

Badoca

Park com H.F.F.



SOMOS HFF

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

Julho 2015

18.

DIA DA CRIANÇA p. 03

Organizado pelo Gabinete de Comunicação e Imagem, o evento proporcionou uma manhã bastante divertida, na qual os mais pequenos tiveram a oportunidade de assistir e participar em diversas actividades.

Mensagem do Presidente p. 02

Espaço Interno(s) p. 02

Dia da Criança no HFF 2015 p. 03

Os Frequentadores mais Jovens da C. Ext. p. 03

Visita ao Badoca Safari Park p. 04

Prevenção da Obesidade Pediátrica na Escola p. 05

Tabagismo e Adolescentes p. 05

Ensino de Reanimação nas Escolas da Amadora p. 06

Gravidez na Adolescência p. 06

NHACJR p. 07

4 Anos a Sensibilizar as Escolas para a Doação de Órgãos p. 07

MENSAGEM DO PRESIDENTE



Na semana de 1 a 5 de Junho do corrente ano, o Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca, EPE (HFF), submeteu-se ao 4º Programa de Reacreditação em Qualidade pelo CHKS. Desde muito cedo, a gestão do Hospital e os

seus profissionais entenderam como muito importante a adoção de políticas de Qualidade na prestação de cuidados aos utentes. Foi possível aumentar a qualidade e reduzir o risco em todas as actividades necessárias a uma prestação de cuidados efectiva. O Sistema de Gestão de Qualidade é transversal à Instituição e exige entrega e envolvimento de todos os profissionais. E o contributo de cada um de nós, de acordo com as respectivas competências, é determinante para uma prática de Qualidade, que não se esgota na semana da Auditoria. É antes, um processo contínuo, de prática diária e sistemática.

Este 4º Programa de Reacreditação decorreu num contexto de restrições económicas fortes no País, com consequências, entre outras, ao nível das principais funções do Estado. No entanto, os profissionais do HFF, envolvidos na prestação de cuidados de saúde, com dedicação, profissionalismo e assertividade, mostraram que a Gestão da Qualidade já faz parte da cultura do nosso Hospital, apresentando um nível de maturidade elevado. Foi um motivo de grande orgulho, ouvir, da parte dos Auditores do CHKS, no momento da apresentação ao Conselho de Administração, das primeiras impressões sobre a auditoria realizada, que os nossos profissionais são competentes, empenhados e honestos (no sentido de terem referido, nas diversas auditorias aos Serviços, os aspectos menos positivos). Obrigado a todos, por todos os dias construirmos um Hospital melhor.

Luís Marques

Presidente do Conselho de Administração

ESPAÇO INTERNO(S)

NA ABORDAGEM MÉDICA DA CRIANÇA A NÍVEL HOSPITALAR,

«Todos os contactos são uma oportunidade de educar para a saúde, de prevenção e promoção de hábitos de vida saudáveis da criança e família»

A Pediatria é uma especialidade completa, que percorre o percurso de vida desde o nascimento até à idade adulta, no qual o ser humano interage com o meio físico, biológico e social em que se destacam a família e a sociedade. Assegurar o crescimento e o desenvolvimento saudável das crianças deve ser um dos principais objectivos da sociedade actual.

Enquanto internos, o contacto com a criança é verdadeiramente desafiante. **A comunicação com o lactente que não se sabe expressar, a valorização das queixas na criança pequena, a conversa e observação do adolescente são alguns dos pontos que tornam a Pediatria estimulante.**

O contacto com estas faixas etárias distintas (recém-nascido ao adolescente), simultanea e diariamente exige **plasticidade de discurso e de raciocínio.** Uma das maiores dificuldades que sentimos ao iniciar a prática



clínica é o estabelecimento de uma **tríade “médico-criança-pais” harmoniosa.** Tal como no adulto, a abordagem médica deve ser centrada no doente mas, no caso concreto da Pediatria, o adulto responsável pela criança torna-se essencial na colheita da história e como veículo facilitador do contacto com a criança pequena. Esclarecer as dúvidas dos pais e tornar esta interacção o mais harmoniosa possível, exige trabalho e experiência e é fundamental para que se consiga prestar os melhores cuidados de saúde possíveis às crianças.

