



O CENTRO EM NOTÍCIAS

Boletim informativo do Centro Hospitalar Barreiro Montijo, EPE

n.º 54 | junho 2014



UNIDADE DE ONCOLOGIA COMEMORA 20 ANOS pag.3

CAMPANHA DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

O CHBM iniciou uma campanha de sustentabilidade ambiental, no âmbito do Programa de Eficiência Energética e do Plano Estratégico do Baixo Carbono do Ministério da Saúde. Com os gestos de todos criamos soluções sustentáveis! pag.3



DIABETES PEDIÁTRICA NO CHBM

Na consulta de diabetes pediátrica são seguidas 46 crianças e jovens, entre os 3 e os 17 anos. Conheça as atividades desenvolvidas ao longo do último ano por esta equipa. pag.8



SUMÁRIO

Unidade de Oncologia comemora 20 anos	3
Campanha de sustentabilidade ambiental	3
Dia mundial da higiene das mãos	4
CHBM recebe prémio de investigação em enfermagem	4
CHBM comemora o Dia Internacional do Enfermeiro	5
Conversas de fim de tarde	5
Pediatria comemora Dia Mundial da Saúde Oral	6
Agradecimentos	7
Diabetes pediátrica no CHBM: os últimos 12 meses	8



A Unidade de Oncologia comemora este ano o seu 20º aniversário. 20 anos na vida de qualquer organização são um marco de que a própria se deve orgulhar e assinalar, designadamente quando o resultado significa melhoria qualitativa consistente no tempo. Este resultado deve-se em primeiro lugar aos profissionais da mesma, quer os atuais quer aqueles que ao longo do tempo contribuíram para que hoje a Unidade de Oncologia seja a realidade que é, sem distinção de área de atuação profissional. Mas também a todos os que no CHBM colaboram e permitem que a Unidade exista, se mantenha e com ela se articulam de modo a garantir aos doentes uma abordagem multidisciplinar da terapêutica e o seu acompanhamento. A estes profissionais, a todos eles, devemos reconhecer o trabalho, a dedicação e a persistência.

Os parabéns são porém para quem usufrui do trabalho desenvolvido, porque são os destinatários do trabalho e esforço dos profissionais, residentes nos vários concelhos da área de influência do CHBM. Ninguém quer estar doente, ninguém quer sofrer de uma patologia de prognóstico incerto... Os serviços prestadores de cuidados de saúde existem porque existem cidadãos que necessitam dos seus cuidados, não porque sejam um fim em si. Os destinatários, os doentes, estão pois de parabéns pois podem contar com respostas apropriadas e atempadas quando delas necessitam.

A forma de organização dos serviços de saúde deve refletir, de forma paulatina, a realidade dos modelos de abordagem terapêutica, que não são estáticos e imutáveis, mas antes acompanham o desenvolvimento científico e social das sociedades em que se encontram. Estaremos agora numa altura de avançar para modelos de maior complementaridade e simultaneamente de individualização de *clusters* locais, em que a área das patologias oncológicas é diferenciadora no CHBM. Mas sem esquecer o valor da proximidade com os cidadãos e a facilitação da acessibilidade, sem o que os cuidados de saúde não serão em todos os casos apropriados, compreensivos e praticados em tempo.

Recentes afirmações do responsável máximo SNS britânico referem a necessidade fundamental de reorientação para uma maior proximidade com o cidadão. Salvaguardadas as diferenças de sociedade e país, designadamente as situações de disponibilidade de alocação de recursos, é algo em que valerá a pena refletir.

A capacidade de resiliência, evolução e adaptação ao tempo e às suas circunstâncias, são atributos necessários de qualquer sistema de resposta, quer social quer empresarial. A satisfação das necessidades em saúde dos cidadãos e a provisão desses cuidados de forma adequada, atempada e qualitativamente ajustada, obrigam a interiorizar essa capacidade e não olhar para qualquer modelo como algo fechado e definitivo. Se assim não fosse, a Unidade de Oncologia e o Hospital do Barreiro e o próprio SNS não teriam evoluído na diversidade e atualização dos cuidados que hoje oferecem.

