

# +VIDA

Uma publicação José de Mello Saúde

:: ABRIL 2010



**TEMA DE CAPA**

## SALVADOR DE MELLO

\*\*\*\*\*  
**Os caminhos da José de Mello  
Saúde numa entrevista dos  
colaboradores ao Presidente  
do Conselho de Administração**

**Conheça-nos melhor**

**UM PANORAMA  
DAS UNIDADES  
JOSÉ DE MELLO SAÚDE**

**LABORATÓRIO DE VOZ  
NO HOSPITALCUF  
INFANTE SANTO**

**A EQUIPA DO PROGRAMA  
DE REABILITAÇÃO  
COGNITIVA DOMUS**

**NOTÍCIAS E NOVIDADES**



JOSÉ DE MELLO · SAÚDE

ASSISTÊNCIA  
CLÍNICA

saúdecuf



DOMUSPALLIUM

## CUIDADOS PALIATIVOS



O seu suporte e bem-estar.  
A nossa missão.

Nova unidade de Cuidados Paliativos para pessoas com doença avançada ou em fase terminal com apoio de uma equipa multidisciplinar que assegura uma assistência clínica diária de cuidados diferenciados.

**EDIFÍCIO DOMUS PARQUE DAS NAÇÕES**  
(em frente ao hospitalcuf descobertas)



**JOSÉ DE MELLO**  
RESIDÊNCIAS E SERVIÇOS

white.com.pt



PARA MAIS INFORMAÇÕES LIGUE 707 506 506

[WWW.JMELLORS.PT](http://WWW.JMELLORS.PT)

# NOTA DE ABERTURA



**Vasco de Mello**  
Presidente do Conselho  
de Administração  
da José de Mello, SGPS

## Construir o Futuro, Honrar o Passado

AO ASSUMIRMOS A AMBIÇÃO de fazer da José de Mello Saúde um dos operadores europeus de referência na prestação de cuidados de saúde de qualidade distintiva, acreditamos que é também nosso dever sermos uma referência na forma como comunicamos com os nossos vários públicos, desde os clientes aos parceiros e fornecedores até aos nossos colaboradores, sem os quais nunca seria possível ultrapassarmos, com sucesso, os desafios que enfrentamos.

Esta nova revista da José de Mello Saúde é, por isso, um veículo muito importante na divulgação da excelência da nossa oferta de cuidados de saúde e da procura constante e inovadora das melhores soluções que a tecnologia pode oferecer, sem nunca perder de vista a exigência de um comportamento exemplar nos planos ético e humano por parte de todas as nossas equipas, quer ao nível clínico, quer ao nível da gestão de recursos.

Tal como definimos para todos os outros negócios que integram o universo de participações do Grupo José de Mello, em linha, portanto, com a nossa ambição, também a José de Mello Saúde deve assumir um estatuto de liderança no seu espaço e área de actuação, aliando essa ambição a uma cultura e identidade marcadas por fortes valores.

São esses valores – a Inovação, a Competência, o Desenvolvimento Humano e, no caso específico da José de Mello Saúde, também o Respeito pela Dignidade e Bem-Estar da Pessoa – que constituem um dos pilares fundamentais da nossa forma de estar nos negócios e que nos permitem manter uma actuação determinada nestes tempos de adversidade em que vivemos.

E são esses mesmos valores que nos permitem, seja na área da saúde, seja em qualquer outra das áreas em que actuamos, continuar a materializar, a cada dia que passa, o nosso compromisso, de longo prazo, de participarmos activamente no desenvolvimento e na modernização de Portugal, onde funciona, por opção inequívoca, o nosso centro de decisão empresarial.

A José de Mello Saúde tem uma história de que se orgulha, iniciada pelo meu bisavô Alfredo da Silva, que já não teve a satisfação de assistir em 1945 à inauguração do hospital **culf** infante santo, em Lisboa, e é hoje um operador de referência com a responsabilidade de construir um futuro sustentável já não apenas em Portugal.

Acredito firmemente que esta nova revista terá todas as condições para ganhar vida própria e conquistar o seu espaço, respeitando naturalmente a Missão, a Visão e os Valores da José de Mello Saúde, tornando-se assim um farol do futuro que não perde de vista as boas lições do passado.

**VASCO DE MELLO**

### FICHA TÉCNICA

#### +VIDA ABRIL 2010

:: DIRECTORA Edla Ferreira Pires :: CONSELHO EDITORIAL André Oliveira, António Nunes, Filipe Loureiro, Francisco Malheiro Reymão, Francisco Miranda Duarte, Helena Valentim Abrantes, João Paço, Luís Cardoso Menezes, Madalena Correia Neves, Maria João de Mello, Pedro Lucena e Valle, Romana Fresco, Rosário Frias :: EDIÇÃO Rita Sousa Rêgo :: CONCEPÇÃO, EDIÇÃO E PAGINAÇÃO White Rabbit – Custom Publishing :: JORNALISTAS Sónia Laima, Bárbara Bettencourt :: FOTOGRAFIA Artur, Eduardo Ribeiro, José de Mello Saúde :: PROPRIEDADE Grupo José de Mello Saúde :: MORADA Av. do Forte, Edifício Suécia III, 2.º – 2790-073 Carnaxide :: IMPRESSÃO E ACABAMENTO Lisgráfica :: TIRAGEM 10 000 exemplares :: DEPÓSITO LEGAL 308443/10 :: DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



# índice

## 24. INOVAÇÃO

CHECK-IN AUTOMÁTICO,  
UM PROJECTO INOVADOR  
NASCIDO E DESENVOLVIDO  
NA JOSÉ DE MELLO SAÚDE,  
E O NOVO SITE, QUE LHE  
DÁ A CONHECER TUDO  
SOBRE A JMS



### 03 :: EDITORIAL

Construir o futuro, honrar o passado, por Vasco de Mello, presidente do Conselho de Administração da José de Mello, SGPS

### 06 :: ENTRE!

Conheça melhor o universo da José de Mello Saúde (JMS)

### 12 :: EM FOCO

O Laboratório de Voz do hospitalcuf infante santo dedica-se a cuidar da voz. Veja como o faz recorrendo à mais moderna tecnologia

### 16 :: ENTREVISTA

Um grupo de colaboradores da José de Mello Saúde entrevista Salvador de Mello, presidente do Conselho de Administração. A saúde, o país e o seu lado mais pessoal

### 26 :: ALÉM-FRONTEIRAS

O Grupo Hospitalario Quirón inaugurou dois novos hospitais em Espanha. Saiba o que os distingue

### 28 :: OPINIÃO

D. Elio Sgreccia, bispo emérito de Milão e porta-voz do Vaticano em questões de bioética, clarifica alguns conceitos sobre o tema





## 40. VIDA REAL

CONHEÇA O TESTEMUNHO  
DE CINCO GERAÇÕES  
DE UMA FAMÍLIA  
QUE CONFIA NOS  
CUIDADOS DAS UNIDADES  
JOSÉ DE MELLO SAÚDE

### 32 :: CONTE COM ELES

Conheça a equipa do Programa de Preservação e Reabilitação Cognitiva e Atividades Terapêuticas e Ocupacionais da Residência Assistida Domus Vida da Junqueira

### 36 :: CASE STUDY

Filipe Macedo, coordenador da Unidade de Cardiologia do institutocuf de diagnóstico e tratamento, explica o que são e como se previnem as doenças cardiovasculares

### 39 :: CUIDAR

Helena Valentim Abrantes, presidente do Conselho de Enfermagem da José de Mello Saúde, fala-nos de segurança

### 42 :: ESTILOS DE VIDA

Mário Morais de Almeida, coordenador da Unidade de Imunoalergologia do hospitalcuf descobertas, fala sobre a importância do diagnóstico no controlo das alergias

### 44 :: SER MAIS

A preocupação com a sociedade onde se insere fez nascer o Conselho de Desenvolvimento Sustentado do Hospital de Braga

### 46 :: BREVES

Em poucas palavras, fique a saber um pouco do que acontece na José de Mello Saúde

### 56 :: ACONTECEU

Formações, jornadas e acontecimentos que ainda são notícia

### 58 :: MARQUE NA AGENDA

Eventos que não pode perder

# Entre!

JOSÉ DE MELLO SAÚDE

## A referência em cuidados de saúde

BEM-VINDO À JOSÉ DE MELLO SAÚDE, A REFERÊNCIA MAIS ANTIGA EM PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE EM PORTUGAL QUE É HOJE O MAIOR GRUPO PRIVADO DE GESTÃO E PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE NA PENÍNSULA IBÉRICA. RESPEITO PELA DIGNIDADE E BEM-ESTAR DA PESSOA, DESENVOLVIMENTO HUMANO, COMPETÊNCIA E INOVAÇÃO SÃO OS VALORES QUE MARCAM A NOSSA IDENTIDADE. CONHEÇA-NOS MELHOR NESTAS PÁGINAS E... ENTRE! SEMPRE QUE PRECISAR



▲ O hospitalcuf infante santo é uma referência em cuidados de saúde em Portugal

▶ Inaugurado em 2001, o hospitalcuf descobertas é um dos mais modernos do país



### hospitalcuf infante santo

- A primeira Unidade saúdecuf foi inaugurada em 1945 e desde logo se impôs como uma referência nacional em cuidados de saúde. Quem não conhece o “hospital da cuf”?
- Director Clínico: Prof. João Paço
- 142 camas para internamento, 60 gabinetes para consultas de especialidade
- Vasta oferta de exames, uma unidade de bloco operatório com 9 salas, unidade de cuidados intensivos polivalente
- Atendimento permanente geral
- Novo parque de estacionamento com 40 lugares

### hospitalcuf descobertas

- Inaugurado em 2001, é uma das mais modernas e reconhecidas unidades hospitalares do país
- Director Clínico: Prof. Jorge Mineiro
- 141 camas para internamento, 55 gabinetes para consultas de especialidade
- Vasta oferta de exames, bloco cirúrgico com 5 salas, cirurgia ambulatória com 2 salas, bloco de partos com 3 salas, maternidade modernamente equipada, unidade de cuidados intensivos neo-natais e unidade de cuidados intensivos polivalente
- Atendimento permanente de adultos, pediátrico e ginecologia-obstetrícia
- Estacionamento com 150 lugares





◀ Hospital de Braga, parceria público-privada que reforça a expansão da José de Mello Saúde no Norte

◀ Entrada para a área da consulta externa do hospitalcuf descobertas



◀ Campus saúdecuf. O hospitalcuf porto, a inaugurar em 2010, e o institutocuf de diagnóstico e tratamento dispõem de uma oferta complementar de serviços

▶ Os cuidados de saúde e de enfermagem saúdecuf obedecem a rigorosos critérios de qualidade



## hospitalcuf porto

- ◉ Inauguração no fim do primeiro semestre de 2010. O hospitalcuf porto vai marcar o início de uma nova realidade na prestação de cuidados de saúde na região norte
- ◉ Director Clínico: Dr. Ricardo Campos Costa
- ◉ 148 camas para internamento, 62 gabinetes de consulta, 8 salas de cirurgia, 3 salas de parto, maternidade modernamente equipada, unidade de cuidados intensivos neo-natais e unidade de cuidados intensivos polivalente
- ◉ Atendimento permanente de adultos, pediátrico e de ginecologia e obstetria
- ◉ 520 lugares de estacionamento

## institutocuf diagnóstico e tratamento

- ◉ Inaugurado em 2007, o institutocuf é uma unidade de ambulatório de elevado perfil tecnológico que marcou a entrada da José de Mello Saúde no Norte do país
- ◉ Director Clínico: Dr. Valério Leite
- ◉ 30 gabinetes para consultas de especialidade
- ◉ Vasta oferta de exames, um bloco de cirurgia ambulatória com 2 salas, serviço de atendimento sem marcação ou *walk-in clinic* para adultos e pediatria
- ◉ Estacionamento para 500 lugares

## clínicacuf belém

- ◉ Localizada junto ao Centro de Congressos de Lisboa, é uma unidade de ambulatório com uma vasta oferta de serviços
- ◉ Director Clínico: Dr. Luís Barreto de Campos
- ◉ Consultas de especialidade, oferta alargada de exames, unidade de medicina dentária, *check-ups*, medicina física e de reabilitação e possibilidade de realização de pequenas cirurgias
- ◉ Parque de estacionamento público do Centro de Congressos de Lisboa





A José de Mello Saúde investe nos mais modernos equipamentos a par com a formação dos seus profissionais



▲ **clínicacuf alvalade:** uma clínica para toda a família e para quem pratica desporto

### clínicacuf alvalade

- A **clínicacuf alvalade** é uma unidade de ambulatório especialmente vocacionada para os cuidados de saúde da família e com elevada diferenciação em medicina do exercício
- Director Clínico: Dr. Paulo Beckert
- 32 gabinetes para consultas de especialidade, uma vasta oferta de exames, uma unidade de medicina dentária, *check-ups*, uma sala para pequenas cirurgias, um ginásio e piscina para a medicina física e de reabilitação
- Parque de estacionamento público do Estádio Alvalade XXI com acesso directo à clínica pelo piso -2

### clínicacuf torres vedras

- A **clínicacuf torres vedras** localiza-se junto ao Centro de Saúde e do Hospital de Torres Vedras, sendo uma unidade vocacionada para servir a população dos concelhos da Região Oeste
- Director Clínico: Dr. Carlos Pina
- Internamento, bloco operatório, atendimento permanente para adultos e pediátrico, consultas de especialidade, oferta alargada de exames
- Parque de estacionamento para maior comodidade dos clientes

### clínicacuf cascais

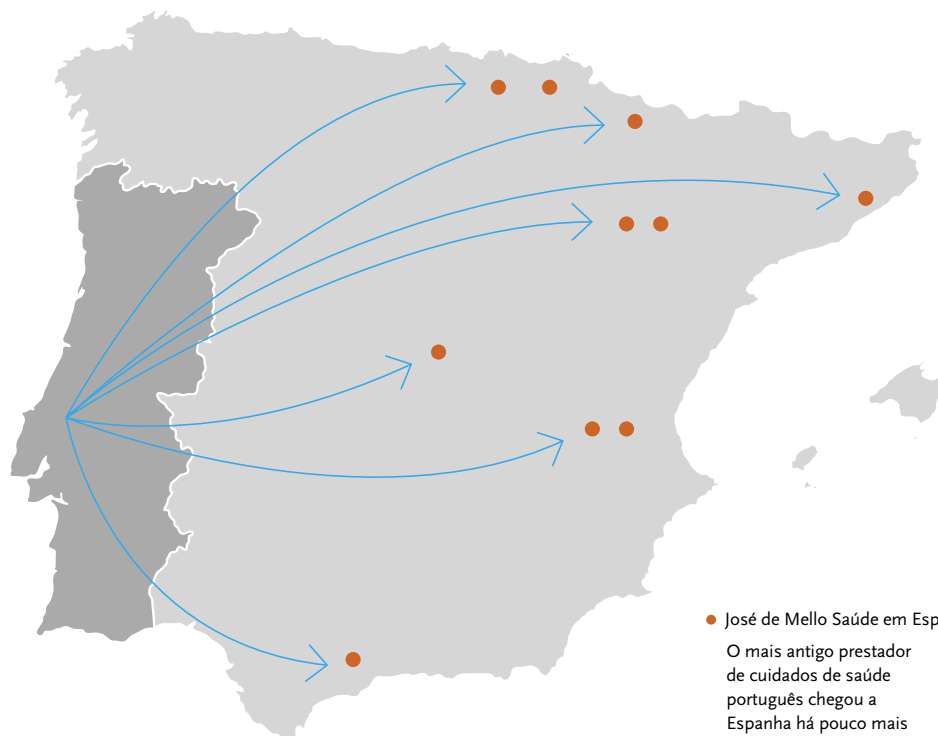
- A **clínicacuf cascais** representa um novo conceito de serviços de saúde na zona, integrando equipas clínicas de reconhecida experiência
- Directora Clínica: Prof.<sup>a</sup> Piedade Sande Lemos
- Internamento, bloco operatório, atendimento permanente de adultos e pediátrico, consultas de especialidade, oferta alargada de exames
- Parque de estacionamento para maior comodidade dos clientes



◀ Um corpo clínico de excelência, tecnologia avançada e uma identidade assente em valores sólidos são características saúdecuf

## Unidades Campos Costa

- ◆ Fundada em 1943, a Campos Costa é, actualmente, um dos maiores consultórios de radiologia do país
- ◆ Gere 14 unidades, das quais seis são próprias, sendo a de Matosinhos nas instalações do instituto-cuf de diagnóstico e tratamento
- ◆ Conta ainda, desde 2008, com a MedWeb, empresa de Teleradiologia
- ◆ Expandiu a sua actividade recentemente para o sector da Medicina Nuclear com a integração da CIMC na sua estrutura, com unidades no Porto e em Viana do Castelo.



● José de Mello Saúde em Espanha  
O mais antigo prestador de cuidados de saúde português chegou a Espanha há pouco mais de quatro anos

## JOSÉ DE MELLO SAÚDE

# A INTERNACIONALIZAÇÃO

Ao adquirir, em 2006, 38% do capital do Grupo Hospitalário Quirón, a José de Mello Saúde lançou as bases do maior grupo privado de gestão e prestação de cuidados de saúde na Península Ibérica.

Ambas as organizações se encontram em franca expansão. A prová-lo, citamos as inaugurações, nos últimos três anos, de três unidades saúdecuf (clínica**cuf** cascais, clínica**cuf** torres vedras e instituto**cuf** de diagnóstico e tratamento), e a abertura do hospital**cuf** porto, em Portugal, bem como a recente abertura de dois novos hospitais do Grupo Quirón, em Málaga e Bilbao.





## CONTACTOS

### HOSPITALCUF INFANTE SANTO

**Edifício 1**  
 Morada Travessa do Castro, 3  
 1350-070 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 20"  
 W 9° 10' 07"

**Edifício 2**  
 Morada Av. Infante Santo, 34  
 1350-179 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 22"  
 W 9° 10' 03"  
 T. 213 926 100

### HOSPITALCUF DESCOBERTAS

Morada R. Mário Botas  
 (Parque das Nações)  
 1998-018 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 45' 25"  
 W 9° 05' 54"  
 T. 210 025 200

### HOSPITALCUF PORTO

Morada Estrada da Circunvalação  
 km 17, Porto  
 Coordenadas GPS  
 N 41° 10' 35"  
 W 8° 40' 09"  
 T. 220 039 000

### INSTITUCUF DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO

Morada R. Fonte das Sete Bicas, 170  
 4460-188 Senhora da Hora  
 Coordenadas GPS  
 N 41° 10' 53"  
 W 8° 39' 30"  
 T. 220 033 500

### CLÍNICA CUF BELÉM

Morada R. Manuel Maria  
 Viana, 4  
 1300-383 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 41' 58"  
 W 9° 10' 56"  
 T. 213 612 300

### CLÍNICA CUF ALVALADE

Morada Estádio Alvalade XXI  
 entre as portas 3 e 4  
 Rua Prof. Fernando Fonseca  
 1600-618 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 45' 36"  
 W 9° 09' 40"  
 T. 10 019 500

### CLÍNICA CUF TORRES VEDRAS

Morada R. João Carlos Júnior, 5  
 2560-253 Torres Vedras  
 Coordenadas GPS  
 N 30° 04' 47"  
 W 9° 15' 17"  
 T. 261 008 000

### CLÍNICA CUF CASCAIS

Morada R. Fernão Lopes, 60 Cobre  
 2750-663 Cascais  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 31"  
 W 9° 25' 58"  
 T. 211 141 400

### UNIDADES CAMPOS COSTA

**Sede**  
 Morada Rua de Avis, 39 - 1.º, 2.º, 3.º  
 4050-075 Porto  
 info@drcamposcosta.pt  
 Coordenadas GPS  
 N 41° 08' 52"  
 W 8° 36' 47"  
 T. 223 400 900

### SAGIES

Morada R. da Garagem, 1, 4º  
 2790-078 Carnaxide  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 43' 19"  
 W 9° 14' 18"  
 T. 218 823 600  
 Fax. 218 823 599

### HOSPITAL DE BRAGA

Morada Largo Carlos Amarante,  
 Apartado 2242  
 4700-308 Braga  
 Coordenadas GPS  
 N 41° 08' 52"  
 W 8° 36' 47"  
 T. 253 209 000

### RESIDÊNCIAS ASSISTIDAS DOMUS VIDA

**Domus Vida Junqueira**  
 Morada Travessa da Praia, n.º 1  
 1300-470 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 02"  
 W 9° 10' 55"  
 T. 707 506 506

### Domus Vida Parede

Morada Edifício DOMUS Vida  
 Rua Arquitecto Rosendo  
 Carvalheira, S/N  
 2775-028 Parede  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 40' 54"  
 W 9° 20' 47"  
 T. 707 506 506

### Domus Vida Paque das Nações

Morada R. Jangada de Pedra,  
 Lote 3.18.01  
 1990-603 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 06"  
 W 9° 10' 55"  
 T. 707 506 506

### SERVIÇOS DOMICILIÁRIOS DOMUS CARE

**Grande Lisboa**  
 Sónia Fernandes  
 smfernandes@jmmellors.pt  
 Morada Travessa da Praia, n.º 1  
 1300-470 Lisboa  
 Coordenadas GPS

N 38° 42' 02"  
 W 9° 10' 55"  
 T. 707 506 506

### Grande Porto

Maria Olazábal  
 mpolazabal@jmmellors.pt  
 Morada R. Fonte das Sete Bicas, 170  
 4460-188 Senhora da Hora  
 Coordenadas GPS  
 N 41° 10' 53"  
 W 8° 39' 30"  
 T. 707 506 506

### CUIDADOS PALIATIVOS DOMUSPALLIUM

Sandra Lopes  
 sslopes@jmmellors.pt  
 Morada R. Jangada de Pedra,  
 Lote 3.18.01  
 1990-603 Lisboa  
 Coordenadas GPS  
 N 38° 42' 06"  
 W 9° 10' 55"  
 T. 707 506 506

Morada contacto Coordenadas GPS

## SAGIES

Constituída em 1992, a Sagies está vocacionada para a prestação de serviços de Segurança e Saúde no Trabalho indispensáveis à vigilância da saúde dos trabalhadores e das condições ambientais de trabalho.

