

+ vida

+ Editorial



Maria José Lourenço
Enfermeira Diretora

MOVIDOS PELA MISSÃO

O final do ano é, por excelência, tempo de reflexão sobre a ação e para a ação. Neste processo facilmente concluímos que a Visão e a Missão definidas para o Hospital determinaram o percurso consolidado ao longo dos últimos cinco anos. Construímos pontes facilitadoras das relações com os nossos parceiros e fomos capazes de ultrapassar diferenças, entre o contexto hospitalar e os cuidados de saúde primários, bem como implementar estratégias promotoras da qualidade e segurança dos cuidados.

Elegemos como foco os cuidados centrados na Pessoa, com inclusão de todos os parceiros, com ganhos evidentes que atestam os benefícios da mudança de paradigma. Ao nível do planeamento da alta clínica, apostámos na capacitação do cuidador familiar e adequámos os circuitos de referenciação com o ACES Estuário do Tejo, promovendo, desta forma, um regresso a casa atempado e seguro. No plano científico, o espírito de cooperação e parceria marcaram igualmente a diferença. Salientamos a publicação do livro “Terapêutica de Posição – Contributo para um cuidado de saúde seguro”, obra produzida em parceria com o ACES Estuário do Tejo e a Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, já reconhecida pelos peritos, pela elevada qualidade técnica. E assim caminhamos rumo à excelência, conscientes que, sendo esta uma meta aparentemente inatingível, nos impele à ação, com dinamismo, persistência e espírito de superação.

Que o novo ano nos continue a premiar com sucessos, fieis aos Valores e Missão que nos orientam. A todos um Feliz Natal!

+ Notícia

HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA ENTRE OS MELHORES HOSPITAIS DO PAÍS

O Hospital de Vila Franca de Xira foi nomeado, pelo segundo ano consecutivo, para os prémios “TOP 5’ 16 - A Excelência dos Hospitais”, promovidos pela IASIST – empresa multinacional de benchmarking hospitalar.

Esta é uma distinção dos hospitais do SNS que apresentam anualmente os melhores níveis de desempenho global, utilizando indicadores de avaliação no âmbito da qualidade assistencial e eficiência. A classificação dos diversos hospitais participantes teve por base os grupos referência já constituídos pela Administração Central do Sistema de Saúde (ACSS) para efeitos de financiamento.

Igualmente gerido pela José de Mello Saúde, em regime de Parceria Público-Privada, o Hospital de Braga conquistou o primeiro lugar no seu grupo de comparação.

Esta nomeação consiste num reconhecimento público dos elevados padrões de qualidade e excelência clínica praticados, pelo que deverá ser um motivo de orgulho para todos os profissionais do Hospital Vila Franca de Xira.



+ Destaque

HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA CELEBRA O NATAL COM A COMUNIDADE

Este ano, pela primeira vez, o Hospital Vila Franca de Xira (HVFX) promove uma Programação Especial de Natal, por forma a assinalar a época Natalícia com os Utentes, Colaboradores, respetivos familiares e amigos.

A semana de Natal do Hospital decorre de 12 a 16 de dezembro, com iniciativas gratuitas, dirigidas à Comunidade, no átrio da Unidade Hospitalar, bem como nos pisos de internamento e salas de espera.

Atuações de música, teatro, dança, canto, e ginástica acrobática são dinamizadas por Instituições dos concelhos da área de influência do HVFX e outras Instituições parceiras, que aceitaram o convite do Hospital para se associarem a este evento. Os pisos de internamento e salas de espera têm uma programação específica, que engloba, também, a leitura de poesia e contos de Natal.

A Programação Especial de Natal do Hospital Vila Franca de Xira está disponível no site da Unidade: www.hospitalvilafrancadexira.pt



