ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO JUNTO DE ESCOLAS E IPSS

Desde 2009 que a José de Mello Saúde tem vindo a promover acções de formação e sensibilização sobre temas de saúde em escolas e instituições de solidariedade das zonas onde tem unidades. É uma das maneiras de estar perto da comunidade e, ao mesmo tempo, de honrar o seu compromisso de Responsabilidade Social. Lisboa, Cascais, Torres Vedras, Vila Franca de Xira, Porto e Braga são alguns dos locais abrangidos por este programa que em menos de três anos chegou a 10 mil pessoas. O objectivo principal é sensibilizar crianças e idosos – os dois públicos-alvo do programa – para a importância de identificar e evitar comportamentos de risco, reconhecer os benefícios de comportamentos adequados e incentivar a prevenção, sempre através de informação positiva.

◀ Em menos de três anos este projecto já chegou a perto de 10 mil pessoas

AS ACÇÕES
nas escolas incidem sobre temas que integram os programas curriculares ou que, em conjunto com as instituições beneficiárias, são considerados relevantes

PROGRAMA “EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE”

Se conhecer alguma escola perto de uma unidade saúdecuf na qual gostasse de ver apresentado o nosso Programa “Educação para a Saúde”, envie-nos um e-mail para sustentabilidade@jmellosaude.pt e entraremos em contacto com a referida escola.



As acções nas escolas incidem sobre temas que integram os programas curriculares ou que, em conjunto com as instituições beneficiárias, são considerados relevantes. Alimentação saudável, cuidados a ter com o sol e prevenção do abuso de álcool na adolescência são alguns exemplos. Além das sessões de sensibilização, por vezes fazem-se diagnósticos da situação no terreno, como já aconteceu em duas escolas de Braga. No âmbito do tema “Alimentação Saudável” analisou-se a merenda escolar de cerca de 500 alunos, bem como os menus do bar e

Para os seniores, as acções focalizam-se em temas como a osteoporose, doenças cardiovasculares e muitos outros

das máquinas de vending. Após tratamento estatístico, os resultados foram entregues às escolas permitindo-lhes programar um conjunto de intervenções para melhorar a alimentação oferecida aos alunos.

Para os seniores, as acções de sensibilização focalizam-se em temas como a prevenção para as ondas de calor no início do Verão, cuidados com o frio no início do Inverno, rastreios de osteoporose, tensão arterial e doenças cardiovasculares, entre muitos outros.

Para concretizar estas iniciativas a José de Mello Saúde conta com equipas multidisciplinares de médicos, enfermeiros, farmacêuticos, fisioterapeutas e outros profissionais que, de forma voluntária, se têm associado ao projecto. Uma missão que, além da sensibilização para questões de saúde, também aposta na criação de ligações de longo prazo entre os hospitais e clínicas da José de Mello Saúde e outras instituições que servem a comunidade, como as escolas ou as IPSS. ≡

ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO DESENVOLVIDAS COM CRIANÇAS

- ▶ Alimentação saudável
- ▶ As profissões de saúde
- ▶ Suporte básico de vida
- ▶ Cuidados a ter com o sol
- ▶ Prevenção das infeções respiratórias e alergias
- ▶ Doença cardiovascular e a sua prevenção
- ▶ Vamos aprender a lavar as mãos
- ▶ Prevenção do abuso do álcool na adolescência
- ▶ Prevenção do consumo de substâncias nocivas
- ▶ Workshop “o parto”
- ▶ Workshop sobre amamentação

ACÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA IDOSOS

- ▶ Prevenção de queda
- ▶ Prevenção das ondas de calor
- ▶ Prevenção postural
- ▶ Rastreios da próstata
- ▶ Rastreios de osteoporose
- ▶ Rastreios de alergias
- ▶ Rastreios de tensão arterial e doenças cardiovasculares



● ● ● ●
INSTITUTOCUF

CINCO ANOS A MARCAR A QUALIDADE NO NORTE DO PAÍS

O institutocuf comemorou em Setembro os seus cinco anos de actividade. “O nosso balanço é muito positivo. Já realizámos mais

de 250 mil consultas e mais de 540 mil exames, apostámos na inovação em equipamentos e criámos várias Unidades Multidisciplinares de acordo com os mais exigentes padrões de qualidade e eficiência”, afirma Valério Leite, director clínico do institutocuf.

