

23
NEWSLETTER

he+
HOSPITAL
FERNANDO PESSOA

VALE CIRURGIA

SIGIC

SISTEMA INTEGRADO DE GESTÃO DE INSCRITOS PARA CIRURGIA

FUNDAÇÃO FERNANDO PESSOA | UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA | HOSPITAL FERNANDO PESSOA

**ESTAMOS
AQUI
SEMPRE
PARA SI!**



SIGIC

SISTEMA INTEGRADO DE GESTÃO DE INSCRITOS PARA CIRURGIA

O Hospital Fernando Pessoa faz parte do Sistema Integrado de Gestão de Inscritos para Cirurgia (SIGIC), um programa do Serviço Nacional de Saúde (SNS) que visa a redução do tempo de espera para cirurgia.

Nesse sentido, assim que um utente é inscrito para cirurgia num hospital público e este não tem possibilidade de a realizar no prazo estipulado, através do SIGIC pode ser proposta a realização da cirurgia no Hospital Fernando Pessoa, **sem qualquer custo adicional**, através de um **Vale Cirurgia**.

O Hospital Fernando Pessoa tem convenção com o SNS das seguintes especialidades que fazem cirurgias SIGIC:

Cirurgia Geral
Cirurgia Plástica
Cirurgia Vascular
Ginecologia
Oftalmologia
Ortopedia
Otorrinolaringologia
Pediatria
Urologia

**Não espere mais pela sua cirurgia,
venha ao Hospital Fernando Pessoa,
estamos aqui para ajudar!**



um olhar sobre...
CIRURGIA



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA





HOSPITAL
FERNANDO PESSOA



CHECK-UP+
SAÚDE



MEDICINA PREVENTIVA

EXAME DESPORTIVO
SAÚDE TOTAL

EXAME DESPORTIVO

SAÚDE TOTAL

Cada vez mais, nas sociedades modernas, a medicina preventiva assume-se como de extrema importância, propondo uma abordagem focada na promoção da saúde como parte de uma visão integral do indivíduo, investindo no bem estar constante, na melhoria da qualidade de vida, bem como detetar, diagnosticar e tratar o mais precocemente possível a doença.

Nesse sentido, o **Hospital Fernando Pessoa** desenvolveu um conjunto de exames específicos e diferenciados que visam aferir o seu estado de saúde do indivíduo, de modo a permitir não só manter-se saudável, como estabelecer possíveis planos de acompanhamento e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

O **Exame Desportivo do Hospital Fernando Pessoa** consiste numa avaliação médica que se inicia pela recolha da história clínica, antecedentes pessoais, familiares e desportivos, procedendo-se de seguida a um conjunto de exames preparados especificamente mediante a idade, sexo, tipo de desporto que pratica ou pretende praticar, etc. O **Exame Desportivo do Hospital Fernando Pessoa** contempla:

CONSULTAS:

:: 2 consultas de Medicina Geral e Familiar (avaliação inicial e avaliação final)

ANÁLISES CLÍNICAS:

:: Hemograma com Plaquetas
:: Ureia
:: Creatinémia
:: Ácido Úrico
:: Estudo do Ferro (saturação transferida, Ferritina)
:: Ácido Fólico e Vit B12
:: Vitamina D
:: Glicose
:: Colesterol Total, HDL e LDL
:: Triglicéridos
:: TGO
:: TGP
:: GGT
:: Bilirrubina Total + Direta e Indireta
:: Veloc. Sedimentação
:: PCR
:: Urina Tipo II
:: Fosfatase Alcalina
:: Proteínas Totais
:: Grupo Sanguíneo ABO e RH

EXAMES:

:: Rx Tórax
:: Rx ombros, ancas, joelhos e tornozelos
:: Electrocardiograma com prova de esforço
:: Ecocardiograma
:: Audiograma
:: Exame Visual

Porque a saúde **NÃO** pode esperar, recorra ao nosso hospital e **MARQUE JÁ** o seu CHECK-UP!