Mesmo a nível hospitalar, a abordagem médica da criança é mais do que a resolução/orientação de um problema agudo. Todos os contactos, todas as conversas são uma oportunidade de **educar para a saúde,** de prevenção e de promoção de **hábitos de vida saudáveis da criança e da família.**

DIA DA CRIANÇA NO HFF 2015



Foram mais de 50, as crianças que participaram na festa do Dia Mundial da Criança dedicada aos filhos dos colaboradores do nosso Hospital.

Organizado pelo Gabinete de Comunicação e Imagem, o evento proporcionou uma manhã bastante divertida, em que os mais pequenos tiveram a oportunidade de assistir a **modelagens de balões**, a uma **coreografia** muito original criada pelo Clube Wellness e ainda participar num **workshop de bijuterias**.

Poderam também brincar com a **Palhaça Pipoca** e jogaram ao «**Jogo Gigante da Água**» com o SMAS (Serviços Municipalizados de Água e Saneamento) de Sintra para aprenderem a proteger o nosso planeta. Descobriram como funcionam os **carros dos bombeiros e as ambulâncias** com a ajuda dos Bombeiros Voluntários da Amadora, os quais trouxeram a mascote mais valente do quartel, o “**Sr. Cão Bombeiro**”. O nosso obrigado a todos os que fizeram desta festa um sucesso!



OS FREQUENTADORES MAIS JOVENS DA CONSULTA EXTERNA

Na Grande Lisboa, Sintra tem o segundo maior número de residentes entre os 0 e os 24 anos: mais de 100 mil. Na Amadora, residem mais 40 mil pessoas da mesma faixa etária. Considerando o Serviço de Consulta Externa (SCE) do HFF, EPE como a «porta de entrada» dos habitantes de Amadora e de Sintra, para uma prestação de cuidados de saúde diferenciados, em ambiente hospitalar, partilhamos com os nossos leitores alguns dados sobre as crianças e jovens (até aos 18 anos), que recorreram a este Serviço, em 2014.

Perto de 300 mil episódios de consulta (299 903) abrangeram mais de 98 mil doentes (98 826). **Do total de episódios, 50 070 foram gerados por 17 926 doentes, entre os 0 e os 18 anos, em 1ªas consultas e subsequentes.** Do outro “lado” da pirâmide etária, recorreram ao Serviço mais de 30 mil (30 837) pes-

soas entre os 65 e com mais de 95 anos. Considerando a distribuição de episódios de consulta por departamento, de acordo com as necessidades clínicas dos doentes, verifica-se que, **seguido do departamento de Pediatria** que deu resposta ao maior número de doentes, **foi ao departamento de Cirurgia** a que recorreram os doentes, na faixa etária em análise, em 2014. O mesmo fica «espalhado» no gráfico 1.

Nota: Os dados apresentados englobam consultas médicas e não médicas. Foram extraídos do sistema de Business Intelligence - QlikView - cuja fonte de dados é Hosix (o sistema de informação e registo administrativo), entre 10 de fevereiro e 10 de março de 2015. Foram igualmente consultados os dados de: «Anuário Estatístico da Região de Lisboa», do Instituto Nacional de Estatística (INE), de 2013.

