

NEWSLETTER

12



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA



JUNHO É O MÊS DA

Criança

FUNDAÇÃO FERNANDO PESSOA | UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA | HOSPITAL FERNANDO PESSOA



JUNHO

MÊS DA CRIANÇA

O Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP), situado na Avenida Fernando Pessoa 150, em Gondomar, foi inaugurado em 4 de Dezembro de 2012.

Desde então, o HE-UFP tem assinalado todos os anos, em Junho, o mês da Criança. Assim, durante todo este mês, a nossa unidade de Pediatria (tanto de consulta, urgência como bloco) estará decorada "a rigor" para assinalar este mês especial e receber os mais novos de uma forma única e personalizada!

A Pediatria é uma especialidade médica que acompanha (desde o nascimento até à idade adulta) o crescimento e desenvolvimento da criança e do adolescente, promove a saúde, diagnostica e trata as suas doenças.

O Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP) dispõe de uma equipa de pediatras e de enfermeiros especialistas muito experientes e de reconhecida qualidade. Para além de pediatria geral e puericultura, o hospital dispõe de outros profissionais que, nas suas áreas específicas, são diferenciados no atendimento a crianças e adolescentes, nomeadamente: nutrição, endocrinologista, neonatologia, imunoalergologia, patologia respiratória, desenvolvimento e pedopsiquiatria.

A Pediatria funciona na vertente de serviço de urgência, todos os dias do ano (24h), e de consulta externa, em dias úteis (9-21h) e aos sábados (9-13h), permitindo a escolha de um pediatra, para o acompanhamento personalizado do seu filho.

O serviço de Pediatria do HE-UFP cativa pela competência do atendimento, pela luminosidade e beleza dos seus espaços de urgência, de consulta e de internamento e pela modernidade dos seus equipamentos.

A qualidade humana e técnica dos cuidados médicos e dos cuidados de enfermagem, são a garantia da nossa diferenciação e distinção em:

- Urgência Pediátrica 24h
- Internamento Pediátrico
- Consulta de Pediatria Geral
- Consultas temáticas: Alergologia
Pediátrica, Cirurgia Pediátrica, Cardiologia
Pediátrica, Neurodesenvolvimento Infantil,
Odontopediatria, Oftalmologia Pediátrica,
Ortopedia Pediátrica e Pedopsiquiatria.







DRA.
MÁRCIA AZEVEDO

CP OM: 39093

ESPECIALIDADE:

:: Pediatria

ATIVIDADE CLÍNICA:

:: Médica Pediatra

:: Directora Clínica substituta

ÁREAS DE DIFERENCIAÇÃO:

:: Pediatria geral

:: Nutrição pediátrica

SOCIEDADES CIENTÍFICAS:

:: Colégio de Especialidade de
Pediatria

:: Sociedade Portuguesa de
Pediatria

DRA. MÁRCIA AZEVEDO

Pediatria



he+ HOSPITAL Cirurgias Internamentos Consultas TODAS AS ESPECIALIDADES

SAÚDE EM GONDOMAR

LINHA DIRECTA 222 455 455

ACORDOS COM SEGURADORAS ADSE E OUTROS SUBSISTEMAS

13º CONGRESSO DE CIRURGIA DE AMBULATÓRIO

O Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP) esteve presente no 13º Congresso Internacional de Cirurgia de Ambulatório (IAAS), e trouxe um prémio para casa. O trabalho da Enfermeira **Susana Gregório**, Diretora de Enfermagem do HE-UFP, intitulado "The telephone-call follow-up and satisfaction in pediatric patients, in ambulatory surgery: a systematic literature review" ganhou o prémio de segunda melhor comunicação oral na categoria de enfermagem.



GABINETE DE SERVIÇO SOCIAL

O Gabinete de Serviço Social do Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa, assume um papel crucial no bem estar dos utentes. Este gabinete pretende contribuir para a humanização da prestação dos cuidados de saúde, procurando responder às expectativas e necessidades biopsicossociais dos utentes, em interação com os diferentes setores sociais da comunidade, de forma a mobilizar sinergias que proporcionem a concretização desta missão.



DIA INTERNACIONAL DO ENFERMEIRO

Celebrou-se, a 12 de Maio, o **Dia Internacional do Enfermeiro**, tendo o **Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP)** assinalado este dia especial, com uma exposição fotográfica. Esta exposição, teve o título bastante ilustrativo de "Pela mão da Enfermagem", retratando o dia a dia dos enfermeiros do nosso hospital.

De quem és tu mão que me recibes na vida, que me afagas quando a solidão chega em silêncio?

A que corpo pertences, que alma estranha és, que preferes limpar meu corpo a estar com quem amas?

Mão que morre a meu lado, serena, bela, perfeita que me entrelaça os dedos quando a dor vem e me arrebatava...

Ser estranho que me alimenta, me protege, me massaja, me reanima e repete tudo nas vezes necessárias com um sorriso nos lábios e a delicadeza na ponta dos dedos...

Amparas-me na morte, mas prendes-me à vida, mão que me anestesia e me adormece para que tudo seja mais fácil, menos doloroso...

