

2016-10-28 16:04:56

<http://justnews.pt/noticias/10o-aniversario-da-usf-s-joao-do-pragal-ser-feliz-e-prestar-cuidados-com-cada-vez-maior-qualidade>

Tiago Oliveira

USF S. João do Pragal (Almada) vai celebrar 10 anos «de dedicação e trabalho em equipa»

Nos dias 21 e 22 de novembro a Unidade de Saúde Familiar (USF) S. João do Pragal, em Almada, vai organizar as suas primeiras jornadas, abertas a todos os profissionais de saúde. De acordo com Tiago Oliveira, coordenador da unidade, "todos nós, nas nossas vidas, passamos por momentos bons e menos bons, e a USF não foi exceção. No entanto, ao longo destes dez anos todas as adversidades foram ultrapassadas com sucesso, porque trabalhamos em equipa e assim tudo se torna mais fácil, confirmando-se o lema "Juntos somos mais fortes" .

"Apenas integrei a USF em 2010, no entanto realizei nela o meu Internato Complementar, pelo que pude acompanhar, desde o início, a sua evolução e crescimento", explica Tiago Oliveira, para quem estes 10 anos de existência da USF significam "10 anos de trabalho, dedicação e trabalho em equipa".



De acordo com o médico de família, "todos os elementos da equipa multiprofissional consideram que o balanço destes 10 anos é positivo, pois, diariamente, cuidamos das pessoas e das famílias, ao longo de gerações, prestando-lhes cuidados globais e personalizados, longitudinais e de qualidade, tal como está refletido na Carta da Qualidade da USF". Faz também questão de afirmar que "cada um dos elementos da equipa multiprofissional, diariamente quando abandona a USF, sai com sensação de dever cumprido."

Contribuir para uma "melhor articulação" entre cuidados primários e secundários

Além de profissionais da própria USF, as Jornadas contam com a intervenção de vários oradores de unidades hospitalares, em particular do Hospital Garcia de Orta (HGO) que, "sendo um hospital que abrange uma grande área geográfica, tem que dar resposta a um enorme número de utentes, o que, principalmente em algumas especialidades, pode dificultar o acesso à consulta", afirma Tiago Oliveira.

Assim, "um dos objetivos ao convidar colegas dos cuidados de saúde secundários é, além de nos darem a sua visão prática dos temas abordados, facilitar canais de comunicação entre CSP e CSS e afinar critérios de referenciação".

Além disto, acrescenta, "com algumas especialidades está criado um sistema de consultadoria, em que o especialista hospitalar vai as Unidades Funcionais periodicamente discutir casos clínicos, agilizando assim o processo de referenciação. Outra questão que vem facilitar também este processo é a atual opção de livre escolha do hospital a referenciar, em que os médicos de família, no ato da referenciação têm acesso aos tempos de espera para consulta de especialidade para cada uma das Unidades Hospitalares."

Assim, Tiago Oliveira não hesita em considerar que "iniciativas como as nossas Jornadas são momentos bastante importantes para aproximar Cuidados de Saúde Primários e Secundários, contribuindo para uma melhor articulação entre ambos, onde quem sai a ganhar é sempre o utente".



As Jornadas terão lugar no Auditório do ACES Almada-Seixal, localizado no edifício da USF da Sobreda.

Educar com "Pequenas Conversas"

Uma das mesas redondas do programa da reunião é dedicada à "Comunicação e Educação para a Saúde", onde será abordado o projeto "[Pequenas Conversas](#)", criado e produzido por Sílvia Rosa, médica interna de Medicina Geral e Familiar na USF São João do Pragal.

Esta é "uma iniciativa que se baseia numa comunidade existente no Facebook e visa educar os pais e educadores de uma geração em que a informação se dissemina através das redes sociais".

Sílvia Rosa explica ainda que o projeto foi desenvolvido "em conjunto com uma equipa divertida de vários profissionais de saúde da USF e um grupo de crianças que alinharam na brincadeira. O objectivo é esclarecer as dúvidas simples que os pais trazem às consultas e aumentar a sua literacia em saúde. As crianças falam de tudo: da febre, da gripe, das vacinas... etc, e vão ensinando os pais."

Desta forma, a equipa de saúde da USF São João do Pragal "consegue ajudar os pais a cuidar melhor dos seus filhos".

USF dos pequeninos

Relativamente a outros projetos desenvolvidos pela USF, Carla Marques, médica de família e membro da Comissão Organizadora, recorda que, "desde há alguns anos, aproveitando o dia da mulher no dia 8 de março,

organizamos uma semana de rastreio do cancro do colo do útero e do cancro da mama. Nesta semana, além de convocarmos mulheres em idade alvo do rastreio, efectuamos uma escala com 2 médicos e 1 enfermeiro e ficamos em regime de porta aberta para as mulheres que queiram aparecer e efectuar os referidos rastreios."

Entre outras ações e pequenos gestos com vista a humanizar o espaço e o atendimento, no Dia Mundial da Criança, "fizemos uma distribuição de bolachas a todas as crianças que se deslocavam à nossa unidade e tínhamos jogos preparados para elas efectuarem".

Carla Marques faz ainda referência a outra iniciativa, desenvolvida em 2013 e 2014 por altura do aniversário da USF e habitualmente associada ao meio hospitalar: "Fizemos a 'USF dos pequeninos', em que convidámos algumas crianças das nossas listas para trazerem um boneco à consulta com o médico de família. Nessa consulta era o boneco observado, na tentativa de desmistificar a consulta e da criança ficar mais à vontade quando tem de ser observada."



Carla Marques.