## Hospital de Braga

- Uma parceria público-privada que assenta num modelo orientado para a eficiência dos processos e a optimização da prática clínica
- Gestão da actual infra-estrutura até Maio de 2011
- Está em construção um novo hospital, que vai responder às necessidades da população do Minho
- Previsão de inauguração: Maio de 2011
- Director Clínico: Dr. Mário Carvalho
- O novo Hospital de Braga terá 705 camas e 60 gabinetes para consultas
- Estacionamento para 2200 lugares





Convívio com outros Residentes e com familiares e amigos fazem parte do dia-a-dia nas Residências Assistidas Domus Vida



▲ Nas Residências Assistidas Domus Vida a estadia pode ser permanente ou temporária (períodos de férias ou convalescência)

◀ Nas Residências, os cuidados Domus são planeados à medida das necessidades de cada pessoa



◀ Música, dança e passeios são apenas algumas actividades diárias nas residências Domus. E, sendo tudo feito à medida, só participa quem quer

## Residências Assistidas Domus Vida

- ☛ Criadas para pessoas com algum grau de dependência ou fragilidade, são espaços onde o conforto de casa se alia à comodidade dos serviços de hotelaria e à segurança permanente
- ☛ O alojamento é feito em suites privativas e o serviço assistencial pode disponibilizar enfermagem 24 horas por dia, refeições diárias equilibradas e um conjunto de actividades ocupacionais e recreativas
- ☛ Actualmente existem 3 Residências Assistidas Domus Vida na Grande Lisboa, nomeadamente na Parede, Junqueira e Parque das Nações, que disponibilizam estadias temporárias ou permanentes

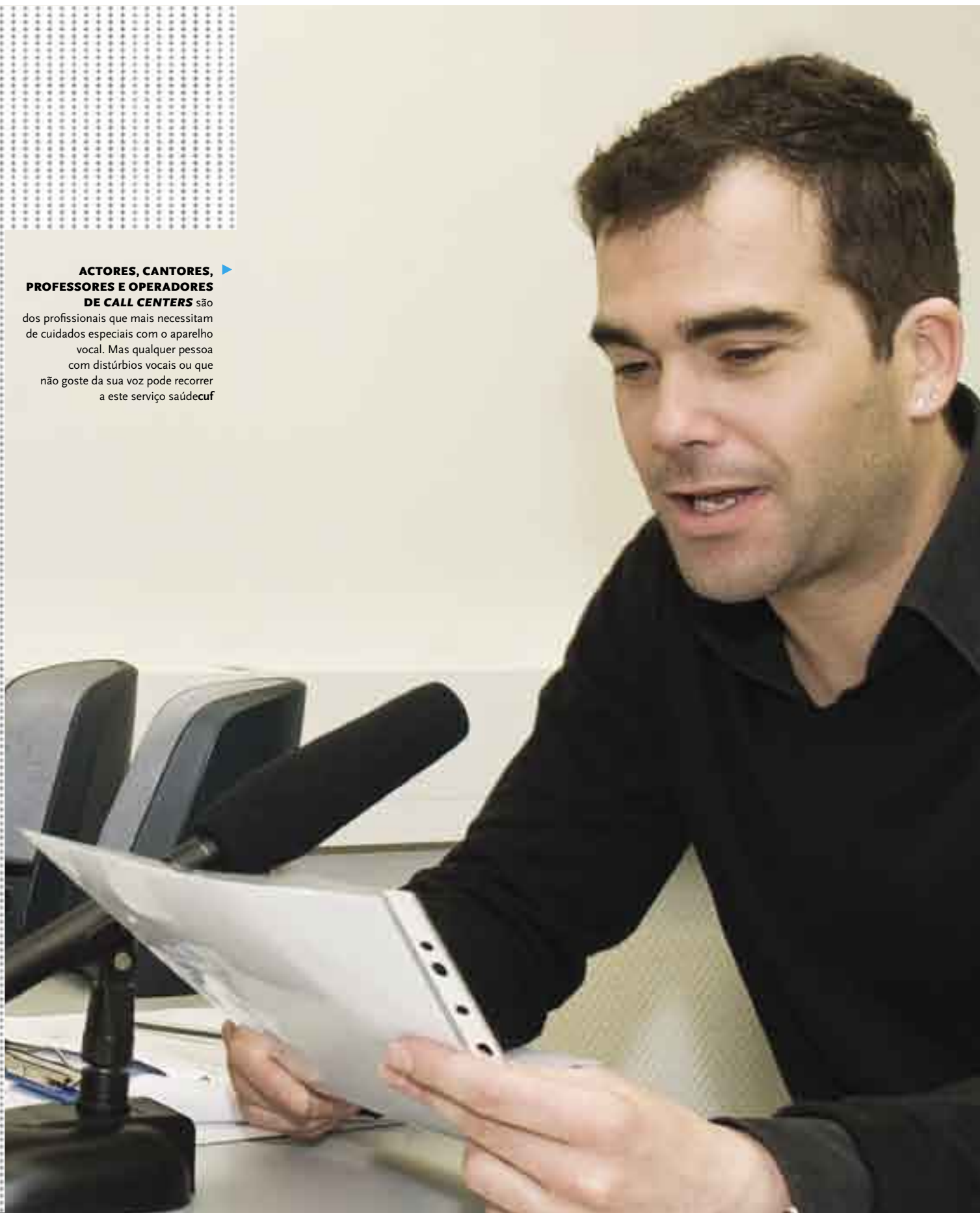
## Serviços Domiciliários Domus Care

- ☛ Cuidados de saúde domiciliários 24 horas por dia, 365 dias por ano, nas áreas da Grande Lisboa e Grande Porto
- ☛ Para uma resposta efectiva às suas necessidades, basta que fale connosco. De uma forma simples e rápida, estará ao seu dispor uma equipa de profissionais especializados em:
  - ☛ Gerontologia
  - ☛ Cuidados materno-infantis
  - ☛ Acompanhamento em convalescências
  - ☛ Prestação de cuidados paliativos

## Cuidados Paliativos DomusPallium

- ☛ A DomusPallium oferece planos de cuidados vocacionados para pessoas com doença avançada ou em fase terminal
- ☛ A nossa equipa multidisciplinar de profissionais especializados em cuidados paliativos, assegura uma assistência clínica diária que promove o conforto e bem-estar do doente e da sua família, quer na Unidade DomusPallium localizada no edifício Domus Parque das Nações, que conta com suites individuais, quer através da nossa Rede especializada de Serviços Domiciliários

**ACTORES, CANTORES, PROFESSORES E OPERADORES DE CALL CENTERS** são dos profissionais que mais necessitam de cuidados especiais com o aparelho vocal. Mas qualquer pessoa com distúrbios vocais ou que não goste da sua voz pode recorrer a este serviço saúdecuf





# fala

## Quem • assim não é gago

É a primeira e única unidade especializada na área da voz e linguagem a oferecer, num só local, todos os exames para uma avaliação vocal científica e completa. Bem-vindos ao Laboratório de Voz do **hospitalcuf** infante santo

**S**ão dez da manhã quando os actores António Pedro Cerdeira, Marco Delgado e Cláudia Vieira chegam ao **hospitalcuf** infante santo, em Lisboa. Não estão doentes. Vêm com um objectivo muito específico: fazer um *check up* completo do seu aparelho vocal no Laboratório de Voz. Criado em 2009, no âmbito do Centro de Otorrinolaringologia do **hospitalcuf** infante santo, é já uma referência na área. “É a primeira unidade em Portugal a fazer uma avaliação vocal integrada e multidisciplinar”, afirma a otorrinolaringologista coordenadora do Laboratório, Maria Caçador.

Os actores fazem parte de um dos grupos profissionais para quem este serviço está vocacionado, mas está longe de ser o único. Todos aqueles para quem a voz é uma ferramenta profissional, como cantores, professores ou operadores de *call centers*, necessitam de ter cuidados especiais com o seu aparelho vocal. No entanto, qualquer pessoa pode, a dado momento da vida, deparar-se com patologias ou alterações da voz e da fala que exijam um acompanhamento especializado. Em última análise, pode recorrer ao Laboratório de Voz “qualquer pessoa com distúrbios vocais, que não se identifique ou não goste da voz que tem”, afirma a especialista.



## Curriculum Vitae



### Dra. Maria Caçador

Otorrinaringologista coordenadora do Laboratório da Voz

Maria Caçador nasceu a 6 de Julho de 1973 e, em 1997, concluiu a licenciatura em Medicina pela Faculdade de Medicina de Lisboa. Especialista em Otorrinaringologia e Cirurgia Cervico-Facial, é otorrinaringologista no Centro de Otorrinaringologia do hospitalcuf infante santo desde 2003 e dedica-se à Laringologia e à Voz, em particular, desde 2005.

Coordenadora do Laboratório de Voz do hospitalcuf infante santo, é membro da Voice Foundation e trabalha em estreita cooperação com o Voice Center of Philadélfia, dirigido pelo Professor Robert Sataloff. É autora de várias publicações em livros e revistas científicas e participa activamente na organização dos Cursos de Saúde e Canto em parceria com a Universidade Católica.



▲ **A ENDOSCOPIA** e a videoestroboscopia permitem observar o aparelho vocal ao pormenor

▶ **O LABORATÓRIO DE VOZ** dispõe do melhor estroboscópio do mercado e todo o equipamento é topo de gama

VALOR  
JMS

### INOVAÇÃO

No Grupo José de Mello Saúde a Inovação é, sobretudo, o espírito de antecipação e capacidade para gerar alternativas e soluções novas. Os nossos profissionais procuram sempre novas formas de fazer e não transformam a sua actividade em rotina. Puxam pelos que os rodeiam; propõem, não esperam que lhes peçam; nas reuniões de trabalho, os temas discutem-se com paixão e respeito, aceitando-se as diferenças e enriquecendo com elas.

A funcionar desde Maio de 2009, o Laboratório de Voz está integrado no Centro de Otorrinaringologia do hospitalcuf infante santo, coordenado pelo Prof. João Paço e que conta com dezanove especialistas, nove dos quais dedicados em exclusividade. Este Centro é actualmente um dos principais centros de Otorrinaringologia do país.

O Laboratório de Voz conta com uma equipa nuclear composta por um otorrinaringologista especialmente dedicado aos problemas da voz e dois terapeutas da fala. Mas o segredo é mesmo a integração multidisciplinar que permite a interacção com outros especialistas do hospital. Pneumologistas, gastroenterologistas, endocrinologistas, psicólogos, nutricionistas e oncologistas trabalham, sempre que necessário, em articulação com a equipa do Laboratório de Voz para um acompanhamento

verdadeiramente personalizado de cada paciente. “Para produzir voz é preciso que todo o nosso corpo funcione bem. Problemas posturais, abdominais, pulmonares, na laringe ou na faringe, e até a simples gravidez, comprometem a postura e, consequentemente, o suporte respiratório e vocal, podendo afectar de forma negativa a voz. Não é por acaso que um actor tem mais dificuldade em projectar a voz quando faz de coxo ou está deitado”, lembra Maria Caçador. O intercâmbio entre especialistas facilita a troca de informação e a discussão clínica, melhorando significativamente a qualidade da assistência aos pacientes.

A tecnologia avançada é uma das características distintivas do Laboratório de Voz. “Temos o melhor estroboscópio disponível no mercado e todo o equipamento é topo de gama. Seguimos uma organização seme-



## PERTO DE SI

### LABORATÓRIO DE VOZ HOSPITALCUF INFANTE SANTO

Av. Infante Santo, 34  
1350-179 Lisboa

Telefone: 213 926 100



GPS

N 38° 42' 22"

W 9° 10' 03"



lhante ao *voice center* do Prof. Robert Sataloff nos Estados Unidos e, neste momento, não ficamos atrás de nenhum laboratório norte-americano”, adianta.

Outra das grande vantagens do Laboratório de Voz é o facto de ter uma estrutura completamente integrada, o que significa que é possível fazer uma avaliação completa da voz no mesmo local e apenas numa consulta. Em cerca de duas horas e meia, em média, consegue-se obter um diagnóstico preciso do estado da voz e uma proposta terapêutica. O primeiro passo é preencher um questionário e fazer uma consulta de otorrinolaringologia para aferir eventuais queixas ou sintomas. Seguem-se os exames: a endoscopia das fossas nasais, laringe e faringe e a videostroboscopia permitem observar, de forma pormenorizada, a anatomia e fisiologia de todo o aparelho vocal graças a uma câmara minúscula, ligada a um monitor, que faz um registo digital de imagem e som. Este exame é indolor, fazendo-se com recurso a, apenas, uma anestesia local.

Em seguida é feita uma avaliação subjectiva e objectiva da voz por um terapeuta da fala e electroglotografia. No final, e após a reunião dos vários profissionais, é fornecido ao cliente um relatório pormenorizado dos

resultados com o registo de imagem e som, sendo feita uma proposta terapêutica. Esta pode ir da terapêutica médica até à cirurgia, passando pela terapia da fala e modificação de hábitos de vida. “Tabaco, álcool, refluxo gástrico, consumo insuficiente de água e esforço vocal excessivo são os principais factores de agressão vocal”, refere Maria Caçador, e qualquer pessoa com rouquidão há mais de duas semanas deve procurar investigar as causas e fazer uma avaliação.

Nos últimos anos tem havido bastantes avanços nos conhecimentos da anatomia, histologia e fisiologia da voz mas, até há pouco tempo, não existia em Portugal apoio tão especializado como o oferecido pelo Laboratório de Voz. Para a otorrinolaringologista Maria Caçador, trabalhar nesta área tem sido apaixonante. Desde 2003 que integra o Centro de Otorrinolaringologia do hospitalcuf infante santo, tendo participado na elaboração do projecto do Laboratório de Voz desde o início. “A especialização faz todo o sentido, tendo em conta a especificidade desta área”, refere. Mas foi, sobretudo, um caso de paixão. “A voz é o espelho da alma humana e contribui de forma decisiva para a imagem global que temos de alguém. Uma pessoa alta e possante com uma voz esganiçada não terá a mesma credibilidade de outra com uma voz forte e segura”, salienta. De resto, ficar sem voz ou vê-la irremediavelmente afectada pode ser bastante dramático. E é quando a equipa consegue fazer a diferença que se formam as memórias mais intensas. “Há histórias que nos marcam, como a do repórter de rádio obrigado a reformar-se devido a um tumor no pulmão que afectou as cordas vocais e estava em depressão profunda. Hoje ‘voltou à vida’, fala imenso, farta-se de viajar, é uma pessoa diferente. Aí sentimos que fazemos a diferença”, conta.

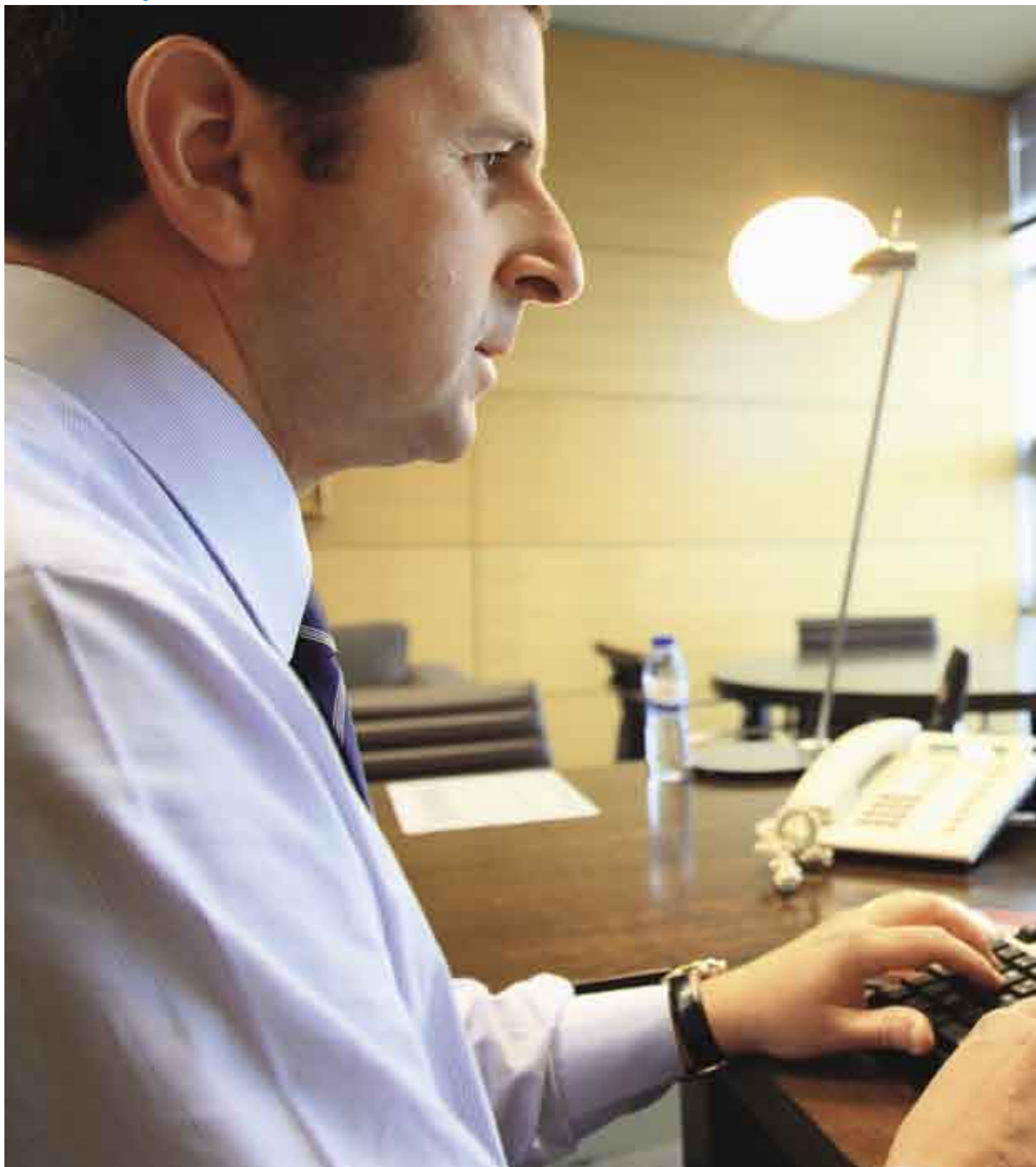
#### ◀ A AVALIAÇÃO DA VOZ

por um terapeuta da fala e a electroglotografia são os passos que antecedem o diagnóstico e a consequente proposta terapêutica

## Cursos de saúde vocal ensinam profissionais da voz


A Universidade Católica tem vindo a organizar, em parceria com o Laboratório de Voz do hospitalcuf infante santo, vários cursos dirigidos a cantores e professores de canto e outros profissionais da voz. Com a participação do director do Centro de Otorrinolaringologia do hospitalcuf infante santo, Prof. João Paço, e da Dra. Maria Caçador, os cursos integram conhecimentos da Medicina, Acústica e Canto. “Por incrível que pareça, muitos cantores líricos não têm conhecimentos sobre a anatomia do seu instrumento de trabalho e

das regras básicas de higiene e comportamento para não agredir as cordas vocais”, diz Maria Caçador. “Os cantores são como atletas profissionais, que precisam de um treinador e de um médico para poderem atingir a excelência. É preciso não esquecer que profissionais de voz são os que se sujeitam a um esforço vocal intenso e prolongado. É o caso dos professores ou dos jornalistas.” A segunda edição do curso de Saúde e Canto decorreu no passado mês de Janeiro, estando previsto um outro vocacionado para jornalistas.





# Salvador de Mello <sup>17</sup>



Como enfrentamos o futuro? Porque seguimos por este caminho? Questões como estas também se colocam às empresas e, se é verdade que as respostas cabem às chefias, muitas vezes nem toda a informação chega aos colaboradores. O presidente do Conselho de Administração da José de Mello Saúde aceitou o desafio e respondeu ao que nove colaboradores perguntaram. Fique a saber tudo nas próximas páginas

# “A excelência não se decide por decreto”

**SALVADOR DE MELLO,  
PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO  
DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE**

**P**ioneira em Portugal na prestação privada de cuidados de saúde, a José de Mello Saúde conta com mais de 65 anos de existência. Hoje apostada em ser líder na Península Ibérica, a organização permanece ligada aos valores de respeito pela dignidade humana que orientaram a sua criação.

“A internacionalização é o caminho”, adianta o presidente da Comissão Executiva, Salvador de Mello. Mas, por agora, é tempo de consolidação da parceria estabelecida com o Grupo Hospitalario Quirón e de reforçar a presença da José de Mello Saúde na região norte do país.

