

13 | Setembro 2015

BOLETIM INFORMATIVO

Unidade Local de Saúde de Castelo Branco, EPE



Ficha Técnica

EDIÇÃO

Unidade Local de Saúde
de Castelo Branco

REDACÇÃO

Gabinete
de Comunicação
e Imagem

COMPOSIÇÃO GRÁFICA

Serviço de
Investigação, Formação
e Ensino

PERIODICIDADE

Mensal

O Boletim Informativo não adapta o novo acordo ortográfico.

Contamos com a sua participação. Faça-nos chegar comentários, eventos ou outras notícias do seu Serviço para o Gabinete de Comunicação e Imagem através dos emails:

gabinete.comunicacao@ulscb.min-saude.pt
acgil@ulscb.min-saude.pt

Obrigado



Medicina

Tendo estado internada neste Hospital, no 7º Piso (...) quero elogiar e agradecer a todos os profissionais que me atenderam (...) todo o profissionalismo, dedicação, carinho e humanismo com que fui tratada. Com 81 anos de idade, foi a primeira vez que estive internada e fiquei muito sensibilizada com todo o tratamento que tive, não querendo também deixar de mencionar a boa alimentação.

Assim, agradeço do fundo do meu coração a maneira como fui tão bem tratada.

O meu muito Obrigado.

Amélia Reis
Setembro 2015

Ortopedia

Quero deixar um grande elogio a todos os profissionais do serviço, a maneira carinhosa como trataram a minha filha.

Todos entenderam o problema dela. No dia em que entrei vinha muito nervosa e preocupada por ver a minha filha a chorar e a não querer ficar, mas encontrei uma equipa que logo me tranquilizou e me apoiou (...).

A todos muito Obrigado (...)

Adozinda Rato
Setembro 2015

Venho por este meio agradecer a toda a equipa de profissionais deste hospital, todos os meios e serviços prestados durante o meu internamento.

De referir também a alimentação de boa qualidade.

Luís Mendes
Setembro 2015

Serviço de Atendimento

Felicita-se o serviço de atendimento do balcão, são a imagem inicial do hospital e têm um profissionalismo excelente, entre simpatia e a decoração do espaço, bem como a eficiência do atendimento.

Continuem assim.

Noémia Marques
Setembro 2015

Venho por este meio agradecer o profissionalismo, apreço, celeridade, atenção, empenho e dedicação que todos os profissionais da ULSCB, com início em Penamacor no SAC, (...) e posteriormente em Castelo Branco (...), que desde o principio acompanharam a minha mãe (...) a qual recuperou do episódio de Urgência e se encontra bem de saúde, dentro das suas limitações, muito melhor em sua casa em Penamacor, tendo tido alta no próprio dia, francamente melhorada.

A todos os profissionais envolvidos, agradeço a todos em nome da minha mãe.

Bem haja a todos os que me ajudaram.

Cristina Firme
Setembro 2015



CONGRESSO
MÉDICO
BEIRA
INTERIOR

EPIFANIAS DA DOR

DA GÉNESE À INTERVENÇÃO

25-26 setembro 2015

Nos dias 25 e 26 de Setembro, teve lugar na Faculdade de Ciências da Saúde da Covilhã a segunda edição do Congresso Médico da Beira Interior.

Esta é uma iniciativa cujo objectivo inicial é dinamizar e promover a atividade científica dos internos que escolhem a Beira Interior para realizar o seu internato. Com a divulgação do evento temos assistido ao crescente número de participantes de outras regiões do país, que se traduz numa motivação acrescida.

O internato médico, composto por Ano Comum e Formação Específica, é um período privilegiado da formação de qualquer médico. Cabe às instituições que os acolhem, e em especial às Direções do Internato Médico, proporcionar uma formação teórica completa que possa contribuir para um crescimento profissional com qualidade. O Congresso Médico da Beira Interior é disso um bom exemplo. Este ano centrou-se no tema “Epifanias da Dor da génese à intervenção”.

