

# + vida

## + Editorial



Maria João Germano  
Administradora

## O NOSSO COMPROMISSO

Prestar cuidados de elevada qualidade e segurança clínica é uma máxima de todas as unidades hospitalares e de todos os profissionais de saúde. No entanto, sabemos que esta ambição implica um caminho longo, repleto de desafios, dos quais a mudança de comportamentos é um dos mais complexos e aquele que, verdadeiramente, faz a diferença.

É um caminho que começa pelo compromisso inequívoco da liderança na promoção e implementação de políticas e medidas concretas e mensuráveis, tem que estar no topo da agenda das prioridades das chefias e tem estar presente no dia-a-dia de todos os profissionais.

É justo afirmar que esta equipa tem dado contributos significativos e está de parabéns! E não somos só nós que o afirmamos! São as entidades externas que nos auditam, avaliam e certificaram nas várias dimensões: Excelência Clínica e Segurança do Doente; Ambiente; Segurança dos Profissionais e Qualidade.

Na área da Qualidade, o Hospital obteve o nível máximo da excelência clínica em 4 áreas do SINAS (Cuidados Intensivos, Ginecologia, Obstetrícia e Ortopedia). Na área do controlo de infeção, assumimos reduzir as infeções associadas aos cuidados de saúde investindo no reforço da equipa PPCIRA, com claros impactos nos procedimentos de isolamento e prevenção da infeção e na prática da prescrição de antibióticos.

Ainda em 2016, fomos o 2º hospital do País a ser certificado pela OSHAS 18001 e obtivemos a confirmação da acreditação pela JCI, ultrapassando praticamente todas as não conformidades identificadas na auditoria anterior. Os reconhecimentos externos são momentos de grande satisfação e orgulho mas têm de ser assumidos como uma etapa de um processo de melhoria contínua onde é preciso empenharmo-nos sistematicamente.

Contamos convosco!

## + Destaque

### SINAS RECONHECE NÍVEL MÁXIMO DE EXCELÊNCIA CLÍNICA A CUIDADOS INTENSIVOS, GINECOLOGIA, OBSTETRÍCIA E ORTOPEDIA

O Hospital Vila Franca de Xira, unidade gerida em regime de Parceria Público-Privada pela José de Mello Saúde, acaba de receber a **classificação máxima**, de nível de qualidade, na dimensão **Excelência Clínica**, nas áreas de **Cuidados Intensivos, Ginecologia, Obstetrícia e Ortopedia**, de acordo com os resultados publicados pelo SINAS, sistema criado pela Entidade Reguladora da Saúde (ERS). As restantes áreas clínicas avaliadas, Cardiologia, Cirurgia de Ambulatório, Cirurgia Geral, Neurologia e Pediatria obtiveram o nível de qualidade II.

Os resultados agora publicados são relativos a procedimentos e/ou diagnósticos de episódios de internamento com alta entre 1 de julho de 2014 a 30 de junho de 2015.

O HVFX obteve igualmente classificação máxima nas áreas Segurança do Doente, Adequação e Conforto das Instalações e Focalização do Utente, aquando da última avaliação destas dimensões. Tal significa que cumpre a totalidade dos parâmetros de qualidade exigidos pela ERS, destacando-se com excelência.

O SINAS visa avaliar, de forma objetiva e consistente, a qualidade dos cuidados de saúde em Portugal, com base em indicadores de avaliação que permitam obter um rating dos prestadores. A publicação deste rating garante o acesso dos Utentes a informação adequada e inteligível acerca da qualidade dos cuidados de saúde nos diversos prestadores, promovendo a tomada de decisões mais informadas e a melhoria contínua dos cuidados prestados.



## + Notícia

### HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA OBTÉM A CERTIFICAÇÃO “SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO”

O Hospital Vila Franca de Xira tem como visão ser uma referência nacional pela qualidade, eficiência e segurança. Em julho do presente ano, vimos esta visão ser reforçada com a obtenção da **certificação do sistema de gestão da saúde e segurança ocupacional** pelo referencial normativo OHSAS 18001.

OHSAS é uma sigla em inglês para Occupational Health and Safety Assessment Services, que se pode traduzir como Serviços de Avaliação de Segurança e Saúde Ocupacional. Consiste numa série de normas para orientação e implementação de um Sistema de Gestão e consequente certificação no âmbito da segurança e saúde ocupacionais (SSO). Esta é uma ferramenta que oferece orientações sobre avaliações de saúde e segurança e sobre como gerir os aspetos de saúde e segurança das atividades de forma mais eficaz, levando em consideração a prevenção de acidentes, a avaliação de perigos e a redução de riscos, com o fim de assegurar o bem-estar dos colaboradores.

