



SRCOM

SECÇÃO REGIONAL DO CENTRO
DA ORDEM DOS MÉDICOS

MD Centro

A MEDICINA E OS DIREITOS HUMANOS

Visitas e debate marcam
iniciativa da SRCOM



Juramento de Hipócrates 2021

Farol da Ciência e Humanismo

MD EM FOCO	
A Medicina e os Direitos Humanos	4
MD EVENTOS	
Dia do SNS: Homenagem no Parque Verde do Mondego	14
Juramento de Hipócrates 2021: Farol da Ciência e Humanismo	18
Apresentação do livro “Da Ficção à Realidade... em ano de COVIDamento”	22
Lançamento das obras “João Taborda: um fotógrafo humanista” e “Reflexões em tempos de Pandemia”	24
Apresentação de dois livros do médico Cândido Ferreira	26
Médico Luís Carvalho oferece quadro que evoca Miguel Torga	27
MostrEM2021: Uma ajuda para a escolha da especialidade médica	28
MD VISITAS	
Hospital de Santo André, em Leiria	30
Hospital Amato Lusitano, em Castelo Branco	31
Hospital de Sousa Martins, na Guarda	32
MD NOS MEDIA	
SRCOM em destaque na imprensa	33
MD ENTREVISTA	
João Redondo Médico psiquiatra e coordenador do Gabinete de Apoio ao Médico da SRCOM	38
MD FORMAÇÕES	
SRCOM divulga agenda de formações	46
OPINIÃO	
Tempo de pensar: ética na prestação de cuidados ao idoso Rita Gaspar Marques	48
Um presente que se quer passado Henrique Correia	50
MD INFORMA – Comunicados	
Informações e posições oficiais da SRCOM	52
BENEFÍCIOS	
Benefícios sociais exclusivos a membros da OM	55
HUMOR	
Haverá outra hipótese? Teresa Sousa Fernandes	63

MD Centro

Revista da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos

Nº 14 • DEZEMBRO 2021

DIRETOR

Carlos Cortes

DIRETORA-ADJUNTA

Filipa Coutinho

EQUIPA REDATORIAL

Paula Carmo (Coordenadora)

Stéphanie Silva
Rui Ferreira

APOIO EDITORIAL

F5C – First Five Consulting

PROPRIEDADE E ADMINISTRAÇÃO

Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos

Av. Dom Afonso Henriques, 39
3000-011 Coimbra

T. + 351 239 792 920

E. omcentro@omcentro.com

 seccaocentroordemmedicos

 twitter.com/om_src

www.omcentro.com

DEPÓSITO LEGAL

Nº 380674/14

PERIODICIDADE

TRIMESTRAL

TIRAGEM

10.000 EXEMPLARES

DESIGN GRÁFICO

F5C – First Five Consulting
Av. Liberdade nº230 3º
1250-148 Lisboa

T. +351 210 322 500

E. geral@f5c.pt

IMPRESSÃO

Gráfica Ediliber

PREÇO AVULSO

2,00€

Isento de registo no ISC nos termos do Nº 1, alínea A, do artigo 12, do Decreto Regulamentar Nº 8/99



Carlos Cortes
Presidente SRCOM

Direitos Humanos

Passados dois anos, em 1948, a Saúde passou a ser um aspeto importante dos Direitos do Homem, aprovados pela Organização das Nações Unidas e constitui um elemento central da dignidade humana e da liberdade.

O direito à Saúde também foi reconhecido como um direito humano pelo Pacto Internacional de Direitos Económicos, Sociais e Culturais de 1966.

estudo, e que todos os dias na pessoa pobre ou rica, no cidadão e nos mais poderosos (...) contemplam as misérias humanas que não têm outra origem que a tirania e a escravatura?”.

O Serviço Nacional de Saúde português, criado em 1979, é considerado como um pilar fundamental das liberdades e conquistas sociais decorrentes do advento da Democracia.

A Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos assinalou a semana em que se comemoravam os 73 anos da Declaração Universal dos Direitos do Homem, visitando projetos que demonstram bem esta ligação simbiótica entre a Liberdade e a Saúde: a Fundação ADFP (Projeto de Acolhimento a Refugiados), o Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicológico do Centro de Responsabilidade Integrada de Psiquiatria do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra; e a Organização Não Governamental para o Desenvolvimento - ‘Saúde em Português’ – conhecendo em detalhe, entre outros, o importante projeto “Mercadoria Humana 4”.