Comunicar com o "doente difícil"

Ainda no âmbito da comunicação, será promovido um debate nas Jornadas sobre o "doente difícil". Questionada sobre as vertentes em que será desenvolvido este tema, Carla Marques explica:

"O doente difícil pode existir sob várias perspectivas. Diferentes profissionais podem considerar vários tipos de doente difícil. Pode ser um doente que não cumpre as indicações que lhes damos, como por exemplo, quando tentamos que mudem hábitos de vida que lhes são prejudiciais e que o doente não quer alterar. Ou um doente que não adira à terapêutica farmacológica."

Contudo, pode também tratar-se de um doente "que não aceita as regras de funcionamento da USF e coloque problemas a toda a equipa ao não aceitar a forma como as coisas estão protocoladas e o circuito que deve ser feito. Pode ainda ser um doente conflituoso que, em toda a sua abordagem na unidade, torna-o um desafio para conseguirmos, de forma assertiva, tentar perceber o que está na base da sua atitude e resolver a situação o melhor possível."

Finalmente, refere Carla Marques, "podemos considerar o doente difícil em termos clínicos, como por exemplo um doente com multipatologia, cuja a abordagem de todos os problemas é um desafio enorme a todos os profissionais".

Internos são "amplamente ativos"

Relativamente ao papel e contributo dos internos na USF, Ana Valério, médica de família e membro da Comissão Organizadora, não hesita em afirmar: "Os nossos internos são trabalhadores e dedicados e são estimulados a terem iniciativa", dando o exemplo do projecto "Pequenas Conversas", que "foi criado e dinamizado por uma interna, a Dr.ª Sílvia Rosa. Teve sempre o nosso apoio e sentimo-nos lisonjados por poder participar".



Ana Valério

Além deste projeto, faz alusão a outras iniciativas: "Os nossos internos já participaram em outros tais como o "Caminhar para o equilíbrio", em conjunto com uma das nutricionistas do ACES, destinado sobretudo a melhoria do estilo de vida dos diabéticos e melhor controlo da sua patologia. Foi criado também por um grupo de internas o curso da parentalidade, destinado a educar para a saúde pais de crianças no primeiro ano de vida."

A educação para a saúde é inclusive referida como "um dos pilares da atividade do médico de família", sendo que os internos da USF S. João do Pragal "são amplamente ativos em iniciativas desta natureza, participando sempre também nas iniciativas da unidade".

Ana Valério indica ainda que a atualização científica e a melhoria da qualidade são também prioridade: "Atualmente está a decorrer um estudo da qualidade dos registos em doentes com Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica que envolve todos os internos da USF. Para além disso, é usual os nossos internos produzirem trabalhos sob a forma de comunicações orais ou pósteres para apresentação em diversos congressos, bem como na USF."

A propósito das Jornadas que se realizam em novembro, "vários workshops são dinamizados pelos nossos internos e enfermeiras, também com a participação de colegas convidados. Algumas das apresentações são também elaboradas pelos nossos internos, que participam ainda na organização."



Membros da equipa da USF S. João do Pragal.

As pessoas "são o bem mais precioso da Unidade"

No que diz respeito à composição da USF, Ana Valério esclarece que a USF S. João do Pragal é constituída por 8 médicos, 7 enfermeiras e 6 secretários clínicos e sublinha: "Temos um grande grupo de internos da especialidade de Medicina Geral e Familiar, pois todos os médicos são orientadores e por nós passam também internos do ano comum, internos de Pediatria, alunos de Medicina e de Enfermagem."

Faz ainda questão de acrescentar: "Contamos diariamente com a colaboração dos seguranças e das empregadas de limpeza e todos em conjunto procuramos fazer o melhor em cada momento".

Na sua opinião, esta equipa "coloca o utente no centro da atividade da USF, cuidando e promovendo a saúde das famílias, ao longo de gerações, prestando-lhes cuidados globais e personalizados, longitudinais e de qualidade".

Segundo a especialista em MGF, "valorizamos as relações interpessoais e zelamos pela satisfação de utentes e profissionais. As pessoas e o seu potencial individual são o bem mais precioso da Unidade. A USF está alicerçada na relação de confiança entre todos os profissionais, na população de utentes e na direção do ACES de Almada/Seixal."



Carla Marques, Tiago Oliveira e Ana Valério.

Ser feliz no trabalho e prestar cuidados "com cada vez maior qualidade"

De acordo com Ana Valério, "os profissionais da USF trabalham em entajuda, complementaridade e coresponsabilidade intersetorial e interprofissional, procurando estar informados e atualizados, promovendo a partilha de conhecimento e experiência dentro da Unidade e com o exterior". Para a médica de família, "os espaços de reflexão sobre o que se faz, como se faz, os resultados que se obtêm, os desafios que se colocam, são fundamentais no desenvolvimento pessoal e profissional de todos e na melhoria da qualidade da USF".

Questionada sobre quais são os principais aspectos que caracterizam a equipa da USF S. João do Pragal, afirma: "Trabalho, dedicação, perseverança, persistência, espírito de equipa, espírito de iniciativa e boa disposição. É uma equipa que tenta sempre melhorar e inovar para prestar cuidados à população que serve com cada vez maior qualidade. Tentamos também manter uma forma de estar saudável que nos permita ser felizes no trabalho." E termina sublinhando: "Temos orgulho na nossa equipa!"



A [inscrição nas Jornadas é gratuita](#), podendo a inscrição ser efetuada até dia 20 de novembro. O evento está

aberto a todos os profissionais de saúde, "sendo possível a todos o envio de resumos, até final do mês de outubro, para apresentação de posters nas nossas jornadas".

Para mais informações: jornadas.usf.pragal@gmail.com



Jornal Médico
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS