

somos HFF

NEWSLETTER - HOSPITAL PROF. DOUTOR FERNANDO FONSECA, E.P.E.
Setembro 2020

33.



A **Telessaúde** tem permitido, nos últimos anos, que em todo Mundo sejam prestados cuidados de saúde à distância.

Estes cuidados de saúde, realizados **com recurso às tecnologias de informação e de telecomunicações**, permitem que os utentes sejam acompanhados por profissionais de saúde quer em âmbito de consulta / tratamento (MFR / Terapia da Fala) ou ainda para monitorização de doenças crónicas.

No HFF iniciou-se este tipo de monitorização à distância nos doentes com DPOC (Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica) e estão a ser avaliados novos projetos deste âmbito por forma a podermos acompanhar, com maior proximidade, os nossos utentes durante este período.

No futuro, é nossa intenção manter **esta tipologia de acompanhamento**, sempre que se identifique uma **mais valia** nesta forma de cuidar na doença crónica.

HFF ASSINALA DIA MUNDIAL DA SEGURANÇA DO DOENTE!

O Dia Mundial da Segurança do Doente, criado em maio de 2019 pela Organização Mundial de Saúde (OMS), celebra-se a 17 de setembro e tem como objetivo consciencializar e envolver a população e organizações em ações que promovam a segurança doente.

Este ano sob o tema “Segurança do Trabalhador de Saúde: uma prioridade para a segurança do doente”, a OMS lança uma campanha global que destaca a relevância da segurança do profissional de saúde como primazia para a segurança do doente. A elaboração de práticas que reúnem e invistam na segurança dos profissionais de saúde, a ampliação do entendimento geral sobre a relevância da segurança do trabalhador de saúde e suas ligações com a segurança do doente, são entre outros, objetivos desta iniciativa.

Este ano na linha da frente do combate à COVID-19, os profissionais depararam-se com problemas e desafios de saúde nunca vistos e mesmo assim comprometeram-se em serem agentes indispensáveis para o controle da disseminação. São esses profissionais os responsáveis por garantir, a sua segurança, assim como a dos doentes e muitas vezes os responsáveis por lidar com o receio de doentes e familiares, respondendo às suas perguntas com atenção, dedicação e cuidado. Para a OMS, “sem os profissionais de saúde não haveria resposta”.

Para além disso, esses profissionais estão diretamente ligados à colheita de dados para estudos clínicos tão importantes para a busca de soluções contra este inimigo.

A pandemia COVID-19 propiciou, associada aos cuidados de saúde, múltiplas adversidades e diversos riscos aos profissionais de saúde, tais como: stress, infeções, disfunções psicológicas, elementos que poderão colocar em causa a segurança do profissional de saúde e consequentemente a do doente.

O Serviço de Qualidade e Segurança do Doente associa-se a esta iniciativa, pretendendo alertar localmente para o tema, divulgando o Dia Mundial da Segurança do Doente, através de vários suportes comunicacionais internos e externos, direcionados para os seus profissionais e utentes.

Hoje reforçamos o nosso compromisso com a Segurança de todos, profissionais e doentes.

Dia Mundial da Segurança do Doente



**Profissionais
de Saúde Seguros,
Doentes Seguros.**



Segurança do Profissional de Saúde: uma prioridade para a Segurança do Doente.

FARMACÊUTICO HOSPITALAR

As Declarações Europeias da Farmácia Hospitalar são claras: **“O objetivo principal do Serviço de Farmácia Hospitalar (SFH) é otimizar o resultado da terapêutica dos doentes**, trabalhando em colaboração **com equipas multidisciplinares** de forma **a garantir o uso responsável do medicamento.**” Para atingir este objetivo, o SFH concentra os vários profissionais com as competências adequadas para desempenhar funções de seleção, armazenamento, desenvolvimento, produção e dispensa de medicamentos (e dispositivos médicos) e atividades de Farmácia Clínica. Só a adequada articulação e gestão de todos estes profissionais, e destes com o restante hospital, permite garantir a nossa missão.

Inserido em várias equipas clínicas, na enfermaria e em comissões técnicas, **o farmacêutico clínico contribui** com a sua especialização técnica através da validação farmacêutica da prescrição médica, da monitorização sérica de fármacos, da produção de medicamentos e informação científica aos profissionais e doentes, entre outras, **para a maximização dos resultados da terapêutica farmacológica**, tanto em termos de **eficácia** como de **segurança**, com o **foco centrado no doente** e na resposta às suas necessidades. Esta premissa guiou a nossa atuação desde o início da pandemia.