Uma temática transversal a todas as especialidades, tantas vezes esquecida, ignorada, para a qual muitos profissionais de saúde estão pouco alerta no dia a dia da

sua prática clínica. Durante 2 dias tivemos oportunidade de assistir a debates construtivos, mesas redondas enriquecedoras, palestras empolgantes desafiando a mudança de atitudes a que ninguém na assistência pôde ficar indiferente. Do princípio ao fim o lema da reunião foi “Tratar a Dor não é só dar analgésicos”.

O congresso teve início com uma mesa de Ginecologia, versando o tema Disfunção Sexual em Ginecologia e Obstetrícia, ao que se seguiu uma conferência intitulada “A Dor como objecto sexual”. Na mesma manhã, depois da sessão solene de abertura, seguiu-se a mesa de Cardiologia sobre a “Insuficiência cardíaca como forma de dor crónica” e antes do almoço a mesa de Medicina Geral centrou-se na “Abordagem da dor no doente geriátrico”. Durante a tarde de 6ª feira tiveram lugar as mesas de: Medicina Interna com a temática “Pé diabético, quando o problema é a ausência de dor”, a Nefrologia com a “Abordagem terapêutica da dor nos doentes com doença renal crónica” e a mesa de Pneumologia sobre “Dor em Pneumologia”; terminámos o dia com um momento



Faculdade de Ciências da Saúde da Covilhã



Abertura do Congresso



Nefrologia: "Abordagem terapêutica da dor nos doentes com doença renal crónica"



Cardiologia: "Insuficiência cardíaca como forma de dor crónica"



Gastroenterologia: "Colonoscopia sem dor"



Simposio Grunenthal: "Tapentadol - a chave do tratamento da dor crónica"



Medicina Interna: "Pé Diabético, quando o problema é ausência de dor"



Cirurgia: "Dor pós Cirúrgica"



Encerramento do Congresso



Posters



Ortopedia/Reumatologia: "Dor Músculo-Esquelética"



Encerramento do Congresso



dedicado à Consulta da Dor em que se abordou a “Dor neuropática periférica”. No sábado, os trabalhos do congresso prosseguiram com a mesa de Pediatria intitulada “A dor em Pediatria”, a mesa de Gastroenterologia onde se focou o tema actualmente muito polémico da “Colonoscopia sem Dor” e ainda antes do almoço teve lugar um simpósio patrocinado pela Grunenthal “Tapentadol a chave do tratamento da dor crónica”.

Depois do almoço abordou-se o tema “Dor pós cirúrgica” na mesa da Cirurgia, seguindo-se uma mesa que reuniu Ortopedia e Reumatologia intitulada “Dor músculo-esquelética”. Terminaram os trabalhos do congresso da melhor forma possível, com uma mesa magnífica que abordou a “Medicina Paliativa” em todas as suas vertentes discutida de uma forma séria, responsável e muito construtiva com palestrantes exímios. No final assistimos à conferência que faltava num programa tão vasto e completo na abordagem da Dor - “Comunicação de Más Notícias”.

Ao longo do congresso houve vários momentos destinados à apresentação de trabalhos pelos participantes, nomeadamente sob a forma de poster ou comunicação. Chamamos a atenção para a qualidade crescente destas apresentações, maioritariamente realizadas por internos na nossa região e que muito nos orgulha. É especialmente para eles, por eles e com eles que podemos dizer que valeu a pena todo o trabalho, esforço e dedicação da equipa organizadora deste evento.

Resta realçar a inúmera oferta de cursos pré e pós-congresso que esta organização conseguiu promover: SAV, Gestão de dor, VNI, Formação de Medical Writing, ECG, Workshop teórico-prático de abordagem da via aérea, Workshop de Equilíbrio Ácido-Base, Suturas e Pequena Cirurgia, Introdução ao Trauma e Imobilizações, Insulinização na Diabetes Mellitus tipo 2, Sepsis e Infecção Grave, Anticoagulação Oral.