+ Notícia

RUI VITÓRIA VISITA O HOSPITAL VILA FRANCA DE XIRA

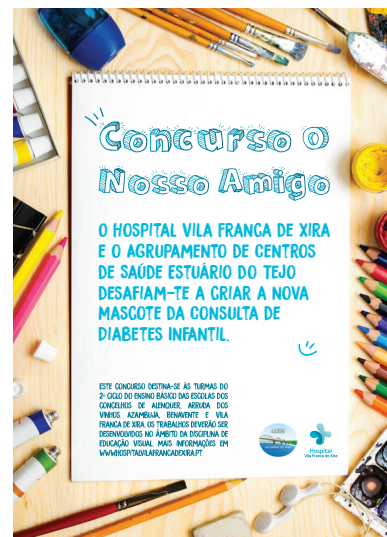
No dia 11 de novembro, o Hospital de Vila Franca de Xira recebeu a visita de Rui Vitória, treinador do Benfica, no âmbito de uma ação de solidariedade da Fundação Benfica. O treinador, natural de Alverca do Ribatejo, passou pelos internamentos de Pediatria, Obstetrícia e Especialidades Cirúrgicas. Durante a visita distribuiu inúmeros autógrafos e cascois do Benfica, tirou fotografias com Utentes e Profissionais e deixou uma palavra de apoio aos doentes internados. O treinador referiu que, sendo um profissional do mundo do futebol, é importante participar em ações solidárias como esta, onde tem a oportunidade de ajudar aqueles que estão a passar por momentos menos felizes. A visita de Rui Vitória foi recebida com grande entusiasmo pela parte de Profissionais e Utentes.



+ Comunidade

CONCURSO “O NOSSO AMIGO”

O Hospital Vila Franca de Xira (HVFX) e o Agrupamento de Centros de Saúde (ACES) Estuário do Tejo lançaram o concurso “O Nosso Amigo”, que tem como finalidade selecionar um desenho que virá a ser a Mascote da Consulta da Diabetes Infantil das referidas unidades, a partir de trabalhos realizados pelas turmas do 2º ciclo do ensino básico, das Escolas dos cinco concelhos de abrangência do HVFX. Através da participação e envolvimento das escolas, alunos e respetivas famílias, o HVFX e o ACES Estuário do Tejo pretendem sensibilizar para a prevenção da diabetes.



+ 3 perguntas a

Responsáveis pelo Projeto Zapping

Ana Peres, David Lito, Helena Sofia Sousa, Inês Vaz Silva, Mário Paiva – Médicos do Serviço de Pediatria do HVFX
Raquel Machado, Sara Limão, Tânia Faustino – Internas de formação específica de Pediatria do HVFX



Como surgiu o projeto Zapping?

O projeto Zapping teve como ponto de partida a crescente exposição aos media pelas crianças em idades cada vez mais precoces, com os seus potenciais riscos e benefícios. Trata-se de um fenómeno recente e ainda pouco estudado. O objetivo foi conhecer o uso dos media pelas crianças até aos 11 anos, filhos de funcionários do HVFX, como amostra da população ativa da Região.

O que revelaram os questionários?

Mais de três quartos dos colaboradores que responderam ao questionário referiram estar expostos aos media até duas horas diárias. A grande maioria (73,4%) considerou a exposição das crianças aos media um motivo de preocupação e metade afirmou que o uso dos media interfere no tempo e/ou na qualidade de convívio da sua família.

Das 167 crianças contempladas no estudo, 49% tinham 6-11 anos; 23% 3-5 anos e 28% 0-2 anos. No grupo dos 0-2 anos 49% apresentaram mais de uma hora de exposição diária aos media. Acima dos 2 anos foi referida uma exposição igual ou superior a duas horas diárias em 26%.

Relativamente ao uso indevido dos media, 26,7% afirmaram ter televisão no quarto das crianças e 12,2% do total adormecerem com o televisor ligado, bem como 47,6% das crianças utilizarem media devices durante a refeição, dados que levantam a preocupação da interferência dos media com o sono e com a obesidade.

No seguimento deste estudo, quais as principais recomendações para os pais?

Pelos dados obtidos do estudo e revisão bibliográfica recomendamos:

- crianças até aos 3 anos devem ter uma exposição mínima (<1hora/dia) e sempre que possível acompanhada por um adulto. Os vídeo-chats curtos e acompanhados por adulto podem ser uma boa opção para comunicar com familiares distantes.
- Após os 3 anos, a exposição aos ecrãs não deve ultrapassar as 1,5 horas diárias. Desaconselha-se a presença de devices eletrónicos no quarto e o seu uso na hora que antecede ao deitar. Deixamos outras recomendações gerais, válidas para crianças e adultos:
- As refeições são um espaço privilegiado de partilha em família pelo que os media devem estar ausentes;
- Sempre que possível, deve optar-se por conteúdos educativos;
- A oferta de devices eletrónicos à criança deve ser adiada, pelo menos até à idade escolar;
- A criança não deve aceder sozinha à internet e os pais devem evitar expor de forma desnecessária as suas crianças na internet;
- Promover hábitos de vida saudáveis e momentos em família sem media.