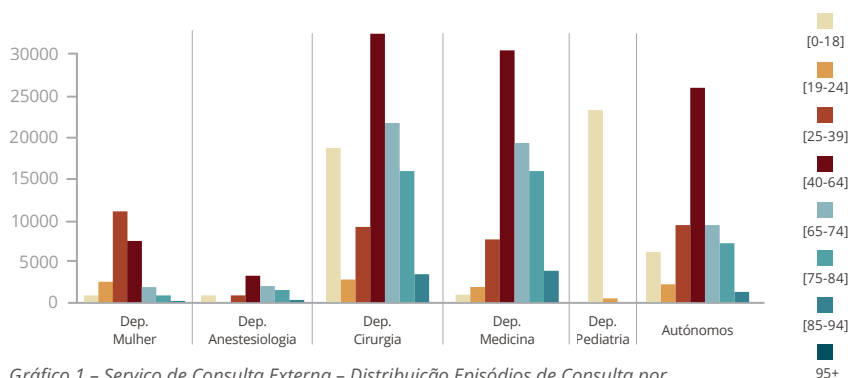


Gráfico 1 - Serviço de Consulta Externa - Distribuição Episódios de Consulta por Departamento e por Faixa Etária, em 2014

VISITA AO BADOCA SAFARI PARK

O Serviço da Consulta Externa proporcionou, como vem sendo habitual, um dia diferente aos seus utentes mais pequenos, a propósito do Dia da Criança.

Com o apoio de alguns mecenas atentos, tudo foi preparado ao pormenor: cremes de protecção solar, chapéus para proteger a cabeça do sol, um saco com água e fruta e um autocarro confortável com um motorista cheio de paciência (Câmara da Amadora), a boa vontade dos funcionários do HFF (9 Enfermeiros, 8 AAM, 1 Educadora e 1 Médica) e a anuência dos respectivos

encarregados de educação dos utentes pediátricos inscritos no SCEXT, foi possível levar 33 crianças com idades compreendidas entre os 4 e os 15 anos até ao Badoca Safari Park, no Alentejo (a 34 km de Grândola).

Os nossos utentes mais jovens viveram, assim, uma aventura na natureza em contacto com animais que, em muitos casos, viram ao vivo pela primeira vez, convivendo de perto com zebras, girafas, orixes, gnus e muitas outras espécies que passeavam em plena liberdade.

O parque foi percorrido **num combóio aberto cheio de “crianças do HFF”** e o guia/motorista foi-nos alertando para aspectos importantes de cada uma das espécies animais que fomos encontrando. O combóio parou algum tempo junto das girafas que fizeram enorme sucesso com os pescoços compridos e as línguas grandes a puxarem as folhas das copas das árvores para uma bela refeição. Os pavões foram também muito apreciados não só porque interagiam no espaço comum ao nosso percurso mas também porque os machos tinham caudas grandes com penas muito coloridas que, às vezes, abriam em leque quando eram enxotados pelos nossos pequenos. Estes aspectos foram os **que ficaram registados no desenho que um dos nossos companheiros de aventura nos fez chegar,**



como forma de registo de um dia “muito fixe”, e que faz a capa desta edição da nossa newsletter SomosHFF.

Um outro momento que merece referência foi o da deslocalização para um local afastado de um dos dois dromedários existentes no parque por ter mordido o seu companheiro. E esse facto foi, ao longo do dia, referido pelos nossos aventureiros de um dia, como um assunto importante, pois “quem morde o amigo, fica de castigo”, diziam eles.

O almoço foi um pic-nic com os pavões a aproveitarem as migalhas que caíam no chão. Depois do almoço e de uma pequena caminhada com paragens nos baloiços e nos escorregas fomos visitar os macacos antes de chegarmos à cascata de água. Em pequenos grupos e dentro de uma bóia grande, mais uma aventura para nós: descer um pequeno trilho de água onde alguns salpicos refrescaram a tarde. Depois desta actividade seguiu-se o lanche, antes do regresso, que incluiu um gelado a aliviar o calor que se fazia sentir.

No regresso, ao final do dia, vinham contentes mas muito cansados e muitos já dormiam quando chegámos ao nosso Hospital por volta das 20 horas. Mas ainda a tempo de uma última fotografia com todos os intervenientes nesta aventura na natureza.