Em tempo de pandemia, a **atividade**, muitas vezes presencial, **do farmacêutico clínico no internamento foi substituída pelo acompanhamento à distância** utilizando as ferramentas eletrónicas disponíveis.



O acompanhamento presencial do doente em regime de ambulatório manteve-se, com a diferença de termos entre nós uma **barreira transparente e máscaras que dificultam a visibilidade de um sorriso**. **Para garantir a proteção dos doentes entre-gámos medicamentos no domicílio**, com grande parte na nossa atividade centrada em contactos (telefone email) com o doente. Garantiu-se desta forma a manutenção da terapêutica e o acompanhamento aos nossos doentes. **Mantivemos o foco, atingimos o objetivo.**

HFF - “HOSPITAL AMIGO DOS BEBÉS”



O Aleitamento Materno (AM) é a melhor forma de fornecer aos recém-nascidos os nutrientes de que necessitam. A UNICEF recomenda o aleitamento materno exclusivo até aos 6 meses de vida e a sua manutenção, com alimentos complementares, pelo menos, até ao segundo ano de vida.

“Amamentar é reduzir morbididades, mortalidade, desigualdades, violência, danos ambientais. Amamentar é promover a vida

e a saúde e melhorar a sua qualidade, é intensificar as relações sociais, é um resgate cultural da condição humana, é segurança alimentar e nutricional, é reduzir impactos ambientais, é sustentável.”

A Iniciativa **Hospital Amigo dos Bebés (IHAB)** tem como missão **proteger, promover e apoiar** o Aleitamento Materno (AM) em entidades que disponibilizem serviços de maternidade, obstetrícia, neonatologia e pediatria, influenciando a prática dos profissionais de saúde e cuidadores.

O HFF, EPE iniciou este Projeto IHAB em 2007 e candidatou-se em 2009 à certificação HAB (Hospital Amigo dos Bebés). Foi realizada a primeira auditoria em 2010 e desde então tem recebido a recertificação a cada 3 anos.

O Núcleo do Aleitamento Materno (NAM) do HFF,EPE, tem desenvolvido atividades conjuntas com os ACES de Amadora e de Sintra e a IPSS “Ajuda de Mãe”, desde 2016, com o projeto que designamos de **“Amadora e Sintra juntos no Aleitamento Materno” (ASJAM)**, que tem como finalidade a promoção do AM nos Conselhos de Amadora e Sintra e integração dos cuidados.



COVIDÁRIOS DO S. URGÊNCIA Testemunhos de anseios sem medo...

Vivemos de nova forma, em pandemia... com inimigo de rosto esquivo!

Trabalhamos em **Covidários**, onde anseios e medos se misturam, no neologismo,... **áreas dedicadas ao diagnóstico e ao tratamento inicial de doentes infetados com o novo coronavírus (SARS-CoV-2).**

A COVID 19 é uma doença de gravidade variável dependendo do perfil de cada Doente que com frequência atinge vários órgãos.

Os Covidários são espaços de múltiplas emoções nem sempre compatíveis, entre Profissionais de Saúde e Doentes/Famílias... e desde logo desafiantes.

Os **Profissionais confrontam-se com o desconhecido das decisões numa nova doença**; com o risco de ficarem infetados e de poderem infetar; com a penosidade dos paramentos obrigatórios de proteção; com receios pelos familiares com quem contactam (alguns a decidirem afastamento); com a hipótese de serem socialmente discriminados e com o desafio de novas formas de organização, locais e métodos de trabalho.

Os **Doentes anseiam o diagnóstico e ficam ambivalentes** entre o receio de internamento e a sua necessidade. Sabem que não há vacina para quem é de risco e que a ciência ainda não tem tratamento específico. **Vivem a doença sem o afeto de uma visita.**

É neste **novo ambiente**, de rostos encobertos, mas com alma dedicada, onde as **decisões são por vezes incertas pelo desconhecido**, que não raro, se tem de **atuar de forma rápida num risco mútuo.**

Convive-se com os anseios de fazer melhor sobre o imprevisto e a vontade de afastar os medos do que não se conhecem.