Investir na excelência clínica e tecnológica das suas unidades num sector que se acredita ser de futuro, é a base da política da José de Mello Saúde. E contra a incerteza da actual conjuntura, a conquista da confiança dos clientes surge, nas palavras de Salvador de Mello, como “a missão e o seguro de vida empresarial” da José de Mello Saúde. Esta e outras questões colocadas pelos elementos de uma equipa que tem por objectivo primordial a excelência dos serviços foram respondidas pelo presidente da Comissão Executiva, numa troca de ideias sobre as quais importa reflectir.

O desafio valeu para ambas as partes: os colaboradores colocaram as questões, Salvador de Mello respondeu. Internacionalização, futuro, posicionamento e políticas da José de Mello Saúde num cenário de elevada competição foram alguns dos temas abordados

**P ▶ A José de Mello Saúde (JMS) foi pioneira na prestação privada de cuidados de saúde, tendo permanecido isolada neste mercado durante várias décadas. Nos últimos anos surgiram diversas unidades concorrentes. Como se posiciona a JMS neste novo cenário de aberta concorrência?**

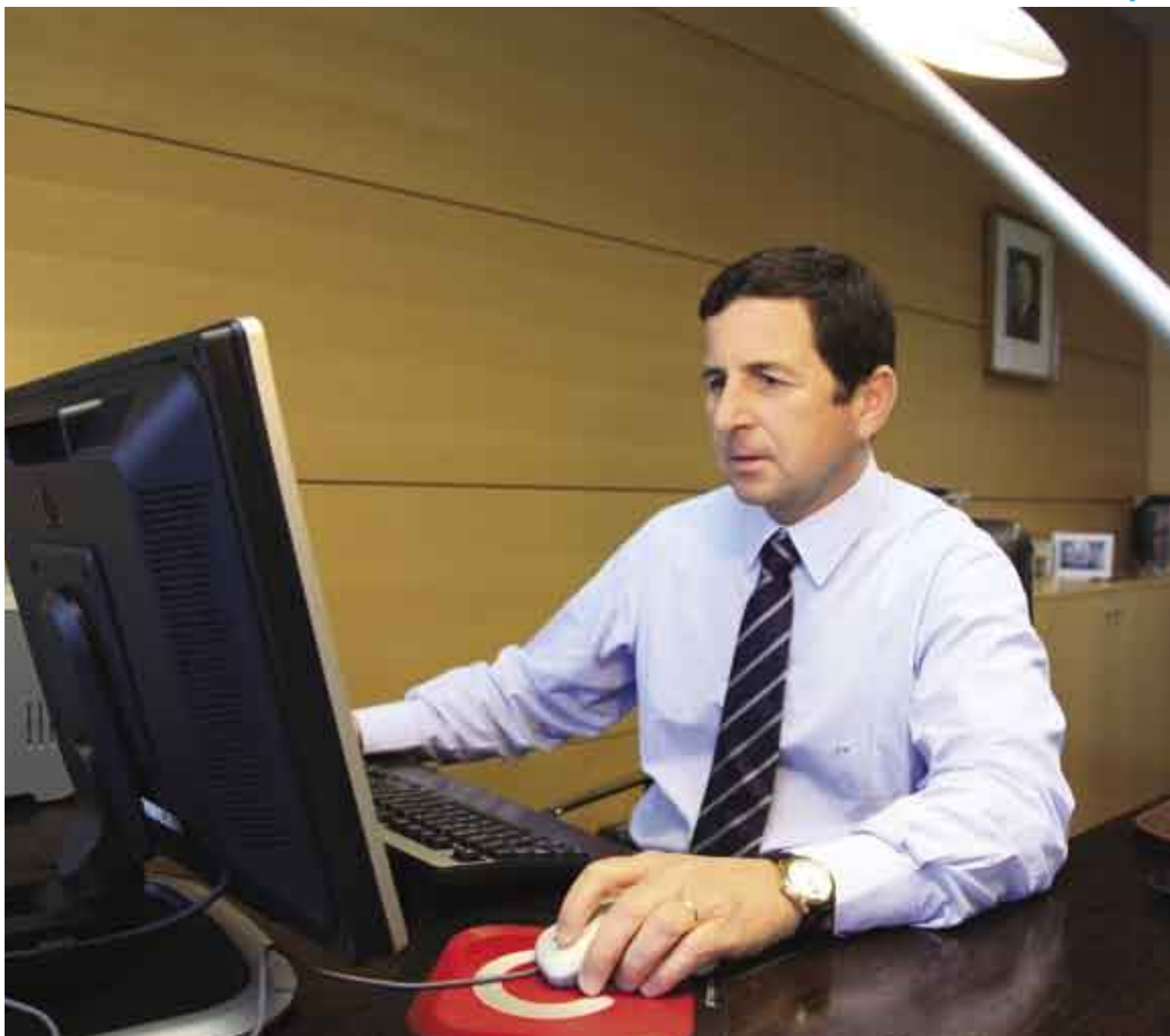
**R ▶ A José de Mello Saúde foi pioneira e continua com o dinamismo inovador e empreendedor de sempre. Quanto à concorrência, considero que ela é muito salutar, veio alargar mercado e constitui um estímulo para fazermos cada vez melhor.**

**P ▶ Ao invés da José de Mello Saúde, a maioria dos grupos concorrentes está hoje ligada à banca ou detém volumosas carteiras de seguros. Vê nesta diferença uma limitação ou, antes, uma vantagem?**

**R ▶ Sempre pensámos que conjugar financiamento e prestação de cuidados representava um conflito de interesses no qual não queríamos estar envolvidos. Foi por isso um caminho escolhido e assumido e estamos satisfeitos com a opção que tomámos.**

**P ▶ A evolução do mercado em termos de procura de serviços de saúde, nomeadamente a**





**partilha entre o Estado e o sector privado, é hoje incerta. Como gere a JMS a sua estratégia de desenvolvimento face a este cenário de mudança rápida e de clara incerteza?**

**R ▶** O que é que hoje em dia não é incerto? O importante é merecer e conquistar, dia após dia, a confiança dos clientes, respondendo às suas necessidades de forma exemplar. É essa a nossa missão e, se quiser, é esse o nosso seguro de vida empresarial. Quanto ao resto, o nosso sector é um sector de futuro. Estamos convencidos que as necessidades em saúde vão continuar a crescer significativamente. O envelhecimento

da população, a evolução das doenças crónicas e os avanços tecnológicos e da ciência vão trazer cada vez mais necessidades. Felizmente o nosso sector tem enormes oportunidades pela frente.

**P ▶ Como encara a José de Mello Saúde a concorrência entre os Hospitais EPE e os hospitais do grupo, inclusive o Hospital de Braga?**

**R ▶** Como referi, vejo a concorrência como um factor muito positivo. Não podemos aspirar a estar entre os melhores e não querer ter concorrência. A excelência é uma meta que só é pos-

**A nossa missão e seguro de vida empresarial é conquistar, dia após dia, a confiança dos clientes agindo de forma exemplar**



A excelência não se decide por decreto ou numa sala de reuniões. Cabe aos profissionais e à organização merecerem esse prémio e aos clientes atribuírem e reconhecerem

sível ambicionar em concorrência. O problema não está na concorrência mas sim na falta de liberdade de escolha e de transparência.

**P ▶ A José de Mello Saúde tem neste momento vários projectos de referência a norte. Havendo tantos *players* na prestação privada de cuidados de saúde na zona norte, como vê a implementação da marca saúdecuf?**

**R ▶** A marca saúdecuf está presente no Porto há dois anos, desde que abrimos o institutocuf diagnóstico e tratamento, e tem tido uma boa aceitação. É por isso natural que queiramos alargar a nossa presença com uma unidade hospitalar. Estamos a constituir um *campus* de Saúde em que o Instituto é uma unidade de ambulatório altamente diferenciada e em que o hospitalcuf porto vai transformar a realidade hospitalar privada na região norte do país. Sentimos um enorme entusiasmo por parte dos profissionais de saúde com quem temos vindo a trabalhar e observamos uma enorme expectativa no mercado. Penso que o hospitalcuf porto vai constituir o factor de mudança, tal como o hospitalcuf descobertas constituiu em Lisboa quando abriu.

**P ▶ Tendo em conta a evolução do mercado da saúde, em que medida está a visão da José de Mello Saúde adequada ao seu posicionamento no mercado, nomeadamente no que se refere às opções de crescimento em mercados internacionais?**

**R ▶** A internacionalização é o caminho que queremos percorrer, como já o demonstrámos ao termos contribuído para o crescimento significativo que a Quirón tem tido em Espanha desde a nossa entrada em 2006. Alargou-se a presença

em Barcelona, abriu-se um hospital em Madrid, outro em Málaga e outro ainda em Bilbao.

No que diz respeito a outros mercados, julgo que é prematuro avançar qualquer tipo de cenário pois a nossa prioridade é agora rentabilizar os avultados investimentos que fizemos em Portugal e em Espanha nos últimos anos.

**P ▶ Numa época de globalização em que os métodos terapêuticos e o acesso a equipamentos estão acessíveis a todos, a mais-valia diferenciadora de qualidade parece ser a segurança na prestação de cuidados (*Patient Safety*) e a centralização destes no “Doente – Pessoa” (cuidados individualizados). Quer falar-nos um pouco destas duas dimensões e do relevo que têm na estratégia da JMS para o presente e para o futuro?**

**R ▶** A dignidade do ser humano é um valor fundamental para a José de Mello Saúde. Acresce que os nossos clientes estão muitas vezes num estado de fragilidade, o que aumenta a nossa responsabilidade. Ao lidarmos com a saúde e a vida temos que ser extremamente exigentes: nos aspectos éticos, na profundidade do diagnóstico, no trabalho multidisciplinar e em equipa, no registo clínico, no registo dos erros e falhas e no respeito pela pessoa. Considero por isso fundamental os temas que refere da segurança na prestação de cuidados e da relação com o doente. Confesso que considero que só vale a pena a nossa presença no sector se marcarmos a diferença nestes aspectos.

**P ▶ A JMS tem privilegiado sempre a inovação, não só de processos como de equipamentos. Em saúde, mais tecnologia implica sempre maior**

**procura, mas gera também maior despesa... Esta tendência parecerá vantajosa para a JMS enquanto prestadora de serviços? Não teme que as limitações económicas presentes possam levar as seguradoras, e mesmo os privados, a limitarem, reduzindo o acesso a essas dispendiosas tecnologias no curto e no médio prazo?**

**R ▶** Não podemos ignorar as dificuldades sentidas na Europa e em Portugal e estas mesmas dificuldades dizem respeito a todos nós. Todos temos que contribuir para uma maior eficiência e maior produtividade no sector. Penso que a José de Mello Saúde, nos projectos em que tem estado envolvida, tem sido um bom exemplo e uma boa prática nesse campo e continuaremos a seguir o nosso caminho com o rigor e a exigência que nos caracteriza.

**P ▶ Para estar na vanguarda dos avanços clínicos, com todo o esforço que levamos a cabo no grupo, entende possível que, em parceria internacional ou por meios próprios, uma das nossas unidades se possa afirmar internacionalmente como um centro de excelência em determinada área? Em qual? Em termos de prestação e formação ou ambas?**

**R ▶** Considero que a excelência não se decide por decreto nem numa sala de reuniões. É um prémio que compete aos profissionais e a toda a organização merecerem e aos clientes atribuírem e reconhecerem. Dito isto, há nos nossos hospitais e clínicas exemplos que demonstram que o desafio é alcançável.

**P ▶ A José de Mello Saúde desenvolveu, ao longo de vários anos, um projecto de partilha de experiências com o Johns Hopkins**



## Mais de perto...



### Salvador de Mello

Presidente do Conselho de Administração da José de Mello Saúde

#### PERFIL

- + 44 anos
- + Casado
- + 4 filhos
- + Licenciado em Ciências Económicas pela Universidade de Neuchâtel, Suíça

**P > No seu entender, o mais importante na vida é?**

**R >** Fazermos sempre o nosso melhor com todo o entusiasmo e termos a consciência de que cada um de nós tem uma missão para cumprir e um testemunho a passar.

**P > Nasceu no seio de uma família numerosa, como é viver com 11 irmãos?**

**R >** É uma sorte, muito divertido e às vezes um pouco confuso.

**P > Sabemos que tem 4 filhos, o que mais o preocupa na sua educação?**

**R >** Transmitir-lhes valores sólidos e vontade empreendedora.

**P > Qual a lição que aprendeu na vida e vai fazer questão de passar aos seus filhos e netos?**

**R >** Um ensinamento dos meus pais: "Hierarquia... a da inteligência; nobreza... a do carácter."

**P > Se o seu percurso de vida não se tivesse desenvolvido num grupo empresarial familiar teria escolhido a mesma profissão?**

**R >** Desde muito cedo quis ser empresário.

**P > Como gosta de passar as suas férias? Quer partilhar alguma viagem ou momento que o tenha marcado?**

**R >** Gosto muito de viajar com a minha mulher e os meus filhos. O mar e a natureza fascinam-me.

**P > Como ocupa os seus tempos livres? Pratica desporto?**

**R >** Gosto muito do Alentejo, onde passo muitos fins-de-semana. Gosto muito de ler, de jogar ténis e de fazer *ski* na neve e aquático.

**P > O dia perfeito seria...**

**R >** Não tenho essas angústias. Realizo-me no dia-a-dia.



▲ Na sede da José de Mello Saúde existe uma parede onde os colaboradores podem colocar a fotografia dos seus filhos ou netos



## O respeito pela pessoa é um valor essencial sem o qual não acredito ser possível estar no sector da prestação de cuidados de saúde

**Hospital, entidade de referência a nível mundial. Como encara a criação de um projecto multidisciplinar de partilha e desenvolvimento de experiências, boas práticas e conhecimento com o Grupo Hospitalario Quirón, um pouco à semelhança do realizado com o Johns Hopkins Hospital, mas com maior reciprocidade de contributos, aproveitando o *know-how* e as características de convergência entre os dois Grupos?**

**R** ▶ Até agora focámos todos os esforços no lançamento dos novos projectos em Braga, no Porto, em Málaga e em Bilbao. O tema específico a que se refere é um desafio que temos agora pela frente.

**P** ▶ Um dos nossos valores centra-se no “Respeito pela Dignidade Humana e Bem-Estar da Pessoa”. Com o *stress* do dia-a-dia, com a necessidade de eficácia e a exigência cada vez maior dos clientes, como entende que este desígnio pode ser cumprido de forma exemplar por todos nós?

**R** ▶ Os valores assumem-se e vivem-se com coerência, entrega, generosidade, coragem e determinação. Custe o que custar!

O respeito pela pessoa é algo que nos caracteriza desde a nossa génese e um valor essencial, sem o qual não acredito ser possível estar no sector da prestação de cuidados de saúde.

**P** ▶ Que qualidades dos nossos profissionais de saúde considera que dão +Vida às unidades da José de Mello Saúde?

**R** ▶ Os nossos profissionais dão corpo a uma cultura na José de Mello Saúde que é para mim um motivo de enorme orgulho. O comprometimento ou, numa linguagem mais caseira, o “vestir a camisola”, o espírito empreendedor e a capacidade de liderança, o inconformismo, o trabalho em equipa, a exigência e rigor e a vivência dos nossos valores são, sem dúvida, os alicerces da nossa cultura.

## Quem perguntou?



▶ **AMÉLIA FIGUEIREDO**  
Administrativa, José de Mello Residências e Serviços, 41 anos



▶ **CARLOS COSTA**  
Enfermeiro, hospitalcuf descobertas, 42 anos



▶ **HELENA LOPES**  
Gestora, Responsável de Front Office, institutocuf diagnóstico e tratamento, 43 anos



▶ **JOSÉ FRAGATA**  
Médico de Cirurgia Cardíaca, Director Clínico Adjunto, hospitalcuf infante santo, 56 anos



▶ **JULIETA ALMEIDA**  
Auxiliar de acção médica, hospitalcuf infante santo, 50 anos



▶ **MARIA JOÃO GOMES**  
Fisioterapeuta, clínicacuf alvalade, 41 anos



▶ **MÁRIO CARVALHO**  
Médico Anestesiologista, Director Clínico, Hospital de Braga, 61 anos



▶ **RUI PEDROSO**  
Gestor, Unidades Campos Costa, 39 anos



▶ **VITOR VENTURA**  
Gestor, Direcção Financeira, José de Mello Saúde, 43 anos



CENTRO DE MEDICINA DENTÁRIA

---

# SORRIA, COM SAÚDE



centro de  
medicina dentária

No Centro de Medicina Dentária da clínica **cuf** alvalade encontra serviços de medicina dentária geral, adulto e criança, cirurgia, implantes, reabilitação estética e correcção de malformações dentárias.



clínica **cuf**  
alvalade

Marcações: 21 00 19 500

[www.hospitalcuf.pt](http://www.hospitalcuf.pt) • [trate-sebem](http://trate-sebem)

uma unidade da:



JOSÉ DE MELLO · SAÚDE

# INOVAÇÃO ▶

## CHECK-IN AUTOMÁTICO

# Tempos óptimos

VENCEDOR DO “PRÉMIO MAIS VALOR” ATRIBUÍDO PELA FUNDAÇÃO AMÉLIA DA SILVA DE MELLO, O CHECK-IN AUTOMÁTICO ESTÁ A SER IMPLEMENTADO NAS UNIDADES DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE. UMA INOVAÇÃO EXCLUSIVA EM PROL DA EXCELÊNCIA NO ATENDIMENTO

Exclusivo das Unidades José de Mello Saúde, o *Check-In* Automático é a mais recente inovação em atendimento ao cliente. A ideia é simples: o cliente identifica-se no quiosque multimédia e, a partir daí, todo o seu percurso na unidade é gerido por via informática. Entre outras vantagens, reduzem-se os tempos de espera e facilitam-se procedimentos.

O sistema é de uso intuitivo, o que torna tudo mais fácil. A confirmar a marcação da consulta, o cliente recebe um sms com um código para o seu *Check-In* Automático. Ao chegar ao hospital, dirige-se ao quiosque multimédia e insere o seu código. Imediatamente fica a saber quanto tempo falta para ser atendido e se tem exames para levantar antes da consulta. Pode ainda aceder ao seu histórico de cliente até ao momento do *check-out*.

Com este sistema, a participação dos profissionais de saúde revela-se mais proactiva porque serão eles a introduzir os dados clínicos e a efectuar a chamada do cliente. Desta forma, reduzem-se os tempos de espera e optimiza-se o fluxo de informação entre serviços.

Os quiosques-piloto foram instalados no serviço de Obstetrícia do hospitalcuf descobertas. Foi decidido usar este serviço como “laboratório” (ver figura) na medida em que os clientes de Obstetrícia, naturalmente, voltam várias vezes à consulta constituindo rapidamente um histórico. Aos poucos vem sendo alargado aos restantes serviços do hospital e a outras unidades, estando também já em funcionamento na clínica-cuf alvalade. Gradualmente será feita a expansão do sistema todas as unidades da José de Mello Saúde e está prevista a atribuição de um cartão electrónico a cada cliente.

Resultado do trabalho de uma equipa multidisciplinar, esta é uma inovação no atendimento aos clientes exclusiva da José de Mello Saúde e traz também vantagens ao nível da sustentabilidade hospitalar. Isto porque todo o percurso do cliente passa a ser gerido através da rede informática centralizada, tornando possível aferir os bloqueios no circuito e minimizá-lo. Uma mais-valia para o cliente, que é o principal beneficiário de toda a inovação introduzida.

## Projecto inovador...



**John Jairo**  
Director de Sistemas de Informação da José de Mello Saúde

JOHN JAIRO CONTA  
À +VIDA COMO O  
CHECK-IN AUTOMÁTICO  
SE TORNOU REALIDADE



### P ▶ Como surgiu esta ideia?

R ▶ O desafio que nos colocámos foi o de intervir junto do circuito do doente na consulta externa com vista a reduzir os tempos de espera e a permanência do cliente nas unidades José de Mello Saúde (JMS)

### P ▶ De que forma este projecto facilita a vida aos clientes?

R ▶ Na agilização da componente administrativa e na redução dos respectivos tempos de espera

### P ▶ O que é uma metodologia em espiral e quais as vantagens?

R ▶ É uma metodologia aplicável em âmbito de projectos de inovação que apresenta um carácter interactivo. O projecto é desenvolvido por etapas, podendo cada fase repetir-se várias vezes. Após a avaliação, poderá ser necessário fazer mais uma volta na espiral, tornando assim o projecto mais robusto e consistente.

### P ▶ Quando estará o *Check-In* a funcionar em todas as unidades JMS?

R ▶ A expansão do *Check-In* para outras recepções/unidades está planeada para este ano. Mas saliento que este processo integra o modelo uniforme de sistemas de informação da JMS, ou seja, será instalado em qualquer nova recepção/unidade JMS.

**O Prémio mais Valor** Com o fim de reconhecer os contributos dos seus colaboradores na criação de valor nas suas Unidades a José de Mello Saúde, com o patrocínio da Fundação Amélia da Silva de Mello, atribui anualmente o prémio Mais Valor. Em 2009 o vencedor foi o trabalho “Check-In/Out Automático”, apresentado por John Jairo e por uma equipa multidisciplinar constituída por Ricardo Bastos, Alexandre Gomes – Pela Glintt HS; Ana Pires – Gintt HS; Anisabel Soares – Pela Direcção de Enfermagem do hospitalcuf descobertas; António Dias – Glintt HS; Célia Ribeiro – Glintt HS; Francisco Reymão – Pela Direcção de Marketing e Comercial da José de Mello Saúde; João Paulo Fernandes; José Frederico Cassiano Neves; Lurdes Andrade Santos; Maria João Mello; Marta Barreiros; Salomé Gunas e Teresa Franco.