Foi mesmo um dia diferente!

VENTILADOR E ECÓGRAFO ENRIQUECEM PEDIATRIA

Um ventilador neonatal e pediátrico e um ecógrafo multidisciplinar foram oferecidos pela Fundação EDP ao Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca, EPE. A oferta, que contou com a presença do presidente da Fundação EDP, permite diagnosticar mais rapidamente algumas patologias infantis e intervir mais rapidamente em situações de risco para as crianças. Avaliados em mais de 600 mil euros, estes equipamentos vão permitir detectar precocemente algumas patologias infantis sem que as crianças tenham de se deslocar do seu espaço de internamento (no caso do ecógrafo) e, no caso do ventilador, permitir uma actuação mais rápida em situações de crianças com insuficiência respiratória.



PREVENÇÃO DA OBESIDADE PEDIÁTRICA NA ESCOLA



Num estudo levado a cabo por profissionais do Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca, EPE em 2007, no qual foi avaliado o estado nutricional de alunos desde o pré-escolar até ao 3.º ciclo do ensino básico do concelho da Amadora, perfazendo um total de 1875 alunos, foi constatado um índice de obesidade substancialmente elevado sobretudo em crianças do pré-escolar e 1.º ciclo.

Considerando a prevenção como o meio mais eficaz para controlar a obesidade, a escola constitui o palco por excelência no incentivo de hábitos de alimentação saudável e prática de exercício físico. Assim, à semelhança dos Programas já realizados em municípios doutros países da Europa, tais como Espanha (Programa THAO) e França (Programa EPODE), a equipa de pediatria do Hospital Professor Doutor Fernando Fonseca convidou a Nestlé e a Câmara Municipal da Amadora a participar num programa de prevenção da obesidade e de excesso de peso. Este Projecto é designado por POPE – Programa de Prevenção da Obesidade Pediátrica na Escola, com intervenção em alunos do ensino pré-escolar e 1.º ciclo num total de cerca de 2600 crianças. O POPE tem o objectivo de operacionalizar estratégias educativas e pedagógicas, a partir de con-

teúdos apresentados pelo Programa “Apetece-me” da Nestlé e adaptação das ementas escolares, em conformidade com os temas a serem trabalhados no âmbito de alimentos saudáveis e incentivo à prática de exercício físico durante os recreios escolares, assim como abordagem desta temática utilizando o Programa “Apetece-me” da Nestlé.

O POPE tem a duração de 6 anos, sendo o ano lectivo 2009/2010 considerado o ano zero. Todos os anos as crianças usufruem de uma avaliação antropométrica no início do fim do ano lectivo, de forma a monitorizar os resultados das acções desenvolvidas.



TABAGISMO E ADOLESCENTES

A Prevenção do Tabagismo é considerada pela OMS uma prioridade de Saúde Pública, tendo sido eleita como o «Gold Standard» das medidas preventivas, por ser a mais eficaz e eficiente, em termos de relação custo/benefício.

A prevalência de jovens fumadores tem aumentado nos últimos anos, sobretudo nas raparigas. Os jovens são particularmente vulneráveis à sedução do marketing da indústria tabaqueira e aos efeitos aditivos da nicotina. Por outro lado, começam a fumar cada vez mais cedo, aumentando a probabilidade de dependência nicotínica e de doenças relacionadas com o tabagismo.