Juntos,... olhamos o **futuro com responsabilidade e confiança**, para que os **Covidários** se possam remeter para a **história coletiva dos serviços de saúde!**



DIA MUNDIAL DA FISIOTERAPIA - 8 DE SETEMBRO



A Fisioterapia é o serviço prestado por Fisioterapeutas a indivíduos e populações de forma a desenvolver, manter e restaurar o máximo de movimento e capacidade funcional ao longo da vida.

No HFF, os fisioterapeutas estão integrados no Serviço MFR (SMFR), segundo um modelo de trabalho em equipa multidisciplinar.

O tema escolhido pela World Physiotherapy para a comemoração do **Dia Mundial da Fi-**

sioterapia em 2020 é a Fisioterapia na COVID-19.

A Fisioterapia é considerada **uma peça-chave na gestão do doente com COVID-19**, desde a fase inicial da doença até à fase de recuperação, especialmente através do recurso a **estratégias de exercício e de movimento.**

Entre Abril e Julho, os fisioterapeutas do SMFR intervieram em **162 doentes internados** com COVID-19 (incluindo em contexto de UCI), e acompanharam **16 doentes após alta hospitalar.**

A pandemia de COVID-19 abriu caminho para novas **oportunidades e desafios**, nomeadamente na prestação de cuidados de Fisioterapia, sendo de destacar o recurso à

telessaúde e às novas tecnologias.

Entre Março e Maio de 2020, período em que a maioria dos tratamentos em ambulatório foi suspensa, os fisioterapeutas do SMFR realizaram cerca de **450 sessões não presenciais**, estando ainda o SMFR a desenvolver novos **modelos de intervenção à distância**, que permitam responder da melhor forma às necessidades de reabilitação da nossa população, no atual contexto de pandemia.

A todos os **670.000 fisioterapeutas em todo o mundo**, e em particular, à **fantástica equipa de 33 fisioterapeutas do SMFR do HFF, um FELIZ DIA MUNDIAL DA FISIOTERAPIA!**

DIA MUNDIAL DE PREVENÇÃO DO SUICÍDIO – 10 SETEMBRO



Este é o dia para lembrar que podemos fazer muito. **O suicídio é prevenível.** Com o apoio de todas e de todos.

Para isso, é necessário a sensi-

bilização para este problema e o reconhecimento atempado de pessoas em risco, para depois intervir.

Muitas das pessoas que se suicidam ou tentam suicidar-se dizem ou fazem algo para que as pessoas à sua volta saibam da sua intenção - **devemos ter atenção aos sinais de alerta e devemos valorizar todos estes pedidos de ajuda.**

Estas pessoas sentem um forte sentimento de desesperan-

ça, uma sensação de encurralamento, de que “nada há a fazer”. **Mas alternativas existem e a ajuda é possível.**

É importante escutar e não fazer juízos de valor - **A nossa atitude pode salvar uma vida** – ao envolvermo-nos com o outro, ao sermos disponíveis, interessados, ao estarmos lá para aquela pessoa, conhecendo-a ou não, colega ou não. Falar abertamente sobre suicídio com quem precisa é essencial. Temos de mostrar confiança nas alternativas disponíveis, nas linhas de apoio e na entreeajuda que observamos no nosso hospital **e encorajar sempre a pessoa a procurar ajuda profissional.**

Muitas pessoas que tentam o suicídio sofrem de uma doença mental que **pode ser tratada.**

Identificar e tratar as doenças mentais precocemente é fundamental para prevenir o suicídio.

Nós estamos disponíveis para ajudar. Com o apoio de todas e de todos, conseguimos.

DIAGNÓSTICO PRECOCE E DOENÇA DE ALZHEIMER

A **cada 3 segundos** é diagnosticado **um novo caso de demência no mundo**, o qual indica a prevalência dum problema, que pode vir a ser devastador neste século. **A maioria** dos doentes com demência **são diagnosticados tardiamente**. Os primeiros sintomas começam por ser desvalorizados pelos próprios familiares e cuidadores. A Saúde Primária interpreta estes sintomas em muitas ocasiões como parte da idade ou dum processo depressivo. O nosso desafio enquanto clínicos não constitui apenas o encurtamento do processo diagnóstico, mas também prevenir o aparecimento das demências. **35% dos casos de demência são consequência de elementos modificáveis como fatores de risco vascular, isolamento social ou depressão.**



A existência atual de biomarcadores bioquímicos e imagiológicos para doenças como o Alzheimer, presentes no organismo até 15-20 anos antes dos primeiros sintomas, permitem prever os casos com sintomas subtis conhecidos como “défice cognitivo ligeiro” que irão a evoluir para a fase de demência. Os **marcadores no líquido cefalorraquidiano para o diagnóstico de Doença de Alzheimer já disponíveis**, possuem uma alta sensibilidade e especificidade, e a possibilidade de avaliação diagnóstica com marcadores sanguíneos, encontra-se cada vez mais próxima.