Nesta perspetiva, e ao longo dos séculos, os Médicos têm sido os mensageiros da liberdade e da igualdade, os defensores de uma sociedade mais justa e capaz de acolher e proteger os mais fracos.

A prestação de cuidados de saúde, o ato médico, por si, não são mais do que instrumentos de defesa e concretização dos direitos humanos fundamentais.

A Saúde está intimamente ligada aos Direitos Humanos.

Sem um acesso universal a cuidados de saúde de qualidade não é possível considerar que o ser humano seja verdadeiramente livre. A história da Humanidade mostrou-nos que as pessoas doentes, sem acesso a cuidados e tratamentos, eram frequentemente segregadas, privadas das suas liberdades fundamentais e colocadas em condições de injustiça social e humana.

O direito de auferir do mais alto padrão possível de saúde física e mental foi consagrado, em 1946, pela primeira vez na Constituição da Organização Mundial da Saúde, cujo preâmbulo define saúde como "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, que não consiste apenas na ausência de doença ou enfermidade", "a posse do mais alto padrão possível de saúde constitui um dos direitos fundamentais de todo ser humano, independentemente de raça, religião, opinião política, condição económica ou social".

No final do século XVIII, no auge do ambiente revolucionário gaulês e da publicação da Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão de 1789, François Lanthenas, médico e deputado à Convenção Nacional, referiria num documento “Da Influência da Liberdade, sobre a Saúde, a Moral e a Felicidade”, que a luta contra a doença devia começar pela luta contra o despotismo: “quem terá então de denunciar ao género humano os tiranos, se não forem os médicos que fazem do homem o seu único

“Ao longo dos séculos, os Médicos têm sido os mensageiros da liberdade e da igualdade, os defensores de uma sociedade mais justa e capaz de acolher e proteger os mais fracos”

A MEDICINA E OS DIREITOS HUMANOS



Num tempo marcado pelos desafios da COVID-19 e pela crise dos refugiados, a SRCOM lançou um conjunto de iniciativas para sublinhar a importância da defesa dos Direitos Humanos. A propósito do Dia Internacional dos Direitos Humanos, foi conhecer, no terreno, as respostas que estão a ser dadas neste âmbito por várias instituições de intervenção social e humanitária, e promoveu uma reflexão com especialistas nacionais e internacionais.

Associando-se ao Dia Internacional dos Direitos Humanos, que se assinala a 10 de dezembro, a Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM) levou a cabo, de 6 a 10 de dezembro, várias iniciativas no sentido de chamar a atenção para os valores básicos a defender no atual contexto pandémico que tem provocado grandes desafios sociais, económicos, éticos e jurídicos, sendo o Direito à Saúde um dos mais visados. Sob o lema “A Medicina e os Direitos Humanos”, esta iniciativa culminou com um debate dedicado a esta temática, que contou com a participação de representantes da comunidade médica que se tem dedicado, entre outras iniciativas, às respostas em emergência e catástrofe.



Dia Internacional dos Direitos Humanos

Remonta a 10 de dezembro de 1948 quando a Assembleia Geral da Organização das Nações Unidas proclamou a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Considera-se, nesta Declaração, que o reconhecimento da dignidade inerente a todos os membros da família humana e dos seus direitos iguais e inalienáveis constitui o fundamento da liberdade, da justiça e da paz no mundo; e que, entre muitas outros valores fundamentais, é essencial a proteção dos direitos do homem através de um regime de direito. Trata-se de um ideal comum a atingir por todos os povos e todas as nações.



**Leia a Declaração
Universal dos Direitos
Humanos**





Fundação ADFP

A Fundação ADFP – Assistência, Desenvolvimento e Formação Profissional é uma instituição de solidariedade social, sem fins lucrativos, com estatuto de utilidade pública que prossegue a atividade da ADFP que nasceu em novembro de 1987 e está sediada em Miranda do Corvo, distrito de Coimbra. Contribui para a formação de pessoas com deficiência física e mental, apoia doentes crónicos, crianças, jovens, mulheres grávidas ou com filhos, idosos, vítimas de maus tratos, refugiados, população sem casa, entre outros. Tem projetos nas áreas da cultura, turismo, gastronomia, artesanato e desporto.