+ Inverno



Com a chegada do Inverno, Eduardo Doutel Haghighi, médico especialista em Medicina Interna e Coordenador do Percurso do Doente Idoso do Hospital Vila Franca de Xira, relembra que todos os anos o frio é responsável pelo internamento e morte de muitos idosos. Tal verifica-se sobretudo nos idosos com doenças crónicas, como a insuficiência cardíaca, a doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC), a asma ou a diabetes, que descompensam mais facilmente nesta época do ano.

Adotar medidas preventivas pode evitar estas complicações. Eis as recomendações que os idosos deverão adotar durante o Inverno:

1. Alimentação equilibrada - frutas, vegetais e fontes de proteína são bastante importantes pois o corpo precisa das calorias dos alimentos para manter a temperatura e das vitaminas das frutas e vegetais para combater as infeções.

2. Hidratação - beber 1,5 litros de água por dia é tão importante como comer adequadamente. A água pode ser ingerida sob a forma de chás, infusões, sopas ou caldos. Deve dar preferência a bebidas quentes, para ajudar a manter o calor corporal, e evitar a ingestão de bebidas alcoólicas que fazem com que o corpo perca temperatura, devido à dilatação dos vasos sanguíneos.

3. Roupa e calçado quente com bom isolamento térmico - Preservar a temperatura corporal, evitar a exposição prolongada ao frio e vestir roupa confortável e quente antes de sair de casa. Proteger a cabeça e pescoço com gorros e cachecóis e luvas para proteger as mãos. Os sapatos devem ser quentes, impermeáveis, fáceis de apertar (velcro e fechos em vez de atacadores, que podem soltar-se e provocar quedas) e com solas antiderrapantes.

4. Vacinação - A vacinação contra as infeções respiratórias é essencial, em particular para os idosos portadores de doenças crónicas. As vacinas da gripe e da pneumonia devem ser administradas.

5. Exercício físico - Contribui para a manutenção da integridade dos movimentos e para a saúde cardiovascular mas também produz calor e ajuda a manter a temperatura corporal. Mesmo sem sair à rua, deverá manter-se a atividade física dentro de casa, subindo e descendo escadas ou caminhando no corredor, por exemplo.

6. Evitar sistemas de aquecimento - O calor gerado pelo exercício é preferível aos sistemas de aquecimento, que são uma das maiores ameaças à segurança dos idosos nos dias mais frios. Utilizar com cuidado as lareiras e todos os sistemas de aquecimento que libertem monóxido de carbono, mantendo sempre a casa bem ventilada. As braseiras nunca deverão ser utilizadas.

7. Ter atenção à medicação - deverá ser mantida a medicação habitual que controla a(s) doença(s) crónica(s); se um médico receitar outro medicamento por apresentar outros sintomas, informe-se sobre o seu benefício e efeitos secundários e possíveis interações com a sua medicação habitual.

8. Evitar o contacto com pessoas doentes - evitar estender a mão, estar próximo da pessoa doente ou entrar em espaços fechados com multidões; lavar as mãos regularmente.

Fonte: Núcleo de Estudos de Geriatria da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna.

+ Prevenção

EXPOSIÇÃO “OLHAR CLÍNICO”

O Hospital Vila Franca de Xira assinalou o Dia Mundial da Visão com a inauguração da exposição de fotografia oftalmológica “Olhar Clínico”.

Através da exibição de imagens captadas a olhos com patologia e de informação sobre as mesmas, o HVFX pretende alertar e sensibilizar a população para a importância da visão e da prevenção.

“A exposição “Olhar Clínico” reflete dois pontos essenciais do sistema visual: a beleza das imagens que o nosso olho proporciona e a complexidade que a patologia pode atingir. Esta mostra pretende captar a atenção da população e evidenciar que a vigilância, a visita ao Oftalmologista e a prevenção são fundamentais para evitar ou diminuir o impacto das doenças oculares. Mesmo quando a patologia é complexa, na maior parte dos casos existe tratamento eficaz e curativo”, afirma Miguel Amaro, médico diretor de Serviço de Oftalmologia do HVFX.