Encerrado o congresso, já próximos das 20h de Sábado, foi reconfortante perceber que a assistência na sala era

3º CONGRESSO MÉDICO BEIRA INTERIOR

7^e 8
Outubro
2016
Castelo Branco

Olhar a MEDICINA com Prós e Contras

Unidade Local de Saúde
Castelo Branco, EPE

ULS

Centro Hospitalar
Beira Interior, EPE

Apoios Patrocinios

ainda muito numerosa. Terá sido certamente mais um grande evento, com muito sucesso mas também qualidade, que teve lugar na nossa região.

Parabéns à comissão organizadora, em especial à Presidente do Congresso pelo excelente trabalho realizado a Dra. Rosa Ballesteros.

Para o ano esperamos a colaboração e participação de todos neste evento que terá lugar na nossa cidade. O desafio está lançado, vamos: **Olhar a medicina, com Prós e contras.**



Projetos de promoção de Saúde e Bem-estar

Como é do conhecimento do estimado leitor, as Unidades de Cuidados na Comunidade (UCC), têm por missão contribuir para a melhoria do estado de saúde da população da área geográfica de intervenção, visando a obtenção de ganhos em saúde.

São constituídas por equipas multiprofissionais, e têm como objetivo prestar cuidados de saúde, bem como apoio social e psicológico de âmbito domiciliário e comunitário.

Além disso, desempenham um papel importante na educação para a saúde.

A 3 de fevereiro de 2014, a Unidade de Cuidados na Comunidade de Castelo Branco (UCCCB) que tem como área de abrangência o concelho de Castelo Branco, iniciou atividade. Desde essa data tem contribuído para a melhoria do estado de saúde da população.

No sentido dessa continuidade esteve presente na 5ª edição da “Semana da Saúde e Bem - Estar”, que decorreu de 23 a 27 de setembro de 2015, nas instalações do “Fórum de Castelo Branco”, onde os colaboradores da Unidade de Cuidados na Comunidade de Castelo Branco (UCCCB) fizeram parte integrante, no sentido de atingir as metas contratualizadas com a ULSCB, EPE, no que concerne ao indicador “Proporção de pessoas abrangidas por projetos de promoção de saúde e bem-estar”. Foram efetuadas sessões de educação para a saúde individualmente, monitorizada a tensão arterial e a glicémia a 740 utentes. Foram também distribuídos flyers subordinado aos temas:

Alimentação Saudável, Atividade Física, Alimentação na Prevenção da Diabetes e Hipertensão Arterial.

No dia 3 de Outubro de 2015, e dando continuidade ao explanado anteriormente, colaborou em parceria com a Associação de Profissionais de Educação Física, na comemoração do “Dia Mundial do Coração”, que decorreu no Edifício da lagoa/Zona de lazer de Castelo Branco.



Dia Mundial do Coração 2015

3_Outubro

Programa:

09:30 - Início dos rastreios

10:00 - Conferência - Dra. Rosa Silva
“Os dez tópicos da Saúde Mundial”

11:00 - Caminhada à Talagueira

12:00 - Encerramento



Edifício da lagoa

Zona de Lazer de Castelo Branco



Associação de Profissionais de Educação Física



UCCCB
pelo bem da saúde.



Diccionario de Pensamentos

No passado dia 17 de Setembro o Padre João Avelino, capelão do hospital, apresentou o seu livro "Pensamento" na Biblioteca Municipal de Castelo Branco.

"Esta obra tem sido elaborada desde há vinte anos atrás, de quando estive num ano de reflexão e reciclagem em Salamanca (anos de 1994/1995).

Comecei por concretizar o que desde sempre me seduziu: encontrar frases, provérbios, anedotas e reflexões que pudessem dar resposta a interpelações em diversas circunstâncias e ocasiões.

Como todo o homem se relaciona por diálogos e mensagens de comunicação, desde sempre os pensamentos foram, reflectir e decidir em ordem ao desenvolvimento e crescimento cultural e social.

Os pensamentos são os que dão oportunidade ao ser humano de ser e de evoluir para lá dos outros seres animais que possuindo instintos e artes de manifestação, não crescem a partir do que sentem e executam.