“Quando recebemos pessoas que vêm sozinhas, temos de partir do princípio de que somos um ‘porto de passagem’ porque essas pessoas não têm aqui uma rede de amigos ou familiares”

Jaime Ramos

A visita à Fundação ADFP – Assistência, Desenvolvimento e Formação Profissional, em Miranda do Corvo, marcou o início do programa da SRCOM, e teve como objetivo conhecer com detalhe o Projeto de Acolhimento a Refugiados. “Dedicamos uma semana aos Direitos Humanos, conhecendo, no terreno, as respostas de instituições de intervenção social e humanitária. Temos de trabalhar, todos, numa sociedade global, de forma solidária, respeitando os valores da entreajuda, olhando para o valor de cada pessoa”, começou por explicar Carlos Cortes, presidente da SRCOM, acrescentando que “foi muito

importante perceber o facto do SNS ajudar, também, ao acolhimento aos refugiados, designadamente nos programas de vacinação”, apontando o 73º aniversário da Proclamação da Carta dos Direitos do Homem como um instrumento crucial também na defesa do direito à saúde. “A ADFP contribuiu decisivamente para o acolhimento de refugiados desde 2014”, disse Carlos Cortes. Destacou ainda o mérito da instituição que “mesmo recebendo pessoas diferentes, dá-lhes igualdade, ajuda e apoio”. Carlos Cortes assinalou também o SNS como uma das conquistas mais importantes em Portugal, referindo que “a saúde está muito ligada à liberdade” e que “para termos liberdade, temos (também) de ter saúde”.

Jaime Ramos, Presidente da Fundação ADFP, e Dalila Salvador (Fundação ADFP/ Centro de Acolhimento para Refugiados e Sem-Abrigo) explicaram à comitiva da Ordem dos Médicos (Carlos Cortes e Marta Vale Matos) todas as circunstâncias de acolhimento, contextualizando que cada caso e cada família são casos específicos. “Quando recebemos pessoas que vêm sozinhas, temos de partir

do princípio de que somos um ‘porto de passagem’ porque essas pessoas não têm aqui uma rede de amigos ou familiares. Quando chegam com as famílias é mais fácil a integração”, enquadrou Jaime Ramos. Por seu turno, Dalila Salvador explicou: “Quando chegam as famílias, a integração dos filhos é uma parte muito importante. Em Miranda do Corvo, atualmente, temos quatro famílias. O último grupo que recebemos é do Afeganistão, duas jogadoras de futebol. Por exemplo, as crianças, passados quinze dias, já sabem palavras em Português”. No final desta visita, Marta Matos – médica interna de Medicina Geral e Familiar atualmente no Centro de Saúde-Escola Norton de Matos e membro da SRCOM – destacou o trabalho efetuado pela Fundação ADFP: “Foi muito interessante perceber o enquadramento no acolhimento aos refugiados na nossa sociedade, bem como a adaptação cultural e social dos migrantes acolhidos em Portugal através da ADFP”.

Resposta a vítimas de traumas

A 9 de dezembro, de manhã, a comitiva da Ordem dos Médicos (Carlos Cortes, Marta Matos





Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicológico

Criado em maio de 2013, em Coimbra, é uma estrutura única no país, que visa dar resposta a vítimas de eventos traumáticos (violência doméstica, bullying, stress, tentativa de suicídio, assédio moral, exploração sexual, entre outros). Esta estrutura funcional está inserida no Centro de Responsabilidade Integrado de Psiquiatria do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra e conta com a participação em rede de várias estruturas: INEM, de Medicina Legal e de Emprego e Segurança Social, PSP, GNR, Proteção Civil, Departamento de Investigação e Ação Penal, comissões de Proteção de Crianças e Jovens, Associação de Apoio à Vítima, etc.