Com a implementação e certificação desta norma, o Hospital Vila Franca de Xira procura igualmente transmitir a sua **preocupação e compromisso com as políticas de saúde e segurança ocupacional e com o bem-estar dos seus colaboradores**, sendo que esta certificação traduz-se no reconhecimento público dessa mesma preocupação. Só foi possível concretizar este desafio graças ao envolvimento de todos os colaboradores na implementação do Sistema de Gestão.



## + 3 perguntas aos Bombeiros Voluntários que trabalham no HVFX



*Na foto, em cima, esq. para a dir. André Monteiro, Vanessa Porto, Paulo Costa, António Gomes, Nuno Esteves. Em baixo, esq. para a dir. Dulce Silva, Pedro Galvão, Ivo Cardoso, António Antunes e João Dias (não consta na foto) trabalham no Hospital Vila Franca de Xira e são Bombeiros Voluntários (BV). O mais experiente tem 38 anos de carreira de BV, enquanto que o menos experiente completou recentemente o seu primeiro ano.*

### Voluntariamente colocam-se em perigo para ajudar e salvar terceiros. O que vos motiva?

O gosto por ajudar o próximo e a adrenalina. É difícil explicar. Nascermos para o ser! Este gosto não se cultiva ou adquire. É um clique. É algo que está dentro de nós, sempre esteve.

Quando ouvimos o toque da sirene sentimos uma vontade incontrolável de ir. Ao depararmo-nos com um incêndio, um sinistro ou outra situação de auxílio, o medo dá lugar à adrenalina. A adrenalina que sentimos é tal que tudo o resto fica para segundo plano e focamos apenas na situação de socorro que temos de resolver. Somos nós que vamos ajudar enquanto os outros fogem. Perante o perigo, o Bombeiro não recua, ganha balanço.

### No vosso entender, quais as características essenciais para se ser Bombeiro?

Ter um espírito verdadeiramente missionário e de sacrifício. Respeito pelo próximo e pela privacidade individual, responsabilidade, humildade, obediência, boa capacidade de gestão de tempo e de emoções.

Trabalho em equipa e confiança são fundamentais, na medida em que cada um desempenha a sua função e se algum falhar põe em risco a vida de todos. Quando estamos em missão, temos o privilégio de não ter de olhar para ver quem está atrás, confiamos!

Por vezes temos de ser loucos. Há momentos em que aparece o medo e temos de ser loucos para o ultrapassar, deixar o bom senso e passar à loucura para ajudar.

É certo que nos colocamos em perigo de forma voluntária, mas a sensação de conseguirmos salvar, melhorar o conforto das pessoas, ou até de preservar uma árvore entre as já aridas é gratificante. Ao ajudar sentimo-nos melhor.

### De que forma acham que o vosso papel no Hospital e o vosso papel enquanto Bombeiros Voluntários se pode complementar?

Há um complemento ao nível da aprendizagem. As realidades intra e pré-hospitalar trazem crescimento pessoal e profissional.

O bombeiro atua no âmbito pré-hospitalar, estabilizando o Utente e, se possível, melhorando o seu conforto.

Trabalhar em ambiente Hospitalar permite a aquisição de conhecimentos, pela vivência de situações, que despertam para a avaliação da sintomatologia do Utente, muito úteis na prestação de primeiros socorros. Enfermeiros e médicos esclarecem questões que colocamos, transmitindo-nos informação que nos torna mais confiantes quando vamos socorrer.

O bombeiro é a primeira pessoa que entra em contacto com o Utente, pelo que tem de ter formação adequada. O seu trabalho termina assim que chega ao Serviço de Urgência do Hospital e, na triagem, entrega o Utente. Todos conhecem bem as suas funções e não as ultrapassam.

Os BV têm tido uma grande evolução ao nível da formação e segurança. A própria missão, estrutura e função do BV evoluiu muito nos últimos anos. Instituíram-se metodologias, técnicas, protocolos e formações, o que é muito positivo.

## + Comunidade

### HOSPITAL PROMOVE INICIATIVAS DE SOLIDARIEDADE E DE PREVENÇÃO NO SALÃO DE ARTESANATO

À semelhança dos últimos anos, o Hospital Vila Franca de Xira (HVFX) irá participar no Salão de Artesanato da Feira Anual de Vila Franca de Xira, que decorrerá entre os dias 30 de setembro e 9 de outubro, no Pavilhão Multiusos, no Parque Urbano de Vila Franca de Xira.

Este ano, o Hospital irá promover uma **iniciativa de solidariedade**, na qual convida a comunidade a pedalar pela sua saúde e para ajudar a atuação do Voluntariado da Liga dos Amigos. Na sexta-feira, dia 30 de setembro, no decorrer dos fins de semana e do feriado, dia 5 de outubro, por cada 10 KM pedalados pela população, numa bicicleta estática, o Hospital doa €20 à Liga dos Amigos do HVFX.

Também no stand conjunto do HVFX e do Voluntariado da Liga dos Amigos do HVFX, serão dinamizadas **iniciativas de rastreio**, gratuitas, dirigidas à população, todos os dias úteis, entre as 18h00 e as 22h00. Serão promovidos rastreios de risco de Obesidade, de risco Cardiovascular, de Oftalmologia (Glaucoma) e rastreio Auditivo. O HVFX irá, igualmente, promover a divulgação de informação de sensibilização para a prática desportiva e para a importância de uma alimentação saudável.

Venha pedalar pela sua saúde e ajude-nos a ajudar a Liga dos Amigos!

## + Conhecimento

### VENHA CONHECER!

Com vista à partilha de conhecimentos entre as diversas áreas e Serviços do Hospital e, sobretudo, com o objetivo de dar a conhecer a função e atividade de cada área e Serviço que compõe o HVFX, iremos promover a iniciativa “Venha conhecer!” Esteja atento.

## + Prevenção

### HOSPITAL SENSIBILIZA PARA A PREVENÇÃO DA DIABETES

O Hospital Vila Franca de Xira, em conjunto com o ACES Estuário do Tejo, têm vindo a promover iniciativas de sensibilização e prevenção da Diabetes, nos cinco concelhos da área de influência do Hospital. Para assinalar o Dia Mundial da Diabetes, que se comemora a 14 de novembro, o Hospital vai desafiar os 450 alunos do 2º ciclo do ensino básico das escolas de Alenquer, Arruda dos Vinhos, Azambuja, Benavente e Vila Franca de Xira, a desenhar a futura Mascote da Consulta da Diabetes Infantil do Hospital Vila Franca de Xira. Com esta iniciativa o HVFX pretende sensibilizar as crianças, pais e professores para a problemática da diabetes e envolver a comunidade. A Unidade Coordenadora Funcional da Diabetes do HVFX e ACES Estuário do Tejo irá dinamizar outras iniciativas no sentido de assinalar a efeméride junto da comunidade.

+ Outono



Está a terminar o verão. Espera-nos agora um tempo instável, frio e húmido. Tempo propício às infeções respiratórias, em particular para quem tem doença respiratória, cardíaca, diabetes ou cancro. **Para escapar às infeções respiratórias este outono, siga as dicas de Paula Rosa, médica diretora do Serviço de Pneumologia do Hospital Vila Franca de Xira.**

Em situações de frio intenso são produzidas alterações no organismo que facilitam o aparecimento de doenças como a gripe e outras infeções respiratórias, bem como o agravamento das doenças crónicas, nomeadamente cardíacas e respiratórias. Nesta época do ano há maior tendência para concentração de pessoas em locais fechados, o que pode também contribuir para a propagação de algumas doenças infecciosas.

Algumas pessoas são mais vulneráveis aos efeitos do frio intenso e por isso exigem atenção especial:

1. Crianças nos primeiros anos de vida;
2. Pessoas com 65 ou mais anos ou com mobilidade reduzida;
3. Portadores de doenças crónicas;
4. Pessoas que desenvolvem atividade no exterior, expostas ao frio;
5. Praticantes de atividade física no exterior, expostos ao frio;
6. Pessoas que consomem álcool em excesso ou drogas ilícitas;
7. Pessoas isoladas ou em carência social e económica.

Para evitar problemas respiratórios deve:

- Arejar a casa, mantendo-a com uma temperatura equilibrada;
- Usar várias camadas de roupa, não demasiado justas para não dificultar a circulação sanguínea;
- Usar equipamento adequado ao trabalho a desenvolver e às condições meteorológicas;
- Evitar locais com muitas pessoas;
- Manter o nariz desobstruído e proteger a boca e o nariz do frio, com um lenço ou um cachecol;
- Manter uma alimentação balanceada e rica em alimentos naturais. Consumir frutas e verduras que contenham vitamina C como laranja, limão, couve, rúcula e outros;
- Comer sopa e outros alimentos quentes;
- Beber água com frequência e manter a pele hidratada;
- Lavar as mãos com água morna, principalmente antes e depois das refeições, após espirrar ou tossir e de ir à casa de banho;
- Dormir pelo menos 7 horas;
- Manter exercício físico regular, nos períodos do dia menos frios e com roupa adequada.