Não têm o dom da reflexão para concretizarem a evolução.

Acrescento que tudo o que é visível é perecível.

Os pensamentos, sendo invisíveis realizam-se e eternizam-se.

Além disso passam de geração em geração sem perderem a validade e a utilidade, porque vindo da interioridade estende-se a toda a humanidade.

É por este motivo que se perpetuam em todas as gerações os pensamentos encontrados e guardados dos mais variados autores que passaram pela nossa história.

Têm a vantagem de formar a mente e daí gerarem cultura de reflexão que enriquece cada geração na educação e evolução.

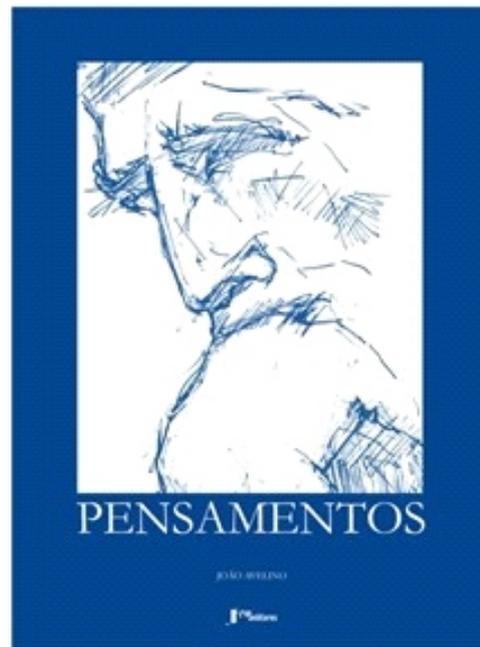
São os pensamentos que nos favorecem o crescimento e o desenvolvimento que se traduz na criação de novas formas de viver, crescer, comunicar e envolver...

O valor dos pensamentos é de tal forma permanente e crescente que a importância de cada povo se conhece pelo que sabe e pelo que a partir daí realiza.

Todas as maiores façanhas e realizações, mesmo das construções se deveram a mentes mais desenvolvidas e manifestas.

Fundamentalmente o pensamento é a base e a raiz do comportamento e do respectivo crescimento.

Os pensamentos são a melhor herança dos sábios que não se deterioram, nem perdem a validade e a continuidade.



Podemos, em certo modo dizer que os pensamentos são as melhores heranças que atingem e valorizam as sucessivas gerações de todas as culturas e civilizações.

Poderia afirmar que são as almas dos entes passados que atravessam os corações no íntimo das nossas saudades e profundos sentimentos.

Ao louvar uma pessoa querida se recorda principalmente o que era, dizia, pensava e comunicava. A vantagem deste trabalho é a de conter afirmações e declarações de muitos autores célebres de muitas gerações que se formaram e decidiram crescer a partir de muitas convicções.

Além disso também tem uma particularidade que muito favorecerá os leitores e pesquisadores de cada pensamento, pelo facto de estar elaborado em temas cujos assuntos estão dispostos por ordem alfabética, bem como cada frase está disposta igualmente por essa ordem.

Torna-se desta forma muito mais fácil a consulta e oportuna pesquisa de reflexão.

Desejo que seja proveitosa cada mensagem, que sirva para valorizar cada momento de pensamento favorecendo o seu conhecimento e simultâneo crescimento".

Fonte: Padre João Avelino Prefácio do Livro "Pensamentos"

Aposentações

A Unidade Local de Saúde de Castelo Branco agradece...

...Pelos anos de trabalho, grande empenho e forte dedicação aos seguintes colaboradores:

Julho

Maria Nazaré Belo Afonso

Enfermeira Chefe

Maria Conceição Lopes Gonçalves Nunes

Assistente Operacional

Gripe

Proteja-se!



**Faça Chuva ou faça Sol,
vacine-se a partir de Outubro
e até ao final do Inverno.**

Consulte o seu médico