Para avaliar os conhecimentos dos jovens sobre tabagismo, foi feito um estudo por Borrego (2013) sobre “Consumos e estilos de vida dos estudantes do ensino superior” baseado em inquéritos realizados em estudantes do primeiro ciclo e dos mestrandos integrados da Universidade de Lisboa, no ano lectivo de 2012/2013. Concluiu-se que **83% dos estudantes inquiridos destacaram o “fumar cigarros regularmente” como sendo muito prejudicial para a saúde.** Cerca de 1,4% dos inquiridos responderam que este consumo era pouco ou nada prejudicial. Por outro lado, segundo a publicação “Prevenção e Controlo do Tabagismo em números” do Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo da Direcção Geral de Saúde



de 2014, observou-se um aumento dos consumos declarados pelos alunos do 3º ciclo e do secundário, do ensino público, entre 2006 e 2011. Na Região de Lisboa e Vale do Tejo, o agravamento dos consumos declarados foi mais acentuado no ensino secundário¹.

É essencial que os professores e educadores tenham formação específica sobre tabagismo. O HFF realizou várias acções de formação junto destes profissionais com o objectivo de promover a saúde como uma prática de responsabilização individual, prevenir comportamentos de risco e ensinar o comportamento de não fumar como norma social válida. **A prevenção primária é fundamental:** a responsabilidade é de todos nós, profissionais de saúde e professores para conseguirmos que os jovens não comecem a fumar.

1 Feijão F. Inquérito Nacional em Meio Escolar, 2011, (3.º Ciclo e Secundário). Consumo de Drogas e outras substâncias psicoativas: Uma abordagem integrada - Síntese de resultados, SICAD, Ministério da Saúde.

ENSINO DE REANIMAÇÃO NAS ESCOLAS DA AMADORA



ger ao longo dos anos profissionais de outras especialidades e serviços.

Este projecto consiste numa **acção formativa de 4 horas, direccionada à transmissão de conhecimentos em suporte básico de vida para leigos, e é maioritariamente dirigido a alunos do 10º, 11º e 12º ano**, integrando ainda alguns assistentes operacionais e professores. É realizado nos seis agrupamentos escolares da área de envolvimento do hospital, de forma rotativa e procurando abranger todas as unidades escolares que fazem parte dos agrupamentos.

O **Projecto DECOREP** (Desenvolvimento de Competências em Reanimação Cardiopulmonar Pediátrica), nasceu em 2012, como um **projecto de intervenção comunitária, desenvolvido em parceria entre o Departamento de Pediatria e a Câmara Municipal da Amadora**. Foi iniciado pelo Grupo de trabalho em Emergência Pediátrica do nosso Hospital e a partir de 2014 passou a estar integrado na Escola de reanimação cardiorrespiratória do Hospital. Inicialmente levado a cabo por pediatras e enfermeiros da Urgência Pediátrica e Unidade de Cuidados Intensivos Pediátricos e Neonatais, acabou por abran-

Desde o seu início, que já foi possível realizar 7 acções formativas, abrangendo um total de 140 formandos, dos quais 70 foram alunos. **A participação tem sido sempre entusiasta com uma procura sempre superior à capacidade formativa e despertando o interesse em procurar formações acreditadas na área.**

O projecto parte agora em 2015 para uma nova etapa procurando abranger alunos do 9º ano e programando-se em conjunto com a Câmara da Amadora uma formação do estilo *"mass training"*, dirigida a alunos.

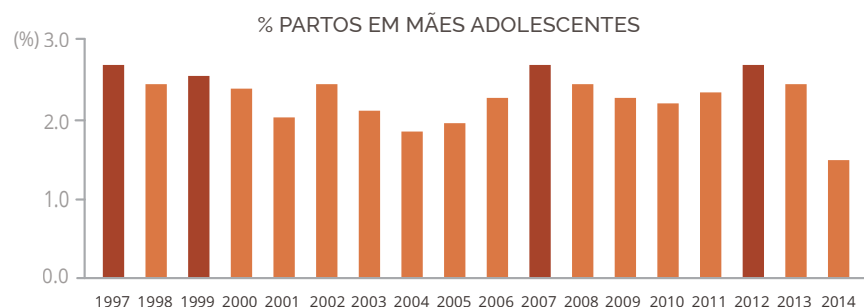
GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

A gravidez que ocorre na adolescência é usualmente não planeada e, para além das implicações clínicas, é uma verdadeira doença social. **Portugal tem a oitava maior taxa de gravidez entre adolescentes na UE**, com 4,4% dos nascimentos, o que justifica ainda mais uma atenção redobrada a este problema de cariz multidisciplinar com estratégias de prevenção assentes em boas práticas de educação e planeamento familiar. Embora não seja planeada, a maioria das adolescentes decide pela progressão da gravidez e não pela interrupção voluntária desta até às 10 semanas e 6 dias.