## INOVAÇÃO

ENCONTRE-NOS EM:

[www.josedemellosaude.pt](http://www.josedemellosaude.pt)  
[www.saudecuf.pt](http://www.saudecuf.pt)



NOVO SITE JMS

# A viver o futuro

JÁ ON-LINE, O NOVO PORTAL DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE VISA REFORÇAR A SUA PRESENÇA NO UNIVERSO WEB. NOVOS CANAIS DEDICADOS À ÁREA INSTITUCIONAL E À REDE SAÚDECUF PERMITEM MAIOR RAPIDEZ NO ACESSO AOS SERVIÇOS E RESPOSTAS PROACTIVAS. TUDO A PENSAR NUM PÚBLICO QUE RECONHECE A MELHOR OFERTA

Ciente da importância das novas tecnologias também no que refere à comunicação, a José de Mello Saúde desvenda agora o potencial do seu novo portal. Conteúdos mais fortes e apelativos, a par da introdução de novos canais na área institucional e novidades na rede saúdecuf são as grandes novidades.

A navegação tornou-se mais intuitiva e a política de proximidade ganha relevo com a introdução de testemunhos de médicos, vídeos e visitas virtuais aos serviços, que são mais-valias cruciais nesta impor-

tante plataforma de comunicação. Além disso, o corpo clínico passa a estar associado de forma clara a cada especialidade incluindo, numa segunda fase, o seu *curriculum vitae* e fotografia. O portal permite também consultar a agenda de cada médico e fazer as pré-marcações para as consultas. Para a segunda fase, a implementar ainda este ano, estará ainda disponível a consulta *on-line* de resultados dos exames realizados nas unidades saúdecuf.

A nível de Recursos Humanos este portal desempenha também um

papel relevante, dando a conhecer as oportunidades em aberto no recrutamento de novos colaboradores.

Vamos passo a passo. Em [www.josedemellosaude.pt](http://www.josedemellosaude.pt) encontra toda a informação institucional, o acesso às diferentes áreas de negócio e um canal dedicado aos profissionais. A página de entrada oferece acesso transversal às principais áreas de actuação do grupo: parcerias público-privado, presença internacional, residências, serviços e unidades saúdecuf, com um sítio próprio – [www.saudecuf.pt](http://www.saudecuf.pt). Criado

a pensar no cliente, este canal pretende facilitar o acesso aos serviços dando a conhecer as valências e corpo clínico de cada unidade.

Acresce ainda que cada uma das unidades de saúde possui um canal específico onde é feita a sua apresentação, oferta e área diferenciadora.

Desenvolvido por uma equipa multidisciplinar de profissionais da José de Mello Saúde, este canal vem permitir a disponibilização de informação sempre actualizada procurando ir de encontro às suas necessidades dos clientes.

• **NAVEGAÇÃO OPTIMIZADA**  
os menus principais são fáceis de encontrar e, a uma simples passagem do rato, permitem ao visitante aceder a cada submenu. Conhecer a José de Mello Saúde é agora mais simples.

• **DESTAQUE PARA O QUE É PRINCIPAL**  
as áreas de actuação e as unidades têm a sua informação esquematizada e apresentada de forma clara. O visitante encontra o que precisa em cerca de três cliques.

• **TUDO SOBRE NÓS**  
de tudo um pouco: notícias, eventos, projectos... O novo portal da José de Mello Saúde mostra uma organização em contacto com a sociedade.

## INAUGURAÇÃO QUIRÓN MÁLAGA E BILBAO

# Vocação Ibérica

O GRUPO HOSPITALARIO QUIRÓN, NO QUAL A JOSÉ DE MELLO SAÚDE DETÉM UMA PARTICIPAÇÃO DE 38%, INAUGUROU NO FIM DE 2009 DUAS IMPORTANTES UNIDADES EM ESPANHA. A PRIMEIRA A ABRIR PORTAS SITUA-SE EM MÁLAGA E LOGO SE TORNOU A PRINCIPAL REFERÊNCIA DA SAÚDE PRIVADA NA REGIÃO. EM NOVEMBRO FOI A VEZ DE O HOSPITAL QUIRÓN BISKAI A INOVAR O SECTOR NO PAÍS BASCO AO INCLUIR A PRIMEIRA UNIDADE PRIVADA DE CUIDADOS INTENSIVOS NEONATAIS. DAMOS-LHE A CONHECER ESTAS DUAS UNIDADES HOSPITALARES DE REFERÊNCIA EM ESPANHA

**HOSPITAL QUIRÓN**

**MÁLAGA** trouxe para a região a mais bem equipada unidade de cuidados intensivos neonatais. Na área das neurociências, com 10 especialidades, destaca-se a Unidade do Sono

**HOSPITAL QUIRÓN**

**BISKAIA** Disponibiliza 40 especialidades médicas e aposta fortemente na medicina para a mulher. Pretende tornar-se uma referência no sector da oncologia no País Basco e nas regiões vizinhas



**Resposta complementar** O Grupo Hospitalario Quirón conta com sete unidades hospitalares em Barcelona, Madrid, Málaga, San Sebastián, Valencia, Bizkaia e Zaragoza. A aquisição, em 2006, de 38% do seu capital pela José de Mello Saúde criou as bases do maior grupo ibérico de referência na prestação de cuidados de saúde, com presença nas principais cidades de Portugal e Espanha.

2006

**A JOSÉ DE MELLO SAÚDE**  
adquire 38% do capital do Grupo Quirón

2000

**MÉDICOS**  
especialistas colaboram com a José de Mello Saúde

1500

**MÉDICOS**  
especialistas estão vinculados ao Grupo Hospitalário Quirón

**HOSPITAL QUIRÓN MÁLAGA**  
**INOVAÇÃO A SUL**

Situada a poucos quilómetros do centro da cidade, esta unidade dispõe do mais moderno equipamento e tecnologia. Numa área de 24 600 metros quadrados dividida por dois edifícios enviaçados com cinco andares cada, é possível encontrar um leque amplo de serviços. Alguns deles inovadores, como a mais bem equipada unidade de cuidados intensivos neonatais entre a oferta privada na região e que permite a realização de partos com menos de 34 semanas. A área da Obstetrícia e Ginecologia oferece ainda

a possibilidade de parto na água. Outras novidades surgem na área das neurociências que inclui 10 especialidades. Aqui destaca-se a Unidade do Sono. O Hospital Quirón Málaga é ainda o único privado da região que pratica cirurgia reconstrutiva, através da sua Unidade de Cirurgia Plástica e Reparadora.

Para além disso, a estrutura possui todos os serviços de um hospital geral com ocupação de 136 camas, 10 salas de cirurgia, Unidade de Cuidados Intensivos de adultos e neonatal, urgências 24 horas, laboratórios, 51 gabinetes de consulta externa e estacionamento. Além destas valências, a unidade proporciona uma máxima qualidade hoteleira e atenção personalizada, dispondo de 106 quartos (25 dos quais suites) para o efeito. Representando a criação de 500 postos de trabalho, o Hospital Quirón Málaga conta com uma equipa clínica de grande prestígio.

**HOSPITAL QUIRÓN BISKAI A**  
**EXCELÊNCIA NO PAÍS BASCO**

Localizada no município de Erandio, junto à Universidade do País Basco, a estrutura hospitalar foi inaugurada em Novembro e inclui a primeira unidade privada de cuidados intensivos neonatais da Comunidade Autónoma onde se situa, além de apostar fortemente na medicina para a mulher e pretender tornar-se uma referência no sector da oncologia no País Basco e nas regiões vizinhas. Para tanto conta com um serviço completo de ginecologia, obs-

tetrícia e reprodução assistida. Destinada à oncologia existe uma área que abrange mil dos 20 500 metros quadrados do hospital equipada com tecnologia de última geração para o diagnóstico e tratamento do cancro. Mais de 40 especialidades médico-cirúrgicas estão à disposição dos habitantes. Toda a unidade é, de resto, exemplar em termos de modernidade no sector da saúde privada. Idealizado por Juan Carlos Cardenal, o projecto arquitectónico foi concebido para proporcionar o máximo conforto ao utente e facilitar, ao mesmo tempo, o fluxo entre os vários circuitos assistenciais. Pelo primeiro e segundo piso distribuem-se os quartos e as suites. Tudo foi pensado para facilitar uma atenção médica de elevada qualidade. A abertura do Hospital Quirón Biskaia implicou a criação de 350 postos de trabalho na região.



ATENDIMENTO PERMANENTE

24H/DIA • 365 DIAS/ANO  
ESTAMOS CÁ POR SI



A qualquer dia. A qualquer hora. Sempre que precisar...

# “É preciso vencer a ignorância”

**E** spectador de trinta anos de evolução num “domínio que diz respeito a todos”, D. Elio Sgreccia afirma que as questões fundadoras da bioética se reportam a uma só: preservar a dignidade humana. Foi esta a tese da palestra que, a convite da José de Mello Saúde, D. Elio apresentou no auditório do Museu das Comunicações, em Lisboa. Tendo como fio condutor as dúvidas suscitadas pela realização do diagnóstico pré-natal, o monsenhor alertou para os perigos inerentes à busca da “criança perfeita”.

Antes de seguir para o lançamento do seu livro *Manual de Bioética*, agora traduzido em português pela Editora Principia, D. Elio Sgreccia falou à +VIDA sobre a importância transversal da bioética para a Humanidade. Diálogo entre Lei e Moral, a par do crescente número de centros de reflexão sobre bioética, foram saudados pelo bispo de Zama Minore como avanços positivos.

**P ▶ Em 1986 publicou a obra *Manual de Bioética*. Hoje apresenta a quarta edição. Os grandes temas da bioética, entre os quais se incluem o aborto ou a eutanásia, mantêm-se ou surgiram questões novas?**

**R ▶** Nessa altura não se falava de clonagem nem da utilização de células estaminais. No entanto, as questões fundadoras da bioética já eram

Estabelecer critérios de intervenção é, para o porta-voz do Vaticano em questões de bioética, o maior desafio neste domínio. Sendo “a dignidade humana intocável, a quem cabe decidir o que é ou não útil?” questiona D. Elio Sgreccia

presentes. Referimo-nos ao estabelecimento de critérios de legitimidade. Seja no campo da medicina, da biologia, do ambiente, como se determina a justeza do acto? Para nós a criteriologia deve seguir o modelo de pensamento que é o personalismo. No centro deste modelo está a pessoa.

A nossa orientação tem seguido a linha traçada por Jacques Maritain: o Humanismo Integral, que assenta no reconhecimento da dignidade humana. Este modelo teve sucesso sobretudo na Europa. Já no caso dos EUA, importa mais saber o que é pragmático e útil. No entanto, a quem cabe estabelecer o que é ou não útil?

É necessário formar as consciências porque não bastam as leis. Hoje isto tornou-se claro: é preciso educar a sociedade para se fazer respeitar a dignidade humana. É preciso vencer a ignorância para que as pessoas possam tomar posições ponderadas.

**P ▶ Continua a existir uma separação evidente entre a Lei e a Moral no domínio da bioética?**

**R ▶** Eu creio que por força da evolução dos acontecimentos se tem caminhado para um diálogo mais estreito. O próprio Direito atravessou um período de positivismo que não implicava avaliar a justeza dos actos. Agora a preocupação incide em avaliar os danos causados ao Homem e ao Ambiente. É nestas questões que sinto o legislador fazer um maior apelo à consciência. Aliás, cada vez mais se faz o confronto entre estas áreas. Em breve será lançada em Itália a primeira enciclopédia em 12 volumes sobre o tema: “Bioética e Ciências Jurídicas”.

**P ▶ A quem cabe legitimar o que é ou não justo no campo da bioética?**

**R ▶** A ética não se pode limitar a ser um confronto de opiniões. A razão faz parte da



Quando a vida  
é colocada em risco,  
já não se trata  
de terapia





**D. ELIO SGRECCIA** ▲ lembra que os assuntos que respeitam à Humanidade são transversais a todos os domínios da vivência do Homem

condição humana, e todos a possuímos. É o que nos distingue. Quando as ciências médicas são aplicadas à pessoa humana é preciso fazê-lo com responsabilidade. O trabalho das comissões de ética é realizado sobre documentos de base. Um deles é o Código de Helsínquia, onde estão contidas as premissas a nível da pesquisa em seres humanos e composição dos comités de ética. Além disso, o Conselho da Europa possui deliberações sobre a matéria, tal como os próprios países possuem as suas leis.

**P ▶ A quem cabe a responsabilidade de incentivar o debate?**

**R ▶** No início os interlocutores eram os médicos e os investigadores que pretendiam partilhar descobertas. Do outro lado estava a Igreja e as vozes que chegavam do domínio da ética. Agora interessam-se por este debate também os políticos e os juristas. O tema entrou para a agenda mediática. Registamos com agrado esta evolução porque os assuntos que respeitam à Humanidade não são sectoriais; pelo contrário, são transversais a todos os domínios da vivência do Homem. A bioética diz respeito a todos os que se interessam pela sociedade. Logo, uma maior sensibilização será essencial para um futuro acordo.

**P ▶ O que considera ser mais positivo entre os avanços da última década?**

**R ▶** Destaco a criação de vários centros de bioética no Mundo. Hoje existem grupos tanto na América Latina como em África, o que representa uma evolução importante. Voltamos à necessidade de formar as consciências:

## Hoje isto tornou-se claro: é preciso educar a sociedade para se fazer respeitar a dignidade humana

o facto de equipas de áreas distintas como seja a biologia ou o Direito trabalharem em intercâmbio indicia o surgimento de importantes fontes de pensamento. Isto ainda não é o suficiente. No entanto, é um grande passo no sentido de solucionar as questões da bioética.

**P ▶ É ou não verdade que a Igreja se opõe a qualquer intervenção terapêutica no embrião humano?**

**R ▶** É verdade que não aceitamos intervenções no embrião que coloquem em risco a sua sobrevivência. O mesmo se se trata de um adulto. Quando a vida é colocada em risco, já não se trata de terapia. Mesmo quando se refere à utilização de células estaminais no tratamento de doenças como Parkinson ou cancro, esse procedimento pode ser levado a cabo recorrendo a dadores adultos. A Igreja tomou para si o papel de defesa dos embriões porque os interesses envolvidos são de tal ordem que é crucial que isso seja feito. Caso contrário, quem irá defender os que não têm voz própria?

Há séculos que a comunidade cristã presta cuidados de saúde. Temos no nosso seio figuras destacadas na medicina. Veja o caso de Mendel (Gregor Johann, 1822/1884), monge agostiniano reconhecido como “o pai da genética”, ou o de Lejeune (Jérôme, 1926/1994), médico francês que detectou a anomalia cromossómica na origem da trissomia 21 e foi o presidente da Pontifícia Academia para a Vida. Nós só lamentamos não podermos fazer mais... Duas são as obras às quais a Igreja nunca virou as costas: a saúde e a educação, na medida em que uma trata os males do corpo e a outra fortalece o espírito.

### PERFIL

D. Elio Sgreccia, bispo de Zama Minore, entre 1994 e 2008 foi vice-presidente e, mais tarde, presidente da Academia Pontifícia para as Ciências da Vida. Fundador do Instituto de Bioética da Faculdade de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Sagrado Coração, há décadas é convidado a participar em comités de ética. Entre estes inclui-se o Comité Nacional Italiano de Bioética do qual fez parte entre 1990 e 2006. Hoje é membro do Conselho Pontifício para a Família e do Conselho Pontifício para a Pastoral da Saúde.



DOMUSCARE

## SERVIÇOS DOMICILIÁRIOS

Tudo o que precisa,  
sem sair de casa.  
Mas se precisar, saímos consigo.

A DomusCare, disponível 24h por dia, 365 dias por ano, presta todos os cuidados para quem deseja permanecer em casa junto da sua família e usufruir de apoio nas actividades diárias, enfermagem, medicina e fisioterapia.

CONTACTE-NOS PARA MAIS INFORMAÇÕES.



JOSÉ DE MELLO  
RESIDÊNCIAS E SERVIÇOS

white.com.pt



GRANDE LISBOA E GRANDE PORTO 707 506 506

WWW.JMELLORS.PT



# Conte com eles



EQUIPA REABILITAÇÃO COGNITIVA DOMUS ● ● ● ●

## Programa pioneiro em prol da felicidade

DESDE MARÇO QUE AS RESIDÊNCIAS ASSISTIDAS DOMUS VIDA TÊM A FUNCIONAR UM PROJECTO PIONEIRO DE APOIO INTEGRADO AOS SEUS RESIDENTES. O SEGREDO DO SUCESSO ESTÁ NA COMBINAÇÃO DE UMA EQUIPA MULTIDISCIPLINAR COM UM ACOMPANHAMENTO TOTALMENTE PERSONALIZADO



RETRATO DA EQUIPA

A EQUIPA DO PROGRAMA de Preservação e Reabilitação Cognitiva e Actividades Terapêuticas e Ocupacionais procura conciliar o ambiente familiar com um apoio técnico de alta qualidade. A comunicação permanente marca a diferença, na medida em que tudo o que acontece pode ser motivo para um telefonema ou uma conversa informal. Tal como em família.

**Q**ualidade de vida. É este o conceito basilar das Residências Assistidas da José de Mello Residências e Serviços. Foi assim desde o início, e agora a missão vai ainda mais longe com a implementação de um programa de acompanhamento integrado aos Residentes, totalmente pioneiro. Trata-se do Programa de Preservação e Reabilitação Cognitiva e Actividades Terapêuticas e Ocupacionais, que arrancou em Março nas unidades Domus Vida.

“A Domus Vida Junqueira já tinha um Gabinete de Intervenção e Reabilitação em Demências com o objectivo de dar resposta às necessidades específicas dos Residentes com doenças do foro neuropsiquiátrico, nomeadamente a doença de Alzheimer. E já tínhamos iniciativas diversas a funcionar neste domínio, como a estimulação cognitiva, a terapia ocupacional, a psicoterapia e a enfermagem. O que fizemos agora foi aglutinar estas valências e conceber um projecto de raiz com objectivos mais ambiciosos”, avança o psicólogo e coordenador do projecto Rodrigo Neiva Correia. A principal novidade é o facto de se ter criado uma estrutura com níveis diferenciados, o que permite adequar de forma mais eficaz os programas de acompanhamento às necessidades de cada Residente.



Legenda

- 1 Maria Câmara Pestana, fisioterapeuta
- 2 Tiago Silva, professor da classe de movimento
- 3 Rodrigo Neiva Correia, psicólogo
- 4 Perpétua Santos, enfermeira coordenadora
- 5 Bevinda Fernandes, professora de pintura
- 6 Pilar Bello, coordenadora de actividades
- 7 José Próspero dos Santos, clínico geral
- 8 Luís Guerra, neurologista
- 9 Vitorina Passão, neurologista

O nível 1 destina-se aos Residentes que carecem de acompanhamento reduzido e que têm autonomia total, o nível 2 aos que já manifestam alguma falta de autonomia ou sintomas de demência e o nível 3 àqueles cuja incapacidade implica um acompanhamento individualizado.

Assim, a partir de agora, “cada novo Residente da Domus Vida começará por ser avaliado no âmbito de um Protocolo de Entrada, que abrange uma avaliação clínica de saúde do estado cognitivo e psicológico. Depois dessa avaliação será integrado num dos níveis, o que lhe permite ser encaminhado para actividades mais especificamente adequadas ao nível de apoio ou estimulação ideal para ele. Basicamente, personalizámos ainda mais o acompanhamento aos Residentes”, resume Rodrigo Neiva Correia.

A articular tudo está a equipa multidisciplinar do agora chamado Programa de Preservação e Reabilitação Cognitiva e Actividades Terapêuticas e Ocupacionais, que inclui os seguintes profissionais: o psicólogo e coordenador Rodrigo Neiva Correia e a sua equipa dedicada a este projecto (composta por 2/3 técnicos especialistas nesta área) e os neurologistas Vitorina Passão e Luís Guerra.

Além desta equipa dedicada, o Gabinete funcionará em estreita articulação com as equipas das unidades, nomeadamente equipa médica, de enfermagem, coordenadores de actividades, as equipas de medicina física e reabilitação, que asseguram um acompanha-

mento individualizado a todos os Residentes da Domus Vida que irão beneficiar da nova estrutura. “Com o evoluir do projecto contamos ir adicionando mais especialistas, como terapeutas da fala e animadores sociais”, diz Rodrigo Correia.

TER UMA VIDA NORMAL

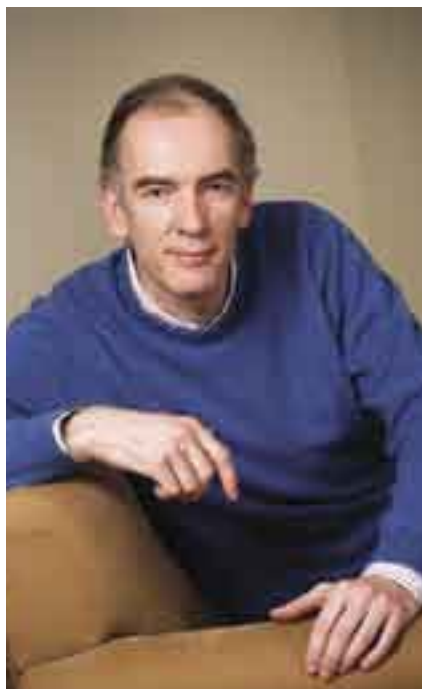
É este o objectivo de quem procura uma das Residências Assistidas Domus Vida e é para isso que trabalha a equipa do Programa de Preservação e Reabilitação Cognitiva e Actividades Terapêuticas e Ocupacionais. O médico neurologista Luís Guerra explica melhor: “Quando são autónomas, as pessoas ocupam-se da forma que entendem. Quando perdem capacidades perdem também a capacidade de se ocupar, o que facilmente cria um círculo vicioso no que toca à perda de capacidades. O que fazemos é organizar de forma profissional a estruturação das suas actividades de modo a preservar as suas capacidades, sempre com ênfase no aspecto lúdico e de inter-relação.”

Na prática, a reabilitação dos Residentes é feita em pequenos núcleos agrupados por nível. Cada um tem, além disso, um processo individual de acompanhamento a que toda a equipa vai tendo acesso. A personalização consiste na articulação das necessidades individuais com as propostas do mapa de actividades diário da Domus Vida. Nos níveis 1 e 2, por exemplo, a estimulação abrange exercícios continuados de preservação e estimulação cognitiva, com o

VALOR JMS

RESPEITO PELO BEM-ESTAR E DIGNIDADE DA PESSOA

Nunca esquecemos que a pessoa, pelo facto de estar doente, mantém a sua dignidade. O compromisso de tudo fazer para assegurar o melhor interesse de cada um é inteiramente assumido na nossa organização. Sabemos a importância de dar informação sobre procedimentos, diagnósticos e terapêuticas e respeitamos a liberdade de escolha. Privilegiamos o trabalho em equipa e a cooperação, personalizamos e humanizamos os cuidados e damos prioridade à qualidade em tudo o que fazemos.



#### PERFIL

O psicólogo Rodrigo Neiva Correia está há seis anos na Domus Vida da Junqueira e a coordenação do novo programa das três unidades Domus (Parede, Junqueira e Expo) foi um desafio que abraçou com entusiasmo. Especializado em Arte Terapia, área em que começou a trabalhar na Domus Vida Junqueira em 2005, estendeu em 2006 o projecto à Domus Vida do Parque das Nações e em 2008 à Unidade da Parede.

objectivo de prevenir e minorar o declínio de capacidades como o raciocínio, a linguagem e a memória. Inclui ainda a estimulação da autonomia física através de aulas de movimento e sessões de fisioterapia específica. O nível 3 é o mais personalizado de todos porque implica limitações do foro neuropsiquiátrico que impedem o trabalho em grupo.

Apesar de bem estruturada, a organização está longe de ser rígida. Nem poderia ser de outra forma. “O ambiente pretende-se familiar, tem de haver muita flexibilidade, nada é imposto, tudo é proposto”, lembra Luís Guerra. “Isto é uma vivência, não um tratamento nem uma escola. O nosso trabalho passa por motivar”, corrobora a neurologista



#### O AMBIENTE ▲

pretende-se familiar, tem de haver muita flexibilidade, nada é imposto, tudo é proposto

#### A PRINCIPAL NOVIDADE ►

deste programa é o facto de se ter criado uma estrutura com níveis diferenciados

Vitorina Passão. De resto, largar a expectativa de desempenho é uma das aprendizagens essenciais aos técnicos que trabalham nesta área. “O nosso desafio e a nossa postura é essa. Continuamos a ensinar e a motivar, mesmo sabendo que os doentes vão aprendendo cada vez menos. Lutamos contra a maré sabendo que ela é inevitável”, diz Rodrigo Neiva Correia. O reforço é permanente mas não há qualquer avaliação. “A única avaliação é a do técnico, não a dos Residentes. E o técnico nunca abandona, porque os nossos residentes não estão aqui para evoluir. Estão aqui para continuarem a ser pessoas, o mais humana e dignamente possível. O nosso trabalho é ajudá-los a manter a qualidade de vida”, continua





**CADA RESIDENTE** ▶  
tem um processo individual de acompanhamento a que toda a equipa vai tendo acesso

**O PROGRAMA** ▼  
proporciona vivências e não tratamentos ou escolas. Motivar é a sempre a ideia central



## O programa prevê a personalização das actividades. Os Residentes recebem o apoio de que precisam, com o nível mais adequado às suas necessidades

Luís Guerra. “E mesmo que os próprios já não se lembrem das pessoas que os rodeiam, o importante é que nós nos lembramos ainda de quem eles são”, conclui Vitorina Passão. Esta abordagem é, de resto, também o que torna este trabalho especial. “Não existe nada parecido com isto em Portugal, onde infelizmente a forma como se encaram estas patologias está muito ligada à resignação.”

### TRABALHO DE EQUIPA

Conciliar um ambiente familiar com um apoio técnico de elevada qualidade e um acompanhamento tão personalizado dos residentes implica uma articulação reforçada entre os especialistas envolvidos. Também entre eles o ambiente acaba por ser familiar.

“Oficialmente temos uma reunião mensal de equipa e uma reunião alargada à direcção de seis em seis meses. Não oficialmente, a comunicação é permanente”, afirma Rodrigo Neiva Correia. Também aqui não poderia ser de outra forma. “Cada vez que entra um novo residente temos de falar e trocar opiniões, e todos os dias podem surgir questões levantadas por eles ou por algum dos técnicos. A avaliação, o progresso e tudo o que aconteça de relevante pode ser motivo para uma troca de telefonemas ou uma conversa informal.” Tal como em família. Esse ambiente também favorece o clima de confiança entre residentes e técnicos que permite que a ajuda se faça de forma mais eficaz. Até porque os afectos influenciam bastante a aquisição e estímulo das capacidades cognitivas, como têm vindo a demonstrar cada vez mais estudos. “Especializei-me em Arte Terapia e quando tentei usar aqui essas ferramentas percebi a dificuldade que muitos tinham em aderir porque os exercícios apelam a muita espontaneidade e mexem muito nos afectos. Paradoxalmente, pode ser mais fácil para eles partirem de exercícios mais estruturados e emocionalmente menos desafiantes”, conta. Isto não significa que seja mais difícil às pessoas com Alzheimer, por exemplo, serem felizes. “Quem tem Alzheimer perde progressivamente a memória de curto e médio prazo, ficando com a de longo prazo. Isto significa que a sua percepção do tempo é diferente da nossa. A percepção baseia-se na memória. Estes doentes são pessoas felizes se os técnicos e as pessoas que os rodeiam não os confrontarem com diferenças da sua percepção e falhas de memória. Porque se já não se lembram também não vão preocupar-se com isso. Só perante um conflito é que pode haver alguma irritação. A angústia é muitas vezes maior para quem está de fora”, explica Luís Guerra. É por isso, aliás, que também existe um apoio especializado para os familiares destes residentes na unidade. A realidade deles é correcta e não é necessariamente infeliz. Na verdade, serão tanto mais felizes quando mais o tiverem sido na juventude, já que são essas as memórias que têm activas. O importante é que estejam bem quando estão a fazer as actividades que lhes propomos. Que estejam felizes, mesmo que não se lembrem disso depois. Isto é viver melhor. Isto é, em suma, ter uma sociedade mais humana.”





**Prof. Filipe Macedo**

Coordenador da Unidade de Cardiologia  
do institutocuf de diagnóstico e tratamento  
Professor da Faculdade de Medicina  
da Universidade do Porto

## Cuidar do Coração já em 2010

A MAIOR PARTE DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES RESULTA DE UM ESTILO DE VIDA INAPROPRIADO COMO O SEDENTARISMO, A FALTA DE ACTIVIDADE FÍSICA DIÁRIA, UMA ALIMENTAÇÃO DESEQUILIBRADA OU O TABAGISMO. A BOA NOTÍCIA É QUE A PREVENÇÃO ESTÁ AO ALCANCE DE TODOS

**A**s doenças cardiovasculares, são, de um modo geral, o conjunto de doenças que afectam o aparelho cardiovascular, designadamente o coração e os vasos sanguíneos. São responsáveis por cerca de 40% dos óbitos em Portugal, representando a principal causa de morte, sendo também uma importante causa de incapacidade.

### AS DOENÇAS MAIS COMUNS

A pressão arterial elevada, a doença das artérias coronárias, o enfarte do miocárdio, a angina de peito e a doença cerebrovascular são exemplos de doenças cardiovasculares frequentes.

A doença arterial coronária é a situação clínica em que ocorre o estreitamento do calibre das artérias coronárias, provocando uma redução do fluxo sanguíneo no músculo cardíaco, conduzindo a duas situações clínicas bem conhecidas como a angina de peito e o enfarte do miocárdio. Esta situação resulta de um fenómeno conhecido denominado por arterosclerose.

A arterosclerose tem início numa fase precoce da vida e progride silenciosamente durante anos. Habitualmente, quando aparecem as primeiras manifestações clínicas o processo já está avançado. Deve-se essencialmente à acumulação de gorduras na parede dos vasos sanguí-

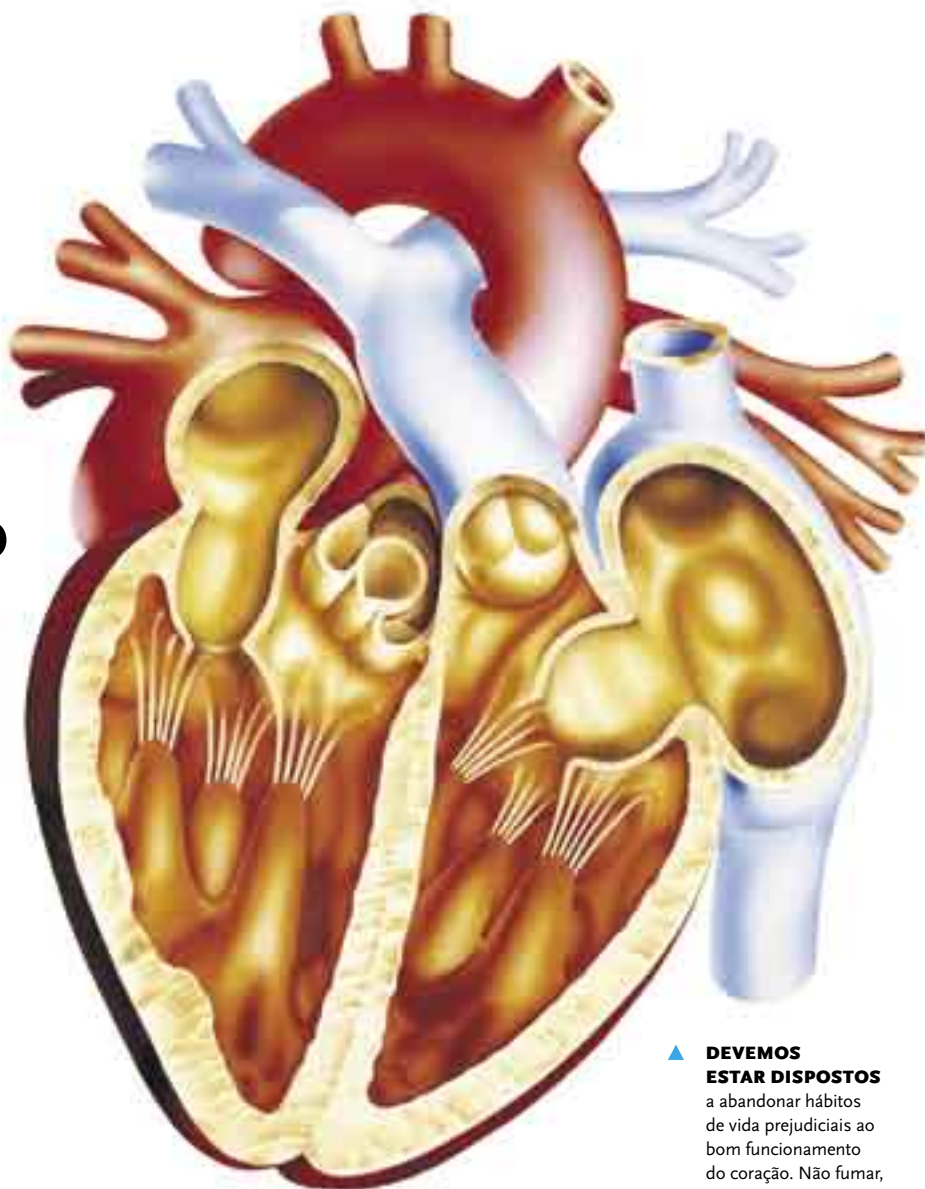
neos, como o colesterol e outros elementos que são transportados pela corrente sanguínea. Esta patologia é hoje claramente reconhecida como fazendo parte da denominada sociedade ocidental e mundo industrializado. São em grande parte os factores de risco cardiovasculares (FRCV), os responsáveis por esta calamidade.

### OS FACTORES DE RISCO CARDIOVASCULARES

#### SEDENTARISMO

A inactividade física é hoje reconhecida como um importante factor de risco para as doenças cardiovasculares.

O exercício físico é responsável por inúmeros benefícios para o bem-estar, a promoção da saúde e prevenção primária e secundária das patologias, sobretudo do foro cardiovascular.



**▲ DEVEMOS ESTAR DISPOSTOS** a abandonar hábitos de vida prejudiciais ao bom funcionamento do coração. Não fumar, fazer exercício e seguir uma alimentação cuidada devem ser uma prioridade de vida

**+**

**PERTO DE SI**

\*\*\*\*\*

**UNIDADE DE CARDIOLOGIA**  
INSTITUTOCUF DE DIAGNÓSTICO  
E TRATAMENTO

Rua Fonte das 7 Bicas, 170  
4460-188 Sra. da Hora

Telefone: 220 033 500

**GPS**  
N 41° 10' 53"  
W 8° 39' 30"

\*\*\*\*\*

A actividade física deve ser moderada, praticada pelo menos três vezes por semana, com regularidade. Pode ser na forma de caminhadas regulares ou exercício em locais apropriados, vulgo ginásios. Em ambos os casos, deve ser feita previamente a avaliação física do indivíduo. A falta de prática regular de exercício físico moderado potencia outros factores de risco susceptíveis de provocarem doenças cardiovasculares, tais como a hipertensão arterial, a obesidade, a diabetes ou a hipercolesterolemia (índices elevados de colesterol).

#### TABAGISMO

Os efeitos nocivos do tabaco são cumulativos, quer no que se refere ao seu consumo diário quer ao tempo de exposição. Os fumadores de mais de um maço de cigarros por dia têm quatro vezes mais enfartes do miocárdio do que os não fumadores. O risco aumenta quando a exposição se inicia antes dos 15 anos, em particular para as mulheres, uma vez que o tabaco reduz a protecção relativa aparentemente conferida pelos estrogénios. As mulheres que recorrem à anticoncepção oral (toma da pílula)

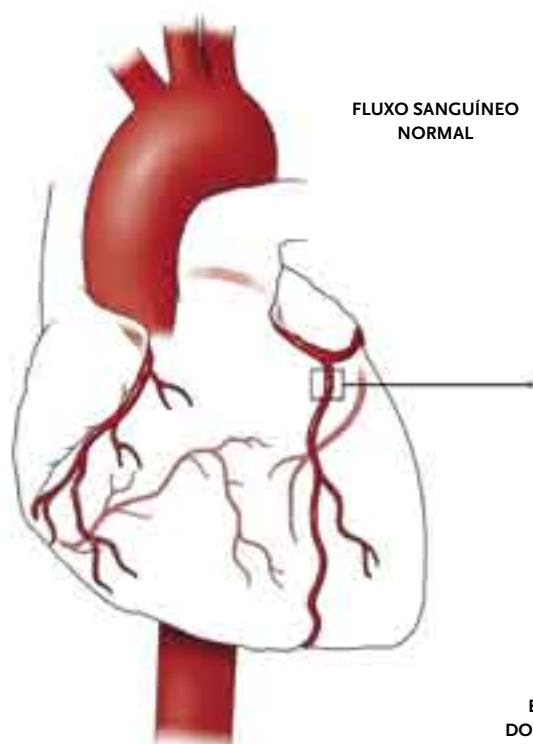
e que fumam estão sujeitas a um maior risco de acidente cardiovascular: por exemplo, o risco de enfarte do miocárdio aumenta de seis a oito vezes. O tabagismo favorece o aparecimento da angina de peito, do enfarte do miocárdio e da doença arterial periférica. O risco de acidente vascular cerebral também aumenta nos fumadores de modo proporcional ao número de cigarros fumados por dia.

A cessação do hábito tabágico é isoladamente a medida preventiva mais importante para as doenças cardiovasculares.

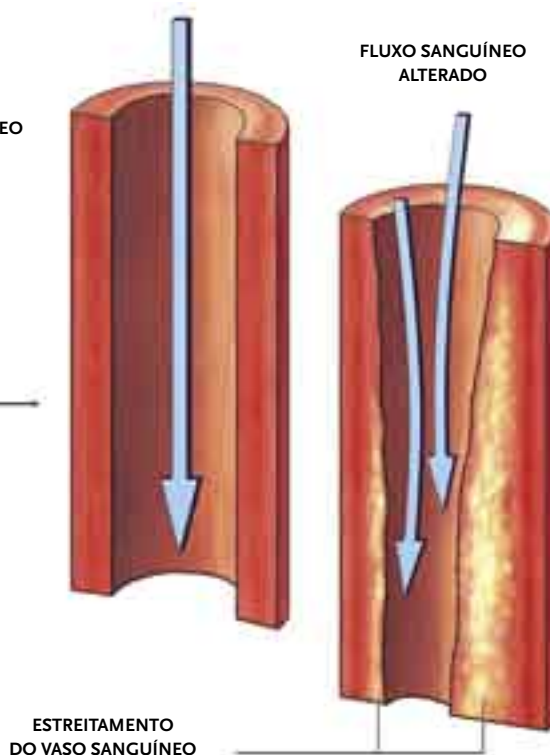
#### ESTA MÁQUINA PERFEITA

## BATE, BATE CORAÇÃO

TER ALGUM CONHECIMENTO SOBRE O FUNCIONAMENTO DO NOSSO CORAÇÃO PODE MOTIVAR-NOS A ADOPTAR MEDIDAS DE PREVENÇÃO



FLUXO SANGUÍNEO NORMAL



ESTREITAMENTO DO VASO SANGUÍNEO

FLUXO SANGUÍNEO ALTERADO

O ESTREITAMENTO do calibre das artérias coronárias leva a duas situações clínicas bem conhecidas como a angina de peito e o enfarte do miocárdio.



A DOENÇA ARTERIAL CORONÁRIA é a situação clínica em que ocorre o estreitamento do calibre das artérias coronárias, provocando uma redução do fluxo sanguíneo no músculo cardíaco, o que conduz a duas situações clínicas bem conhecidas como a angina de peito e o enfarte do miocárdio. Representam a principal causa de morte no nosso país e são também uma importante causa de incapacidade.

#### ANTECEDENTES FAMILIARES

podem ser factor de risco de doença coronária. A atitude mais correcta é apostar ainda mais na prevenção através de hábitos de vida saudável



**Frequência cardíaca** A frequência cardíaca (FC) é o termo utilizado para descrever o número de batimentos cardíacos por minuto. De uma maneira simples, considera-se uma FC normal quando está compreendida ente 60 e 80 bat/m em repouso. Considera-se bradicardia, ou seja, uma FC menor que 60 bat/m e taquicardia uma frequência superior a 100 bat/m. A frequência cardíaca em condições normais vai diminuindo gradualmente com a idade. Os recém-nascidos têm FC cerca de 130-150 bat/m, aos 2 anos 100-130 bpm e os adolescentes entre 80-100 bat/m. Os batimentos cardíacos aumentam em resposta a uma variedade de estímulos, desde o exercício físico, situações de stress, ansiedade, alterações endócrinas, anemia e outros.

**MAUS HÁBITOS ALIMENTARES**

Está hoje provado que a alimentação constitui um factor na protecção da saúde e, quando desequilibrada, pode contribuir para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares. Por isso, o excesso de sal, de gorduras, de álcool e de açúcares de absorção rápida, por um lado, e a ausência de legumes, vegetais e frutos frescos, por outro, são dois factores de risco associados às doenças cardiovasculares.

A Organização Mundial de Saúde adoptou como mensagem chave o aumento do consumo de fruta e vegetais, recomendando o consumo de cinco ou mais porções de fruta e vegetais por dia.

Para ser saudável, a alimentação deve ser variada e recomenda-se fazer várias refeições ao dia, sem exageros.

**HIPERCOLESTEROLEMIA**

Manifesta-se quando os valores do colesterol no sangue são superiores aos níveis máximos recomendados em função do risco cardiovascular individual. Há dois tipos de colesterol. O colesterol HDL (High Density Lipoproteins), designado por “bom colesterol”, é constituído por colesterol retirado da parede dos vasos sanguíneos e que é transportado até ao fígado para ser eliminado. O colesterol LDL (Low Density Lipoproteins) é denominado “mau colesterol”, porque, quando em quantidade excessiva, ao circular livremente no sangue, torna-se nocivo, acumulando-se perigosamente na parede dos vasos arteriais. Quer o excesso de colesterol LDL, quer a falta de colesterol HDL, aumentam o risco de doenças cardiovasculares, principalmente o enfarte do miocárdio.

**HIPERTENSÃO ARTERIAL**

Constitui um dos mais importantes problemas actuais de saúde pública, sendo o factor de risco cardiovascular mais comum e com uma maior influência no desenvolvimento da doença vascular cerebral e coronária.

Consideram-se valores de pressão arterial sistólica (“máxima”) superiores ou iguais a 140 mm Hg (milímetros de mercúrio) e/ou valores de pressão arterial diastólica (“mínima”) superiores ou iguais a 90 mm Hg. Contudo, nos doentes diabéticos, porque a aterosclerose progride mais rapidamente, considera-se haver hipertensão arterial quando os valores de pressão arterial sistólica são superiores ou iguais a 130 mm Hg e/ou os valores de pressão arterial diastólica são superiores ou iguais a 80 mm Hg.

**STRESS EXCESSIVO**

É difícil definir com exactidão o que significa stress porque os factores diferem de pessoa para pessoa. O stress é inevitável enquanto vivemos, é uma consequência do ritmo de vida actual. No entanto, a sensação de descontrolo é sempre prejudicial e pode ser um sinal para abrandar o ritmo de vida.

**DIABETES MELLITUS E OBESIDADE**

A diabetes mellitus é uma doença crónica multifactorial, cujo tratamento depende da conjugação de três factores: alimentação, actividade física e medicação. Segundo dados recentes da direcção geral de Saúde (DGS), entre os 20 e os 79 anos 6,6% da população é diabética.

A diabetes mellitus é um factor de risco in-

dependente em todas as formas de doença cardiovascular, influencia negativamente o desenvolvimento e progressão da doença arteriosclerótica. Nos diabéticos, o risco de doença das coronárias é duas a três vezes superior que nos indivíduos não diabéticos.

Os riscos de um acidente vascular cerebral ou do desenvolvimento de uma outra doença cardiovascular aumentam com o excesso de peso, mesmo na ausência de outros factores de risco. É particularmente perigosa uma forma de obesidade designada obesidade abdominal que se caracteriza por um excesso de gordura principal ou exclusivamente na região do abdómen. A obesidade abdominal está associada a um maior risco de desenvolvimento de diabetes e doenças cardiovasculares.

**PREVENÇÃO****A PREVENÇÃO É POSSÍVEL**

É POSSÍVEL REDUZIR O RISCO DE DOENÇAS CARDIOVASCULARES ATRAVÉS DA ADOÇÃO DE UM ESTILO DE VIDA MAIS SAUDÁVEL E DE UMA ABORDAGEM MAIS GLOBAL DO RISCO CARDIOVASCULAR



Deixe de fumar



Controle regularmente a sua pressão arterial, o seu nível de açúcar e gorduras no sangue



Tenha uma alimentação mais saudável, privilegiando o consumo de legumes, vegetais, fruta e cereais



Pratique exercício físico moderado com regularidade; fazer jardinagem, passear ao ar livre, praticar natação, levar a passear um cão, etc

**Então... Mexa-se!**

Está na altura de dar ouvidos aos amigos que insistem consigo para que faça exercício físico regular. Mas não é preciso virar atleta. Mudanças pequenas no dia-a-dia (usar escadas em vez de elevador, andar a pé quando for possível, dispensar o carro) já ajudam a adquirir, aos poucos, o bom hábito do exercício.

O treino deverá ter um programa personalizado, ser orientado, se possível, por profissionais especializados e incluir períodos de aquecimento e relaxamento muscular.

A partir de uma determinada idade (45-50 anos para as mulheres e 40 anos para os homens) é aconselhável a realização de exames periódicos de saúde; A prevenção deve começar mais cedo para os indivíduos com história familiar de doença cardiovascular precoce ou morte súbita.





**Enf.ª Helena Valentim Abrantes**

Presidente do Conselho de Enfermagem da José de Mello Saúde



## Cuidar... em segurança

OS ENFERMEIROS SÃO O SEGUNDO MAIOR GRUPO PROFISSIONAL NO MUNDO E A ESSÊNCIA DA SUA ACTIVIDADE É CUIDAR. NESTE ARTIGO A ENFERMEIRA HELENA VALENTIM ABRANTES FALA-NOS DE SEGURANÇA E DE COMO ATINGIR A EXCELÊNCIA QUANDO O QUE SE FAZ É TÃO DELICADO

**A** segurança do doente é hoje um tema comum às organizações de saúde, reflexo de uma sociedade cada vez mais informada e exigente que espera dos profissionais de saúde, desempenhos precisos e sem falhas. Um relatório publicado em 1999 pelo Instituto de Medicina Americano que quantificava os erros que ocorriam em hospitais, alertou para a importância da segurança do doente. Actualmente, na maioria das organizações de saúde, providenciar um ambiente seguro e livre de risco para os doentes está no topo das agendas de planeamento estratégico. A José de Mello Saúde estabeleceu prioridade neste tema e tem vindo a conduzir uma mudança cultural nas suas unidades, que envolve todos os profissionais de saúde no processo de cuidar no sentido de assumir uma atitude proactiva que vise a prevenção do erro. O plano estratégico de segurança do doente, transversal à José de Mello Saúde, visa uma me-

lhorar nos cuidados prestados, numa filosofia de cuidados seguros.

Desenvolver uma cultura de segurança não significa uma panaceia de orientações muito estruturadas que fazem cessar a complexidade ou prever todas as contrariedades.

A complexidade nos hospitais é uma constante e o sucesso está na capacidade de gerir o inesperado e adoptar medidas de forma consistente.

Estas medidas são, efectivamente, tão simples quanto melhorar a higiene das mãos, garantir a correcta identificação do cliente, assegurar uma correcta comunicação na transferência da informação clínica e controlar procedimentos. A sua operacionalização tem um impacto determinante na segurança dos clientes e centra-se em dois pólos em todas as unidades da José de Mello Saúde, que são o controlo da infecção hospitalar e a gestão do risco clínico.

No contexto hospitalar, e pela proximidade que têm com o cliente, os enfermeiros assumem um papel fundamental na criação de um ambiente seguro e de confiança. É a eles que cabe cuidar

## A excelência decide-se num segundo e pratica-se no minuto seguinte

dos clientes, dominando a arte e a ciência da enfermagem. Dotados de uma sólida formação científica, técnica e humana, agem integrados numa organização especialmente pensada para melhor servir o cliente.

Ainda que a cultura de segurança seja hoje obrigatória no léxico das organizações de saúde, na enfermagem a preocupação com a segurança do doente remonta a 1741, como consta da Postilha religiosa e arte de enfermeiros.

E se cuidar, hoje, é, segundo vários autores, a essência dos cuidados de enfermagem, o acto de cuidar remonta às origens da humanidade.

Garantir a continuidade da espécie, manter e cuidar a vida, dizia e diz respeito a qualquer pessoa mas cuidar de outro, “não parente”, assume características particulares. Neste cuidar, predominou, através dos tempos, a presença feminina.

A partir da idade média, o acto de cuidar da vida era atribuído à mulher religiosa, que renunciava a tudo para se dedicar a Deus e à Igreja. Só no final do Século XIX a figura da mulher enfermeira começa a dissociar-se da mulher religiosa.

Actualmente, os enfermeiros são o segundo maior grupo profissional no mundo o que significa que a segunda maior actividade humana profissionalizada é cuidar.

Então, como fazer dela uma actividade de excelência?

Aprendi ao longo de 25 anos de experiência profissional, que é verdadeiramente simples...

A excelência decide-se num segundo e pratica-se no minuto seguinte. A mensagem é simples... ser excelente no que fazemos é decidir que todos os cuidados que prestamos, àquela pessoa e naquele momento, não fiquem abaixo do excelente.

Muito se escreveu nos anos recentes acerca da mensagem deste acto, conotado na maioria das vezes como a humanização dos cuidados.

Na verdade, demoramos menos de um segundo a atingir a excelência, mas resta-nos uma vida inteira para a assegurar.

E é assim, de forma simples, que na José de Mello Saúde os enfermeiros assumem o compromisso de cuidar do cliente, dedicando-lhe atenção numa filosofia de cuidados seguros.

# Escolha de mãe

CINCO GERAÇÕES DA MESMA FAMÍLIA ESCLARECEM POR QUE RAZÃO OPTAM PELOS SERVIÇOS DA JOSÉ MELLO SAÚDE. MULHERES, ESPOSAS E MÃES ESCOLHEM SEGUIR A OPINIÃO DO CORPO CLÍNICO SAÚDECUF E DOMUS QUANDO O ASSUNTO É SAÚDE

**D**e trisavó a trinets, todos são acompanhados clinicamente nas unidades da José de Mello Saúde. É quase como a passagem de um testemunho; uma escolha que se tem revelado acertada.

Maria Eduarda Barata, a primeira de cinco gerações, tinha 35 anos quando o grupo foi criado. Apenas o hospitalcuf infante santo existia e já as suas filhas eram ali tratadas. Conhecimentos de família foi o motivo que então a conduziu até ali. De lá para cá, esta família sempre confiou na opinião do corpo clínico saúdecuf. Hoje a trisavó habita numa das Residências Assistidas Domus Vida. Elogia o ambiente enquanto a filha, Maria da Graça Henriques, e a neta, Ana Faria Blanc, sublinham o “impecável atendimento”. No caso da bisneta, Ana Avillez, habituada à relação de confiança já existente na família, escolheu o hospitalcuf descobertas para viver o nascimento dos filhos. Existem ainda mais razões para estas mulheres escolherem o universo da José de Mello Saúde para o acompanhamento dos que lhes são queridos. Dizemos-lhe quais são.

## ANA FARIA BLANC

Aos 10 anos precisou do Dr. Bento de Jesus para uma operação ao apêndice. Desde aí, alguns dos especialistas saúdecuf já contaram com a sua visita, como o Dr. Alpoim, Dr. João Paço e o Dr. Manuel Mello e Castro.

## ROSARINHO AVILLEZ

Nasceu, como o mano mais velho e a mana que “chega” em Abril, no hospitalcuf descobertas.

## MARIA EDUARDA BARATA

Sempre foi ao “hospital da cuf” e hoje vive na Residência Domus da Junqueira.







**MARIA DA GRAÇA HENRIQUES**

O hospitalcuf infante santo foi sempre a referência. Hoje, o único médico de que precisa é a Dra. Mariana Loureiro na clinicacuf cascais.

**ANA AVILLEZ**

É seguida pelo obstetra Dr. João Paulo Malta no hospitalcuf descobertas onde teve os seus dois filhos.

**MANUEL AVILLEZ**

Nasceu no hospitalcuf descobertas e a mana, que “vem a caminho”, também ali vai nascer. Sempre pela mão do Dr. João Paulo Malta.

## Uma relação familiar

**ANA FARIA BLANC**

52 anos, economista

Recorda-se de ter sido operada ao apêndice quando tinha 10 anos no hospitalcuf infante santo. “Na altura não havia a oferta que existe hoje, mas o serviço foi sempre impecável”, conta Ana. Desde então, a relação com a saúdecuf mantém-se. “O atendimento é excelente e as nossas sugestões são ouvidas”, realça. “Nas residências assistidas – a avó do meu marido habita numa delas – existe o cuidado de disponibilizar acompanhamento espiritual para quem o quiser ter”, adianta. E conclui: “São pormenores que fazem a diferença.”

## Acompanhamento total

**ANA AVILLEZ**

27 anos, gestora da área social

Desde pequena, Ana Avillez sempre procurou a opinião dos médicos da José de Mello Saúde. Os seus dois filhos nasceram no hospitalcuf descobertas e a gestora recorda o amparo da família e dos profissionais sentido na hora do parto. “O facto do meu marido me poder acompanhar confortou-me imenso”, esclarece. Quanto ao bem-estar da bisavó, a viver numa das residências assistidas, Ana realça “a flexibilidade no horário das visitas e a existência de uma programação lúdica”.

## Respostas para toda a família

**MARIA DA GRAÇA HENRIQUES**

67 anos, reformada

As maleitas de criança foram sempre tratadas no hospitalcuf infante santo. Desde então, quando algo não está bem, Maria da Graça procura junto do corpo clínico das unidades saúdecuf ou Domus as respostas para a família. w“As instalações são modernas e o pessoal mostra-se sempre atento”, sublinha Maria da Graça. “Agora a minha mãe está numa Residência Assistida e para nós é importante saber que ela é bem acompanhada”, refere. “Poder visitá-la ou fazer as refeições em conjunto permite maior proximidade da família que é sempre desejável”, faz questão de salientar.

## Confiança que se mantém

**MARIA EDUARDA BARATA**

99 anos, reformada

Em Julho cumpre um século de existência. Mais do que o hospitalcuf infante santo, que existe há 65 anos. Quando foi preciso optou pelos serviços daquela unidade, o “hospital da cuf”, como era conhecido, porque desde há décadas “o serviço é bom”. Agora a viver numa das residências assistidas, Maria Eduarda Barata aprecia o apoio espiritual e o desvelo com que é tratada. O laço de confiança mantém-se.





**Prof. Mário Morais de Almeida**

Coordenador da Imunoalergologia  
do hospitalcuf descobertas  
Presidente da Sociedade Portuguesa  
de Alergologia e Imunologia Clínica

## E a Primavera a chegar...

HÁ QUEM NÃO LIGUE ÀS ALERGIAS A NÃO SER QUANDO O INCÓMODO É PRATICAMENTE INSUPORTÁVEL. NESTE ARTIGO O PROF. MÁRIO MORAIS DE ALMEIDA EXPLICA PORQUE ESTA REACÇÃO NÃO É A ADQUADA E PROVA QUE A MELHOR FORMA DE CONTROLAR ESTES INCÓMIDOS É DIAGNOSTICANDO-OS. POIS PARA SE PODER RESOLVER UM PROBLEMA É PRECISO CONHECÊ-LO, E QUANTO MAIS CEDO MELHOR

Com a Primavera regressam ou agravam-se as alergias e, em Portugal, tal como acontece nos países desenvolvidos, um terço da população sofre destas doenças crónicas, da rinite alérgica que atinge 25%, até à asma que se manifesta em pelo menos 10%, da conjuntivite alérgica ou do eczema atópico, que afectam 10%, à alergia alimentar e medicamentosa que se manifestam em mais de 5%. E mais de 70% dos asmáticos têm rinite e até 50% destes têm asma. E a maioria dos doentes com rinite também tem conjuntivite alérgica...

Existindo muitos agentes sensibilizantes, quer no interior quer no exterior dos edifícios, a alergia aos pólenes, só por si, afectará mais de 20% da população, sendo a rinite a polinose mais conhecida.

E se são doenças muito frequentes, da criança ao idoso, saiba que os casos de alergia têm vindo a aumentar, quer em número quer em gravidade, justificando um acompanhamento especializado.

As doenças alérgicas iniciam-se frequentemente na infância e prolongam-se durante a vida, existindo ainda muito atraso no diagnóstico. E, se a doença alérgica não é diagnosticada, como pode então ser prevenida?

Existe muita tolerância perante situações incrivelmente perturbadoras da qualidade de vida do alérgico, da sua família, dos seus conviventes. E o controlo aqui tão perto...

Por isso, diagnosticar, diagnosticar, diagnosticar !!!

Não esperar que passe, quando, de ano para ano, é cada vez mais grave e incomodativo. E não se esqueça que da rinite se pode evoluir para a asma. Em todos os grupos etários as alergias são um problema muito real, tal como demonstrado em vários estudos. E quanto mais os quadros evoluem, maior o impacto e dificuldade em controlar a situação. E ter a doença controlada significa ter poucas ou nenhuma queixas.

◀ **A ALERGIA** aos pólenes, só por si, afecta mais de 20% da população, sendo a rinite a polinose mais conhecida

**+**

**PERTO DE SI**

\*\*\*\*\*

**UNIDADE DE IMUNOALERGOLOGIA**  
HOSPITALCUF DESCOBERTAS

Rua Mário Botas, Pq. das Nações  
1998-018 Lisboa

Telefone: 210 025 200

**GPS**  
N 38° 45' 25"  
W 9° 05' 54"

\*\*\*\*\*

A asma manifesta-se por sintomas de tosse, dificuldade em respirar, cansaço e pieira, podendo os sintomas variar em intensidade e frequência ao longo da vida; a rinite caracteriza-se por crises de espirros, comichão, corrimento e obstrução nasal, que pode ser permanente, associando-se frequentemente à conjuntivite alérgica que se traduz por olho vermelho, comichão, lacrimejo e sensação de corpo estranho. O eczema atópico revela-se pela existência de lesões na pele, com localizações típicas, provocando muita comichão. Em comum a todas estas doenças crónicas está a possibilidade de surgirem várias complicações. E as alergias alimentares, medicamentosas ou a veneno de insectos podem coexistir no mesmo indivíduo, na mesma família...

Após o Inverno, rigoroso, quando são muito frequentes as infecções, os alérgicos são agora confrontados com as polinizações mais intensas das últimas décadas.

A vida do alérgico não é fácil, pois as estações sucedem-se e os factores de agravamento somam-se.

E todo este impacto é tão fácil de reduzir em quem já tem acesso a um programa de controlo. No nosso país, devido às condicionantes ambientais, são múltiplos os alérgenos que podem desencadear sintomas: pólenes e fungos no exterior dos edifícios, ácaros do pó, animais domésticos e fungos no interior das habitações, pelo que a Primavera é então apenas mais uma época do ano em os sintomas de alergia são sentidos por milhões de cidadãos.

Espirrar repetidamente de manhã, ter o nariz entupido e corrimento nasal, ter comichão no nariz ou os olhos ficarem vermelhos ou lacrimejantes,

tossir e ter pieira, são alguns dos sintomas que podem indicar a existência de alergia. A ocorrência regular destes sintomas recomenda o aconselhamento médico. Garantidamente não é só uma constipação!

Após o diagnóstico, saiba que os tratamentos antialérgicos têm vários componentes:

1. evitar factores de agravamento como, por exemplo, reduzir a exposição aos alérgenos ou a irritantes como o fumo do tabaco;
2. utilizar de medicamentos para controlo das agudizações ou de crises a nível dos vários órgãos atingidos – pele, nariz, pulmão...
3. recorrer a medicamentos anti-inflamatórios por períodos prolongados, permitindo o controlo destas doenças crónicas;
4. aplicar vacinas antialérgicas que podem modificar a história natural da doença, por exemplo prevenindo a asma em quem tem rinite.

Quando as concentrações de pólenes a que é alérgico forem elevadas é de evitar as actividades ao ar livre, incluindo desportos e passeios no jardim. Se viajar de carro deve manter as janelas fechadas e, no que diz respeito aos motociclistas, devem usar capacete integral. Em casa mantenha as janelas fechadas, em particular ao princípio da manhã e ao fim da tarde, bem como nos dias de vento forte, quentes e secos. Na rua é aconselhável a utilização de óculos escuros.

Viva com alegria e, se possível, sem alergias. São muito frequentes e podem ser graves, mas se tem uma doença alérgica não deixe que ela viva a sua vida ou a dos seus familiares. Assuma o controlo.

As equipas de saúde estão aptas para ajudar na obtenção de boa qualidade de vida.

Se tem dúvidas, informe-se e aprenda alguns truques. Esteja atento ao Boletim Polínico na imprensa ou em [www.spaic.pt](http://www.spaic.pt).

Mas apesar da informação estar cada vez mais disponível, a falta de controlo é a regra para muitos alérgicos, que frequentemente nem sabem que o são.

Ou seja, em conjunto, podemos fazer muito melhor, solucionando mitos, dissolvendo crenças e resolvendo ideias erradas.

## PREVENÇÃO

# HÁ MALES QUE VÊM DO VERDE

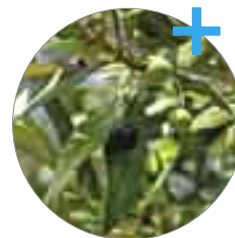
AS PLANTAS QUE CAUSAM ALERGIA SÃO AS QUE POLINIZAM PELO VENTO. OS GRÃOS DE PÓLEN DESTAS PLANTAS SÃO LEVES, SENDO TRANSPORTADOS ATÉ DISTÂNCIAS CONSIDERÁVEIS, E AO ENTRAREM EM CONTACTO COM A PELE E AS MUCOSAS DESENCADEIAM A REACÇÃO ALÉRGICA



As gramíneas, também conhecidas por fenos, são a principal causa de alergia a pólenes, ocorrendo o período de polinização de Abril a Junho



A erva parietária, também conhecida por alfavaca-de-cobra, é entre o grupo das chamadas ervas daninhas a que provoca maior alergia. A polinização pode ocorrer todo o ano, com frequências máximas em Abril e Maio



Dos pólenes das árvores, o da oliveira é a principal causa de alergia, com o período de polinização de Abril a Junho





CDSHB

## Hospital de Braga aposta na sustentabilidade

SAÚDE PÚBLICA, EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE, FORMAÇÃO CÍVICA E INCLUSÃO SOCIAL SÃO AS PRINCIPAIS ÁREAS DE INTERVENÇÃO DO RECÉM-CRIADO CONSELHO PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTADO. OBJECTIVO: ESTREITAR RELAÇÕES E BENEFICIAR AS POPULAÇÕES QUE O HOSPITAL SERVE. PORQUE UM HOSPITAL SÓ SERVE OS SEUS FINS QUANDO ESTÁ INTIMAMENTE LIGADO À COMUNIDADE QUE O RODEIA

**A** Escala Braga, sociedade gestora do novo Hospital de Braga, criou um Conselho para o Desenvolvimento Sustentado com o objectivo de promover acções de responsabilidade social nas áreas da saúde pública, educação para a saúde, formação cívica e inclusão social, em benefício das populações de Braga e Viana do Castelo que o hospital serve. Estima-se em cerca de um milhão e cem mil o número de pessoas actualmente abrangidas pela área de influência do hospital, reconhecendo-se a existência de inúmeras situações de desigualdade, carência económica e exclusão social. Além da sua actividade de prestação de cuidados integrados de saúde, o hospital reconhece e assume a sua particular responsabilidade na promoção da plena integração social, do bem-estar, do desenvolvimento e valorização pessoal das populações que serve, sendo essa a principal função assumida pelo Conselho para o Desenvolvimento Sustentado do Hospital de Braga. De natureza consultiva, o Conselho reúne-se três vezes por ano e a sua actividade vai ser coordenada com os agentes políticos, sociais e económicos da região, acompanhando as populações mais carenciadas. Conheça a composição do CDSHB na caixa ao lado.