Presidente do Conselho de Administração - João Silveira Ribeiro

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Centro Hospitalar Barreiro Montijo, EPE; **Direção:** Conselho de Administração; **Conceção gráfica, coordenação, paginação e fotografia:** Gabinete de Comunicação e Imagem; **Periodicidade:** Quadrimestral; **Contactos:** 212147377 ou comunicacao@chbm.min-saude.pt

O “Centro em Notícias” é uma publicação do Centro Hospitalar Barreiro Montijo. Os textos assinados são da responsabilidade dos seus autores, não representando necessariamente opinião do Conselho de Administração.

UNIDADE DE ONCOLOGIA COMEMORA 20 ANOS

A Unidade de Oncologia do Centro Hospitalar Barreiro Montijo, EPE comemora este ano o seu 20.º aniversário. No âmbito desta efeméride, realizou em junho uma exposição e uma sessão comemorativa.

A sessão evocativa do 20.º aniversário teve lugar no dia 4 de junho no auditório do Hospital de Nossa Senhora do Rosário – Barreiro (HNSR) e contou com a presença do Bastonário da Ordem dos Médicos, Prof. Doutor José Manuel Silva; o Presidente da Câmara Municipal do

Barreiro, Sr. Carlos Humberto de Carvalho, o Presidente do Conselho de Administração do CHBM, Dr. João Silveira Ribeiro, o Responsável da Unidade de Oncologia, Dr. Jorge Espírito Santo; e ainda o testemunho de uma doente, Andreia Sales.

Na exposição, que esteve patente na primeira quinzena de junho na entrada principal do HNSR, foi possível conhecer a história da Unidade de Oncologia, através de informação, imagens e notícias; a atividade desenvolvida por esta Unidade; e o reconhecimento de vários doentes

através dos seus testemunhos e agradecimentos. Desta mostra fizeram também parte cartazes com informação de outros serviços que trabalham em conjunto com a Unidade de Oncologia, nomeadamente a Psico-oncologia, o Serviço de Radioterapia, o Serviço de Pneumologia, os Serviços Farmacêuticos, o Serviço de Nutrição e Dietética e o Serviço Social.

Estiveram ainda presentes, nesta exposição, a Liga dos Amigos do Hospital Distrital do Barreiro e a Associação de Mulheres com Patologia Mamária.



CAMPANHA DE SUSTENTABILIDADE AMBIENTAL

O CHBM iniciou em abril uma campanha de sustentabilidade ambiental, no âmbito do Programa de Eficiência Energética (Eco.AP) e do Plano Estratégico do Baixo Carbono (PEBC) do Ministério da Saúde.

Esta campanha tem como objetivos reduzir os consumos de energia, água e produção de resíduos; sensibilizar todos os colaboradores

para as práticas sustentáveis; gerar, facilitar e intensificar os fluxos de poupança, incentivando a um desempenho individual e organizacional sustentáveis; criar mecanismos automáticos de poupança, que eliminem desperdícios.

A campanha será desenvolvida em quatro fases ao longo de um ano. A 2ª fase, que está agora a decorrer,

tem como objetivo alertar os colaboradores e utilizadores para os gastos em consumo energético (água, eletricidade, água, resíduos) e informar no que poderia ser aplicado ou investido esse valor, em benefício do utente ou do profissional.

Com os gestos de todos criamos soluções sustentáveis!

DIA MUNDIAL DA HIGIENE DAS MÃOS

A Comissão de Controlo de Infeção Hospitalar (CCIH) do Centro Hospitalar Barreiro Montijo (CHBM) associou-se às comemorações do Dia Mundial da Higiene das Mãos, que se assinalou a 5 de maio, através da realização de uma exposição.

A Campanha Nacional de Higiene das Mãos (CNHM), “Medidas Simples Salvam Vidas”, insere-se na estratégia multimodal proposta pela World Alliance for Patient Safety, da Organização Mundial da Saúde (OMS), no seu primeiro desafio “Clean Care is Safer Care”.

