

Centro de Saúde Vila Real II

SAÚDE
Entre linhasGermano
Couto*Reconfiguração dos Cuidados
de Saúde Primários14 de Novembro
Dia Mundial
da diabetes

O QUE É A DIABETES?

A diabetes é uma doença crónica que se caracteriza pelo aumento dos níveis de açúcar (glicose) no sangue e pela incapacidade do organismo em transformar toda a glicose proveniente dos alimentos. A quantidade de glicose no sangue chama-se glicemia e quando esta aumenta diz-se que o doente está com hiperglicemia.

QUEM ESTÁ EM RISCO
DE SER DIABÉTICO?

A diabetes é uma doença em crescimento, que atinge cada vez mais pessoas em todo o mundo e em idades mais jovens. No entanto, há grupos de risco com fortes probabilidades de se tornarem diabéticos:

- Pessoas com familiares directos com diabetes;
- Homens e mulheres obesos;
- Homens e mulheres com tensão arterial alta ou níveis elevados de colesterol no sangue;
- Mulheres que contraíram a diabetes gestacional na gravidez;
- Doentes com problemas no pâncreas ou com doenças endócrinas.

COMO PREVENIR A DIABETES?

- Controlo rigoroso da glicemia, da tensão arterial e dos lípidos;
- Vigilância dos órgãos mais sensíveis, como a retina, rim, coração, nervos periféricos, entre outros;
- Bons hábitos alimentares;
- Prática de exercício físico;
- Não fumar;
- Cuidar da higiene e vigilância dos pés.

Portal da Saúde - Diabetes (2009)

A SAÚDE AO ENCONTRO DA COMUNIDADE

Equipa de Saúde Escolar

A reconfiguração dos Cuidados de Saúde Primários (CSP) tem implicado alterações profundas na organização e oferta de cuidados de saúde à população. O objectivo desta reestruturação passa pela acessibilidade aos cuidados, pela gestão dos recursos humanos alocados e pelo cumprimento de metas de saúde, traduzidos por indicadores elaborados para o efeito.

Esta reconfiguração encontra-se no terreno, e apesar dos esforços na sua consubstanciação, está a ser penalizada pela actual conjuntura de crise, que, inexoravelmente, condiciona todo o processo. Com esta, de forma tímida mas promissora, nasceu um novo paradigma de cuidados, que acreditamos, influenciará, deste ponto em diante, os CSP – são as Unidades de Cuidados na Comunidade (UCC). Estas unidades, adstritas aos respectivos Agrupamentos de

Centros de Saúde (ACES), laboram na sua dependência funcional, sendo que a meta aludida pelo Ministério da Saúde é de uma UCC por cada centro de saúde, embora a Ordem dos Enfermeiros seja da opinião que estas unidades devam ser em maior número para que esta reforma não seja penalizada no seu âmago!

As UCC são compostas por uma equipa multidisciplinar (enfermeiros, médicos, psicólogos, assistentes sociais, entre outros), coordenadas por um enfermeiro, que visam prestar cuidados assistenciais no próprio contexto vivencial – domicílios, lares, escolas, empresas, etc. – no âmbito da promoção da saúde. É multifacetada e permite uma acessibilidade da população aos profissionais de saúde num talhe nunca protagonizado no nosso país.

Os enfermeiros desempenham

neste âmbito um papel crucial, que se ajusta perfeitamente a umas das muitas vertentes da profissão: prevenção da doença, promoção da saúde e reabilitação, para além da dimensão curativa.

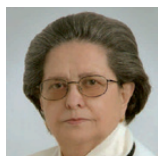
Este facto permite que toda a organização da oferta de cuidados seja perspectivado de acordo com os princípios que regem a Enfermagem, com ganhos evidentes para os utentes, ao nível da acessibilidade, equidade, promoção, prevenção, proximidade, acompanhamento, dinamização e gestão de tudo o que diz respeito às necessidades dos utentes do SNS.

A forma como a Medicina e a Enfermagem perspectivam a estruturação do sector é bastante díspar. Enquanto a Medicina se debruça, quase exclusivamente, sobre a patologia e a medicalização da saúde;

a Enfermagem, apesar de um certo desconhecimento da população, rege-se por princípios personalizados e humanos, subjacentes a conceitos inovadores e de maior espectro na saúde, que não a mera ausência de doença, mas sim, focando o alvo dos seus cuidados a Pessoa (individual e colectiva) na procura dos seus projectos de saúde, conduzindo à sua autonomia na aquisição do bem-estar físico, psicológico, social, cultural e espiritual.