Segundo Valério Leite, “o institutocuf manteve também, ao longo dos anos, uma forte política de responsabilidade social, com o desenvolvimento de rastreios dirigidos à comunidade e iniciativas de sensibilização e educação para a saúde nas escolas da comunidade, tendo já chegado a cerca de 3 200 alunos”.

Para assinalar o dia, o institutocuf ofereceu, aos utentes e à população do Porto, mediante inscrição prévia, massagens gratuitas realizadas por quatro profissionais da equipa de Medicina Física e Reabilitação. Foram também oferecidas massagens específicas para bebés.

Inaugurado em 2007, o institutocuf é uma unidade de ambulatório de elevado perfil tecnológico que dispõe de consultas de especialidade e de uma oferta alargada de exames.



● ● ● ●

UNIDADES DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE

Campanha de colheita de sangue

A José de Mello Saúde, em parceria com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação, promoveu uma campanha a nível nacional de colheita de sangue nos seus hospitais e clínicas, entre 1 e 11 de Outubro, de forma a contribuir para o aumento das reservas de sangue nos hospitais portugueses.

No total das sessões participaram 380 pessoas, um número muito positivo face à habitual média que o Instituto Português do Sangue regista.

Esta iniciativa integra-se na política de responsabilidade social da José de Mello Saúde, numa linha de atuação socialmente consciente.

● ● ● ●

CLÍNICA CUF TORRES VEDRAS

8.ª REUNIÃO DE ORTOPEDIA FOCO OSTEOARTROSE

Coordenada pela unidade de Ortopedia da clínica cuf torres vedras terá lugar, dia 24 de Novembro, a 8.ª Reunião Clínica de Ortopedia cujo foco principal será a osteoartrose.

Fisiologia da Cartilagem, Fisiopatologia da Osteoartrose, e outros temas relacionados serão debatidos por um conjunto de especialistas de renome. A entrada é livre e a confirmação de presenças deve ser feita até 16 de Novembro.





HOSPITALCUF INFANTE SANTO

MAIS ENSINO PRÉ-GRADUADO

O hospitalcuf infante santo iniciou este ano lectivo a regência da cadeira de Gastrenterologia da Faculdade de Ciências Médicas (FCM) da Universidade Nova de Lisboa, estando a leccionar as componentes prática e teórica a cerca de 250 estudantes.

Para Jorge Canena, gastrenterologista do hospitalcuf infante santo, docente da FCM e responsável pela regência desta unidade curricular, “é fundamental que o ensino universitário entre nas instituições privadas, em especial nas unidades de excelência, que procuram disponibilizar aos seus doentes o melhor que a medicina pode oferecer, mas também a credibilidade científica e a participação na formação médica”.

O hospitalcuf infante santo iniciou no ano lectivo anterior a regência da cadeira de Otorrinolaringologia da mesma faculdade, o que o colocou como primeira unidade hospitalar portuguesa a ministrar uma cadeira universitária.

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 de um Protocolo celebrado em 2008 com a FCM.



SAÚDECUF

Estágios clínicos de Verão na saúdecuf



Nos meses de Verão, as unidades saúdecuf receberam 76 alunos da Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa, inseridos num programa de estágios clínicos de Verão, uma iniciativa conjunta da José de Mello Saúde e da Associação de Estudantes desta faculdade. Os alunos desenvolveram

estágios médicos e cirúrgicos com uma duração de 15 dias, no hospitalcuf infante santo, hospitalcuf descobertas, hospitalcuf porto e na clínicacuf cascais e clínicacuf torres vedras. A sessão de encerramento deste programa decorreu no dia 23 de Outubro e distribuiu prémios aos melhores alunos.



CLÍNICA CUF ALVALADE

Densitometria óssea vigia emagrecimento

“As perdas de peso bruscas raramente se devem apenas a uma redução de gordura, havendo também deterioração do tecido muscular e/ou desidratação, o que não é seguro para a saúde. Só um plano alimentar personalizado, de preferência acompanhado de atividade física regular, permite um emagrecimento saudável e duradouro”, alerta Rodrigo de Abreu, nutricionista na clínicacuf alvalade.

O nutricionista recomenda ainda: “Uma das melhores formas de vigiar o emagrecimento é através de um exame de densitometria óssea para garantir que está a perder gordura sem afetar a massa magra.”

A densitometria óssea é um método quantitativo de avaliação da massa óssea que também fornece dados importantes acerca da composição corporal, nomeadamente a quantidade de massa magra ou de gordura corporal. Este exame deve estar integrado em programas de emagrecimento ou reforço muscular através do exercício.

A unidade de Nutrição da clínicacuf alvalade realiza mais de 300 consultas por ano.



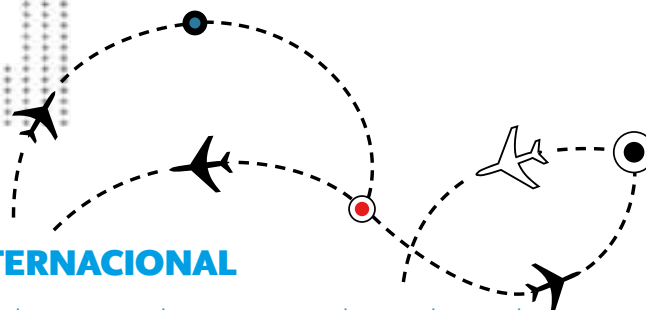
NOVO GABINETE

APOIO AO CLIENTE INTERNACIONAL

A saúdecuf inaugurou recentemente um Gabinete de Apoio ao Cliente Internacional.

Este serviço tem como objectivo ajudar os clientes residentes no estrangeiro que procuram cuidados de saúde nas unidades José de Mello Saúde, durante um período concreto de permanência em Portugal, nomeadamente em termos de marcação de consultas, exames, preparação para procedimentos cirúrgicos ou

de internamento e obtenção de segundas opiniões. Deste gabinete fazem parte os assistentes internacionais, vocacionados para prestarem serviços de apoio antes durante e depois da sua estadia. Em caso de necessidade, assegura a ligação ao hospital, pode efectuar a recolha, entrega ou envio de relatórios e resultados de exames que ficaram pendentes ou ajudar a estabelecer contacto com os clínicos.



● ● ● ●
NOVOS SITES

JOSÉ DE MELLO SAÚDE RENOVA PRESENÇA NA INTERNET



A José de Mello Saúde reformulou o seu *site* global e lançou 10 novos *websites* autónomos para cada uma das unidades da rede saúdecuf e para a José de Mello Residências e Serviços. Estas novas plataformas web possibilitam um acesso mais rápido à informação, uma navegação mais intuitiva e conteúdos mais interactivos, originando um maior envolvimento dos visitantes. Disponível está também toda a informação sobre as unidades saúdecuf, os

acordos com sistemas e seguros de saúde e informação sobre doenças e tratamentos. Os novos *websites* têm igualmente disponível uma versão *mobile*, que permite um acesso mais fácil a partir de qualquer *smartphone*. Esta versão inclui funcionalidades específicas como a orientação do utilizador para o serviço de atendimento mais próximo da sua localização no momento, ou a chamada directa para marcação de exames.

● ● ● ●
CLÍNICA CUF CASCAIS

Sensibilizar as crianças para os bons hábitos de vida



Em colaboração com a Câmara Municipal de Cascais, a clínica *cuf* cascais criou os conteúdos para o Guia “*Vou cuidar de mim*”, editado por aquela autarquia e oferecido a todos os alunos do 1.º ciclo do Ensino Básico do concelho. O guia recorre a ilustrações, jogos e conteúdos simples para sensibilizar as crianças sobre a importância de comer bem, praticar atividade física, descansar o tempo necessário, higiene pessoal e ainda

● ● ● ●
HOSPITALCUF PORTO

CURSO DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES INFANTIS

O Centro da Criança e do Adolescente do *hospitalcuf* porto promoveu um curso gratuito de prevenção de acidentes nas crianças.

“A época de descanso faz-nos meditar sobre os constantes acidentes que ocorrem com as nossas crianças e, por isso, a pensar no Verão que se aproxima, vamos explicar também como é possível

prevenir o afogamento em piscinas e nas praias, como actuar em caso de picadas de alforrecas ou peixe-aranha, quais as roupas mais adequadas para se proteger do sol, como transportar a criança no automóvel, entre outros conselhos práticos”, explica Emídio Carreiro, director do Centro da Criança e do Adolescente do *hospitalcuf* porto.