Desde 2009 que a CNHM tem implementado esta estratégia para promover a prática da higiene das mãos de forma padronizada, abrangente e sustentada, contribuindo para a diminuição das infeções associadas aos cuidados de saúde

(IACS) e para o controlo das resistências dos microrganismos aos antimicrobianos, através do aumento da adesão dos profissionais de saúde à higiene das mãos.



De acordo com a CCIH do CHBM “é consensual que a transmissão de microrganismos através das mãos, entre os profissionais e os doentes e entre doentes, é uma realidade incontornável. Neste contexto, a higiene das mãos integrada no conjunto das precauções básicas, constitui a medida mais relevante na prevenção no controlo da infeção. É, também, considerada uma medida

com impacto indireto no controlo das resistências aos antimicrobianos”.

No âmbito da campanha desenvolvida neste Centro Hospitalar, tivemos o envolvimento de 25 serviços em 2013. Após a análise dos dados obtidos, verifica-se que houve uma subida da taxa de adesão em cada um dos grupos profissionais relativamente a 2012. É ainda de salientar que os dados obtidos são superiores aos obtidos a nível nacional.

Como reconhecimento do empenho e dedicação dos profissionais foi entregue, pelo Conselho de Administração e pela CCIH, um diploma aos serviços que obtiveram uma taxa de adesão superior ou igual a 70% no primeiro desafio da OMS “Clean Care is Safer Care” no âmbito da Campanha Nacional de Higiene das Mãos em 2013.

CHBM RECEBE PRÉMIO DE INVESTIGAÇÃO EM ENFERMAGEM

A Secção Regional do Sul da Ordem dos Enfermeiros atribui anualmente o “Prémio de Investigação Mariana Diniz de Sousa” a um trabalho de investigação realizado por enfermeiros.

Neste ano, o Prémio de Investigação em Enfermagem - Mariana Diniz de Sousa 2013 foi atribuído a um trabalho elaborado pelas Enfermeiras do CHBM - Helena Almeida, Ana Cristina Lopes e Anabela Pires, intitulado “Administração segura de medicamentos: prevenir o erro de medicação em contexto hospitalar”.



CHBM COMEMORA O DIA INTERNACIONAL DO ENFERMEIRO

No âmbito das comemorações do Dia Internacional do Enfermeiro 2014, que se assinala a 12 de maio, à semelhança dos anos anteriores, o Centro Hospitalar Barreiro Montijo, EPE (CHBM) realiza uma exposição alusiva ao tema “Enfermeiros: A força da mudança – um recurso vital para a saúde”.



O Dia Internacional do Enfermeiro comemora a data em que nasceu Florence Nightingale, que teve um

importante papel ao implementar profundas reformas na enfermagem. Essas reformas permitiram a redução drástica das taxas de mortalidade no Hospital Saint Thomas, em Londres, onde fundou, em 1859, a primeira Escola de Enfermagem moderna. Florence Nightingale simboliza a educação superior, o saber avançado, a heroicidade feminina, a caridade católica ativa, o voluntariado civil, a defesa dos pobres e a resposta pronta ao sofrimento humano.

O tema escolhido para este ano, pelo Conselho Internacional de Enfermeiros, pretende demonstrar que a força de trabalho de enfermagem é um recurso vital para a saúde da

população mundial, sendo essencial que os enfermeiros e os líderes mundiais se concentrem nesta força de trabalho global de enfermagem como uma chave prioritária para alcançar uma melhor saúde para todos.

A exposição está patente na entrada principal do Hospital de Nossa Senhora do Rosário - Barreiro, até ao dia 18 de maio, e constitui uma ação de sensibilização para o papel dos enfermeiros nos diferentes contextos de cuidados de enfermagem do CHBM. Esta ação contará com 23 cartazes com fotografias de momentos chave de intervenção dos enfermeiros.

CONVERSAS DE FIM DE TARDE

O Centro Hospitalar do Barreiro Montijo foi convidado este ano para participar na iniciativa "Conversas de Fim de Tarde 2014", organizada pela Associação Portuguesa para o Desenvolvimento Hospitalar (APDH).