VALOR  
JMS

### DESENVOLVIMENTO HUMANO

No Grupo José de Mello Saúde procuramos crescer com a organização, apostando no contributo individual. Sabemos que as pessoas são sempre o elemento que faz a diferença. A organização José de Mello Saúde privilegia o diálogo com os seus colaboradores. Por sua vez, estes escutam e aprendem uns com os outros. Agimos correctamente, com ética. Cumprimos regras, honramos compromissos e nunca faltamos com a verdade ao cliente.







## entrevista...



### Rui Assoreira Raposo

Presidente do Conselho de Administração do Hospital de Braga

“QUERÍAMOS CONSTITUIR UM CONSELHO QUE REUNISSE AS FORÇAS VIVAS DA REGIÃO”

**P ► Qual a motivação que esteve na base da constituição do Conselho de Desenvolvimento Sustentado do Hospital de Braga (CDSHB)?**

**R ►** Sabemos que o Hospital de Braga tem um enorme impacto na sociedade onde se insere, tanto a nível económico como social. O CDSHB vem ajudar-nos a prosseguir os nossos fins de desenvolvimento sustentado, nomeadamente através do conhecimento concreto da realidade desta região que os conselheiros têm. Acredito que todas as organizações devem contribuir para a garantia de um futuro sustentável e, para isso, devem ter em consideração as três dimensões da sustentabilidade: uma dimensão económica – as organizações têm que ser, em primeiro lugar, economicamente viáveis; uma dimensão social; a organização tem obrigatoriamente que ter uma consciência social – e uma dimensão ambiental – não é possível, nos dias que correm, descurar temas como a eco-eficiência e a preservação ambiental.

**P ► Que critério foi seguido para a escolha dos membros?**

**R ►** Queríamos constituir um Conselho que reunisse as forças vivas da região, desde os representantes da Igreja até às instituições sociais passando pela autarquia local, associações económicas e comerciais e universidade. Procurámos incluir neste órgão instituições que conheçam profundamente a realidade desta região e das suas comunidades.

**P ► Qual será o primeiro projecto/intervenção a desenvolver?**

**R ►** O CDSHB teve a sua primeira reunião em Dezembro e a segunda agora em Março. Estamos neste momento a partilhar os vários conhecimentos sobre a realidade da comunidade onde o Hospital de Braga se insere e a reflectir sobre um conjunto de iniciativas a desenvolver.

## QUEM É QUEM NO CONSELHO DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTADO DO HOSPITAL DE BRAGA

+

PRESIDENTE DO CONSELHO PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTADO DO HOSPITAL DE BRAGA

► Eng.º Luís Braga da Cruz

+

PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DA JOSÉ DE MELLO SAÚDE

► Dr. Salvador de Mello

+

PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DO HOSPITAL DE BRAGA

► Dr. Rui Assoreira Raposo

+

COMISSÃO EXECUTIVA DO HOSPITAL DE BRAGA

► Dr. Hugo Meireles  
► Dr. Francisco Miranda Duarte  
► Dr. Carlos Valério

+

ARCEBISPO PRIMAZ DA ARQUIDIOCESE DE BRAGA

► D. Jorge Ortiga

+

PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE BRAGA

► Eng.º Francisco Mesquita Machado

+

PRESIDENTE DO CENTRO REGIONAL DE BRAGA DA UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA

► Prof. Dr. Pio G. Alves de Sousa

+

REITOR DA UNIVERSIDADE DO MINHO

► Prof. Dr. António Augusto Magalhães da Cunha

+

PROVEDOR DA SANTA CASA DA MISERICÓRDIA DE BRAGA

► Dr. Bernardo José Ferreira Reis

+

PRESIDENTE DA CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO DE BRAGA

► Dr. Francisco Alvim

+

PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO INDUSTRIAL DO MINHO

► Dr. António Marques

+

PRESIDENTE DA DIRECÇÃO DA ASSOCIAÇÃO COMERCIAL DE BRAGA

► Dr. Domingos Macedo Barbosa

# Breves

:: APRENDER :: COMUNICAR :: INOVAR



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

## José de Mello Saúde patrocina Meia-Final do TIMES em Lisboa

Entre os dias 15 e 17 de Fevereiro decorreu, em Lisboa, uma das Meias-Finais do TIMES – *Tournament In Management and Engineering Skills*, uma competição internacional de casos de estudo para alunos de Engenharia e Gestão Industrial, patrocinada este ano pela José de Mello Saúde. A iniciativa, organizada pela ESTIEM – *European Students of Industrial Engineering and Management* e pelo Núcleo de Estudantes de Engenharia e Gestão Industrial (NEEGI) do Instituto Superior Técnico, contou com a apresentação de dois casos de estudo, um deles desenvolvido pela José de Mello Saúde: “Fernando Fonseca Hospital – *One Project, One Team*”. A equipa vencedora (na foto) foi a Finlândia, à qual caberá disputar a final na Alemanha.



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

## FORMAÇÃO EM BIOÉTICA

Durante os meses de Janeiro e Fevereiro, médicos, enfermeiros e gestores da José de Mello Saúde participaram numa Formação Avançada em Bioética e Ética Clínica organizada pela Universidade Católica de Lisboa. O curso, de 40 horas, teve como objectivo principal dar aos participantes uma visão dos princípios e fundamentos da bioética, nomeadamente das ferramentas analíticas necessárias à reflexão e análise ética de casos concretos.



JOSÉ DE MELLO SAÚDE

## LUTA CONTRA A LEUCEMIA



Associação Portuguesa  
contra a Leucemia

Uma equipa de cientistas portugueses e americanos está a investigar o uso clínico de células estaminais capazes de neutralizar a rejeição da medula óssea em doentes com leucemia. O transplante de medula pode significar a cura para estes doentes mas, em 50% dos casos, surgem episódios de rejeição que podem ser fatais. Esta investigação tem o apoio da José de Mello Saúde e está a ser realizada no âmbito de uma parceria entre a Associação Portuguesa Contra a Leucemia, o IPO, Instituto de Biotecnologia e Bioengenharia do Técnico e o Centro de Lusotransplante de Lisboa.



**HOSPITAL DE BRAGA**

**HOSPITAL DE BRAGA  
JÁ CONTRATOU 100 NOVOS  
PROFISSIONAIS**

100

**PROFISSIONAIS**  
já foram contratados  
pelo Hospital de Braga



9

**ESTAGIÁRIOS**  
fazem parte  
desta equipa

Desde o dia 26 de Outubro o Hospital de Braga já contratou 100 profissionais divididos pelos vários grupos profissionais da saúde. Este número inclui igualmente 9 estagiários que, através do Programa de Estágios com o Centro de Emprego e Formação Profissional de Braga, estarão nesta unidade durante 12 meses. A ocupação dos novos postos de trabalho tem sido feita não só por jovens que ali encontram o seu primeiro emprego, mas também por profissionais com experiência que se encontravam sem actividade profissional e que têm agora uma nova oportunidade de regressar à vida activa. Ciente das suas responsabilidades, o Hospital de Braga reconhece que a criação de postos de trabalho é um contributo prioritário que esta unidade de saúde pode dar à região, pelo que tem incentivado fortemente o recrutamento local.



**JOSÉ DE MELLO SAÚDE**

**PARTICIPAÇÃO EM CONFERÊNCIA SOBRE  
A EVOLUÇÃO DOS SISTEMAS DE SAÚDE**

No passado dia 25 de Fevereiro o presidente do Conselho de Administração da José de Mello Saúde participou num encontro organizado pela Associação Portuguesa de Engenharia e Gestão da Saúde, subordinado ao tema “A Evolução dos Sistemas de Saúde”. Participaram neste encontro, além de Salvador de Mello, o Consejero de Sanidad de Castilla e León, Francisco Javier Guisasola, bem como António Ferreira, presidente do Hospital de São João. O evento decorreu no âmbito dos Encontros Hispano-Lusos da Fundação Bamberg, co-organizadora da acção. Salvador de Mello apresentou a visão da José de Mello Saúde para as Reformas do Estado no sector.



**HOSPITAL DE BRAGA**

**Hospital de Braga desenvolve  
Projecto Mudança**

O Hospital de Braga está a desenvolver, desde Janeiro de 2010, o Projecto Mudança, que pretende aumentar a eficiência e o nível de serviço da unidade e, ao mesmo tempo, preparar a passagem para o novo Hospital. O Projecto Mudança está assente em três pilares essenciais: mais produção, mais eficiência e melhor serviço que permitirão, a curto prazo, contratar recursos e adquirir equipamentos que tornem esta unidade ainda mais distintiva.

No que diz respeito à produção, pretende-se um maior e melhor aproveitamento dos recursos actuais, resultando numa maior e mais rápida resposta aos utentes da zona de influência do Hospital de Braga. As metas para uma maior eficiência passam por uma negociação mais eficaz com fornecedores e pela implementação de boas práticas de consumo. Estas medidas resultarão naturalmente na eliminação do desperdício e na contratação de mais recursos e mais qualificados. Para um melhor serviço o Hospital considera fundamental um foco no atendimento mais atempado e planeado.





●●●●  
SAÚDECUF

## HOSPITALCUF DESCOBERTAS INICIA CONSULTA DE EPILEPSIA

O hospitalcuf descobertas iniciou, no mês de Março, uma Consulta de Epilepsia a cargo do Prof. José Pimentel, neurologista com grande experiência na investigação e tratamento desta doença. Esta consulta visa proporcionar a todos os doentes epiléticos as melhores condições médicas para fazerem face à sua doença numa perspectiva total.

●●●●  
SAÚDECUF



### CLÍNICALCUF CASCAIS ABRE AOS DOMINGOS

A clinicacuf cascais alargou os horários dos exames de radiologia/RX, densiometria óssea e análises clínicas de rotina, passando a funcionar também ao domingo, entre as 10h00 e as 20h00.

●●●●  
SAÚDECUF

## Unidade especializada em diabetes no hospitalcuf infante santo

A Unidade de Diabetes do Centro de Endocrinologia do hospitalcuf infante santo foi inaugurada no passado dia 2 de Março.

Esta nova unidade visa reunir, num único espaço, uma oferta especializada que responda à crescente ocorrência da diabetes.

O cliente saúdecuf dispõe aqui de uma equipa multidisciplinar coordenada pelo Prof. António Galvão-Teles e pelo Dr. José Garcia e Costa e composta por médicos endocrinologistas e andrologistas, médicos de medicina interna e diabetes, cirurgiões, nutricionistas, psicólogos e enfermeiros com treino em diabetes.



“O NOSSO PRINCIPAL OBJECTIVO É ATINGIR UM CONTROLO METABÓLICO MAIS CORRECTO NO MAIOR NÚMERO DE DOENTES POSSÍVEL, QUE PERMITIRÁ UMA REDUÇÃO DO NÚMERO DE HOSPITALIZAÇÕES E DA FREQUÊNCIA E GRAVIDADE DAS COMPLICAÇÕES.”

**Alberto Galvão-Teles,**  
Coordenador do Centro de Endocrinologia, na imagem com João Paço, Director Clínico do hospitalcuf infante santo

CENTRO DE GASTROENTEROLOGIA

# LIBERTE-SE DE PREOCUPAÇÕES INDIGESTAS



centro de  
gastroenterologia

O Centro de Gastroenterologia do hospitalcuf infante santo caracteriza-se por uma ampla oferta de consultas e técnicas no âmbito do diagnóstico das doenças do estomago e do intestino.



hospitalcuf  
infante santo

Mais informações nas recepções.

[www.hospitalcuf.pt](http://www.hospitalcuf.pt) • trate-sebem

uma unidade da:



JOSÉ DE MELLO SAÚDE



SAÚDECUF

## Novo espaço de laboratório de patologia clínica no hospitalcuf infante santo

Abriu no edifício da Av. Infante Santo n.º 34 um novo espaço para colheitas de análises clínicas. A abertura deste posto de colheitas vai permitir aos clientes realizarem as suas análises no seguimento das consultas realizadas no mesmo edifício.

☎ Para mais informações ligue 213 926 100



SAÚDECUF

### CLÍNICALCUF CASCAIS JÁ TEM RESSONÂNCIA MAGNÉTICA

A clínicacuf cascais adquiriu recentemente um aparelho de ressonância magnética alargando assim o leque de exames disponíveis da unidade. A ressonância magnética é um exame de elevada precisão capaz de detectar alterações dos órgãos e estruturas do corpo através de ondas de radiofrequência geradas num campo magnético, o que permite confirmar o diagnóstico de várias doenças ou lesões.

☎ Para mais informações ligue 211 141 400

SAÚDECUF



### MAIS PEDIATRIA NO HOSPITALCUF DESCOBERTAS

O hospitalcuf descobertas tem à disposição dos seus clientes novas consultas na área da pediatria. Assim, a partir de agora tem à sua disposição as especialidades de Pedopsiquiatria (Dr. João Beirão e Dr.ª Paula Medeiros), Cefaleias (Dr. José Carlos Ferreira), Sono (Dr. Filipe Glória e Silva) e Medicina Dentária (Dr. Paulo Nikel).



### NOVA ÁREA DE CONSULTAS NO HOSPITALCUF DESCOBERTAS

Alargámos a área de consultas no hospitalcuf descobertas. Medicina Interna, Medicina Geral e Familiar, Oncologia, Neurologia, Endocrinologia, Anestesiologia, Medicina Física e Reabilitação estão agora ao seu dispor também no Piso 1.



SAÚDECUF

## DERMATOLOGIA E ESTÉTICA NA CLÍNICALCUF CASCAIS

A Dermatologia e a estética andam muitas vezes de mãos dadas. Por isso mesmo, a clínicacuf cascais aposta numa abordagem multidisciplinar entre as várias especialidades. Além da consulta de Dermatologia, da Cirurgia Vasculosa, Cirurgia Plástica e Nutrição, é possível realizar exames como a Dermatoscopia Digital Computorizada e rastreios de cancro de pele, bem como tratamentos de dermocosmética, fototerapia, laser, remoção de tatuagens e programas de emagrecimento ou rejuvenescimento. Pode contar com 15 médicos ao seu serviço. Basta dirigir-se ao piso 0 desta Unidade.

☎ Para mais informações ligue 211 141 400



SAÚDECUF

## CHECK-IN AUTOMÁTICO NA CLÍNICA CUF ALVALADE

A clínicacuf alvalade é a segunda Unidade José de Mello Saúde com *Check-In* Automático (ver pág. 24 desta revista). O *Check-In* Automático torna mais rápido o atendimento ao cliente que, ao chegar à unidade para a consulta externa, identifica-se no quiosque electrónico ficando a saber imediatamente quanto tempo terá de esperar e se tem exames ou resultados de análises para levantar antes da consulta. A partir daí, todo o seu percurso na Unidade é gerido por via informática. É uma inovação exclusiva da José de Mello Saúde.

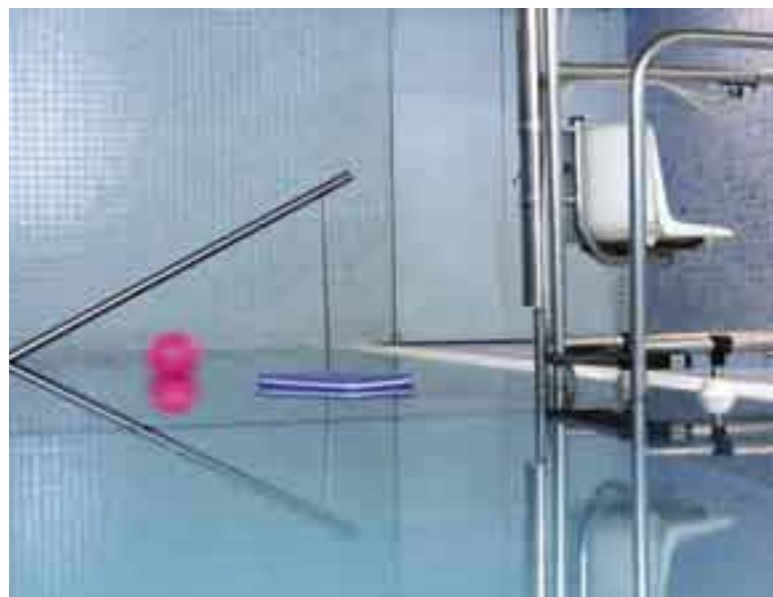


SAÚDECUF

## SAÚDE ORAL É UMA REFERÊNCIA NA CLÍNICA CUF BELÉM

Abriu as portas em Junho de 2009 mas já é uma referência na prestação de cuidados de saúde oral. A Unidade de Medicina Dentária, Estomatologia e Cirurgia Maxilo-Facial da clínicacuf belém conta com uma equipa multidisciplinar que tem por missão dar resposta a todas as patologias da face e boca, desde a medicina dentária geral, cirurgia maxilo-facial, periodontologia, implantologia, prostodontia e odontopediatria. Composta por três médicos dentistas, dois estomatologistas e dois cirurgiões maxilo-faciais, conta ainda com as tecnologias mais avançadas para lhe proporcionar os meios de prevenção, diagnóstico e tratamento mais eficazes.

☛ Para mais informações ligue 213 612 367



SAÚDECUF

## Hidroterapia terapêutica na clínicacuf alvalade

O Centro de Fisioterapia da clínicacuf alvalade promove aulas regulares de hidroterapia para fins terapêuticos. Artroses, reumatismo, fibromialgia e hérnias disciais são algumas das doenças com benefícios comprovados associados a esta terapia, que também tem efeitos positivos na correcção da postura e no controlo da respiração.

☛ Para mais informações ligue 210 019 500



SAÚDECUF

## À conversa com o pediatra

Procurando contribuir para uma maior educação em saúde das populações da região Oeste, a **clínicacuf** torres vedras organiza periodicamente sessões de formação gratuitas, sob a coordenação da Prof. Ana Serrão Neto, que visam abordar temas de referência em Pediatria. Estes encontros são destinados a professoras, educadoras, mães e todos aqueles que procuram informação sobre os principais temas de saúde infantil. As “Conversas com o Pediatra” acontecem uma vez por mês, ao sábado de manhã, sendo o tema do mês divulgado previamente na **clínicacuf** torres vedras e através do *site* [www.saudecuf.pt](http://www.saudecuf.pt)

☎ Para mais informações ligue 261 008 000



UNIDADES CAMPOS COSTA

## CAMPOS COSTA INAUGURA LOJA

A pensar no bem-estar do cliente, a Campos Costa inaugurou no passado mês de Novembro uma loja onde é possível obter informações, marcar e levantar exames para as diversas unidades, incluindo o **instituto**cuf do porto. Localizada na Rua da Fábrica, no Porto, esta loja permite ainda a marcação de consultas para as especialidades nas unidades da rede **saúde**cuf no norte. Tudo para facilitar a vida ao cliente e encurtar as distâncias.

☎ Para mais informações ligue 223 400 900

+ VIDA :: ABRIL 2010



SAÚDECUF

## UNIDADE DA MULHER EM TORRES VEDRAS

A **clínicacuf** torres vedras dispõe de uma equipa clínica de excelência formada por ginecologistas, obstetras, cirurgiões e médicos das mais variadas especialidades, bem como uma oferta alargada no âmbito da saúde da mulher com consultas e exames, exames pré-natais, preparação pré e pós-parto, nutrição, tratamentos, cirurgias, estética e bem-estar. Esta oferta permite que haja um acompanhamento clínico integrado desde a adolescência até à menopausa abrangendo todas as áreas da saúde feminina.

☎ Para mais informações ligue 261 008 000







● ● ● ●  
UNIDADES CAMPOS COSTA

**APOSTA EM TELE-RADIOLOGIA**

A MedWeb é uma unidade de Tele-Radiologia que disponibiliza, em parceria com diversos hospitais, relatórios médicos de imagiologia 24 horas por dia, 365 dias por ano, nas áreas de Tomografia Computorizada, Ressonância Magnética e Radiologia Digital, entre outros. A iniciativa, do centro de imagiologia Dr. Campos Costa, surgiu em 2008 fruto de uma visão sustentada na constante inovação tecnológica e melhoria dos serviços. O objectivo é oferecer um sistema de informação flexível, permitindo a integração com os sistemas de informação dos clientes.

**RADIOLOGIA DE INTERVENÇÃO COM PROCURA CRESCENTE**

Há cerca de um ano a Campos Costa alargou a sua oferta à Radiologia de Intervenção, área inovadora na qual é actualmente líder na zona Norte do país. Estes tratamentos minimamente invasivos, guiados por imagem, têm tido procura crescente. Em 2009 a equipa de Radiologia de Intervenção da Campos Costa realizou cerca de 600 intervenções, verificando-se um aumento de 7% entre o 1.º e o 2.º semestre. Os tratamentos são realizados por um corpo clínico de excelência.



