

# BOLETIM INFORMATIVO

*Unidade Local de Saúde de Castelo Branco, EPE*



# Ficha Técnica

## EDIÇÃO

Unidade Local de Saúde  
de Castelo Branco

## REDACÇÃO

Gabinete  
de Comunicação  
e Imagem

## COMPOSIÇÃO GRÁFICA

Serviço de  
Investigação, Formação  
e Ensino

## PERIODICIDADE

Mensal

Contamos com a sua participação.  
Faça-nos chegar comentários, eventos ou  
outras notícias do seu Serviço para o  
Gabinete de Comunicação e Imagem  
através dos emails:

[gabinete.comunicacao@ulscb.min-saude.pt](mailto:gabinete.comunicacao@ulscb.min-saude.pt)  
[acgil@ulscb.min-saude.pt](mailto:acgil@ulscb.min-saude.pt)

Obrigado

Agradecimentos...

### Serviço de Nefrologia / Serviço de Diabetologia

“A Esposa, Filha, Genro e Netos de Bernardino da Conceição de Almeida, vêm por este meio agradecer o profissionalismo e dedicação de todos os profissionais de saúde do Hospital Amato Lusitano, em particular aos profissionais da Unidade de Nefrologia e de Diabetes que ao longo dos anos sempre o acompanharam. Sabemos que deram o seu melhor nos cuidados prestados ao doente, ao mesmo tempo que sempre nos apoiaram e respeitaram.

Fazemos votos que se mantenham firmes na missão de salvar vidas e de minorar o sofrimento daqueles que lutam contra doenças crónicas. Estamos certos que tudo farão para melhorar a qualidade de vida dos doentes e que quando nada mais puder ser feito, lhes proporcionarão um fim de vida com toda a dignidade e respeito que merecem.

A todos a nossa profunda gratidão”.

Ana Almeida/2018

### Serviço Central de Admissão de Doentes - SCAD

“...Não posso deixar de realçar a simpatia e o profissionalismo da Coordenadora do SCAD para o esclarecimento e a resolução deste assunto”.

Luís Almeida/2018

### Serviço de Obstetrícia

“Este miminho é apenas uma forma singela de agradecer todo o carinho com que nos trataram ao longo dos dias em que estivemos com vocês.

Acompanharam-nos no mais fantástico dia das nossas vidas e naquele em que parece que nos falta o chão de tanta emoção. Tivemos a sorte de ser cuidados por pessoas que conseguiram ter a sensibilidade de nos entender e de dizer aquilo que precisamos de ouvir, no momento certo, sem julgamentos. Deram-nos carinho e “colo” quando mais precisávamos.

E por isso queremos deixar o nosso sincero agradecimento a todos aqueles que olharam por nós. Um muito obrigada, de coração”.

Edite, Ricardo e Simão/2018

### Serviço de Urgência / Imagiologia

“Venho por esta forma dizer, que fui muito bem atendido pelos profissionais de saúde que se encontravam de serviço nas urgências na noite de 16 de junho. A triagem foi célere, assim como o Médico que me atendeu, a senhora do Raio X, e os restantes elementos que estavam na sala de tratamento. Envio esta mensagem, sabendo do vosso esforço e empenho, e não deve ser apenas para criticar, que se escreve. Assim, deixo aqui uma palavra de agradecimento a todos os que me atenderam”.

João Grácio/2018



## ULS de Castelo Branco recebe Compressor Cardíaco Externo

Para melhorar a assistência médica a doentes que sofram paragem cardiorrespiratória em ambiente pré-hospitalar, o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM) e a Fundação EDP entregaram 33 Compressores Cardíacos Externos a Viaturas Médicas de Emergência e Reanimação (VMER) em que a Unidade Local de Saúde de Castelo Branco foi completada.

Os compressores cardíacos externos permitem aplicar de forma automática, contínua e segura, compressões torácicas a doentes em paragem cardiorrespiratória, no local da ocorrência e

durante o transporte até às Unidades Hospitalares. A sua utilização possibilita a realização de compressões torácicas mais eficazes, evitando a fadiga, inconsistências e pausas normalmente associadas às compressões torácicas quando realizadas manualmente, ao mesmo tempo que liberta os profissionais de saúde para a realização de intervenções diferenciadas necessárias nestes doentes.

A cerimónia decorreu no Museu da Eletricidade em Lisboa.





## Comissão de Prevenção e Tratamento de Feridas da ULS de Castelo Branco ganha Prémio

A Comissão de Prevenção e Tratamento de Feridas (CPTF) da Unidade Local de Saúde de Castelo Branco (ULSCB), esteve presente no IX Congresso Internacional de Gestão de Feridas Complexas, que se realizou nos dias 24 e 25 de maio em Lisboa e foi premiada com o 1º lugar em comunicações científicas.