e João Pestana) visitou o Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicológico (CPTTP) e reuniu com a Direção do Centro de Responsabilidade Integrado de Psiquiatria, consumando a visita ao Hospital Sobral Cid, onde é efetuada a resposta a eventos traumáticos. Após reunião com o Professor Horácio Firmino e o médico psiquiatra João Redondo e restante equipa do CPTTP, a visita ao pavilhão 4 do Sobral Cid foi

uma oportunidade para conhecer as valências da resposta a vítimas de eventos traumáticos (violência doméstica, bullying, stress, tentativa de suicídio, assédio moral, exploração sexual, entre outros). Trata-se da “única resposta existente deste género no País”, realçou o presidente da SRCOM, referindo “que necessita de mais profissionais de saúde”. Este centro já atendeu mais de duas mil pessoas desde 2004, a maioria

Horácio Firmino sublinhou a necessidade de se “criar horizontes no tratamento do utente idoso”

entre os 40 e 60 anos e do sexo feminino. Como recordou Carlos Cortes, quando fez a apresentação global da resposta em Psiquiatria em Coimbra, o Professor Horácio Firmino não deixou de apontar que esta especialidade médica já teve 80 médicos especialistas em Psiquiatria e este ano são 42, o que se tem tornado um enorme desafio dada a diversidade de respostas, desde o acompanhamento e avaliação em consulta, ao internamento, à resposta na comunidade. Horácio Firmino sublinhou ainda, dada a curva demográfica que se verifica em Portugal, e na região em Centro em particular, a necessidade de se “criar horizontes no tratamento do utente idoso”.

Proteger as vítimas de tráfico de seres humanos

À tarde, a Ordem dos Médicos foi conhecer todos os projetos da Organização Não Governamental para o Desenvolvimento “Saúde em Português”, tendo destacado o trabalho que esta organização tem desenvolvido e o notável contributo para a sociedade que, entre outras valências, inclui o Centro de Acolhimento e Proteção para Vítimas de Tráfico de Seres Humanos do Sexo Masculino (um dos cinco centros existentes no país como resposta



Saúde em Português



Organização

Não Governamental para o Desenvolvimento fundada em 1993. Realiza projetos de cooperação para o desenvolvimento, de ajuda humanitária e de emergência, projetos de sensibilização, intervenção e integração social e comunitária em benefício das populações mais vulneráveis, estratégicas e em risco.

Já abrangeu beneficiários em Portugal, nos países de língua oficial portuguesa e em territórios de conflito, guerra e catástrofe, um pouco por todo o mundo.

criada pela “Saúde em Português”, designadamente por ajudar a promover e aplicar cuidados de saúde a pessoas vulneráveis e em risco. Segundo o vice-presidente desta ONGD, o médico Humberto Vitorino, a “Saúde em Português” regressará brevemente com projetos na área da saúde em Angola e Guiné-Bissau, algo que explicitou no debate na sede da SRCOM.

Atualmente, em Portugal, um dos projetos em curso de sensibilização em tráfico de seres humanos, intitulado “Mercadoria Humana 4”, ➤

A ONGD “Saúde em Português” tem projetos de apoio a pessoas que se encontram em situação de sem-abrigo, trabalhadores do sexo, pessoas com limitações e população prisional

às vítimas de tráfico humano). Esta ONGD, com sede em Coimbra, é atualmente presidida pelo médico de família Henrique Correia que explicou nesta visita da Ordem dos Médicos a história e a atividade da “Saúde em Português”, destacando o dinamismo do núcleo existente em Viseu, criado em 2016, que atualmente tem quatro projetos em curso (Saúde Sem Teto, de apoio aos sem-abrigo; Saúde da Esquina, de apoio aos trabalhadores do sexo; Saúde Sem Diferença, de apoio pessoas com limitações; Saúde na Prisão). Também esteve presente nesta reunião Ana Figueiredo, atual coordenadora dos projetos “Mercadoria Humana 4” e “Mercadoria Humana Norte” – vocacionados para a sensibilização

em tráfico de seres humanos – e responsável pelo Departamento de Formação. “É de realçar o trabalho de quem presta apoio a quem mais precisa, quer em termos de assistência humanitária, quer em ajuda de emergência e auxílio a grupos de risco e a pessoas vulneráveis. Este é o verdadeiro exercício de promoção e defesa dos direitos humanos”, destacou o presidente da SRCOM, no final da visita em que ficou a conhecer os projetos em curso e em preparação.