A edição deste ano é subordinada à temática da "Gestão Intermédia dos Hospitais", tendo-se realizado, no passado dia 23 de maio, a sessão “Contratualização Interna” no Auditório do CHBM. Nesta sessão foram apresentadas as experiências de contratualização interna do Centro Hospitalar Barreiro Montijo, do Hospital de Vila Franca de Xira e do Hospital Garcia de Orta.



PEDIATRIA COMEMORA DIA MUNDIAL DA SAÚDE ORAL

No dia 20 de Março de 2014 comemorou-se o Dia Mundial da Saúde Oral. O tema escolhido para este ano foi “Celebrando Sorrisos Saudáveis” e cerca de 50 países juntaram-se a esta iniciativa.

A comemoração desta data pretende aumentar a atenção dedicada à saúde oral, através da sensibilização da educação das pessoas, famílias, comunidades e governos no sentido de serem tomadas medidas para reduzir a incidência das doenças orais. Conjuntamente ao reforço geral das atitudes preventivas, assim como a importância de manter a saúde da boca durante toda a vida com corretos hábitos de higiene, de alimentação e vigilância adequada, são

habitualmente realizadas diversas ações para grupos específicos da população.

Neste sentido, o grupo de trabalho do Projeto “Construir Saúde e Bem-Estar Uma Viagem Um Desafio”, implementado na área pediátrica do Centro Hospitalar Barreiro Montijo, que tem como objetivo promover a adoção de estilos de vida saudáveis na criança e no jovem, promoveu várias atividades, entre elas:

- Visita do “Boneco Castor” da Oral Med à área pediátrica;
- Sessão de Educação para a Saúde “Promoção da Saúde Oral na Idade Pré-Escolar e Escolar”, realizado pelas enfermeiras Sílvia Gonçalves e

Teresa Candeias;

- Jogos sobre a mesma temática;
- Entrega de documentação e brindes alusivos ao tema;
- Teatro com fantoches encenado por alunas do Curso Profissional de Apoio à Infância do 12º ano, da Escola Secundária Alfredo da Silva, acompanhadas pela professora Júlia Mendes, pela Carla Afonso, e pela Anabela Candeias, Higienista Oral do ACES do Arco Ribeirinho e Técnica de Saúde Ambiental da Unidade de Saúde Pública do Barreiro do ACES do Arco Ribeirinho, respetivamente.

Serviço de Pediatria

Enf.ª Sílvia Gonçalves

Enf.ª Teresa Candeias



UNIDADE DE CIRURGIA DE AMBULATÓRIO

Eu, Maria José Tomé de Almeida, mãe de um jovem de 16 anos, o qual foi submetido a uma intervenção cirúrgica em ambulatório na Unidade do Montijo, venho desta forma prestar o meu agradecimento, reconhecimento e louvor à equipa: Dr. José Barber, Dra. Florbela Silva, Enf.ª Anabela Santos Dias e Sra. D.ª Joana e restante equipa, pois creio que nós utentes temos o direito de reclamar quando nos prestam maus serviços, mas também devemos ter o dever de reconhecer e louvar os profissionais e serviços que nos prestam serviços de excelência, como é o caso em questão, é um pequeno oásis dentro do nosso SNS, é um caso de bom exemplo. Equipa formidável!!

Descrevo com estas palavras: profissionalismo, dedicação e humanidade, o meu muito obrigado!

Maria José Félix Tomé de Almeida – 4 de fevereiro

URGÊNCIA GERAL E CIRURGIA GERAL

Estive internada durante as últimas 3 semanas no 3º piso em Cirurgia, devido a (...), que me impossibilitou na minha mobilidade durante esse período de tempo. (...) Venho, por este meio, agradecer a toda a equipa médica o profissionalismo, a dedicação e o acompanhamento que recebi desde a entrada na urgência até ao internamento, em especial ao Dr. Lomba, a Dra. Lígia e ao Dr. Francisco que são profissionais excecionais e de grande humanidade; a todos os enfermeiros que cuidaram de mim e dos quais recebi sempre a maior atenção e cuidados; por fim mas não menos aos auxiliares muito prestáveis e dotados de grande paciência. (...)