Este congresso contou com a presença de profissionais de saúde, peritos na área, com o objetivo de partilha e debate das melhores práticas na prevenção e tratamento de úlceras e feridas.

A CPTF da ULSCB, participou com uma comunicação livre, onde apresentou os resultados do 2º estudo de prevalência realizado na ULSCB, intitulado “Prevalência Pontual de Úlceras por

Pressão no Hospital Amato Lusitano no ano de 2017”.

A CPTF nas figuras da sua Presidente e restantes elementos do grupo coordenador, agradecem a todos os profissionais que participaram na recolha de dados e que tornaram possível a realização deste estudo. Relembrando, que a prevenção de Úlcera por Pressão (UPP), deverá ser um desafio organizacional, onde todos os profissionais, gestores e família, deverão ser integrados, para que a prevenção seja o pilar fundamental na redução das taxas de UPP e dos custos associados aos cuidados de saúde.

Fonte: Comissão de Prevenção e Tratamento de Feridas da ULSCB





O Boletim Informativo dispõe deste novo espaço, que vai servir de informação sobre os documentos que foram criados/alterados e publicados na página da intranet:

**GCL\_PPCIRA**

ULSCB-GCL\_PPCIRA-MOD.06.01 - Ficha de Registo de Parâmetros para a Prevenção da Legionella

**Serviço de Urgência**

ULSCB-SU-PO.22.01 - Protocolo de Coronariografia  
ULSCB-SU-PO.23.01 - Protocolo de atuação no Implante de Pacemaker definitivo

**Serviço de Urologia**

ULSCB-UROL-MOD.01.01 - Ecografia e Biópsia Prostática  
ULSCB-UROL-MOD.02.01 - Cancro da Próstata  
ULSCB-UROL-MOD.03.01 - Algáliação - Guia de recomendações - Doentes e seus familiares  
ULSCB-UROL-PO.01.01 - Consentimento Informado no Serviço de Urologia

ULSCB-UROL-PI.03.01 - Processo de Consultas

ULSCB-UROL-PI.04.01 - Processo de Realização de Técnicas

**Serviço Farmacêutico**

ULSCB-SF-MOD.41.01 - Guia de acolhimento dos Serviços Farmacêuticos  
ULSCB-SF-MOD.41.01 - Informações úteis  
ULSCB-SF-PO.09.01 - Circuito dos medicamentos para os Centros de Saúde

**Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental**

ULSCB-DPSM-MOD.01.01 - Questionário de Satisfação

**Serviço de Medicina Interna**

ULSCB-MED-MOD.20.01 - Cronograma de auditorias aos Processos Clínicos 2018

## Ortopedia da ULS de Castelo Branco recebe 2º melhor prémio

Decorreu no passado dia 25 de maio de 2018, no auditório do Hospital Pêro da Covilhã – CHCB, a 2ª Reunião de Oncologia da Cova da Beira. Sob o mote da oncologia, área transversal e de extrema relevância em todos os domínios em saúde, esta reunião científica reconheceu-se como um espaço de partilha e transmissão de conhecimentos e boas práticas clínicas.

Estiveram a concurso 20 posters científicos, dos quais foram eleitos e premiados os dois melhores.

A menção de 2º Melhor Póster foi concedida ao trabalho denominado “RECURSO À TERAPIA POR PRESSÃO NEGATIVA, EM PESSOAS COM FERIDAS, EM CONTEXTO DE CUIDADOS PALIATIVOS E/OU SOB TRATAMENTO PALIATIVO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA”, da autoria de Rita Esteves, Ana Lopo e Luís Gonçalves, colaboradores do Hospital Amato Lusitano da Unidade Local de Saúde de Castelo Branco.

Com o objetivo de compreender e descrever o sentido de efetividade, contemplando os benefícios/inconvenientes e possíveis interferências do uso da terapia por pressão negativa, na abordagem à pessoa em cuidados paliativos ou com necessidades dirigidas para este âmbito, esta investigação concluiu que, no contexto de cuidados paliativos ou

em qualquer âmbito do cuidado em que a intenção se dirija para o tratamento paliativo de feridas, a terapia por pressão negativa é benemérita. Os seus benefícios sobrepõem-se aos possíveis inconvenientes, desde que o seu uso seja adequado e ponderado. Esta terapia poderá também ser nefasta se como critério de utilização não se tiverem em conta as interferências passíveis de ocorrer.