As fotografias são da autoria de Miguel Amaro e de Bruno Pereira, técnico de Oftalmologia do HVFX. Esta exposição pretende ter carácter itinerante pelos cinco concelhos da área de influência do Hospital.



+ Comunidade

INICIATIVAS DE SOLIDARIEDADE E DE PREVENÇÃO NA FEIRA ANUAL DE VILA FRANCA DE XIRA

À semelhança dos anos anteriores, o Hospital Vila Franca de Xira (HVFX) participou na Feira Anual de Vila Franca de Xira, que decorreu entre os dias 30 de setembro e 9 de outubro, no Pavilhão Multiusos, no Parque Urbano de Vila Franca de Xira.

Neste evento, o Hospital promoveu iniciativas de rastreio gratuitas, dirigidas à população, bem como uma iniciativa de solidariedade, na qual convidou a Comunidade a pedalar pela sua saúde e para ajudar a atuação do Voluntariado da Liga dos Amigos do HVFX. Por cada 10 KM pedalados numa bicicleta estática, o Hospital doou €20 à Liga dos Amigos do HVFX.

Com a colaboração da população foram percorridos 630 KM, o que se traduz num total de €1260. A todos os que participaram, muito obrigado!



+ Notícia

CUF VENCE PRÉMIO ESCOLHA DO CONSUMIDOR

A CUF venceu o prémio “Escolha do Consumidor ‘16” da ConsumerChoice na categoria de Hospitais Privados. A iniciativa “Escolha do Consumidor’16” tem como objetivo conhecer o grau de satisfação e aceitabilidade dos consumidores em relação a determinado produto ou serviço, para que o consumidor faça escolhas informadas. No momento em que comemora 70 anos de vida, a CUF é distinguida entre os maiores grupos privados de Saúde em Portugal. Os critérios mais valorizados pelos clientes CUF foram a rapidez no atendimento, a qualidade dos serviços médicos e das instalações e a capacidade de resposta e resolução de problemas, entre outros.



+ Notícia

No 4º trimestre de 2016, a comunidade clínica e científica reuniu no auditório do Centro Reynaldo dos Santos, do Hospital Vila Franca de Xira, nos seguintes eventos:

30 de novembro: 2º Encontro da Unidade Coordenadora Funcional da Saúde da Mulher e Neonatal e da Saúde da Criança e do Adolescente, com a participação do Clube PHDA;

23 de novembro: Sessão Hospitalar Projeto Zapping, apresentação dos resultados do estudo sobre a exposição aos media em idade pediátrica

17 de novembro: Myelofibrosis to see behind the fences, com a participação do patologista alemão Prof Falko Fend, que estudou os casos apresentados e veio debatê-los;

14 de novembro: 4º Encontro da Unidade Coordenadora e Funcional da Diabetes, incidiu na Diabetes Gestacional e Diabetes Infantil

10 de outubro: “As outras faces dos cuidados: a Visão dos Utentes e Familiares”, a sessão clínica assinalou o Dia Mundial da Saúde Mental

+ Agenda



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

17 e 18 de fevereiro

IV Jornadas da Saúde HVFX e ACES Estuário do Tejo

15 de março

O Registo Oncológico como Promotor da Atividade Assistencial

maio

VI Encontro de Enfermagem HVFX e ACES Estuário do Tejo

maio

IV Congresso do Internato Médico José de Mello Saúde

+ Portfólio

BILHETE DE IDENTIDADE

Nome: **Serviço Pediatria**

Data de nascimento: **12 de maio 1976**

Número de colaboradores: **87**

Número de internos: **5**

Nº consultas/dia: **29**

Curiosidades: **Organizou o seu Primeiro encontro científico em 13 de Novembro de 1993.**

Para além do Serviço de Urgência Pediátrico, o Serviço conta com três Unidades Funcionais: Internamento; Unidade Mãe Filho; Cuidados Intermédios (Neonatais e Pediátricos).

Vai realizar em 2017 as Jornadas de Pediatria.

SABIA QUE?

Em 2017 o HVFX receberá 49 internos de especialidade, incluindo, pela primeira vez, os Serviços Anestesiologia e Psiquiatria, bem como 27 internos do Ano Comum?