Mão que ama os meus filhos, que os cuida, que me cuida quando a vida sorratamente nos prega uma partida...

Mão que que injecta, que perfura, que tapa, que segura...

Olhos que estão sempre lá e eu sempre cá, só para entrelaçar, cruzar, acenar, cuidar...

Não sei quem és, mas porque és por mim, pelos meus, por todos nós, finitos na existência, enfermos de passagem numa viagem de transições e afetos!

Pela mão da enfermagem eu vou, porque sei que nunca irei sozinho!

Susana Gregório Camarinha (DIREÇÃO DE ENFERMAGEM)



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA

CORACÃO

venha conhecer o seu

É em Maio que o Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP) assinala o mês do coração, tendo sido escolhido para este ano como enfoque as doenças cardiovasculares. As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte em Portugal e como tal devemos ter os maiores cuidados com o nosso coração. Nesse sentido, no dia 30 de Maio, o HE-UFP promoveu um rastreio gratuito, para toda a população ficar a conhecer o seu coração!

Para manter o seu coração saudável:



DEIXAR DE FUMAR

Para além de toda uma série de malefícios para a saúde, o tabagismo, quer ativo quer passivo, é um dos grandes fatores de risco das doenças cardiovasculares e de cancro.

VIGIE A SUA TENSÃO ARTERIAL

A hipertensão arterial é um dos fatores de risco de doença cardiovascular. Como não dá nem sinais nem sintomas, a doença evolui silenciosamente e o doente não se apercebe do perigo que corre por isso é essencial atenção constante!



CONHEÇA O VALOR DO AÇÚCAR E DO COLESTEROL NO SANGUE

Um valor elevado de açúcar no sangue pode ser um indicador de diabetes. A diabetes não diagnosticada e não tratada aumenta o risco de se sofrer um ataque cardíaco ou um AVC. O colesterol elevado é factor de risco de doença cardiovascular

CONTROLAR O PESO E ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)

Só podemos prevenir o que conhecemos e cerca de 50% da população Portuguesa tem excesso de peso. Controle o seu IMC com exercício regular e uma alimentação cuidada!



ALIMENTAÇÃO CUIDADA

Reduzir o consumo de alimentos ricos em gorduras saturadas e colesterol. Estamos a falar em produtos animais, nomeadamente na carne vermelha e nos produtos lácteos não desnatados. Sempre que possível evite o sal.

PRATICAR REGULARMENTE EXERCÍCIO

A actividade física regular (30 minutos pelo menos 5 dias por semana), para além de ajudar a controlar o peso, a diabetes e a pressão arterial, é essencial para reduzir o risco de doença cardiovascular.



BAIXE OS NÍVEIS DE STRESS

O Stress excessivo afecta não só o seu estado mental como físico, sendo uma das principais causas de doenças cardiovasculares. Esteja atento e combata o stress tendo uma alimentação mais saudável, fazendo exercício e dormindo melhor.

CONSULTE OS NOSSOS ESPECIALISTAS, ESTAMOS AQUI PARA AJUDAR!

TEL: 222 455 455 | EMAIL: geral.he@ufp.edu.pt | SITE: <http://he.ufp.pt>



CONFEÇÃO E APLICAÇÃO DE TALAS

A unidade de Medicina Física e Reabilitação do Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP) tem disponível o serviço único de confecção de talas. As talas, ou ortóteses, são ajudas técnicas que têm por objetivo o auxílio ou maximização de várias funções:

- :: proporcionam um melhor alinhamento biomecânico;
- :: auxiliam na prevenção e/ou correção de deformidades, preservando a amplitude de movimento e o alinhamento articular;
- :: protegem contra lesões.

As talas são aplicadas diretamente sobre os segmentos do corpo do paciente, sendo utilizadas como parte integrante do tratamento, fornecendo ao paciente uma oportunidade para alcançar o máximo de potencial de recuperação. São confeccionadas em material termoplástico de baixa temperatura, diretamente no paciente, de forma a atender às necessidades específicas de cada um, e respeitando a sua anatomia, tornando cada tala única. Assim, cada tala é elaborada exclusivamente para a pessoa que a vai usar, tendo em conta as suas características e a causa que leva à sua utilização (doença reumatológica, doença ortopédica, lesão), fatores que influenciam a forma estrutural da tala.

As talas são confeccionadas pelo terapeuta ocupacional, sendo uma das mais importantes ferramentas que os terapeutas usam para minimizar ou corrigir deformidades e restabelecer ou aumentar a função. O terapeuta ocupacional possui papel ativo na reabilitação e uso de talas por viabilizar o acesso, implementação e integração de aspetos motores e sensoriais do ser humano nas atividades de vida diária (AVDs).



MARQUE JÁ A SUA CONSULTA!

CONSULTA DO VIAJANTE
ACONSELHAMENTO MÉDICO ESPECIALIZADO PARA QUEM VAI VIAJAR



JOGOS NACIONAIS SALESIANOS

Entre os dias 1 a 4 de maio de 2019 realizaram-se, em Gondomar e no Porto, os **Jogos Nacionais Salesianos**. Este evento, de carácter desportivo, contou com a participação de cerca de 1600 atletas, dos 8 aos 18 anos, provenientes de Portugal e Cabo Verde, acompanhados pelos treinadores, equipas técnicas e familiares, tendo uma abrangência estimada de 7000 pessoas.