Portugal centra a sua preocupação na hospitalização, mas o que se preconiza é precisamente o inverso. É por esse motivo que a face mais importante e essencial de qualquer sistema de saúde são os CSP e, consequentemente, os enfermeiros.

*Enfermeiro

Presidente da Secção Regional do Norte
Ordem dos EnfermeirosMaria Fernanda
Barroca

Educação Sexual nas Escolas Portuguesas

A partir de vasta informação que me chegou por mail da Plataforma Resistência Nacional (a quem presto a minha homenagem), elaborei as linhas que se seguem.

No Pavilhão do Conhecimento – Ciência Viva situado no Parque das Nações, antiga Expo de Lisboa, está patente até 28 de Agosto de 2011, uma Exposição com o título: SEXO... E ENTÃO?

«O fim desta exposição é dar a conhecer às crianças dos 9 aos 14 anos o que é o sexo e o amor, de uma maneira clara, atractiva e segura, de um modo rigorosamente científico, avalizado por peritos em educação de crianças e adolescentes».

Em que consiste a exposição? Resumindo, mas procurando ser exaus-

tiva: descrição dos aparelhos reprodutores masculinos e femininos; o encontro de um óvulo com os espermatozóides; apelo ao sexo livre sem responsabilidade, nem compromisso; apresentação da homossexualidade como algo atractivo; incitação à masturbação; a pílula como um método contraceptivo (é proibido falar em aborto!); uma boneca que ensina como se faz sexo; uma exposição sonora os diversos tipos de beijos; explicação como se usa o preservativo; em que consiste o orgasmo; disponibilidade de uma cama, em que o jovens podem ver cenas românticas entre homem/mulher, mulher/mulher, homem/homem.

No recinto há depois um apartado, onde se pode ler: “proibida a entra-

da a adultos”.

Eu disse que ia resumir e resumi, mas o que apresentei é muito para uma criança de 9 anos ou menos(?), ou mesmo para um adolescente de 14 anos – idades dos destinatários desta exposição, destinada a visitas de alunos acompanhados por professores, mas penso que sem uma autorização expressa por escrito dos pais, que sendo adultos, estão “proibidos” de entrar no tal apartado.

O que pretendem os promotores e as Escolas que levam lá os alunos? Desde que o mundo é mundo sempre existiu a sexualidade humana, só que, as crianças vão ter o seu tempo para as aprender; por agora, deixem-nas ser crianças e viver a inocência e ingenuidade próprias da idade. Com

9 anos não sabem a tabuada; com 14 ainda lêem correndo o texto com o dedo, mas por este andar, estão aptas a dar “aulas” aos profissionais do ramo.

E tudo isto se passa num cenário de comédia, em que os protagonistas são bonecos que de tudo fazem “brincadeira”.

E qual o lugar que ocupa a afectividade? E que lugar ocupa o diálogo pessoal pais/filhos, contra a informação em massa?

Que mais inventarão os destruidores das nossas crianças para levar a sua avante? Quanto dinheiro é que isto dá? São perguntas sem resposta.



Eduardo Varandas

Solidariedade por onde andas

Volta e meia, a palavra solidariedade anda nas bocas do mundo, pelos mais diversos motivos. Nos tempos que correm, tornou-se até, palavra obrigatória do nosso quotidiano devido à crise económico-financeira que nos assola e atormenta. Quer as pessoas, quer instituições de apoio aos mais carenciados, têm apelado à solidariedade de algumas empresas e fundações que apresentam algum desafio financeiro, neste mar encapelado em que navegamos, no sentido de receber delas alguma contribuição monetária para minorar as dificuldades com que se debatem, as pessoas no seu dia-a-dia e as instituições no cumprimento da sua acção humanitária.

Tudo isto tem que ver com o facto da Liga dos Combatentes ter promovido, junto de diversas empresas e instituições, uma acção de sensibilização, com a finalidade de angariar alguns apoios para fazer face às dificuldades com que se confronta no auxílio aos seus associados, que padecem de vários males, designadamente no campo da saúde, onde se destaca a valência do PTSD (vulgarmente designado por stress pós-traumático).