Percebeu-se ainda, a grande necessidade de intervenção ao nível das organizações de saúde, com especial enfoque na abertura do horizonte de cuidados e na formação dos seus profissionais.





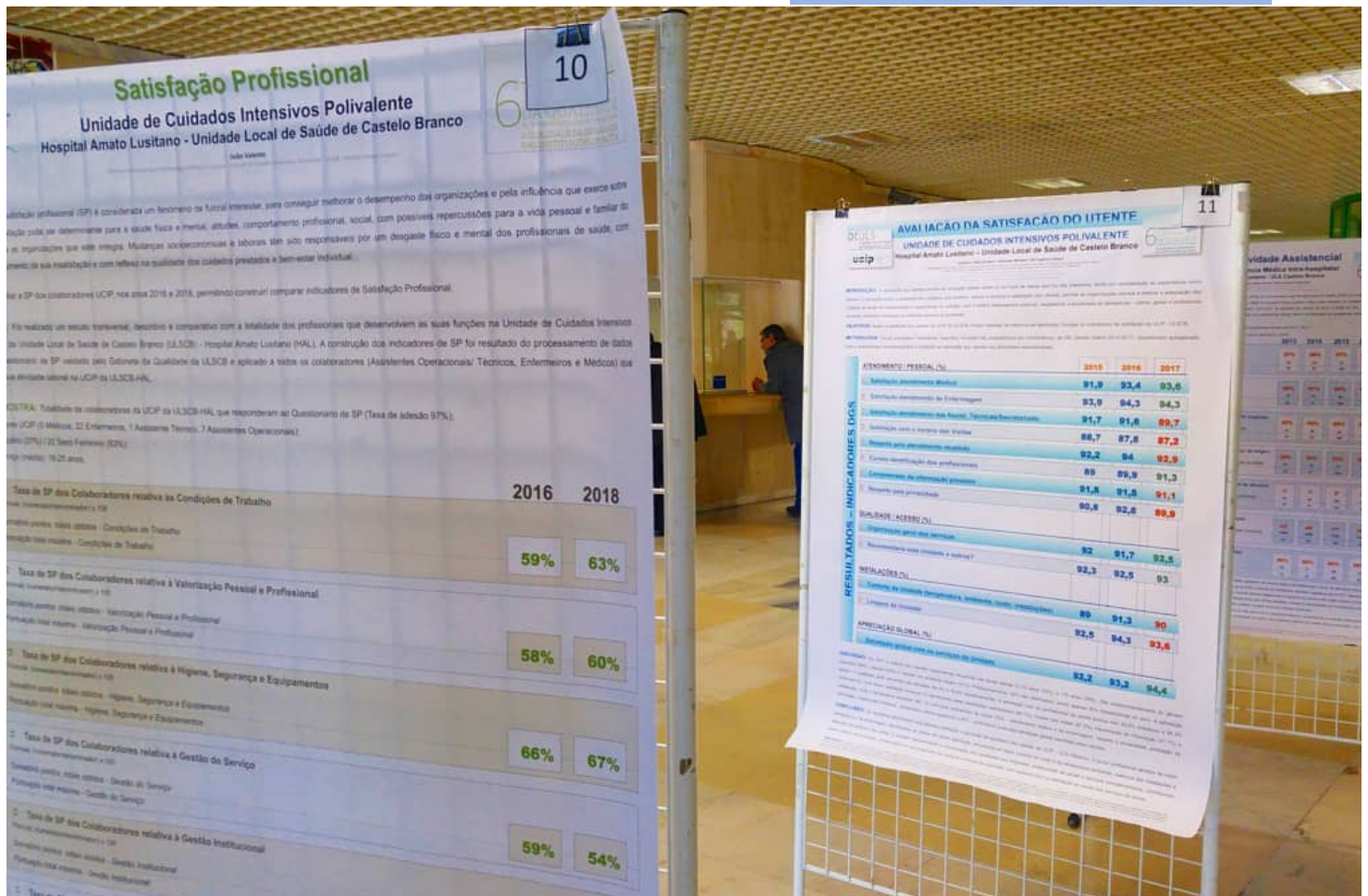
## ULS de Castelo Branco marca presença nas VI Jornadas da Qualidade da Cova da Beira

Realizaram-se no dia 08 de junho, no auditório do Hospital Pêro da Covilhã, as VI Jornadas da Qualidade sob o tema “A Qualidade da Segurança nas Instituições de Saúde do Centro Hospitalar Cova da Beira”

A Unidade Local de Saúde de Castelo Branco, EPE participou nesta iniciativa, através da exposição de posters por parte de dois dos seus Serviços Acreditados.