É de louvar que apesar de todas as dificuldades que se impõem, a todos os profissionais de saúde, ainda assim consigam desempenhar as suas funções e dar resposta de forma tão digna a quem precisa.

Carla Carlos – 13 de março

CIRURGIA GERAL

Venho por este meio agradecer a todos os que de uma forma ou outra contribuíram, colaboraram e participaram na minha operação. Fui internada a 3 de fevereiro e operada dia 4. Na enfermaria estive na cama 26 onde também fui muito bem tratada, desde auxiliares, enfermeiras, ... Fui operada aos intestinos “diverticulite aguda” pela excelente equipa do Dr. Alberto Fernandes, Dr. Nuno e Dra. Ana Cristina.

Assim agradeço todo o vosso profissionalismo e dedicação que me foi prestado nestes dias tão difíceis da minha vida. Não sei como agradecer, somente dizer parabéns! E continuem assim... pois a saúde é o nosso maior bem.

Luísa Santos Cruz Daniel Drago – 27 de março

DIABETES PEDIÁTRICA NO CHBM: OS ÚLTIMOS 12 MESES

AS CRIANÇAS E OS JOVENS COM DIABETES MELLITUS TIPO 1

A doença surge e com ela um turbilhão de medos, dúvidas e incertezas... os “porquês” sucedem-se, a rotina da vida revolve-se em contas, medições, ajustes e controlos... uma equipa de profissionais acolhe, desmistifica e motiva... São uns “estranhos” agora tornados familiares num caminho que é feito de avanços e cansaços. Aqui não se desiste! Dá-se a mão quando a força vacila! Trabalha-se lado a lado pela igualdade e independência destas crianças e jovens, que descobrem e nos mostram que são mais doces e corajosos que alguma vez achariam conseguir!

Na consulta de diabetes pediátrica são seguidas 46 crianças e jovens, entre os 3 e os 17 anos. A idade do diagnóstico da doença variou entre 1 ano e os 17 anos (média 7 anos). No último ano (2013) ocorreram 5 novos casos. Maioritariamente os nossos utentes cumprem esquema intensivo de múltiplas administrações de insulina subcutânea.

IV ENCONTRO DE PAIS, CRIANÇAS E JOVENS COM DIABETES TIPO1 - Mata da Machada, 19 de maio de 2013

Por mais um ano consecutivo, realizou-se o IV Encontro, promovendo a partilha e convívio entre as famílias de crianças e jovens com

Diabetes tipo1. Neste dia aliamos a prática de exercício físico, alimentação saudável e estilos de vida saudáveis.



Este tipo de atividades é fundamental para o estreitar das relações terapêuticas e de confiança com as crianças e principalmente junto dos jovens, promovendo espaços mais informais de troca de informações e de vivências afetivas significativas, além do suporte social às famílias. Proporciona um espaço privilegiado de educação terapêutica em todas as vertentes da doença, através da promoção da saúde, em todas as suas dimensões, física, psíquica e social.

IV ENCONTRO DOS PROFESSORES E OUTROS PROFISSIONAIS DE EDUCAÇÃO

A equipa multidisciplinar de Diabetes Pediátrica tem desenvolvido anualmente uma sessão de formação e sensibilização para os profissionais da educação. Esta iniciativa promotora de saúde visa informar os docentes e educadores sobre a diabetes Mellitus tipo 1, nomeadamente fisiopatologia da doença, tipos de terapêutica instituída, auto monitorização e atitudes a adotar em situações

especiais como hipoglicémia, prática de exercício físico e doença, vivências e aspetos psicológicos. Deste modo todos os professores e educadores que direta ou indiretamente contacta com crianças e jovens com diabetes Mellitus tipo 1 seguidos no nosso Centro Hospitalar são convidados a participar.