Até à data, dos contactos estabelecidos, apenas um deles respondeu positiva e generosamente ao apelo oportunamente lançado. Trata-se da prestigiada Fundação Calouste Gulbenkian, cujo donativo se regista com muito

agrado pelo que ele representa para a vida da instituição de utilidade pública que é a LC, pelo gesto altruísta, que honra e dignifica o nome do seu fundador e também, paralelamente, porque constitui um exemplo de coerência e generosidade que só a engrandece no meio do vendaval de egoísmo e hipocrisia que caracteriza a sociedade portuguesa actual. Das que responderam negativamente, duas delas, despertaram a nossa atenção, pela desculpa esfarrapada e mesquinha que apresentaram, completamente desenquadrada da importância que detêm no contexto nacional. Referimo-nos concretamente à Sonae e à Fundação Champalimoud. A primeira que, como todos sabemos, factura anualmente milhões de euros, nos vários ramos de negócio em que se insere, desde a distribuição alimentar, indústria de derivados de madeira, telecomunicações, seguros, etc., não foi capaz de oferecer um euro que fosse, para a causa abraçada pela LC. Numa mensagem telegráfica justifica a sua posição alegando que assumiu este ano outras prioridades pelo que não pode associar-se à iniciativa solicitada. Lamenta-se profundamente o subterfúgio utilizado, tanto mais que se trata de uma grande empresa nacional, que faz questão de assumir uma postura de responsabilidade social, apoiando vários projectos, instituições e organizações.

Relativamente à novel Fundação Champali-

moud a situação é ainda mais surpreendente e caricata. Dizem os seus responsáveis que pelo facto de estarem profundamente envolvidos no projecto de construção do seu Centro de Investigação, que concentrou muitos recursos, não podiam apoiar o projecto da LC. Evidentemente que quando uma instituição, como esta, que investe na construção da sua sede 100 milhões de euros (segundo notícia o semanário Expresso), e afirma que por via disso, se torna inviável disponibilizar qualquer donativo, está a querer passar uma imagem que não corresponde de todo à realidade. Por curiosidade, respigamos alguns princípios orientadores que a regem, retirados da sua página da internet. A saber: a Fundação Champalimoud apoia a investigação de ponta nas Ciências Médicas. A Fundação tudo fará para que haja mais investigação clínica, particularmente aquela que é desenvolvida por instituições sem fins lucrativos. A Fundação quer ajudar a mitigar o sofrimento humano e a aliviar o peso da doença no indivíduo e na sociedade. Posto isto, sendo a Liga dos Combatentes uma instituição sem fins lucrativos, com um Programa Estruturante de Cuidados de Saúde em funcionamento, e tendo sensibilizado algumas entidades públicas e privadas para, com o seu apoio solidário, ajudarem a ultrapassar os constrangimentos de índole financeira que o afectam, como é possível receber este tipo de

resposta, por parte de uma instituição que tem por missão desenvolver justamente, a sua actividade na área da saúde? Em bom rigor nem dá para acreditar em semelhante argumentação.

PS: A talhe de foice e a propósito da recente inauguração da sede da Fundação Champalimoud, em Pedrouços, junto ao Forte do Bom Sucesso, onde se encontra o Monumento de Homenagem aos Combatentes do Ultramar, devemos chamar a atenção para o facto de alguém ter tido a ideia peregrina, para não lhe chamar outra coisa, de colocar na entrada principal, virada para a Av. de Brasília, a identificação da Fundação em inglês (Champalimoud Centre for the Unknown), que em português significa Centro Champalimoud para o desconhecido), por que razão? Porquê dar tanta ênfase à língua de Shakespeare em detrimento da língua de Camões? Será que os responsáveis pelos destinos da Fundação julgam viver noutra galáxia, onde o inglês se converteu na língua de todas as tribos? Será que entendem isso como sinónimo de modernidade? A megalomania de certas personagens parece não ter limites, ou, então, revelam um complexo de inferioridade ridícula e absurda. É absolutamente lamentável. Nem à luz do espírito e da letra da velha aliança luso-britânica se compreende tal disparate.