



FALAR SOBRE CANCRO DA MAMA

A Dra Sandra Ferreira e a Enfª Paula Amorim da ULSAM estiveram na Radio Afifense dia 29 abril.

Foi uma conversa sobre cancro da mama - a importância do diagnóstico precoce e do rastreio, os tratamentos para o mesmo, o impacto na mulher e família, a evolução dos tratamentos do cancro da mama na ULSAM, a inovação e a esperança. Porque é importante descomplicar o Cancro e dar a conhecer o trabalho multidisciplinar realizado na nossa instituição.



O CONDE EM MOVIMENTO

O projeto "O Conde em Movimento", nasce do reconhecimento da importância do trabalho em equipa multidisciplinar para a educação do paciente diabético, com o objetivo de construir uma comunidade de utentes que se envolvam com a sua doença e assim cimentar as bases do tratamento farmacológico e alterações do estilo de vida.

O Hospital Conde de Bertiandos possui uma consulta direcionada para a Diabetes, levada a cabo por dois médicos de Medicina Interna, dois Médicos de Endocrinologia e uma Enfermeira.

A nossa prioridade é apresentar cuidados de qualidade aos nossos utentes, o que se reflete na Equipa multidisciplinar de apoio, formada por várias valências que englobam as Consultas de Enfermagem, Nutrição, Psicologia, Podologia e Medicina Física e Reabilitação. O projeto arrancou a 25 de julho de 2023 com a participação de 11 utentes e familiares. Foram realizadas 6 sessões:

- Apresentação do Projeto "O Conde em Movimento"
- "A Diabetes do Conde" – Sessão sobre a fisiopatologia da Diabetes e as suas complicações
- "Características psicológicas do doente diabético"
- "O exercício físico do Conde" – Dinâmica de exercício direcionado e ajustado ao diabético
- "Alimentação na Diabetes Mellitus"
- "O pé diabético"

Durante as sessões é incentivada a partilha de dúvidas e experiências pessoais por cada um dos intervenientes, de forma a fomentar o sentimento de pertença a "um grupo", aumentando a autoestima e confiança de

cada indivíduo para enfrentar a doença com maior segurança.

O principal objetivo de este projeto piloto é aumentar a literacia sobre a doença, e desse modo implicar e responsabilizar mais o doente na toma de decisões sobre a terapêutica, aderência à medicação e modificações no estilo de vida.

Um dos momentos chave, tem sido o testemunho do Sr. João Pedro Fernandes, que através da sua história de vida, demonstra o quanto devastadora é a doença se não for controlada, narrando como foi amputado e perdeu a visão. O seu objetivo é alertar a outros doentes diabéticos para evitar as temidas complicações da doença.

Atualmente está em curso a segunda edição, com a participação de treze utentes.

Os próximos objetivos serão:

- Realizar uma avaliação dos ganhos em literacia e melhoria do controlo da doença e o impacto da redução das suas complicações em cada grupo,
- Aumentar o número de edições
- Alargar o projeto aos Cuidados Primários.

O trabalho em equipa de todos os profissionais implicados, foi fundamental para o sucesso da formação. Todos os formandos consideraram muito enriquecedora esta iniciativa e demonstraram grande satisfação no envolvimento no projeto.

Dra. Amanda Lista Rey (AH MI), Dra. Inês Ferreira (IFE MI) e Enf. Maria Jesus Alves, equipa da Consulta de Medicina interna – Diabetes.



AS REUNIÕES DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DA ULSAM DESMATERIALIZADAS

A ULSAM adota metas de desmaterialização para reduzir o consumo de papel e a pegada ecológica.

Esta iniciativa para desmaterializar as reuniões do conselho de administração, corresponde a um esforço para reduzir o consumo de papel e minimizar a pegada ecológica. Esta medida reflete o compromisso da instituição com a sustentabilidade e a adoção de práticas mais ecológicas em todas as suas áreas.

As metas de desmaterialização estabelecidas pela ULSAM visam eliminar gradualmente o uso de documentos em papel durante as reuniões do Conselho de Administração. Em vez disso, foram implementadas soluções tecnológicas que permitirão a realização de reuniões virtuais, com o uso de dispositivos eletrónicos para o acesso a documentos, apresentações e comunicações.

Essa transição não apenas reduzirá significativamente o consumo de papel, mas também proporcionará

benefícios adicionais, como uma maior eficiência, flexibilidade e acessibilidade para os membros do Conselho. O consumo de papel foi reduzido no ano de 2023 face ao ano transato em 2,27 %, prevendo-se que em 2024 seja ainda mais significativo.

Ao adotar estas metas de desmaterialização, a ULSAM reforça seu compromisso com a sustentabilidade ambiental e demonstra a sua disposição em abraçar inovações tecnológicas para promover práticas mais responsáveis e eficientes. Essa iniciativa pretende contribuir e promover um futuro mais sustentável.

Acreditamos que a desmaterialização pode trazer benefícios significativos para a nossa instituição, não apenas em termos de economia financeira, mas também em termos de sustentabilidade ambiental. Com a sua colaboração e participação ativa, podemos identificar áreas de melhoria e implementar medidas que nos permitam alcançar uma redução significativa no consumo de papel

Saiba mais em www.ulsam.min-saude.pt