● ● ● ●
JORNADAS

ACTUALIZAÇÃO EM PSORÍASE

No âmbito do Dia Mundial da Psoríase, o Centro de dermatologia do *hospitalcuf* descobertas organiza e promove no dia 27 de Outubro, as 4.ªs Jornadas de Actualização em Psoríase.

Esta doença crónica, que afecta cerca de 80 milhões de pessoas em todo o mundo e, segundo as estimativas, entre 2 a 3% da população europeia. A psoríase não coloca a vida dos doentes em risco, estes poderão sofrer com mais frequência de diabetes, artrite psoriásica, doenças cardiovasculares, e depressão pelo que o seu tratamento assume uma importância particular.



BLOGUE DA CARLOTA VENCE PRIMEIRO PRÊMIO MÃE BLOGGER

O blogue da Carlota, da autoria de Fernanda Ferreira Velez, acessível em <http://babycarlota.blogspot.pt/>, venceu o concurso mãe blogger, uma iniciativa pioneira da saúdecuf destinada a reconhecer e premiar os melhores blogues escritos em Portugal por mães. Este concurso contou com a participação de mais de 150 blogues que receberam mais de 4 500 votos. Em segundo lugar ficou o blog “Socorro sou Mãe”, da autoria da Rita Ferro Alvim, acessível em <http://www.ritaferroalvim.blogs.sapo.pt>. O terceiro lugar foi atribuído ao blogue “Ties Photo”, de Catarina Ferreira, que pode ser consultado em <http://www.tiesphoto.wordpress.com>. O Prémio Mãe Blogger surgiu como forma de agradecer a todas as mães (ou pais) que partilham os primeiros passos dos seus filhos, as suas alegrias e inquietudes e informação sobre toda uma série de experiências que só eles podem contar em primeira mão.

OS NOSSOS PROFISSIONAIS NA TV

Com o objectivo de contribuir para a promoção da saúde da população, a José de Mello Saúde promove a presença dos seus profissionais nos meios de comunicação.



TEMA: Dietas e osteoporose
CANAL: RTP1/RTP informação – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Rodrigo Abreu
ESPECIALIDADE: Nutricionista da clínicacuf alvalade



TEMA: Acidentes infantis
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: Emídio Carreiro
ESPECIALIDADE: Director do Centro da Criança e do Adolescente do hospitalcuf porto



TEMA: Otites de Verão
CANAL: RTP1 – Bom Dia Portugal
MÉDICO: José Saraiva
ESPECIALIDADE: Coordenador da Unidade de Otorrinolaringologia do hospitalcuf descobertas



TEMA: Dores de cabeça
CANAL: RTP1/RTP informação – Bom Dia Portugal
MÉDICO: António Araújo
ESPECIALIDADE: Neurologista do hospitalcuf descobertas



TEMA: Exposição solar
CANAL: RTP1/RTP informação – Bom Dia Portugal
MÉDICA: Manuela Paço
ESPECIALIDADE: Dermatologista da clínicacuf alvalade



TEMA: Exposição solar
CANAL: TVI/TVI24 Diário da Manhã
MÉDICO: Mário Morais de Almeida
ESPECIALIDADE: Coordenador da Unidade de Imunoalergologia do hospitalcuf descobertas e hospitalcuf infante santo



TEMA: Alergias a insectos
CANAL: SIC – Edição da Manhã
MÉDICO: Mário Morais de Almeida
ESPECIALIDADE: Coordenador da Unidade de Imunoalergologia do hospitalcuf descobertas e hospitalcuf infante santo



TEMA: Aleitamento materno
CANAL: RTP informação
MÉDICO: Irina Barros
ESPECIALIDADE: Pediatria Hospital Vila Franca de Xira



TEMA: Intoxicação alimentar
CANAL: RTP informação – Manhã Informativa
MÉDICA: Antonieta Dias
ESPECIALIDADE: Medicina Geral e Familiar do hospitalcuf porto



TEMA: Retenção de líquidos
CANAL: RTP informação – Manhã Informativa
MÉDICO: Bento Bonifácio
ESPECIALIDADE: Medicina Geral e Familiar do hospitalcuf porto



TEMA: Prematuros de Risco
CANAL: RTP informação
MÉDICA: Cândida Mendes
ESPECIALIDADE: Pediatria Hospital Vila Franca de Xira



TEMA: Dietas e osteoporose
CANAL: SIC Notícias – Edição da Manhã
MÉDICO: Francisco Oliveira
ESPECIALIDADE: Endocrinologista da clínicacuf alvalade