SOS UCRÂNIA

A Fundação Fernando Pessoa, seguindo a sua missão institucional, juntou-se, em parceria com o Município de Gondomar, à campanha de apoio "SOS Ucrânia", participou numa missão humanitária na Polónia para trazer trazer cerca de 90 refugiados ucranianos que ficaram alojados no concelho de Gondomar.

Assim, a comitiva contou com a presença de dois médicos do Hospital Fernando Pessoa, João Moreira Pinto e Pedro Ferreira (um cirurgião pediátrico e um internista), que acompanharam os refugiados na viagem de regresso a Portugal.

Somos todos Ucrânia!



PROF. DOUTOR

**JOÃO
MOREIRA
PINTO**

DR.

**PEDRO
FERREIRA**

PORQUE
CUIDAR
DE QUEM
CUIDA É
IMPORTANTE



**Encontros Mensais
para Cuidadores**

PARTILHA - INFORMAÇÃO - APOIO

OBJETIVOS:

- :: Partilha de experiências e aprendizagens;
- :: Obter informação e esclarecer dúvidas;
- :: Encontrar um espaço de apoio, escuta e aconselhamento.

TEMAS ABORDADOS:

- :: O estatuto do Cuidador, Direitos e Deveres;
- :: Cuidar do Outro: Palavras Olhar e Toque;
- :: Cuidar de Si Próprio(a): Tempo para Dar e Tempo para Receber;
- :: Ansiedade e Depressão/Luto;
- :: Otimismo e Transformação Pessoal;
- :: Gestão de Conflitos e Comunicação Interpessoal;
- :: Gestão de Stress e Relaxamento;
- :: Objetivos e Terapias de Reabilitação.



VOU FAZER UM
**TESTE RESPIRATÓRIO
HELICOBACTER PYLORI**
E AGORA?

O QUE É O TESTE RESPIRATÓRIO HELICOBACTER PYLORI?

O teste respiratório Helicobacter Pylori ou teste respiratório Urease, é um exame, neste caso teste respiratório, para a deteção da bactéria Helicobacter Pylori no estômago.

É UM EXAME SEGURO?

É um teste respiratório de baixo esforço e não invasivo, onde o utente apenas tem de tomar um comprimido que irá reagir com a Urease produzida pela bactéria, após soprar para um dispositivo de uso único.

REQUER ALGUMA PREPARAÇÃO?

Para realizar este exame tem de estar em jejum, não fumar no dia do teste, não tomar qualquer antibiótico nos 28 dias anteriores ao teste, nem tomar protectores gástricos nos 15 dias anteriores ao teste.

DIA INTERNACIONAL DA Mulher



HOSPITAL
FERNANDO PESSOA











OBJETIVOS GERAIS

O presente curso, desenvolvido num conjunto de 7 sessões, em formato de webinar, assenta no objetivo de discutir temas relevantes na área da Medicina Geral e Familiar, com importante interesse prático para a clínica diária, promovendo a aquisição e atualização de conhecimentos, bem como a partilha e troca de experiências, numa base de formação contínua. Pretende-se que o curso tenha, também, um caráter pedagógico para os internos em formação.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- :: Reconhecer as principais patologias das diferentes especialidades abordadas;
- :: Proceder à utilização criteriosa de exames auxiliares de diagnóstico e/ou à referência atempada para acompanhamento por especialidade hospitalar;
- :: Aplicar o conhecimento adquirido na sua prática clínica, em contexto da Medicina Geral e Familiar.

MAIS INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES:

<https://he.ufp.pt/>



No âmbito do DIA MUNDIAL DA POESIA, que se assinalou no dia 21 de março, o Sr. **José António Ribeiro**, utente do **Hospital Fernando Pessoa**, declamou um dos seus poemas intitulado "CÉU", o qual partilhamos aqui com toda a comunidade.

CÉU

*Olhas para o céu
Trazes-me luz
Olho para o chão, uma cruz.
Eterna que quero esquecer,
porque tu és o clarão
da madrugada que se infla
para a manhã eterna.
Do meu ser, da seara
do clamor do perdão.
Dos infelizes julgados
por crimes que não praticaram,
e falam para além da luz.
Do amor eterno que guardo
para ti e só para ti.
Bela madrugada, paixão terna
Amor presente para sermos sem fim,
Adeus não quero ouvir.
Juro talvez, pelo que Cristo fez
Ámen, cerra-se a porta
Aleluia, Glória a Deus.*

José António Ribeiro



A Reabilitação Dermatofuncional é a especialidade da fisioterapia responsável pela promoção e reabilitação da funcionalidade do sistema tegumentar (pele). Atua na avaliação, prevenção e recuperação de distúrbios/patologias, procedimentos cirúrgicos e lesões de origem endócrina, metabólica, circulatória, dermatológica, musculo-esquelética ou neurológica, que afetam direta ou indiretamente a integridade do sistema tegumentar.

A Dermatofuncional atua na prevenção e tratamento de: Gordura localizada; Celulite (fibro edema gelóide); Flacidez cutânea e muscular; Estrías; Cicatrizes; Rugas; Queimaduras e úlceras; Pré e pós-operatório de cirurgias plásticas e/ou reconstrutivas; Linfedema.

APNEIA OBSTRUTIVA DO **SONO** do diagnóstico ao tratamento

1ª EDIÇÃO FORMAÇÃO

18 de março de 2022
AUDITÓRIO DO HOSPITAL FERNANDO PESSOA

No dia 18 de Março celebrou-se o Dia Mundial do Sono e, para assinalar essa data, o Hospital Fernando Pessoa realizou uma atividade formativa sobre esta temática que teve como nome Apneia Obstrutiva do Sono: do diagnóstico ao tratamento, sob a orientação do Dr. João Cordeiro da Costa, Pneumologista do nosso Hospital.



O QUE É UMA HÉRNIA DA PAREDE ABDOMINAL, QUAIS AS SUAS IMPLICAÇÕES E COMO SE TRATA?

DRA. EVA BARBOSA
CIRURGIA GERAL | CIRURGIA DA HÉRNIA



A patologia herniária é extremamente frequente, podendo surgir em todas as faixas etárias. Uma hérnia define-se por uma protusão de conteúdo intra-abdominal (mais frequentemente gordura e intestino) através de um defeito da parede abdominal. Existem diferentes tipos de hérnias e nas mais variadas localizações da parede abdominal, tendo dois tipos de origem: Hérnias Primárias – sem nenhuma cirurgia prévia; Hérnias Incisionais – surgem após uma cirurgia.

As hérnias sem sintomas e com baixo risco de complicações podem ser vigiadas, sabendo, no entanto, que existe uma forte probabilidade de no futuro surgirem sintomas que levam à necessidade de tratamento. Os sintomas geralmente associados às hérnias incluem dor e desconforto abdominal.

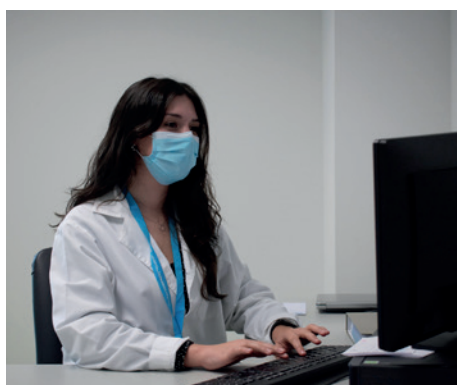
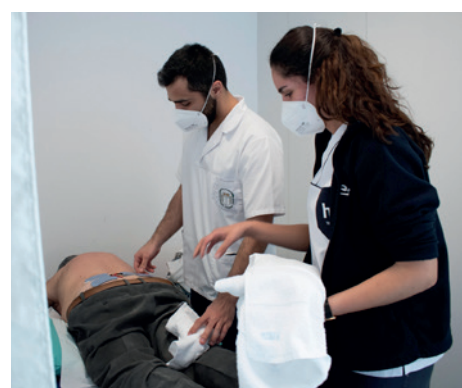
A complicação mais grave de uma hérnia é o seu estrangulamento, em que o conteúdo do saco herniário fica sem irrigação sanguínea. Se este conteúdo for intestino pode existir uma oclusão intestinal, ou ainda mais grave uma isquemia intestinal, sendo esta uma emergência cirúrgica. Assim, se a hérnia se manifestar por aumento da tumefação com dor intensa e súbita deverá ser observado de urgência. Outros sinais de alarme incluem dor, distensão abdominal e vômitos, sintomas estes associados às oclusões intestinais.

