

+ Editorial



Carlos Rabaçal

Diretor clínico do Hospital Vila Franca de Xira

CINCO ANOS DE HISTÓRIA

Assinala-se, este mês, cinco anos de gestão do nosso Hospital em regime de Parceria Público-Privada, estabelecida entre a José de Mello Saúde e o Estado Português.

O património humano que herdámos, de assinalável qualidade e resiliência, esta magnífica estrutura hospitalar e as melhores condições de trabalho, permitiram continuar a reforma de métodos e organização da atividade assistencial, iniciada ainda no velho hospital, que constituiu, desde início, um exemplo impressionante do compromisso assumido de fazer mais e melhor.

Crescemos em especialidades, profissionais, atividade e desenvolvimento tecnológico. Não há nenhuma especialidade que não tenha sentido o vento de mudança e de modernidade que caracteriza hoje o Hospital Vila Franca de Xira. Crescer também significou um aprofundamento da relação com o ACES Estuário do Tejo, que permitiu o desenvolvimento de inúmeras iniciativas conjuntas, Jornadas Médicas e Jornadas de Enfermagem e programas assistenciais multidisciplinares que têm a Pessoa no centro dos Cuidados, merecendo menção neste editorial o Programa de Transição Segura, nomeadamente o projeto “Capacitar para melhor cuidar – o cuidador no projeto Vida Ativa”, vencedor do Prémio Healthcare Excellence.

O Hospital passou por duas auditorias da JCI com sucesso e viveu o segundo maior surto de Legionella a nível mundial com inquestionável competência. Já deu provas do seu capital humano interessado, competente e dedicado que construiu o presente, percorrendo um percurso extraordinário. Mas a obra não está acabada. Em conjunto, continuaremos o nosso rumo em direção ao futuro!

+ Destaque

PRESIDENTE DA REPÚBLICA VISITA O HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA

No dia 29 de março, o Hospital Vila Franca de Xira recebeu a honrosa visita de Sua Exa. O Presidente da República.

Esta incidiu nos Serviços de Pediatria e de Ginecologia Obstetrícia, privilegiando o contacto com as crianças e respetivos pais.

O Hospital foi a primeira Unidade escolhida por Sua Exa. O Presidente da República para visita, por o considerar um bom exemplo no Serviço Nacional de Saúde, motivo este de grande orgulho para toda a Equipa do Hospital.

A visita realizou-se na altura em que o Hospital Vila Franca de Xira completa três anos de atividade no atual edifício.

O Hospital ofereceu a Sua Exa. O Presidente da República uma amostra do painel de azulejos que decora o seu átrio principal. Este painel resulta do concurso “O Nosso Hospital”, promovido em setembro de 2012, no âmbito da construção do novo edifício, destinado aos alunos do 2º ciclo do ensino básico das escolas dos cinco concelhos da área de influência do Hospital. Sua Exa. O Presidente da República afirmou que considera o Hospital Vila Franca de Xira um bom exemplo dos benefícios de uma parceria entre “o interesse público e uma gestão privada competente”, sendo esta uma das razões que justificou a sua visita.



+ Notícia

ENFERMAGEM LANÇA O LIVRO “TERAPÊUTICA DE POSIÇÃO: CONTRIBUTO PARA UM CUIDADO DE SAÚDE SEGURO”

O Hospital Vila Franca de Xira, o Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) Estuário do Tejo e a Escola Superior de Enfermagem de Lisboa (ESEL) lançaram o livro “Terapêutica de Posição: Contributo para um Cuidado de Saúde Seguro”, dirigido a profissionais de saúde e cuidadores.

Este livro visa dar um contributo para a promoção da mobilidade e da autonomia da pessoa, através da Terapêutica de Posição ao longo do ciclo vital, essencial para a promoção do bem-estar e de um estilo de vida saudável, bem como para a prevenção de complicações associadas à imobilidade.

A Cultura de Segurança e Qualidade dos cuidados e a valorização da pessoa no centro destes são aspetos pilares deste Livro, bem como a capacitação do Utente como participante ativo no processo de cuidar.

Realizada com o contributo multidisciplinar e especializado de cerca de 80 profissionais, esta obra resulta da excelente parceria desenvolvida entre o Hospital, o ACES Estuário do Tejo e a ESEL e passará a ser uma referência na prática do cuidar.

A cerimónia de lançamento decorreu no dia 10 de maio, na Fábrica das Palavras.



+ Conhecimento

ENCONTRO DE ENFERMAGEM HVFX E ACES ET

No Dia Internacional do Enfermeiro, assinalado a 12 de maio, o Hospital Vila Franca de Xira e o ACES Estuário do Tejo promoveram o 5º Encontro de Enfermagem.