TEMA: Intoxicação alimentar
CANAL: TVI24 – Diário da Manhã
MÉDICO: Rodrigo Abreu
ESPECIALIDADE: Nutricionista da clínicacuf alvalade



TEMA: Exposição solar
CANAL: RTP informação – Jornal 10/12
MÉDICO: João Maia e Silva
ESPECIALIDADE: Dermatologista do hospitalcuf descobertas



TEMA: Prevenção de acidentes infantis
CANAL: SIC Notícias
ENFERMEIRO: Nuno Nunes
ESPECIALIDADE: Membro da Academia de Enfermagem da José de Mello Saúde



TEMA: Cancro da pele
CANAL: RTP1/RTP informação – Bom Dia Portugal
MÉDICO: João Maia e Silva
ESPECIALIDADE: Dermatologista do hospitalcuf descobertas



TEMA: Cancro da pele
CANAL: SIC – Primeiro Jornal e Jornal da Noite
MÉDICO: João Maia e Silva
ESPECIALIDADE: Dermatologista do hospitalcuf descobertas



TEMA: Reunião de tricologia
CANAL: RTP informação – Jornal 10/12
MÉDICO: Rui Oliveira Soares
ESPECIALIDADE: Dermatologista do hospitalcuf descobertas

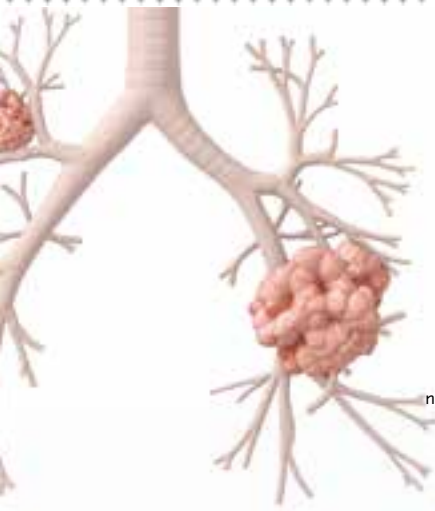
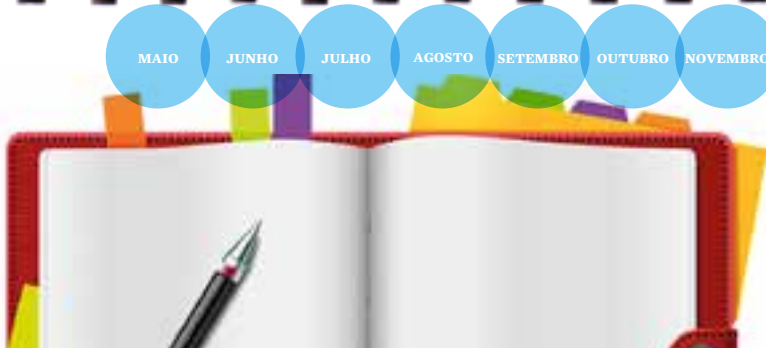


TEMA: Jornadas de Pediatria para pais
CANAL: RTP 1 – Bom dia Portugal
MÉDICO: Emídio Carreiro
ESPECIALIDADE: Director do Centro da Criança e do Adolescente do hospitalcuf porto



TEMA: Importância da escolha da creche
CANAL: RTP 1 – Bom dia Portugal
MÉDICO: Paulo Coutinho
ESPECIALIDADE: Pediatra do hospitalcuf porto

Agenda



NOVEMBRO

A ASSINALAR
Dia mundial da Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica

14.11.2012
 Acção sensibilização no Hospital de Braga
 16.11.2012
 Rastreio no hospitalcuf descobertas

SESSÃO DE FORMAÇÃO
1º Curso de Nutrição Pediátrica
 17.11.2012
 no hospitalcuf porto



NOVEMBRO



NOVEMBRO

JORNADAS
8ª Reunião Clínica sobre Osteoartrose
 24.11.2012
 na clínicacuf torres vedras