Já a 10 de dezembro, data em que se assinala o Dia Internacional dos Direitos Humanos, Carlos Cortes enalteceu a rede de apoio

“A OM contribuirá para a defesa dos direitos de grupos de risco, sejam mulheres, crianças, jovens ou idosos. Neste intercâmbio institucional, estaremos, também nós, a contribuir para o direito à Saúde de todos, uma das condições basilares dos Direitos Humanos”

Carlos Cortes

terá um enfoque especial, no início de 2022, com uma campanha de sensibilização sobre o tráfico de seres humanos no futebol. Recorde-se que, de acordo com o Relatório Anual de Segurança Interna 2020 (RASI 2020), foram sinalizadas em Portugal 229 presumíveis vítimas de tráfico de pessoas, 155 das quais para exploração laboral. Ainda de acordo com o RASI 2020, das 229 presumíveis vítimas, 29 eram menores de 18 anos. Trata-se de um

crime transnacional, podendo existir tráfico interno. Já foram sinalizados casos no futebol português. Já no dia anterior, aquando da visita à “Saúde em Português”, Carlos Cortes afirmou: “A Ordem dos Médicos contribuirá para a defesa dos direitos de grupos de risco, sejam mulheres, crianças, jovens ou idosos. Neste intercâmbio institucional, estaremos, também nós, a contribuir para o direito à Saúde de todos, uma das condições basilares dos Direitos Humanos”.

Medicina e Direitos Humanos em debate

Subordinado ao tema “Medicina e Direitos Humanos: Que realidade? Que futuro?”, decorreu no dia 10 de dezembro o debate que culminou o programa desta semana, no qual um dos temas abordados se prende com a desigualdade no acesso às vacinas COVID-19 que a humanidade enfrenta coletivamente. O debate decorreu numa sessão em direto transmitida nas plataformas digitais (Facebook e Zoom), estando os oradores na Sala Miguel Torga da SRCOM. No início, Morris Tidball-Binz, médico e Professor de Medicina Forense, Relator Especial das Nações Unidas para as Execuções Judiciais e Extra-Judiciais, numa mensagem gravada em português, afirmou que “hoje, mais do que nunca, a Declaração Universal, especialmente do preâmbulo no artigo primeiro – *‘Considerando que o reconhecimento da dignidade inerente a todos os membros da família humana e dos seus direitos iguais inalienáveis, constituiu o fundamento da Liberdade e da Justiça e da Paz no mundo’* – nos interpela num mundo cada vez mais polarizado”. Para Morris Tidball-Binz – também membro do Centro Universitário de Coimbra para as Ciências Forenses, Humanitárias e Direitos Humanos – a Declaração deverá ser relida “por todos os seres humanos, e particularmente pela comunidade médica, uma vez que nós estamos numa posição privilegiada para contribuir para uma sinergia entre as ciências da saúde e os direitos humanos”.

Ao intervir em seguida, Carlos Cortes, anfitrião desta sessão, agradeceu e destacou desde logo





o trabalho da comissão organizadora desta semana temática. E ao ler parte do artigo 25º da Declaração Universal dos Direitos Humanos (*"Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar a si e à sua família a saúde e o bem-estar..."*), Carlos Cortes afirmou que este normativo tem subjacente uma forte ligação entre a Liberdade e o Direito à Saúde, sendo que, na SRCOM, se coloca em prática de forma institucional o apoio a quem precisa, quer através do gabinete de apoio ao doente e do gabinete de apoio ao médico, ambos com intervenções muito ativas. Num ano especialmente complexo, o presidente da SRCOM lembrou a fragilidade no acesso às vacinas contra a COVID-19 nos países mais desfavorecidos. "Quando temos instrumentos para tratar e salvar vidas não podemos ficar somente nós, os países mais desenvolvidos no mundo, temos de saber partilhar e ser solidários", sublinhou.