O **Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP)**, marcou presença no evento, com o apoio de Fisioterapia.



IMUNOALERGOLOGIA

ALERGIAS, ANAFILAXIA, RINITE, URTICÁRIA

A Imunoalergologia é a especialidade médica que se dedica à prevenção, diagnóstico e tratamento das doenças alérgicas e imunológicas, tanto em adultos como em crianças. Está essencialmente vocacionada para o estudo de doenças do foro alérgico como asma, rinite, conjuntivite alérgica, urticária, angioedema, dermatite atópica, alergia a medicamentos, alergia alimentar, alergia a picada de insetos, anafilaxia, entre outras. Na consulta é possível realizar os testes cutâneos, que são usualmente o primeiro método de diagnóstico recomendado quando há suspeita de alergia. Podem ser efetuados em qualquer idade e são a forma mais rápida (resultados em 15 minutos), simples, eficaz e praticamente indolor de identificar os alérgenos, permitindo depois instituir terapêutica dirigida para além das medidas de evicção.

O tratamento das doenças alérgicas passa pela evicção de contacto com os alérgenos e terapêutica farmacológica. Em alguns casos poderá estar indicada a Imunoterapia com alérgenos, vulgarmente conhecida como “vacinas anti-alérgicas”, que é o único tratamento capaz de modificar a história natural das doenças alérgicas, induzindo eficácia a longo prazo, diminuindo o risco de desenvolvimento de asma nos doentes com rinite alérgica e prevenindo ainda o desenvolvimento de novas alergias. Com este tratamento é possível melhorar a qualidade de vida dos doentes, reduzindo deste modo os custos diretos e indiretos, diminuindo o número de fármacos, as idas às urgências, o absentismo laboral e escolar.

É, portanto, essencial que o diagnóstico e tratamento das doenças alérgicas sejam realizados o mais cedo possível, independentemente da idade, permitindo que quer o doente, quer a sua família tenham uma vida sem limitações ou restrições.

CONSULTE OS NOSSOS ESPECIALISTAS, ESTAMOS AQUI PARA AJUDAR!

TEL: 222 455 455 | EMAIL: geral.he@ufp.edu.pt | SITE: <http://he.ufp.pt>



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA

CHEQUE
DENTISTA



ODONTOPEDIATRIA

SAÚDE ORAL DE CRIANÇAS, ADOLESCENTES
E PACIENTES COM NECESSIDADES ESPECIAIS

A Odontopediatria é a especialidade da Medicina Dentária exclusivamente dedicada à saúde oral das crianças, adolescentes e pacientes com necessidades especiais.

Esta especialidade, para além da sua componente curativa possui também uma forte componente preventiva, uma vez que o acompanhamento do desenvolvimento dos chamados “dentes de leite” é fundamental não só para assegurar as correctas funções fonéticas e de mastigação, mas também para diagnosticar e prevenir atempadamente potenciais problemas, garantindo uma dentição definitiva saudável.

É também objetivo da especialidade o aconselhamento e orientação dos pais sobre a dieta, higiene oral e hábitos para que as crianças e adolescentes possam ter uma boca saudável, estética e funcionalmente.

O Hospital-Escola da Universidade Fernando Pessoa (HE-UFP) dispõe de uma equipa de profissionais que abarcam todas as áreas de diferenciação da Medicina Dentária, possuindo também uma sala de tratamento especialmente preparada para a especialidade de Odontopediatria.

CONSULTE OS NOSSOS DENTISTAS, ESTAMOS AQUI PARA AJUDAR!

TEL: 222 455 455 | EMAIL: geral.he@ufp.edu.pt | SITE: <http://he.ufp.pt>

DRA.
**CÁTIA
CARVALHO
SILVA**

CP OMD: 7292

ESPECIALIDADE:

:: Medicina Dentária

ÁREAS DE DIFERENCIAÇÃO:

:: Odontopediatria

he+
HOSPITAL
FERNANDO PESSOA



DRA. CÁTIA CARVALHO SILVA

Medicina Dentária



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA



PEDIATRIA

CONSULTAS | CIRURGIAS | INTERNAMENTO | URGÊNCIA

SNS
SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

URGÊNCIA
24H

ADSE
E TODOS OS SUBSISTEMAS



*"Quando era criança
Vivi, sem saber,
Só para hoje ter
Aquela lembrança.*

*E hoje que sinto
Aquilo que fui.
Minha vida flui,
Feita do que minto.*

*Mas nesta prisão,
Livro único, leio
O sorriso alheio
De quem fui então."*

Fernando Pessoa
(in *Poesias*)





HOSPITAL-ESCOLA UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA
Avenida Fernando Pessoa, 150 | 4420-096 Gondomar
EMAIL: geral.he@ufp.edu.pt | SITE: <http://he.ufp.pt>