Por outro lado, a **pandemia COVID-19** está **a contribuir** para o desenvolvimento de novas ferramentas de “Medicina Digital” para **uma monitorização remota destes doentes**, de uma forma **mais contínua** e não apenas limitada ao período da consulta presencial.

A **relevância do diagnóstico precoce** não é apenas um preciosismo académico, **permitirá ao doente** ter acesso a **novos tratamentos** “modificadores de doença”, **atrasar a deterioração cognitiva** e **a perda de identidade** que a doença acarreta, e **melhorar a qualidade de vida.**

O diagnóstico de demência de Alzheimer ou de outro tipo não resulta “confortável” para o clínico, mas resulta imperiosa a mudança de paradigma, com a inclusão dos biomarcadores como parte do processo diagnóstico para melhorar os resultados a médio e longo prazo e sobretudo a qualidade de vida dos doentes.

A APLICAÇÃO DE COMBATE À PANDEMIA JÁ SE ENCONTRA DISPONÍVEL

Leia e ouça esta e outras notícias relacionadas **diretamente do Portal do SNS** – Notícias de saúde.

A app StayAway Covid que **pretende identificar potenciais exposições a pessoas infetadas com Covid- 19** já está disponível para download em iOS e Android.

O uso da **app lançada pelo Governo é voluntário, gratuito e anónimo**, e pretende funcionar como uma ferramenta complementar **para conter a expansão da pandemia de Covid-19**.

Como funciona a app StayAway Covid?

O funcionamento é simples: **cada utilizador** que tenha **testado positivo** poderá **inserir o código do teste na app**. Depois da validação da Direção-Geral da Saúde (DGS), **a aplicação irá alertar outros utilizadores que tenham estado próximos do utilizador infetado** – durante 15 minutos ou mais -, **sempre sem revelar a sua identidade, os seus contactos ou os de outros utilizadores**.

Quando **não há registo de contactos de proximidade** com elevado risco de contágio, a página inicial da **app apresenta uma cor verde** que mudará para o estado **amarelo sempre que o utilizador tenha estado próximo de alguém a quem foi diagnosticada Covid-19**.

A DGS é a entidade responsável por gerir o sistema e garantir que o tratamento de dados respeita a legislação europeia e nacional.

A app foi desenvolvida pelo Instituto de Engenharia de Sistemas e Computadores, Tecnologia e Ciência, um laboratório associado do sistema público **que a ofereceu à área de Governo da Saúde sem qualquer custo**.

A Stayaway Covid será brevemente integrável com as de outros países europeus que funcionem segundo o mesmo modelo no quadro do grupo técnico eHealth Network e pode ser descarregada a partir da *App Store* e da *Google Play*."

[Ao descarregar a app acedemos a um radar que vive no nosso telemóvel.](#)



INQUÉRITO SEROLÓGICO NACIONAL À COVID-19

Para **estudar o nível de imunidade da população ao vírus SARS-CoV-2**, o Instituto de Medicina Molecular João Lobo Antunes (iMM), com o financiamento da Sociedade Francisco Manuel dos Santos (SFMS) e do Grupo Jerónimo Martins (JM), está à procura de 12 mil **voluntários** para fazer um **teste serológico gratuito**.



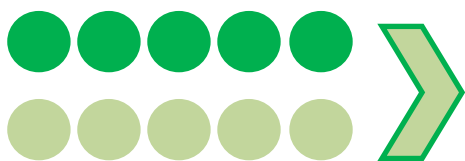
O estudo decorre **entre 8 de Setembro e 7 de Outubro de 2020**, em 102 municípios de **Portugal continental e ilhas**, estando disponíveis 314 postos de colheita do Centro de Medicina Laboratorial Germano de Sousa, empresa parceira neste projecto.

Um **estudo prévio**, realizado em julho pelo Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge, a partir da recolha e análise de 2301 amostras, **concluiu que 2,9% da população portuguesa já teria anticorpos** contra o novo coronavírus.

Com este projeto será possível obter uma **estimativa da “imunidade populacional”** actual em Portugal, após seis meses de pandemia e **antes da existência de uma vacina**.