Além da maior suscetibilidade social, a grávida adolescente tem um diagnóstico e vigilância tardios e um maior risco de complicações materno-fetais como o parto prematuro, a restrição de crescimento fetal e complicações hipertensivas.

O HFF tem, desde 1997, uma taxa de parto em mulheres com idade inferior a 18 anos que ronda os 2,3%. Estas têm maior risco de prematuridade e de baixo peso ao nascer, entre outras complicações, e maior mortalidade neonatal, embora menor risco de cesariana do que as grávidas adultas. Algumas adolescentes (~4%) tiveram mesmo mais do que um parto. Pelos riscos associados à gravidez na ado-

lescência, o HFF implementa através da sua Consulta de Obstetrícia Personalizada uma abordagem multidisciplinar, tão precoce quanto possível, de obstetrícia, assistência social, nutrição, enfermagem e psicologia. A interação com os cuidados de saúde primários é importante no decorrer da gravidez e também no pós-parto com intervenção eficaz e no planeamento familiar efetivo.



NÚCLEO HOSPITALAR DE APOIO A CRIANÇAS E JOVENS EM RISCO (NHACJR)

Nas últimas décadas, as crianças e jovens em risco têm vindo a merecer uma maior atenção por parte da sociedade e das entidades que as acompanham nos vários domínios da vida. O nosso Hospital, não foi exceção, e desde o seu início que tem dado particular relevo a esta população.

O primeiro protocolo de atuação para situações de maus tratos foi criado em 1999, três anos após o início de actividade do Hospital. Em 2006 constituiu-se a primeira equipa pluridisciplinar, dois anos antes do despacho formal do Ministério da Saúde, que viria a ser a oficialização de um trabalho já há muito desenvolvido.

Em 2008, por despacho normativo, foram criadas equipas pluridisciplinares (Núcleos), a nível dos Centros de Saúde e Hospitais com atendimento pediátrico, com o objetivo de “criar, ou reformular onde existam, modelos organizativos e formas mais estruturadas de acção de cuidados de saúde que assegurem mecanismos, cada vez mais qualificados e efectivos, para intervir neste contexto”, já que **os maus tratos são considerados um problema de saúde pública e objecto de vigilância**. De acordo com o Ministério da Saúde, “os profissionais de saúde, por inerência das funções que desempenham, **têm responsabilidade particular na detecção precoce** de factores de risco, de sinais de alarme e



na sinalização de crianças e jovens em risco, ou em evolução para verdadeiro perigo.”

O NHACJR é constituído por **5 médicos, 4 enfermeiros, 1 psicóloga e 1 assistente social, tendo igualmente a colaboração, sempre que necessária, do jurista e de um polícia**. Os principais objectivos do NHACJR são: 1) **Sensibilizar** os profissionais dos diferentes serviços para esta problemática; 2) Incrementar a

formação e preparação dos profissionais, nesta matéria; 3)

Colectar e organizar a **informação** casuística sobre as

situações de maus tratos; 4) Prestar **apoio** de consultadoria aos profissionais e equipas de saúde

no que respeita à sinalização, acompanhamento ou encaminhamento dos casos; 5) Colaborar com outros **projectos** e recursos comunitários, nomeadamente as Comissões de Protecção de

Crianças e Jovens (CPCJ), que estão representadas na sua modalidade alargada por um elemento no

NHACJR; 6) **Seguimento das vítimas** de maus tratos em consulta de especialidade hospitalar (pediatria e psicologia).