O tema central “Inovar no Cuidar” deu o mote para a discussão e apresentação de projetos de vários Serviços, que consistem em novas abordagens para melhor cuidar.

Este evento anual só é possível graças à excelente relação de parceria entre os cuidados hospitalares e os cuidados de saúde primários, que oferecem abordagens conjuntas e multidisciplinares a inúmeras patologias e necessidades de Utentes.

+ 3 perguntas a...



Luís Ramos, cirurgião geral do Hospital Vila Franca de Xira, responsável pela enfermaria da Praça de Touros Palha Blanco e representante de Portugal na Sociedade Internacional de Cirurgia Taurina

A que se deve esta diferenciação na área da cirurgia taurina?

Por necessidade e *afición*. O Hospital Vila Franca de Xira está inserido na área geográfica do país que recebe o maior número de festejos tauromáquicos, havendo uma grande necessidade de tratar os doentes com este tipo de traumatologia. Recebemos muitos Utentes colhidos nos festejos de rua, mas também profissionais que manejam gado bravo no campo e sofrem acidentes de trabalho com touros. Por outro lado tratamos as vítimas de colhidas dos espetáculos taurinos em praças de touros que se realizam dentro da área de influência do nosso Hospital. Trabalhando no HVFX e no Serviço de Cirurgia não há como “fugir” ao contacto com esta traumatologia.

Quais são as particularidades deste tipo de cirurgia?

Há dois aspetos fundamentais na especificidade da cirurgia taurina que assentam no agente agressor (o touro) e no local do acidente. Se se desconhecerem estes dois fatores, dificilmente haverá sucesso no tratamento. As lesões provocadas pelo corno do touro “não protegido”, como é tradição nas esperas e nas largadas no Ribatejo, são específicas e enganadoras. Apesar de o orifício de entrada ser habitualmente pequeno, pode estar associado a uma destruição interna ampla e grave com múltiplas trajetórias que podem ser de 20, 30 centímetros de extensão, com penetração à cavidade abdominal ou torácica. Além disso, o corno do touro deixa um inócuo bacteriano ao longo das trajetórias, pelo que estas lesões não devem ser minimizadas, sendo necessariamente bem tratadas no Bloco Operatório com ampla lavagem e exploração minuciosa das trajetórias.

Que atuação têm na Enfermaria da Praça de Touros Palha Blanco?

A enfermaria está bem dotada para tratar/estabilizar convenientemente uma vítima que ocorra durante um espetáculo na “Palha Blanco”. Em mais de 90% dos casos a situação é diagnosticada e tratada no local. Sempre que haja necessidade de complementar tratamento, articulamos com o nosso HVFX e as respetivas equipas no Serviço de Urgência. Mas também temos casos como o que aconteceu com o matador de touros Vitor Mendes que uma vez foi colhido na praça de touros e, após estabilização, foi operado no nosso Hospital, culminando num respeito profissional mútuo e amizade que faz com que, havendo necessidade de algum tratamento cirúrgico decorrente da sua atividade, ainda hoje nos procure para terapêutica adequada no âmbito da cirurgia taurina.

+ Conhecimento

HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA VENCE PRÉMIO HEALTHCARE EXCELLENCE

O Hospital Vila Franca de Xira venceu o prémio Healthcare Excellence com o projeto “Capacitar para melhor cuidar – o cuidador no projeto Vida Ativa”. Este prémio, promovido pela Associação Portuguesa de Administradores Hospitalares (APAH) em parceria com a biofarmacêutica AbbVie, tem como objetivos incentivar e reconhecer projetos de qualidade orientados para a melhoria do serviço aos Utentes.

O projeto vencedor tem como objetivo preparar os familiares e cuidadores para a prestação de cuidados no pós-alta, ou seja, no domicílio. Consiste na realização da Consulta de Vida Ativa, na qual são identificadas as necessidades de formação dos cuidadores, em sessões de ensino aos cuidadores, passando pela consciencialização do seu papel, determinante no cuidado do Utente dependente aquando do regresso a casa. O projeto visa, ainda, melhorar a articulação entre o Agrupamento de Centros de Saúde Estuário do Tejo e o Hospital, garantindo a transição segura do Utente para a comunidade.

Este projeto é desenvolvido desde agosto de 2015, na área da cirurgia ortopédica do Hospital Vila Franca de Xira.



+ Literatura

MEDICINA COM HISTÓRIA

José Barata, Diretor de Serviço de Medicina Interna do HVFX, em maio lançou o Livro “A Vida e a Obra do Marquês de Pombal”. Trata-se da terceira obra dedicada a temáticas Históricas que este médico historiador escreve.