Adaptado de DGS: "Frio – Recomendações Gerais para a população"

+ Comunidade

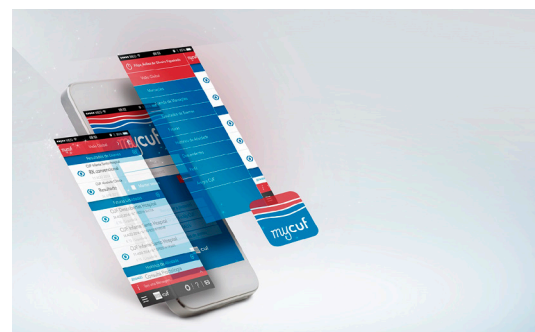
## RECOLHA DE BENS PARA OS BOMBEIROS

**A José de Mello Saúde e os seus colaboradores não ficaram indiferentes à coragem, esforço e sacrifício dos Bombeiros portugueses** que colocaram a sua vida em risco para proteger todos os que são afetados pelo incêndios que assolaram o nosso país. Assim, promoveram uma recolha de bens que pretendeu demonstrar solidariedade com os nossos bombeiros e permitiu angariar 5.530 artigos que foram entregues em diversas corporações das regiões onde existem unidades da JMS. Os bombeiros de Vila Franca de Xira agradeceram ao Hospital e aos seus colaboradores a doação. Muito obrigado a todos pelas contribuições.

+ Conhecimento

## RECONHECIMENTO INTERNACIONAL

A app My CUF é um dos oito projetos portugueses selecionados para o World Summit Award-mobile 2016, uma iniciativa mundial da ONU, que premeia aplicações móveis inovadoras com impacto global. A seleção dos projetos decorre em três fases distintas, sendo a primeira ao nível local. Em Portugal, um grupo de peritos coordenado pela APDC (Associação Portuguesa para o Desenvolvimento das Comunicações) selecionou os candidatos nacionais às oito categorias a concurso. Segue-se agora a fase em que as apps selecionadas por cada país serão avaliadas por um júri internacional, que escolherá as 40 melhores. Os projetos desta shortlist internacional serão, em 2017, apresentados no WSA-mobile Global Congress, onde serão nomeados oito (um por cada categoria) Global Champions. Esta distinção junta-se aos prémios Innovation Award da Outsystems e Best Digital Engagement e Best Digital Transformation dos Portugal Digital Awards que o My CUF recebeu em 2016.





+ Conhecimento

## JOSÉ DE MELLO SAÚDE EM EXPANSÃO

O Hospital CUF Viseu, a mais recente Unidade da José de Mello Saúde (JMS), abriu portas no passado dia 27 de junho. Esta é a primeira unidade CUF na zona Centro do país. Um hospital generalista, com oferta de todo o tipo de cuidados de saúde, e inovador, quer ao nível da tecnologia utilizada, quer dos seus processos, sempre suportado na experiência de gestão hospitalar da JMS, acumulada ao longo dos mais de 70 anos de atividade.

O universo José de Mello Saúde está em expansão, sendo já constituído por 9 Hospitais, 6 clínicas, 1 instituto e, no âmbito da Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho, a Sagies.

Só nos últimos 3 anos iniciaram atividade o Hospital CUF Santarém e as clínicas CUF Mafra, CUF Sintra, CUF S. Domingos de Rana e CUF Miraflores. Para 2017 prevê-se a abertura da clínica CUF S. João da Madeira e em 2018 o início de atividade do Hospital CUF Tejo, desenhado para as doenças do futuro, assim como a expansão do Hospital CUF Descobertas.



Hospital Braga (PPP)

CUF Porto Hospital

CUF Porto Instituto

CUF Viseu Hospital

CUF Santarém Hospital

CUF Torres Vedras Hospital

Hospital Vila Franca de Xira (PPP)

CUF Mafra Clínica

CUF Sintra Clínica

CUF Cascais Hospital

CUF S. Domingos de Rana Clínica

CUF Miraflores Clínica

CUF Infante Santo Hospital

CUF Descobertas Hospital

CUF Alvalade Clínica

CUF Belém Clínica

Sagies

+ Portfólio

## BILHETE DE IDENTIDADE

Nome: **Serviço de Anatomia Patológica**

Data de nascimento: **8 de julho de 2013**

Idade: **3 anos**

Número de colaboradores: **12**

Média de análises/dia: **33**

Curiosidades: Certificado pelas Normas ISO 9001, 14001 e OHSAS, tem uma equipa dinâmica que, para além das análises anatomopatológicas, disponibiliza uma consulta de citologia aspirativa e participa nas consultas oncológicas multidisciplinares.

## SABIA QUE?

**Receita sem papel: Dados de agosto dos SPMS revelam que o HVFX está em 3º lugar nos Hospitais com maior adesão à receita sem papel a nível nacional, com uma taxa de adesão de 99%.**

**Parabéns!**

+ Agenda



**Marque na sua agenda os eventos que irão decorrer no auditório do Centro Reynaldo dos Santos, do Hospital Vila Franca de Xira.**

**27 e 28 de outubro**

II Jornadas de Saúde Materna e Obstetrícia

**9 a 11 de novembro**

I Congresso Internacional Gestão de Transição Segura

**17 e 18 de novembro**

Myelofibrosis - to see behind the fences

**22 de novembro**

Sessão clínica Serviço de Pediatria – Projeto Zapping