A Unidade de Cuidados Intensivos Polivalente apresentou três pósteres, “A SATISFAÇÃO DO UTENTE”, “A SATISFAÇÃO DO PROFISSIONAL DA UCIP” e por último a “ATIVIDADE ASSISTENCIAL DA EMMI” (Equipa de Emergência Médica intra-Hospitalar).

O Serviço de Nefrologia também marcou presença com a exposição de um poster “ACREDITAÇÃO DO SERVIÇO DE NEFROLOGIA: A NOSSA REALIDADE”





## UCSP de S. Miguel realiza formação «Prevenção em situação de incêndio»

A Unidade de Segurança Higiene e Risco Geral da ULS de Castelo Branco, realizou nos dias 15 e 17 de maio uma formação juntamente com os colaboradores da UCSP de S. Miguel, sobre a utilização de extintores no âmbito da segurança contra incêndios. Esta ação está inserida no âmbito da Acreditação da UCSP de S. Miguel e teve a ampla participação dos elementos constituintes da

Unidade

Pretendeu-se dotar os colaboradores das competências adequadas para a correta e rápida intervenção no combate ao fogo através da utilização de equipamentos portáteis, bem como os aspetos e técnicas principais do combate a incêndio com extintores.





# A IMPORTÂNCIA DE BEBER ÁGUA

Não deixe para amanhã a água que pode beber hoje!

## RECOMENDAÇÕES DE HIDRATAÇÃO PARA OS PORTUGUESES

- ♦ Beba cerca de 1,5 L a 2 L de líquidos por dia, mesmo sem sede e no inverno
- ♦ Beba pequenas quantidades de cada vez e frequentemente ao longo do dia
- ♦ Esteja atento a sinais associados a desidratação referidos anteriormente, aumentando a ingestão de líquidos nessas situações
- ♦ Aumente a ingestão de líquidos nas seguintes situações:
  - ♦ Atividade física que o faça transpirar
  - ♦ Temperatura ambiental elevada (incluindo ambientes aquecidos durante o Inverno) e altitude elevada (incluindo viagens aéreas)
  - ♦ Situações de doença acompanhadas de febre, vômitos ou diarreia
  - ♦ Gravidez e aleitamento
- ♦ Redobre o cuidado com a hidratação no caso de crianças e idosos
- ♦ Hidrate-se através da ingestão de água e de alimentos ricos em água (sopas, saladas e fruta)
- ♦ Evite a ingestão de bebidas alcoólicas

## A importância da água

A água é o principal constituinte do nosso organismo, representando cerca de 75% do peso corporal, sendo que este valor vai diminuindo à medida que envelhecemos.

A água, enquanto alimento, é de tal forma importante que a própria Roda dos Alimentos a apresenta no centro, demonstrando que esta deve ser consumida ao longo do dia.



## Qual a quantidade de água que deve beber

Fase do ciclo de vida	Sexo feminino	Sexo masculino
Crianças (2 a 3 anos)	1,0 L/dia	1,0 L/dia
Crianças (4 a 8 anos)	1,2 L/dia	1,2 L/dia
Crianças (9 a 13 anos)	1,4 L/dia	1,6 L/dia
Adolescentes e adultos	1,5 L/dia	1,9 L/dia

Valores de referência aproximados recomendados para indivíduos saudáveis, no caso de doente com patologia seguir as recomendações da sua equipa de saúde. (IHS)

## Unidade Local de Saúde de Castelo Branco

Não deixe para amanhã a água que pode beber hoje!

DGS  
www.dgs.pt  
IHS  
www.ihs.pt

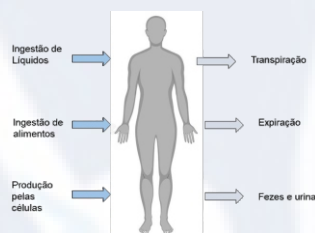
Linha Saúde 24  
808 24 24 24

Unidade Local de Saúde  
Castelo Branco, EPE  
Serviço de Consulta Externa



## A IMPORTÂNCIA DE BEBER ÁGUA

## Ganhos e perdas de água



## Funções da água no organismo humano



## Sinais e sintomas de Desidratação

- ♦ Sede
- ♦ A quantidade de urina diminui
- ♦ A urina torna-se mais concentrada, de cor amarela escura e com cheiro
- ♦ Os olhos ficam encovados
- ♦ A libertação de lágrimas diminui
- ♦ A boca e língua tornam-se secas ou viscosas
- ♦ A atividade física diminui e aumenta a sensação de fraqueza e prostração
- ♦ Cansaço, dor de cabeça, perda de capacidade de concentração, atenção, memória e confusão
- ♦ A irritabilidade aumenta.