José Barata publicou ainda duas obras de conteúdo clínico, uma das quais o ano passado – Mitos na Saúde e na Doença. Uma das suas obras mais queridas consiste numa compilação das memórias dos 25 lugares no mundo que mais lhe marcaram, um livro que oferece aos amigos com dicas para viagens.



+ Verão

DICAS PARA UM VERÃO SAUDÁVEL



Com a chegada do verão, desejamos férias, descanso, praia e pele cuidada e bronzeada. Para usufruir da época ao máximo, siga estas dicas das responsáveis pelos Serviços de Dermatologia, Sunita Dessai, e Dietética e Nutrição, Gisela Rocheta:

- Proteja a sua pele e olhos através da utilização regular de roupa apropriada e óculos de proteção ultra violeta (UV);

- Aplique protetor solar (índice >30-50 +) 30 minutos antes de se expor e a cada 2 horas. Não esquecer os dias de vento e nublados, uma vez que 90% dos raios UV passam através das nuvens;

- Use chapéu de abas largas, procure a sombra e não se exponha ao sol nas horas de maior calor (entre as 11h00 e as 17h00);

- Evite solários e queimaduras solares;

- Em qualquer lugar do mundo, siga a regra da sombra: é segura a exposição ao sol quando a nossa sombra é maior que nós;

- Exponha-se gradualmente ao sol, pois a pele necessita de tempo para se adaptar e tem memória do sol que apanha desde a infância;

- Consulte o índice de radiação ultra violeta, antes de sair de casa, através do site do Instituto Português do Mar e da Atmosfera;

- Não esquecer a proteção solar nas atividades ao ar livre, sejam desportivas/recreativas ou de carácter profissional (como pesca ou agricultura). O sol não brilha só na praia...

- Muitas pessoas desconhecem que também podemos prevenir os efeitos nefastos do sol através da alimentação. Adote uma dieta rica em alimentos que contenham nutrientes fotoprotetores, tais como vitaminas, minerais e antioxidantes.

- A ingestão de água adequada, aliada a boas horas de sono e a prática de atividade física, contribuem para o equilíbrio orgânico, podem reverter os danos causados pela exposição solar e melhorar a qualidade da pele.

Nutrientes e alimentos dermoprotetores:

- **Betacaroteno:** cenoura, papaia, laranja, manga, abóbora, batata doce
- **Licopeno:** tomate, goiaba vermelha e melancia
- **Polifenóis e flavonóides:** chá-verde, cacau e sumo de uva
- **Selênio e Zinco:** frutos do mar (mexilhão, ameijoas, berbigão, ostras) castanhas e nozes
- **Vitamina C:** frutas cítricas como laranja, cerejas e kiwi;
- **Vitamina E:** azeite, abacate, frutos secos, sementes de girassol, sementes de linhaça
- **Ácido Fólico:** carnes, em particular fígado, peixes, ovos, hortícolas de folhas verdes, beterraba, leguminosas verdes e secas
- **Omega3:** peixes gordos (cavala, sardinha, salmão, anchova fresca)

No site do Hospital Vila Franca de Xira consulte receitas de sumos dermoprotetores, que o ajudam a prevenir-se do sol e a manter o bronzeado por mais tempo.

+ Prevenção

DIA MUNDIAL DA SAÚDE

O Hospital Vila Franca de Xira e o ACES Estuário do Tejo assinalaram o Dia Mundial da Saúde com iniciativas conjuntas, dirigidas à população, de Sensibilização, Prevenção e Detecção Precoce do Risco de Desenvolver Diabetes.

A Prevenção da Diabetes foi o tema definido pela Organização Mundial de Saúde para assinalar o Dia Mundial da Saúde em 2016. Assim, o HVFX e o ACES Estuário do Tejo promoveram avaliações individuais do risco de desenvolver diabetes, workshop “As Gorduras e os Açúcares Escondidos nos Alimentos”, bem como a divulgação de informação de sensibilização e prevenção desta patologia, em iniciativas desenvolvidas na comunidade, em parceria com as Câmaras Municipais de Azambuja e de Vila Franca de Xira.

+ Comunidade

DIA MUNDIAL DA CRIANÇA

O Hospital Vila Franca de Xira e o ACES Estuário do Tejo associaram-se às comemorações do Dia Mundial da Criança da Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, que decorreram no dia 5 de junho, na Quinta da Piedade.