A manhã de trabalho envolve pequenas sessões teóricas e demonstrações práticas, nomeadamente nos aspetos de auto monitorização, administração de insulina e nutrição. Estão disponíveis glicómetros para serem manipulados, é oferecida a possibilidade de manusear canetas de insulina e são expostos alimentos para contabilização de hidratos de carbono e melhor interpretar a leitura de rótulos nutricionais.

No sentido de melhorar e adaptar as nossas formações têm sido aplicados questionários de satisfação e

A EQUIPA MULTIDISCIPLINAR DA DIABETES PEDIÁTRICA

Pediatras: Sofia Castro, Sérgio Neves, Susana Correia

Enfermeiros: Mara Abrantes, Raquel Costa, Fernanda Seixas, Conceição Cacheira, Hugo Lucas, Mafalda Fortuna, Valery Ferrer, Sónia Vassalo, Suzete Amarante

Psicóloga: Susana Dias

Dietista: Elisabeth Silva

avaliação dos conteúdos abordados. Na última iniciativa que decorreu no dia 3 de Janeiro de 2014, compareceram 120 profissionais de educação das diferentes escolas, infantários, atividades de tempos livres (ATL) da nossa área de atendimento. Destes, 55% foram participantes pela primeira vez, com 62% de avaliações como “muito satisfeitos”. As áreas de maior dificuldade de compreensão foram a contabilização de hidratos de carbono, a avaliação dos corpos cetónicos e sua interpretação e as questões sobre os equipamentos de perfusão contínua de insulina. De facto estes temas são de maior complexidade e são aferidos em cada caso, no dia a dia com o apoio das equipas de saúde escolar, formações pontuais com a equipa de diabetes pediátrica no Centro Hospitalar e articulação com os pais e jovens.

Esta iniciativa que vai de encontro às políticas de promoção de saúde com articulação dos vários profissionais de saúde para uma melhor qualidade de vida dos nossos utentes tem alcançado os seus objetivos e mereceu inclusive um prémio de uma

multinacional farmacêutica.



SEMANA ALUSIVA AO DIA MUNDIAL DA DIABETES

Na semana de 11 a 15 de Novembro de 2013, a Equipa da Diabetes Pediátrica promoveu uma exposição no átrio do Hospital de Nossa Senhora do Rosário - Barreiro, alusiva ao Dia Mundial da Diabetes, que se comemora a 14 de Novembro.

Nesse contexto convidou-se todas as crianças e jovens da Consulta a participarem com um trabalho abordando um dos seguintes temas: “Eu e a Diabetes”, “Diabetes: as férias e as festas”, “Diabetes e os meus amigos”, “Diabetes e o amanhã”. Para além dos trabalhos dos doentes, foram também expostos um quadro que apresentava os profissionais de saúde e doentes, a “Caixa da Diabetes”, o equipamento utilizado na

gestão da diabetes e cartazes alusivos aos temas fisiopatologia da Diabetes, casuística da Consulta, dia a dia da Diabetes na escola, alimentação na Diabetes, gestão emocional da Diabetes e os momentos de educação terapêutica promovidos por todos os profissionais da Equipa. Os dois melhores trabalhos foram premiados com uma máquina fotográfica digital.



UM ANO DE COLOCAÇÃO DE SISTEMAS DE PERFUSÃO SUBCUTÂNEA CONTINUA DE INSULINA/“BOMBAS” DE INSULINA

A terapêutica intensiva dos doentes com Diabetes Mellitus tipo 1 com Sistemas de Perfusão Subcutânea Contínua de Insulina (PSCI)/“Bombas” de Insulina, melhora reconhecidamente o controlo metabólico e a qualidade de vida destes doentes.

CHBM PREMIADO POR PROJETO NA ÁREA DA DIABETES

O Serviço de Pediatria do CHBM foi premiado por uma multinacional farmacêutica graças ao projeto “Sessão Educativa Doentes, Família, Cuidadores e Professores”, desenvolvido com o objetivo de divulgar e esclarecer o dia a dia da criança com diabetes tipo 1. Este projeto surge no âmbito do desafio lançado por esta farmacêutica aos seus colaboradores para o desenvolvimento de projetos, em parceria com entidades externas, com vista à mudança de comportamentos e à redução da prevalência da patologia em Portugal.

