



Leiria recebe Conversas com barriguinhas
Ajudar os pais a preparar a chegada do seu bebé é o objectivo do projecto *Conversas com Barriguinhas*, que realiza mais uma sessão em Leiria, no próximo dia 22, pelas 10:30 horas. A actividade decorrerá na Clínica Médica Mdeia e a inscrição é gratuita.

Equipa multidisciplinar do Centro Hospitalar irá prestar apoio ao domicílio

Leiria prepara cuidados continuados e paliativos para crianças

Maria Anabela Silva

anabela.silva@jornaldeleiria.pt

Portugal é, a par da Noruega, o único país da Europa Ocidental sem cuidados continuados e paliativos para crianças e jovens. Uma lacuna apontada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) no *Atlas Global de Cuidados Paliativos*, publicado em Janeiro deste ano, e que, segundo Bilhota Xavier, director do Serviço de Pediatria do Centro Hospitalar de Leiria (CHL), se está a “tentar corrigir” no País e na região. A nível nacional, foi criado um grupo de trabalho, incumbido de, até ao final do ano, “planear e implementar cuidados continuados específicos para a idade pediátrica”, enquanto no CHL há já profissionais de várias áreas a receber formação.

Bilhota Xavier explica que o objectivo é criar “uma equipa multidisciplinar e multiprofissional com experiência e conhecimentos, que possa prestar apoio a crianças” com doenças crónicas complexas, quer no domicílio quer em instituições. O médico frisa que, dessa forma, se poderá “melhorar a qualidade de vida e os cuidados prestados” a essas crianças, dando-lhes um apoio “mais dirigido e mais adequado”. Será também uma forma de promover “o descanso dos cuidadores”, permi-



Portugal e Noruega são, segundo a OMS, os únicos países da Europa Ocidental sem cuidados paliativos e continuados para crianças

tindo-lhes “melhores condições para se dedicarem a outros membros do agregado familiar”.

A equipa que o CHL está a preparar integra, por exemplo, médicos, enfermeiros, assistentes sociais e nutricionistas. Alguns desses profissionais participaram, na semana passada, num curso de formação de

cuidados paliativos e continuados pediátricos. “O grupo de trabalho criado a nível nacional, que está dependente do secretário de Estado da Saúde, tem até 31 de Dezembro para apresentar um plano estratégico. Acredito que, no primeiro semestre do próximo ano, possamos avançar com essa resposta, que peca por

tardia”, adianta Bilhota Xavier.

O médico frisa ainda que a nova valência ficará centralizada no CHL, devido à “grande heterogeneidade de patologias e de idades” das crianças a abranger (dos zero aos 18 anos), mas a equipa “trabalhará em articulação com as unidades de cuidados primários”.

Oeste

Centro Hospitalar integra mais de 100 profissionais

Até ao final do ano, o Centro Hospitalar do Oeste (CHO) vai integrar nos seus quadros 119 profissionais, entre enfermeiros e técnicos de diagnóstico e de terapêutica. A instituição, da qual fazem parte os hospitais de Caldas da Rainha, Peniche e Torres Vedras, esclarece, em comunicado, que tem feito “um esforço colectivo no sentido de conferir estabilidade aos seus profissionais”. Em Setembro, o CHO abriu concurso para 18 postos de trabalho para a carreira especial de enfermagem, processo que deverá estar concluído no final de Dezembro. Além disso, no início deste ano, o CHO já tinha incorporado cerca de 98 enfermeiros nos quadros, com o objectivo de reduzir o número de profissionais externos em regime de prestação de serviços. Na área de diagnóstico e terapêutica, o CHO abriu, durante este ano, dois concursos com o objectivo de recrutar três técnicos para radiologia, análises clínicas e saúde pública. O Conselho de Administração do CHO solicitou, ainda, a abertura de 66 vagas para a categoria de assistente operacional, que se encontra em fase de apreciação.

País

Cuidados primários com mais utentes

O número de utilizadores dos cuidados de saúde primários aumentou este ano, com 6,4 milhões de utentes a terem, pelo menos, uma consulta médica, revelou a Administração Central do Sistema de Saúde (ACSS). Os dados, citados pela Agência Lusa, dizem respeito ao período de Janeiro a Setembro deste ano. Nesses meses, o número de utilizadores dos cuidados de saúde primários aumentou 2,2% relativamente a igual período do ano passado. As consultas médicas também subiram no mesmo período 2,7%. Nos hospitais, de acordo com a mesma fonte, as primeiras consultas aumentaram 1,4% e as subsequentes 2,5%, num total de mais 187.816 consultas do que no mesmo período do ano passado. Em relação às cirurgias foram feitas mais 4.584 do que no mesmo período de 2013, representando um crescimento de 1,2%. Do total de cirurgias 58% foram feitas em ambulatório. Nas urgências houve um decréscimo de 0,1%, com menos 3.001 casos, e nos internamentos “constatou-se uma ligeira redução do número de doentes saídos (-2,1%), essencialmente devido à desejável transferência da cirurgia convencional para a cirurgia de ambulatório”.

Obesidade, uma epidemia mundial



Opinião
Alexandra Quaresma

Realizou-se, recentemente, o 18.º Congresso Português de Obesidade, organizado pela Sociedade Portuguesa para o Estudo da Obesidade, onde profissionais de saúde de diversas áreas partilharam conhecimentos que possam ajudar a travar esta doença, que se tornou já numa epidemia. Estima-se que, em todo o mundo, existam cerca de 1,5 biliões de adultos obesos, o que representa um quarto da população mundial, com a obesidade a ultrapassar a calamidade da subnutrição.

A obesidade infantil é particularmente preocupante, porque as crianças obesas sofrem, mais precocemente, alterações nos padrões de glicemia, colesterol e perfis inflamatórios e várias outras patologias associadas. Quando chegam à idade adulta, além de continuarem obesas, muitos dos seus órgãos apresentam já um grau elevado de mau funcionamento. O problema pode começar ainda antes da criança nascer, uma vez que a percepção do sabor começa ainda no útero. Por outro lado, a alimentação da grávida influencia a tendência para o consumo de certos alimentos e o ganho de peso do bebé, sendo que os primeiros doze meses de vida são também relevantes para o controlo de peso, nomeadamente, para o controlo da saciedade. Alguns estudos apontam para o facto de os bebés ‘anafadinhos’ serem aqueles que depois demonstraram ter uma maior propensão para o excesso de peso. Por isso, é importante passar a mensagem de que os bebés

precisam de crescer e de se desenvolver, mas com peso, conta e medida. Durante aquele congresso, foi ainda abordada a relação entre a obesidade e o stress. Quem é que ainda não sentiu que, em momentos de maior stress, tem mais vontade de comer? A resposta encontrada por alguns cientistas é que, com o stress, o nosso cérebro ‘baralha-se’ e passa a comer por impulso e não por saciedade. O stress foi também relacionado com uma alteração da produção de algumas hormonas que influenciam o nosso relógio biológico e o apetite.

Será esta a desculpa tão procurada para não pararmos de engordar? Não me parece. O stress é uma causa e a nossa vida está repleta dele. Mas nem todos somos obesos. Uma das explicações é a nossa carga genética, que controla entre 40 a 70% do nosso peso. Outra é o que cada um faz para diluir o stress, aprendendo a viver com ele e não dependendo dele.

Os profissionais de saúde estão, cada vez mais, a tentar investir na prevenção desta doença. Por isso, todos temos um papel activo, aprendendo e praticando hábitos de vida mais saudáveis. Mas será que isso é assim tão fácil? Será que nos alimentamos como deve ser? Procure um nutricionista credenciado para o ajudar a responder a esta questão, sendo mais um a lutar contra a obesidade. Todos juntos iremos travar esta calamidade.

Nutricionista

Veja
anúncios
de Saúde
na página

29

Para saber
como
anunciar na
secção de
classificados
do Jornal de
Leiria ligue
244 800400