Um "alerta da consciência Humana"

Por estar em viagem da Argentina para Portugal, o Professor Duarte Nuno Vieira, enviou também uma mensagem gravada. Para o Presidente do Observatório para os Direitos Humanos dos Países de Língua Oficial Portuguesa e Presidente da Academia Nacional de Medicina de Portugal, esta carta de Direitos Humanos veio "definir de uma forma mais clara quais são os direitos" fundamentais, acrescentando que "surtiu como um alerta da consciência humana" e que "se inscreve nos fundamentos da criação das Nações Unidas, na luta pela Paz". O Professor Catedrático de Medicina da Universidade de Coimbra e atual Presidente do Conselho Científico Consultivo do Tribunal Penal Internacional destacou ainda "os direitos universais, inalienáveis, indivisíveis" porque, assinalou, "todos os direitos são essenciais". Lembrou ainda que "os Estados têm

a obrigação e o dever, de acordo com a lei internacional, de tomar medidas para proteger os direitos humanos", mas, paradoxalmente, "em muitos países do mundo, os Direitos Humanos continuam a ser sonho", lembrando o papel fundamental da classe médica na promoção dos direitos humanos.

Na intervenção seguinte, Francisco George, médico especialista em Saúde Pública, chamou a atenção "para a necessidade de satisfazermos as respostas à pobreza, às desigualdades e às principais questões que têm influência direta e indireta na saúde". Para o antigo funcionário da OMS (1980-1991), Diretor-Geral da Saúde (até 2017) e Presidente da Cruz Vermelha Portuguesa (2017-2021), o mundo tem atravessado permanente confronto belicista e bastaria que todos os países industrializados se juntassem para ajudar os países mais pobres. Deu como exemplo o problema da SIDA em África, ➤

nos anos 80 do século passado, que parece não ter servido de lição. “A cooperação técnica para o desenvolvimento não favorece a proteção das populações daqueles países e só quando surgem ameaças, em função da mobilidade por via aérea, é que são tomadas medidas”, disse. Francisco George recordou ainda o seu trabalho em África, na Ásia, na China, na Índia, afirmando ter autoridade para dizer que “a epidemia de Ébola poderia não ter acontecido se a região onde tudo se iniciou não fosse tão pobre”.

Ação humanitária

Neste debate foi especialmente marcante o testemunho do Major médico dos quadros permanentes do Exército e também diretor Regional do Norte do INEM. António Gandra d’Almeida, que é especialista em Cirurgia Geral, com as Competências em Emergência e Medicina Militar da Ordem dos Médicos, destacou a importância desta data, lembrando que “muitas vezes no que temos de garantido, em termos de saúde e educação, às vezes existem carências muito expressivas bem perto de nós”. António Gandra d’Almeida, que é também Membro do Subcomité de *Fundamentals Disaster Management* da Sociedade Americana de Cuidados Intensivos, lembrou uma missão realizada em Moçambique, depois do ciclone Idai na região da Beira. “Foi possível instalar um serviço de saúde melhor e o Exército português ajudou a implementar um programa de vacinação”, sublinhou. A seu ver, “só se atuarmos todos juntos, com fraternidade, é que poderemos atuar”, sendo que “muito do caminho é a educação e a formação para garantirmos os



“Nós médicos temos de ser portadores de ideais nobres e dar saúde e liberdade aos mais necessitados e mais frágeis. A defesa dos direitos do Homem não se faz apenas neste dia 10”

Carlos Cortes

direitos fundamentais” e que “por isso é importante deixar capacidade para a autodeterminação, a capacidade de escolha”. De Moçambique, confessou: “Trouxe na bagagem resiliência e o exemplo de um povo que sobrevive com o pouco que tem e a importância naquilo que todos dizemos, mas que nem sempre fazemos, isto é: ensinar a pescar e não dar o peixe”.

Algo que, aliás, se poderá também dizer em relação ao trabalho desenvolvido no distrito de Coimbra pela Fundação ADFP. O presidente desta instituição de solidariedade social, Jaime Ramos, elencou todos os projetos que têm contribuído para a formação e apoio a pessoas vulneráveis e com necessidades especiais, de sem-abrigo e de idosos, de

vítimas de maus tratos e de refugiados, entre outros. “Sabemos pela experiência no mundo que sempre que há uma preferência absoluta pela igualdade, tal é transformado numa utopia religiosa, e acabamos por gerar no mundo regimes totalitários, ditatoriais e extremamente agressivos”, lembrou. “Perante esta divergência de uma igualdade e de uma liberdade, que têm tendência de serem assumidas de forma radicalizada e oposta, é absolutamente necessário invocarmos o espírito de fraternidade numa lógica de que pessoas com consciência e com razão a devem invocar”, acrescentou Jaime Ramos.