Em 2014 foram elaborados 179 protocolos de suspeita de Maus

Tratos, sendo 68% do sexo masculino e 32% do sexo feminino. Destes, 49% foram de agressão física, 33% abuso sexual, 8% negligência, 7% bullying e 3% violência emocional. Foram referenciadas ao tribunal 46% das situações e 81% para as CPCJ.

4 ANOS A SENSIBILIZAR AS ESCOLAS PARA A DOAÇÃO DE ÓRGÃOS



Há quatro anos, o **Núcleo de Coordenação Hospitalar de Doação (NCHD) do HFF, E.P.E. decidiu oferecer palestras, às escolas secundárias, da área de abrangência do Hospital, sobre a doação de órgãos**. Desde então tem levado este tema para “fora dos limites” do hospital, de modo a ser falado e debatido em ambiente escolar e nas famílias. A oferta tem sido **muito bem acolhida**, e todos os anos letivos, as palestras deste Núcleo estão na agenda das escolas. São neste

momento quatro, os estabelecimentos de ensino visitados: três no concelho de Sintra e uma em Torres Vedras. Este ano há uma novidade e foi envolvida uma escola do concelho de Oeiras.

As palestras são **dirigidas aos alunos do secundário**, em especial, os do 12º ano, sobretudo os da área de saúde, e integradas nos programas curriculares, servindo de base a trabalhos que os alunos têm de realizar, quer sejam textos argumentativos, panfletos, cartazes, etc. Dá-se particular relevo à **importância da doação de órgãos e tecidos, como única forma de ajudar muitos doentes**, ao modo como é realizada em Portugal, aos cuidados e rigor a ela associados e aos aspectos humanos subjacentes.

Temas “sensíveis” como a morte cerebral, os critérios implícitos à atribuição de órgãos, as compatibilidades dador/receptor, os aspetos legais em casos particulares, são os que, por norma, suscitam o maior interesse. É estimulante para os palestrantes do NCHD perceber que, no final, tanto os alunos como os professores ficam mais esclarecidos sobre como se processa a doação e o transplante.

CALENDÁRIO DE ACTIVIDADES/EVENTOS

JULHO / SETEMBRO 2015

DIA DA CRIANÇA - PSIQUIATRIA

DISTRIBUIÇÃO DE PRESENTES



No dia 1 de Junho, Dia Mundial da Criança, os utentes do Hospital Dia de Psiquiatria distribuíram pequenos presentes por si elaborados, a todas as crianças nos serviços de pediatria (internamento, UCINP, consulta e urgência). Esta actividade visa a **promoção da auto-estima e das relações interpessoais** através da satisfação e dos sorrisos das crianças.

06 JUL. BIOMARKERS OF KIDNEY INJURY:

STATE OF THE ART

PALESTRA - ANFITEATRO HFF
12H00 | 06 JULHO 2015
ENTRADA LIVRE



06 JULHO | PALESTRA:

BIOMARKERS OF KIDNEY INJURY

O Serviço de Nefrologia do HFF iniciou em 2008 uma linha de investigação sobre diagnóstico e consequências da Lesão Renal Aguda. Uma das áreas desenvolvidas foca-se no diagnóstico precoce da Lesão Renal, em parceria com o Prof. Prasad Devarajan (*Division of Nephrology and Hypertension of Cincinnati Children's Hospital Medical Center*), que irá apresentar a sua experiência numa conferência no dia 6 de Julho, no nosso Anfiteatro. Entrada Gratuita.