O único tratamento das hérnias é o tratamento cirúrgico, sendo que existem essencialmente duas formas de abordagem cirúrgica das hérnias: aberta ou por via laparoscópica. A abordagem laparoscópica tem vindo a crescer significativamente devido aos seus benefícios mas é de ressaltar que nem sempre é a mais adequada para um determinado caso.

O tratamento cirúrgico das hérnias tem vindo a desenvolver-se de forma importante na última década, incluindo o surgimento de diretrizes internacionais orientadoras do tratamento desta patologia. A multiplicação das técnicas cirúrgicas e o tipo de materiais usados levam à necessidade cada vez maior de uma subespecialização nesta área. Atualmente o cirurgião herniário deve dominar várias técnicas de forma a ir de encontro ao que o seu paciente necessita em vez de encaixar o doente na técnica, permitindo assim uma abordagem personalizada.

Após a cirurgia, a recidiva herniária é baixa em centros de referência e cirurgiões experientes. Quantas mais vezes um doente for operado a uma hérnia, mais complexo fica o seu caso e de resolução mais difícil. Por isso, deve ser aplicado todo o esforço na resolução definitiva da hérnia na primeira cirurgia. As hérnias complexas são um subgrupo especial de hérnias quer pelo seu tamanho ou localização, quer pelo número de cirurgias prévias ou patologia associada do doente. São hérnias muitas vezes consideradas sem solução, mas que com a programação adequada podem ser corretamente tratadas, devolvendo a auto-estima e a qualidade de vida ao paciente.

UM DIA COM... *estagiários*





ZONA

ABC da
SAÚDE **he+**[®]

ABCDEFGHIJKLMNOPQRSTUVWXYZ

A zona (ou herpes zóster) é uma doença infecciosa causada pela reactivação do vírus da varicela (ou seja, só se manifesta em pessoas que já tenham tido varicela), que produz erupções cutâneas muito dolorosas, constituídas por bolhas (vesículas) cheias de líquido.

Assim, qualquer pessoa que tenha tido varicela pode vir a desenvolver a doença e, apesar de poder ocorrer em crianças, é muito mais comum em adultos, sendo que as pessoas que têm uma vez, raramente desenvolvem um segundo episódio.

No que concerne o seu tratamento, a erupção cutânea cura-se sem intervenção ao fim de duas a quatro semanas. Contudo, a administração de medicamentos antivíricos, principalmente nas primeiras 72 horas após o início das lesões, encurta a duração da doença e o risco de complicações. O alívio da dor com analgésicos pode ser obrigatório para muitas pessoas, bem como os cuidados gerais com a pele, de modo a evitar possíveis infeções secundárias. A vacina contra o herpes-zóster não assegura uma proteção total, mas diminui a probabilidade de se sofrer da doença, estando aprovada para pessoas com mais de 50 anos.



*Aproveitar o tempo!
Ah, deixem-me não aproveitar nada!
Nem tempo, nem ser, nem memórias de tempo ou de ser!...
Deixem-me ser uma folha de árvore, titilada por brisa,
A poeira de uma estrada involuntária e sozinha,
O vinco deixado na estrada pelas rodas enquanto não vêm outras,
O pião do garoto, que vai a parar,
E oscila, no mesmo movimento que o da alma,
E cai, como caem os deuses, no chão do Destino.*

Álvaro de Campos
Poemas





HOSPITAL-ESCOLA UNIVERSIDADE FERNANDO PESSOA

Avenida Fernando Pessoa, 150 | 4420-096 Gondomar

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



LINHA DIRETA
222 455 455

Cartão d'ouro
SAÚDE EM GONDOMAR

ADSE::SADPSP/GNR::ADVANCECARE::MULTICARE::MÉDIS::LUSITANIA::SAMSQUADROS::entre outras...