Esta sessão educativa para professores, auxiliares e educadores de infância, como exposto anteriormente, pretende transmitir a estes profissionais da escola toda a informação que lhes permita agir em caso de necessidade, uma vez que podem ser os primeiros a intervir junto das crianças e jovens com diabetes tipo 1.

Desde 2012 a Direção-geral de Saúde (DGS) faculta gratuitamente esta opção terapêutica a todos os doentes com menos de 5 anos, que cumpram os critérios definidos. No ano de 2013 o CHBM recebeu também 2 sistemas de PSCI para a faixa etária superior a 5 anos, que foram atribuídos a crianças com difícil controlo metabólico.



A Equipa de Colocação de Sistemas de PSCI promove um programa de 4 dias de formação intensiva para pais e jovens, sendo incentivada também a presença de elementos da comunidade educativa.

O primeiro Sistema de PSCI foi colocado em Fevereiro de 2013. Atualmente todos os Sistemas atribuídos foram já colocados, sendo seguidos 8 doentes com boa adaptação ao tratamento.

PARCERIA SAÚDE/OUTRAS INSTITUIÇÕES

A maioria das crianças com diabetes tipo 1 frequenta escolas/infantários públicos ou privados, devendo ser contemplado nestes espaços o local, o tempo e as ferramentas para a gestão segura e eficaz da diabetes, permitindo desta forma a cada criança

e jovem desenvolver a sua capacidade de aprendizagem e usufruir de todas as atividades escolares.

O regresso à rotina escolar é encarado pela maioria dos pais e cuidadores como um verdadeiro obstáculo, sendo solicitada a ajuda da equipa da diabetes com alguma frequência para ultrapassar esta barreira. Por outro lado, a comunidade educativa também se depara com dificuldades em colaborar no tratamento necessário à diabetes, por desconhecimento dos cuidados necessários à gestão desta patologia.

Assim a Equipa de Diabetes Pediátrica do CHBM, na tentativa de responder às solicitações dos pais e das escolas, proporciona várias sessões teórico-práticas de educação terapêutica, a grupos de 4 a 5 elementos, realizadas em espaço hospitalar. A deslocação ao exterior da equipa para a realização destas sessões acontece quando a solicitação é proveniente da Comissão de Proteção de Menores ou das Equipas de Saúde Escolar.

A saúde escolar é o recurso de saúde mais próximo da comunidade educativa e com a qual a equipa da diabetes tem trabalhado em parceria nos últimos anos. As enfermeiras de Saúde Escolar são informadas aquando do diagnóstico ou transferência de todas as crianças e jovens com diabetes tipo 1 que recorreram ao Centro Hospitalar. É dado conhecimento aos pais e

cuidadores da informação transmitida às equipas de saúde escolar, sendo sempre reforçada a responsabilidade dos pais na informação às escolas/infantários do diagnóstico da criança, para que a direção escolar de cada agrupamento possa solicitar o apoio da saúde escolar.

No ano 2013, e dando cumprimento à orientação 003/2012 da DGS, foi desenvolvido em conjunto pelas equipas o modelo do Plano Individual de Saúde para a criança e jovem com diabetes tipo 1, a ser aplicado nas escolas. Pretende-se que com a aplicação deste modelo, seja facilitada a gestão da diabetes na escola.

MAPAS DE CONVERSAÇÃO - VIVER NUMA FAMÍLIA COM DIABETES TIPO 1

A EXPERIÊNCIA DA EQUIPA DE DIABETES PEDIÁTRICA

Os mapas de conversação são um programa inovador, focado na criança/jovem com diabetes tipo 1 e suas famílias, tendo como principal objetivo a educação terapêutica na diabetes tipo 1.

Pequenos grupos de crianças/jovens e suas famílias reúnem-se com um profissional de saúde de referência em torno do mapa numa intervenção dinâmica e interativa potenciando uma melhor compreensão das temáticas abordadas, partilha de experiências e estratégias de mudança de comportamentos.