● ● ● ●  
DOMUSPALLIUM

**NOVA UNIDADE DE CUIDADOS PALIATIVOS NA DOMUS PARQUE DAS NAÇÕES**

A Domus Parque das Nações tem a funcionar, uma nova Unidade de Cuidados Paliativos, DomusPallium, com o objectivo de prestar assistência a pessoas em situações de doença avançada e prolongada ou incurável, prevenindo e reduzindo o seu sofrimento e acompanhando os respectivos familiares.

A Unidade conta com uma equipa multidisciplinar diferenciada, com formação e experiência em cuidados paliativos e em estreita ligação com a rede saúdeucuf, dando assim resposta integrada desde a fase de diagnóstico à fase paliativa. Esta nova Unidade está localizada no 4º piso do edifício Domus Parque das Nações, num ambiente envolvente e acolhedor especialmente pensado para doentes, familiares e amigos.

● Para mais informações ligue 707 506 506



● ● ● ●  
DOMUS VIDA

**Recuperação ortopédica com todo o conforto na Residência Assistida Domus Vida da Parede**

Sabia que pode usufruir de estadias temporárias da Residência Assistida Domus Vida da Parede em caso de reabilitação pós-cirurgias ortopédicas? A Domus Vida Parede conta com uma oferta especializada na área da assistência pós-hospitalar, o que lhe garante uma recuperação funcional rápida e eficaz. Acompanhamentos médicos, serviços de enfermagem e fisioterapia aliam-se aqui a toda a comodidade e conforto, podendo contar com um plano de reabilitação personalizado e apoio nas actividades da vida diária, inclusivamente nas deslocações às consultas com o seu médico e transporte desde o hospital.

● Para mais informações ligue 707 506 506 e consulte [www.jmellors.pt](http://www.jmellors.pt)





#### BRISA

## BRISA PROMOVE BOLSA E PRÉMIO DE ENGENHARIA NATURAL

A Brisa decidiu criar um prémio e uma bolsa de estudo bianuais que visam distinguir os melhores trabalhos e projectos no âmbito da engenharia natural.

O Prémio Brisa de Engenharia Natural atribuirá um valor monetário, de dez mil euros, aos melhores trabalhos desenvolvidos nesta área, enquanto a Bolsa de Estudo Brisa em Engenharia Natural terá a duração de um ano e premiará, com o valor financeiro que o projecto exigir, estudos ou teses de mestrado com potencial de desenvolvimento.

Ao lançar estas iniciativas, cujos prazos de candidatura terminam no final de Janeiro (prémio) e de Março (bolsa), a Brisa assume o compromisso de conciliar a operação rodoviária com a protecção do ambiente. Para mais informações sobre estes temas poderá consultar os *sites* [www.brisa.pt](http://www.brisa.pt) ou [www.apena.pt](http://www.apena.pt).

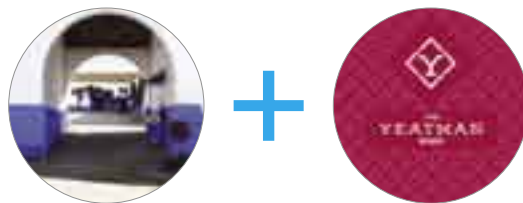
#### MONTE DA RAVASQUEIRA

## MONTE DA RAVASQUEIRA E THE YEATMAN CELEBRAM PARCERIA

O Monte da Ravasqueira celebrou recentemente um acordo de parceria com os promotores do Hotel The Yeatman, que prevê abrir as suas portas em Junho em Vila Nova de Gaia e assumirá um posicionamento de prestígio dirigido a todos os turistas que sejam apreciadores de vinho e pretendam usufruir também da atmosfera e vistas da zona ribeirinha e centro histórico do Porto.

Nos termos do acordo de parceria, e tal como sucederá com um leque restrito de outros produtores de vinho, o Monte da Ravasqueira assumirá o estatuto de patrocinador de um dos quartos do hotel, que ostentará assim o nome da propriedade da família José de Mello em Arraiolos.

O Hotel The Yeatman contará com 12 suites e 70 quartos, todos com terraço e jardim privativo com vista para o rio Douro, além de um restaurante, bares, salas de reuniões, piscinas interior e exterior, ginásio, kids club e Wine Spa.



#### CUF

## CUF DISTINGUIDA COM MEDALHA DE OURO DA AIP

No âmbito das comemorações do seu 173.º aniversário, a Associação Industrial Portuguesa (AIP) distinguiu um conjunto de organizações empresariais e empresários com a Medalha de Ouro da Associação, entre os quais João de Mello, presidente da CUF, numa cerimónia que ocorreu no dia 28 de Janeiro e contou com a intervenção do presidente da AIP-CE, Jorge Rocha de Matos, além dos homenageados.

A atribuição desta distinção ao presidente da *holding* do Grupo José de Mello para a área da indústria química deveu-se, segundo a AIP-CE, ao seu “relevante trabalho nos planos de desenvolvimento e novos investimentos, mesmo em contextos de grandes alterações políticas e em climas económicos de adversidade”.

Na mesma cerimónia foram também entregues Medalhas de Ouro da AIP a Emílio Rui Vilar (Fundação Calouste Gulbenkian), Ricardo Espírito Santo Salgado (BES), Pedro Queiroz Pereira (SEMAPA), Luís Portela (BIAL), Carlos Marouço (CISNE), Aníbal Campos (SILAMPOS), Manuel Gamito (AIP-CE) e Almeida e Sousa (antigo presidente da Associação Industrial Portuense).



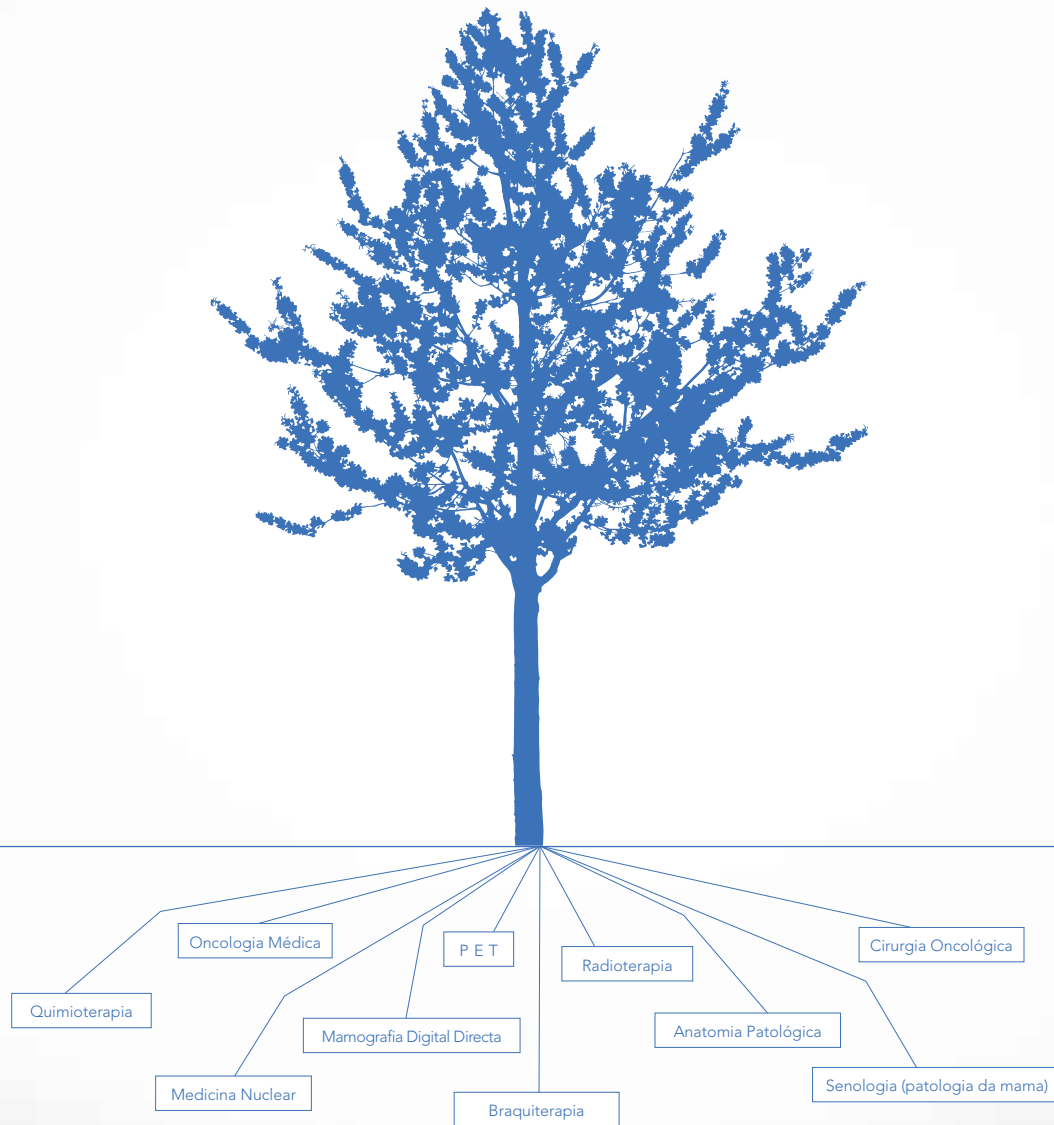
#### EFACEC

## EFACEC REFORÇA PARCERIA COM JOSÉ DE MELLO SAÚDE

A Efacec reforçou a parceria que tinha com a José de Mello Saúde na prestação de serviços de manutenção ao celebrar recentemente um contrato para o Hospital de Braga. Além da parceria na prestação de serviços de manutenção dos hospitais e clínicas que integram a rede *saúdeCuf*, a Efacec tem acumulado experiência neste domínio em várias outras unidades hospitalares de referência em todo o país, quer do sector público, quer do sector privado. As soluções integradas de manutenção da Efacec abrangem todas as especialidades na área de *facilities*, com especial relevo para a electricidade, climatização e redes de fluidos, bem como nos sistemas e equipamentos médicos, cobrindo as várias áreas funcionais, nomeadamente os blocos operatórios, unidades de cuidados intensivos e meios complementares de diagnóstico.

# CENTRO DE ONCOLOGIA

## AO SERVIÇO DE UMA ABORDAGEM GLOBAL



No Centro de Oncologia encontra uma vasta oferta de serviços na área médica e cirúrgica, nos tratamentos e nos exames de diagnóstico que permite uma abordagem global ao doente oncológico.

# aconteceu...

INICIATIVAS + EVENTOS + DEBATES



## DEBATE

### Sábados cuf debatem Otorrinolaringologia

“Controvérsias em Otorrinolaringologia” foi o tema do primeiro sábado **cuf** 2010 que decorreu no passado mês de Fevereiro no hospital**cuf** infante santo, em Lisboa, e contou com mais de 40 médicos especialistas de todas as unidades da rede. A iniciativa teve como objectivo a partilha de experiências e o reforço dos laços entre profissionais, de forma a potenciar a referenciação entre as várias unidades e a estabelecer protocolos de diagnóstico e terapêutica que irão certamente beneficiar os clientes. Entre médicos, enfermeiros, fisiatras e terapeutas estiveram presentes cerca de 70 pessoas nesta iniciativa dinamizada pelo hospital**cuf** infante santo.

## JORNADAS

### Pediatras debatem potencial das crianças sobredotadas

O potencial, dificuldades e apoios das crianças sobredotadas foi um dos temas em foco na 2.<sup>a</sup> edição das Jornadas de Pediatria do institutocuf diagnóstico e tratamento que decorreram no mês de Fevereiro, na Ordem dos Médicos, no Porto. Em debate estiveram também os aspectos legais da prática pediátrica, a doença reumática infantil e o infantário e a doença. Paralelamente realizaram-se as Jornadas de Enfermagem dedicadas ao tema da alimentação no primeiro ano de vida, desenvolvimento psicomotor e alterações de comportamento na criança. Realizaram-se ainda sete cursos dedicados à prática de ambulatório na alimentação, ginecologia e obstetria na adolescência, exercício físico e prática desportiva, gastroenterologia, infecciologia, massagem ao bebé e *coaching* aplicado à gestão de conflitos.





◀ A reunião pediátrica do hospitalcuf descobertas contou com a presença de mais de 200 profissionais



#### JORNADAS

### Referenciação em Pediatria reúne especialistas em Lisboa

Mais de 200 especialistas estiveram presentes na primeira Reunião Pediátrica saúdecuf e quarta Reunião Pediátrica do hospitalcuf descobertas, que decorreram entre 25 e 27 de Fevereiro no Hotel Tivoli Tejo, em Lisboa. Em debate esteve a importância da referenciação em Pediatria como forma de reforço do trabalho de grupo entre as várias clínicas e hospitaiscuf e com o objectivo de melhorar a qualidade do atendimento aos clientes.

#### SESSÃO DE ESCLARECIMENTO

### Unidades saúdecuf assinalam Dia Mundial do Rim

As unidades saúdecuf com a valência de Nefrologia assinalaram, no dia 11 de Março, o Dia Mundial do Rim através da distribuição de folhetos informativos nas entradas das unidades. Esta acção constitui uma forma de sensibilização para a importância da prevenção nesta área. Em todo o Mundo, a doença renal crónica atinge 400 a 600 milhões de adultos, o que corresponde a cerca de 5 por cento da população do globo. Apesar disso, a maioria das doenças renais é tratável quando detectada a tempo. Pode encontrar a especialidade de Nefrologia nos hospitaiscuf em Lisboa, bem como no institutocuf diagnóstico e tratamento em Matosinhos e nas clínicascuf torres vedras, clínicascuf cascais e clínicascuf alvalade.

#### EVENTOS

### institutocuf diagnóstico e tratamento presente na Feira das Carreiras do Porto

O institutocuf diagnóstico e tratamento participou na Feira das Carreiras do Colégio Luso Internacional do Porto, que decorreu em Fevereiro. Destinada a alunos do 7.º ao 12.º ano, a feira contou com a participação de diversas instituições da região que apresentaram aos alunos várias oportunidades de carreira. O institutocuf esteve presente com um stand, tendo realizado rastreios de tensão arterial e oftalmologia.

# Agenda

58

MAIO

JUNHO

JULHO

AGOSTO

SETEMBRO

OUTUBRO

NOVEMBRO

DEZEMBRO



MAIO

## JORNADAS 2.ª Jornadas da Primavera da clinicacuf cascais

07.05.2010

**DEBATER O ENVELHECIMENTO.** Estas jornadas têm como tema o "Envelhecimento da população – desafios em cuidados de saúde primários". Serão debatidos assuntos tão variados como as alterações cognitivas, o envelhecimento do osso ou o papel dos cuidados de saúde primários em Portugal e em Espanha, entre outros.

MAIO

## REUNIÃO Reunião de Ortopedia da clinicacuf torres vedras

22-05-2010

**A COLUNA NO IDOSO** é o tema desta reunião que contará com a presença dos mais prestigiados especialistas. Com abertura do secretariado às 09h00 e início dos trabalhos às 09h30, a reunião contará com palestras de imagiologia e mielopatia cervical, entre outras.



01

02

03

04

05

06

07

08

09

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

DEZEMBRO

## REUNIÃO 1.ª Reunião de imunologia do hospitalcuf descobertas

11.12.2010

**AS ALERGIAS AFECTAM** cerca de um terço das crianças portuguesas, sendo a rinite alérgica a manifestação mais frequente, e têm cada vez mais incidência entre os adultos. A importância do diagnóstico será um dos temas focados nesta reunião que abordará outras questões relevantes da especialidade.



OUTUBRO

## JORNADAS 10.ªs Jornadas de otorrinolaringologia do hospitalcuf infante santo

15.10.2010 e 16.10.2010

**NA SUA DÉCIMA EDIÇÃO ANUAL,** estas jornadas de otorrinolaringologia do hospitalcuf infante santo, abertas a todos os profissionais de saúde, vão mais uma vez trazer à tona os temas mais relevantes sobre esta área da medicina.

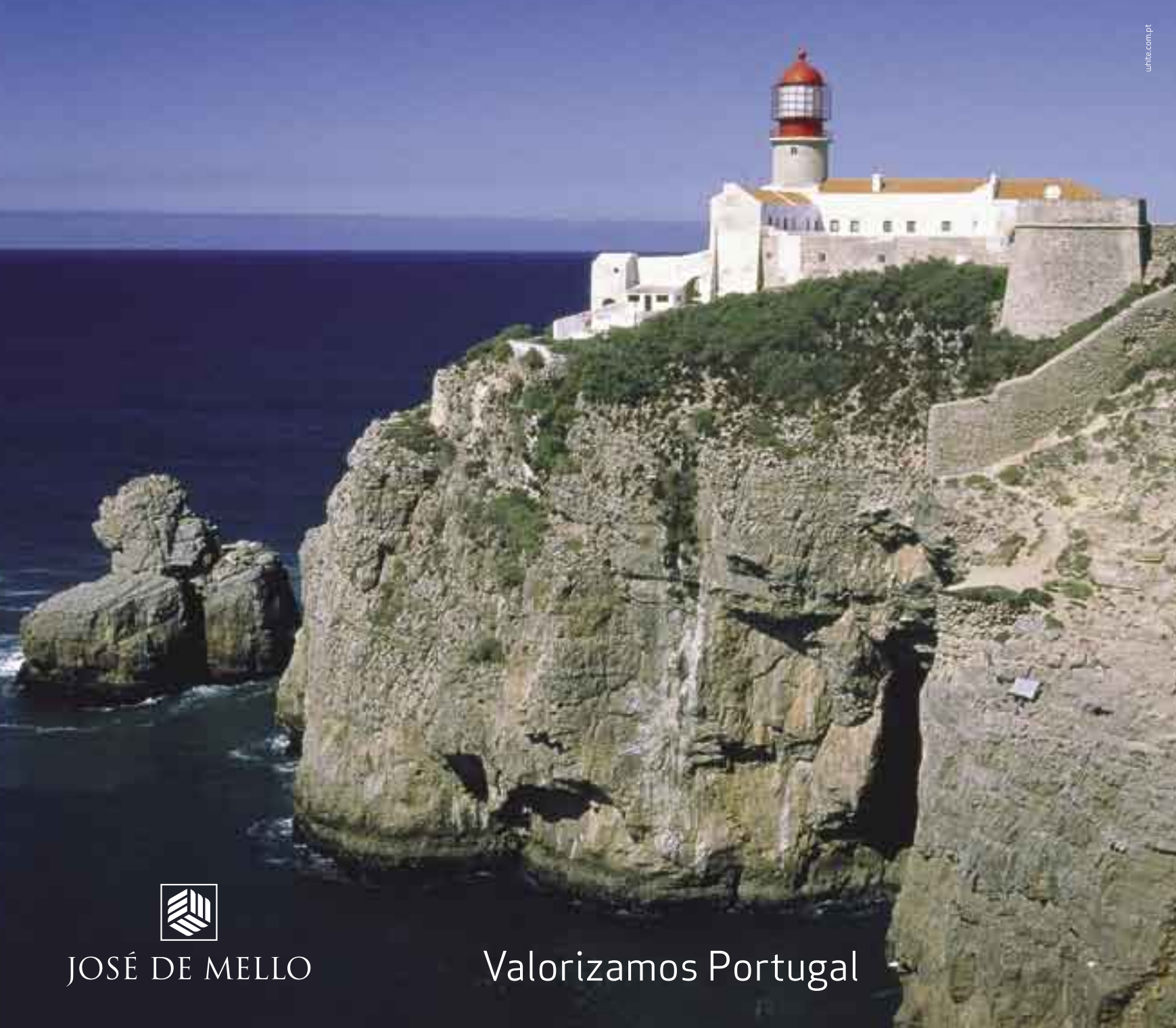
OUTUBRO

## JORNADAS 2.ªs Jornadas de Actualização em Psoríase do hospitalcuf descobertas

29.10.2010

**ESTE EVENTO JUNTA,** num mesmo espaço de debate, doentes e médicos com o intuito de aprofundar experiências e ensinamentos. 2010 será o ano da segunda edição destas Jornadas sendo que a primeira, em 2009, marcou a abertura do Centro de Dermatologia do hospitalcuf descobertas, o único hospital privado de Portugal com consulta de psoríase.





JOSÉ DE MELLO

Valorizamos Portugal



Assumindo um posicionamento de liderança em sectores estratégicos da economia e participando em grandes projectos nacionais, o Grupo José de Mello é um dos principais grupos económicos portugueses.

Enquanto gestor activo de uma carteira de participações que compreende empresas nas áreas das infraestruturas rodoviárias, saúde, indústria química, tecnologias e energia, o Grupo José de Mello aposta na internacionalização dos seus negócios em todos os continentes, levando mais longe o nome de Portugal.

Hoje, como há mais de 100 anos atrás, prosseguimos uma estratégia de crescimento sustentável, com a mesma determinação e confiança num futuro melhor.

[www.josedemello.pt](http://www.josedemello.pt)





# saúdecuf



## mais perto de si

A saúdecuf está a crescer para estar mais perto de si. Associamos experiência e inovação num modelo de cuidados de saúde que tem por base a qualidade do corpo clínico, o acesso à mais moderna tecnologia médica e a humanização dos cuidados prestados. Tudo para lhe dar assistência com elevados níveis de excelência.

trate-sebem

[www.saudecuf.pt](http://www.saudecuf.pt)