A pensar nos mais novos, os cuidados hospitalares e os cuidados de saúde primários criaram uma Ginca Saudável, constituída por jogos educativos de promoção de hábitos de vida saudável.

As crianças foram desafiadas a participar num jogo pergunta e resposta “quantos queres”, num jogo sobre os cuidados a ter com o sol, numa dinâmica de mimica das profissões relacionadas com a realidade hospitalar, recorrendo a acessórios, culminando com uma corrida de sacos.

Os pais e cuidadores foram informados e sensibilizados no âmbito de alguns desafios à parentalidade da importância da prática desportiva.



+ Comunidade

JOSÉ DE MELLO SAÚDE E ACADEMIA CUF RELANÇAM A GAZETA MÉDICA

A José de Mello Saúde decidiu retomar a edição da Gazeta Médica, revista científica fundada em 1948 no Hospital CUF Infante Santo e que tem como missão a promoção da excelência em medicina, através da publicação de artigos de rigor científico e metodológico. A Gazeta Médica é uma publicação científica de periodicidade trimestral que pretende ser um contributo informativo relevante para a prática clínica. A revista aceita para publicação não só artigos de investigação e de revisão mas também orientações práticas, relatos de casos clínicos, artigos de opinião e comentários relevantes para a prática clínica, para a prestação de cuidados de saúde, política de saúde, educação médica e ética, bem como para a metodologia de pesquisa.

+ Solidariedade

HÁ 25 ANOS A FAZER O BEM

O Voluntariado da Liga dos Amigos do HVFX comemora o seu 25º aniversário, em junho de 2016. O Hospital Vila Franca de Xira felicita e agradece ao Voluntariado da Liga dos Amigos do HVFX, por toda a solidariedade e humanização que tem vindo a dedicar aos seus Utentes. A data assinalou-se com a celebração de uma Missa na capela do Hospital e um almoço promovido pela Liga dos Amigos. O serviço desenvolvido pelos atuais 34 voluntários, bem como por todos aqueles que já passaram pela Liga, traduz-se num apoio significativo a quem mais necessita. Em homenagem e agradecimento, o HVFX promoveu um almoço comemorativo dirigido a todos os Voluntários da Liga dos Amigos do HVFX. A todos, muito obrigado!

+ Conhecimento

JOSÉ DE MELLO SAÚDE E UNIVERSIDADE NOVA DE LISBOA CRIAM CONSÓRCIO PARA A INVESTIGAÇÃO E O ENSINO

Tagus Academic Network for Knowledge (Tagus TANK) é o nome do Consórcio criado em março de 2016 e que pretende conciliar a prática hospitalar com o ensino e a investigação, criando uma ampla aliança para promover a investigação clínica, a formação e a qualificação de novos médicos e outros profissionais de saúde. Este consórcio inicia novas formas de cooperação em áreas do ensino académico relacionadas com a Saúde, desde a Medicina ao Direito, à Gestão ou à Engenharia. O Tagus TANK vem reforçar a colaboração entre as duas instituições, uma vez que a José de Mello Saúde e a Universidade Nova de Lisboa, através da Nova Medical School | Faculdade de Ciências Médicas, são parceiros de longa data na formação médica.



+ Desporto

VICE-CAMPEÕES!

A equipa de futebol do Hospital Vila Franca de Xira consagrou-se finalista do Torneio de Futebol da José de Mello Saúde, que decorreu no dia 4 de junho, no Complexo Desportivo de Porto Salvo, em Oeiras.

A final do torneio, disputada pelo HVFX e pelo Hospital CUF Descobertas, foi resolvida a penaltis, tendo o HVFX ficado em segundo lugar entre as 10 equipas da José de Mello Saúde.



+ Portfólio

BILHETE DE IDENTIDADE

Nome: Serviço de **Ortopedia**

Data de nascimento: **janeiro de 1981**

Idade: **35**

Número de colaboradores: **50**

Número de Internos: **6**

Média de consultas/dia: **64**

Média de cirurgias/dia: **6**

Curiosidade: Serviço preconizador do Clube Ortopédico dos 9 - a 1ª associação ortopédica do país, que surge em 1987 pela necessidade da partilha de conhecimento e discussão de casos clínicos, sentida pelos jovens especialistas que abriram os Serviços de Ortopedia dos Hospitais Distritais. Abrantes, Beja, Elvas, Évora, Portalegre, Santarém, Tomar, Torres Novas e Vila Franca de Xira foram os preconizadores. Hoje são já 22 os Serviços de Ortopedia que integram este Clube.

SABIA QUE?

Carlos Rabaçal foi o 1º interno do Serviço de Cardiologia, que comemora o 35º aniversário este ano.