Os voluntários poderão inscrever-se através do registo no site **www.painelcovid19.pt** onde encontrarão toda a informação necessária.

LITERACIA EM SAÚDE EM PORTUGAL



5 em cada 10 pessoas da população portuguesa têm **níveis reduzidos de Literacia em Saúde**.

O Inquérito sobre Literacia em Saúde em Portugal 2016 (ILS-PT) evidenciou que Portugal, quando comparado com os países participantes no Health Literacy Survey EU 2014 (HLS-EU), tem a menor percentagem de pessoas com um nível excelente de Literacia em Saúde (8,6%) em comparação com a média observada na Europa (16,5%). 38,1% é a percentagem de pessoas que, em Portugal, tem um nível considerado problemático em Literacia em Saúde sendo este valor mais elevado do que a média observada no resto da Europa (35,2%). 10,9% das pessoas, em Portugal, tem um nível considerado inadequado nesta matéria sendo inferior ao da média observada no resto da Europa (12,4%).

O estudo ILS-PT identificou, na população portuguesa, grupos muito vulneráveis associados à Literacia em Saúde nos quais 60% das pessoas registam níveis de literacia limitados: “problemático” ou “inadequado”.

A Literacia em Saúde é uma oportunidade de promover a saúde ao longo do ciclo de vida com abordagens específicas que contemplem as diferentes fases deste percurso tornando-as interlocutores privilegiados para a promoção da saúde global.

A Direção Geral da Saúde (DGS), em alinhamento com o Plano Nacional de Saúde, tem o compromisso de melhorar a Literacia em Saúde na população portuguesa. Com este propósito desenvolveu um Plano de Ação para a Literacia em Saúde, 2019 – 2021, que pode ser consultado em **www.dgs.pt > documentos-e-publicacoes >...**



PLANO DE AÇÃO
PARA A LITERACIA
EM SAÚDE
HEALTH LITERACY
ACTION PLAN
PORTUGAL

2019-2021



CALENDÁRIO DE ATIVIDADES/EVENTOS

O Hospital de Dia de Medicina e Especialidades Médicas irá ter um novo espaço de atendimento ambulatorial dos doentes, depois de concluídas as obras necessárias para adaptação das antigas instalações do CDI às novas funções.



O CDI (Centro de Documentação e Informação) já está a funcionar no novo espaço físico, junto ao anfiteatro, piso 1, com o horário habitual.



DESIGN | RUI PAULO

INFORMAÇÕES / SUGESTÕES

somos.hff@hff.min-saude.pt

IMAGENS

Internet e Repositório de imagens HFF

FICHA TÉCNICA

COORDENAÇÃO GERAL
Conselho de Administração

EDIÇÃO

Conselho Editorial SOMOSHFF -
Dr.ª Lucília Gonçalves, Dr.ª Arminda Sustelo,
Enf.ª Lúcia Jerónimo, TSDT Regina Ferreira,
Dr.ª Sofia Macias, Dr.ª Rita Miguel

COLABORARAM NESTE NÚMERO

P.1

A Telessaúde ...
Eng.ª Ana Nunes

P.2

Hospital Fernando Fonseca Assinala Dia Mundial da Segurança do Doente
Enf.º João Vieira

P.3

Em cima: **Farmacêutico Hospitalar**
Serviços Farmacêuticos

Em baixo: **HFF- Hospital Amigo dos bebés**
Enf.ª Mendes Silva

P.4

Em cima: **Covidários do S. Urgência Testemunhos e anseios sem medo....**

Dr. Fernando Gomes Em atividade exclusiva no SURG desde março de 2020

Em baixo: **Dia Mundial da Fisioterapia - 8 de Setembro**

Terapeuta Sérgio Caneira

P.5

Em cima: **Dia Mundial da Prevenção do Suicídio**
Dr. João Pedro

Em baixo: **Diagnóstico precoce e doença de alzheimer**
Dra. Ana Valverde

P.6

Em cima: **A Aplicação de combate à Pandemia já se encontra disponível**

Fonte: Portal do SNS Notícias da Saúde Dra. Lucília Gonçalves

P.7

Em cima: **Inquérito Serológico Nacional à Covid 19**
Fonte: Portal do SNS Dra. Lucília Gonçalves

Em baixo: **Literacia em Saúde em Portugal**
Fonte: DGS Dra. Lucília Gonçalves