14 SETEMBRO WORKSHOP: PRINCÍPIOS DE ATUAÇÃO NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS

Este workshop está incluído num conjunto de formações que pretendem dar "Apoio a Cuidadores de Pessoas com Demência", como parte do "Projeto Cuidar Melhor" (www.cuidarmelhor.org). Irão posteriormente ser realizados ainda outros dois workshops: Intervenção não-farmacológica (16 Outubro) e Relacionamento e Comunicação (12 Novembro). Terão lugar no Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca, EPE e para se inscrever basta enviar um email para geral@cuidarmelhor.org ou telefonar para 210 157 092. Custo da inscrição: 15€.

CURIOSIDADE

CUA WOMO - "O SÍTIO MAIS AZUL DO PLANETA TERRA"

Artigo Original: Observador.pt

Não manipulamos a fotografia, não. A lagoa Cuo Womo nos Himalaias é de um azul invulgar e segundo o autor da fotografia, o astronauta Scott Kelly, este é "o sítio mais azul do planeta Terra". Situada a 4.970 metros de altitude, em Shigatse, Tibete, está exposta a temperaturas muito baixas (2°C), facto que aliado à absorção da radiação solar e à pouca evaporação, lhe confere-lhe esta cor. Acompanhe a aventura deste astronauta com fotografias da Terra vista duma perspectiva seguramente diferente da nossa, através da hashtag #YearInSpace!



FICHA TÉCNICA

COORDENAÇÃO GERAL

Conselho de Administração

EDIÇÃO

Conselho Editorial SOMOSHFF -
Dr.ª Margarida Rato, Dr.ª Arminda Sustelo,
Enf.ª Lídia Jerónimo, Dr.ª Lucília Gonçalves,
Dr. Paulo Barbosa, Dr.ª Sofia Macías

COLABORARAM NESTE NÚMERO

P.2

Em cima: Dr. Luis Marques
(Presidente do Conselho de Administração)

Em baixo: Dr.ª Catarina Garcia
(Internato Complementar de Pediatria, Interna)

P.3

Em cima: Cláudia Silva
(Gab. Comunicação e Imagem, Téc. Superior)

Em baixo: O Grupo Editorial |
Eng.º Manuel Barrento (Dir. Planeamento e Controlo de Gestão, Técnico Superior)

P.4

O Grupo Editorial

P.5

Em cima: Dr.ª Graciete Bragança
(S. Pediatria, Chefe S. Internamento de Pediatria)

Em baixo: Dr.ª Cecília Pardal
(S. Pneumologia, Assistente Graduada)

P.6

Em cima: Dr. Pedro Nunes
(UCIEP, Assistente de Pediatria)

Em baixo: Dr. Diogo Bruno
(S. Obstetrícia, Interno de Formação Específica)

P.7

Em cima: Dr.ª Filipa Fonseca (S. Pediatria, Psicóloga Clínica - Membro do NHACJR)

Em baixo: Dr.ª Ana Paula Fernandes
(UCIP, Assistente Graduada; Coordenadora Hospitalar de Doação de Órgãos)

P.8

Em cima: Enf.ª Ana Paula Simões
(Hospital de Dia de Psiquiatria, Enfermeira)

DESIGN | Inês Valente

INFORMAÇÕES / SUGESTÕES
SOMOS.HFF@HFF.MIN-SAUDE.PT

ÍNDICE DE IMAGENS

CAPA | Autor - Utente: Madalena, 8 anos.

P.4 | **Em baixo:** Equipamentos oferecidos pela Fundação EDP (www.fundacaoedp.pt/noticias/fundacao-edp-doa-equipamentos-pediatricas-a-cinco-hospitais)

P.5 | **Em cima:** Autor - Stuart Miles (freedigitalphotos.net)
Em baixo: Autor - hin255 (freedigitalphotos.net)

P.7 | **Em baixo:** Agrupamento de Escolas Madeira Torres

P.8 | **Em baixo:** O lago Cuo Womo - Tweet do Astronauta Scott Kelly ("Qual é o sítio mais azul do mundo?"; <http://observador.pt/2015/06/16/qual-sitio-azul-do-mundo/>)



somos **HFF**

nº 18 | Julho 2015