A equipa de diabetes pediátrica agendou desde 2012 duas manhãs por ano para realização do mapa de conversação “*Viver numa família com diabetes tipo 1*”. Nestas manhãs dois profissionais da equipa aplicaram os mapas a famílias (6-8 elementos) convidadas para o efeito.

Os mapas de conversação permitiram a abordagem da diabetes tipo 1 e o seu impacto na dinâmica familiar e inter-relacional em todas as suas vertentes, quer ao nível dos aspetos práticos de gestão da doença, quer principalmente na área emocional. Nestas vertentes, podem instituir-se como uma técnica facilitadora na expressão e elaboração dos afetos na família através de uma interação de forma lúdica, que o instrumento pelas suas características promove. Sendo que, na nossa experiência, a presença da psicóloga nestas sessões facilitou uma abordagem

junto de todo o sistema familiar, assim como um suporte a toda a equipa de intervenção.

PARTILHAR OS SENTIMENTOS COM A “CAIXINHA DA DIABETES”

A cada momento a equipa partilha com a criança, jovem, família e escola uma caixinha que contém: óculos; elástico; pensos; lápis; borracha; post-it; big coração e um saquinho de chá.

Para quê? Vejamos ...

Óculos: Para ajudar a “ver” que a diabetes não é uma doença fácil

Elástico: Para lembrar que temos de ser “flexíveis”, quando as orientações dadas não são cumpridas da forma que sempre desejamos

Pensos: Para ajudar a “cicatriz” aqueles sentimentos feridos da criança/jovem com diabetes que apenas quer ser criança

Lápis: Para que a criança, jovem, família e escola “registre” diariamente tudo de bom e menos bom que

acontece

Borracha: Para lembrar que todos nós cometemos “erros” e que temos a “oportunidade de corrigi-los”

Post-it: Para lembrar a família e a escola que é realmente importante “agarrar” a diabetes da criança/ jovem e que no dia a dia não pode deixar de o fazer

Big coração: Para lembrar que todas estas crianças/ jovens precisam de um “beijo”, de um “abraço” e uma palavra de “carinho” diariamente

Saquinho de chá: Para que no final de cada dia se “descanse”, “relaxe” e “reflita” sobre o que falta na caixinha...

Esperamos de todos a partilha diária da caixinha com a criança/jovem, em vez de esquecer-la e guardá-la só para si fazendo de conta que não é importante.

A equipa de Diabetes Pediátrica

TESTEMUNHOS

*Olá eu sou a Miriam, tenho diabetes tipo 1. Se tu tiveres diabetes tens de os controlar muito bem. Tens de comer coisas saudáveis, beber muita água, fazer exercício, fazer sempre o teste da glicémia e administrar a Insulina. No teu dia-a-dia podes comer de tudo um pouco, mas tens de contar as porções e depois tomar a insulina. **Miriam tavares, 10 anos***

Eu sou diabético há três anos e quando me apareceu esta doença eu pensava que era o culpado, por não me alimentar bem e por comer muitos doces. Hoje sei que tenho diabetes porque o meu pâncreas começou a trabalhar mal e deixou de produzir insulina. Agora eu tenho de dar insulina a mim próprio para que o meu corpo possa andar bem.

*Também percebi que a diabetes é uma doença crónica e por isso vou ter de viver com ela toda a minha vida, mas não é por isso que não vou fazer as minhas coisas iguais aos outros jovens da minha idade. Só tenho de ter um pouco de mais cuidado. Para manter os níveis de glicémia equilibrados devo fazer exercício físico, ter uma alimentação equilibrada, não me esquecer de fazer a picada no dedo para saber os níveis de glicémia e de fazer insulina para me manter firme e bem-disposto, como qualquer rapaz. **Alberto Silva, 16 anos***

Para mudar o mundo
aderira a estes
5 Momentos

Lave as suas
mãos, pare a
propagação de
microrganismos
resistentes!



World Health
Organization

SAVE LIVES
Clean Your Hands

**“Sem ação hoje,
não existe cura amanhã”**