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

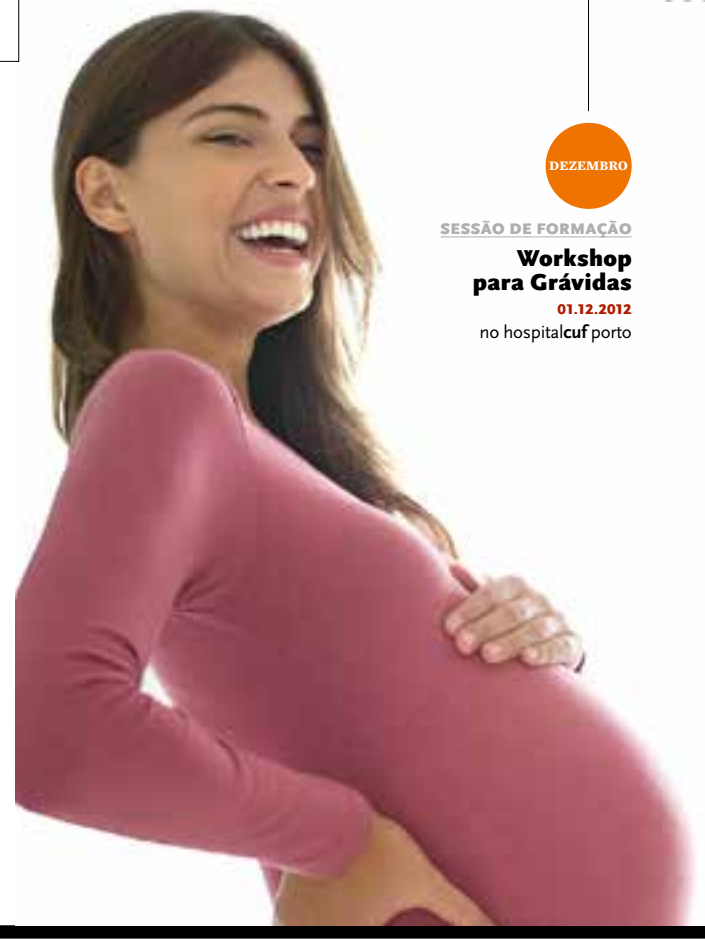


DEZEMBRO

JORNADAS
Reunião de Cirurgia da Epilepsia
 14.12.2012
 no hospitalcuf porto

DEZEMBRO

SESSÃO DE FORMAÇÃO
Workshop para Grávidas
 01.12.2012
 no hospitalcuf porto





Simplifique a sua vida

Descubra o espaço perfeito para quem precisa de um apartamento para arrendar por curta, média ou longa duração.

A Selecta Residence oferece-lhe na Junqueira ou no Parque das Nações, um verdadeiro espaço para descansar, trabalhar ou simplesmente viver a vida.

Com tipologias T1 e T2 de elevada qualidade, com estacionamento, a Selecta Residence oferece-lhe ainda uma ampla diversidade de serviços para simplificar a sua vida, como a limpeza ou fornecimento de refeições.

Totalmente mobilado, ou livre para decorar a seu gosto, escolha a opção ideal para desfrutar o melhor da sua casa.



Rua de São Caetano à Lapa n.º 6, Bloco C, 1.º Piso - 1200-829 Lisboa - Portugal
T. +351 21 394 29 60 F. +351 21 394 29 69 E. geral@selecta-sgfii.com
www.selecta-sgfii.com

Selecta
Residence

CHECK-UP PREVENIR

ESCOLHA E MARQUE O SEU CHECK-UP



CHECK-UP
PREVENIR
O CHECK-UP A SUA MEDIDA



A saúdecuf é uma rede de Hospitais e Clínicas em Portugal que associa mais de 65 anos de experiência e inovação num modelo de saúde que tem por base a qualidade do corpo clínico, o acesso à mais moderna tecnologia médica e à humanização dos cuidados prestados.

Agora já pode escolher o seu check-up de acordo com as suas preocupações de saúde de uma forma rápida e flexível. Pode optar por um **CHECK-UP BASE PREVENIR** ou um **CHECK-UP BASE PREVENIR SÉNIOR** ao qual pode acrescentar os módulos de check-up específicos que considere oportunos.

O seu check-up inclui uma consulta inicial e uma consulta final com o seu médico assistente com quem poderá esclarecer as suas dúvidas.



Pode escolher o seu check-up nas seguintes unidades:

instituto^{cuf}
+351 220 033 959

clínica^{cuf} belém
+351 968 321 972

clínica^{cuf} alvalade
+351 962 344 031

clínica^{cuf} torres vedras
+351 927 518 514

clínica^{cuf} cascais
+351 927 520 945