Apostando na formação profissional de pessoas com doença mental e deficiência, integrando e incluindo

no seu quadro de trabalhadores essas pessoas, o presidente da Fundação ADFP dá conta da sustentabilidade económica da instituição, com projetos que vão desde a agricultura até ao turismo: “Apoiamos refugiados, sem-abrigo, crianças e jovens de famílias disfuncionais, pessoas com deficiência física e doença mental, entre outros. Promovemos valores civilizacionais. Usamos palavras com simbolismo: o nosso equipamento para responder às pessoas sem-abrigo é a Casa da Dignidade, os refugiados estão na Residência Paz, quando acolhemos crianças e jovens eles vão para a Residência Fraternidade, o lar de idosos é a Residência Sabedoria...”.

Hernâni Caniço, médico de família e fundador da Organização Não Governamental Para o Desenvolvimento (ONGD) “Saúde em Português”, que por motivos de força maior não esteve nesta sessão, enviou um texto do qual se leram alguns excertos. Lembrando as suas

43 missões de serviço, de avaliação e intervenção em África, Ásia e América Latina, especificou que “não há dignidade quando se vive em condições precárias, sub-humanas, sem acesso a água potável, a eletricidade, a habitação adequada ao clima,...”. E questionou: “E o mundo cruel? As baixas taxas de vacinação anti-COVID nos países pobres são elucidativas. Só 7,5% das pessoas que vivem em África têm duas doses”.

Humberto Vitorino, fundador e atual Vice-presidente da “Saúde em Português”, recordou o trabalho desta ONGD fundada há 28 anos. “Quem nasce no Burkina Faso, na Guiné-Bissau ou em Angola não tem os mesmos direitos dos cidadãos de outro país e isso é completamente desumano. Na “Saúde em Português” procuramos, à nossa medida, na ajuda humanitária e na ajuda para o desenvolvimento, dar um contributo para minimizar as desigualdades”. E, secundando as

palavras do colega major médico sobre a proximidade dos problemas, Humberto Vitorino chamou a atenção para os gravíssimos problemas em Portugal associados ao tráfico humano. “Quem priva com essas vítimas nunca mais esquecerá o que é a miséria humana, o que um ser humano é capaz de fazer a outro ser humano”.

Referindo-se ao que viu e ouviu ao longo desta semana – na ADFP, no Sobral Cid, e na “Saúde em Português” –, Carlos Cortes afirmou: “Fiquei muito impressionado e muito tocado, apesar dos relatos indiretos das histórias”. E deixou duas mensagens finais: “Temos de criar condições para que as pessoas tenham autonomia, e nós médicos temos de ser portadores de ideais nobres e dar saúde e liberdade aos mais necessitados e mais frágeis. A defesa dos direitos do Homem não se faz apenas neste dia 10”. ■

Iniciativa da SRCOM divulgada na Comunicação Social







SNS firme e resiliente como as oliveiras

Na evocativa e simbólica homenagem ao Serviço Nacional de Saúde, a “Oliveira SNS” plantada em 2009 no Parque Verde do Mondego, em Coimbra, voltou a ser protagonista no 42º aniversário do SNS e no tributo aos mentores e obreiros do SNS.

No dia 15 de setembro, a iniciativa da Liga dos Amigos dos Hospitais da Universidade de Coimbra (LAHUC) e da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (entidade que se associa a esta cerimónia desde 2014), juntou quase uma centena de pessoas no Pavilhão Centro de Portugal, local muito próximo da “Oliveira SNS”.

Inês Mesquita, vogal do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos, em representação do presidente deste órgão, Carlos Cortes, destacou desde logo a importância do SNS sobretudo neste ano especialmente complexo e difícil perante a pandemia COVID-19. “O nosso SNS revelou-se tal e qual a oliveira que ali está fora. Um SNS resiliente, um SNS enraizado, que abanou com algumas tempestades (esta pandemia foi um furacão a sério) mas manteve-se firme não só pelos seus profissionais, mas, certamente,

porque os doentes também foram compreensivos”.

A médica anestesiológica assumiu ainda que a Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM) esteve e estará sempre a defender um SNS robusto e com capacidade de resposta aos doentes. “Esta pandemia mostrou a verdade sobre o SNS: mostrou as dificuldades que vive, mostrou as suas características, mostrou também as suas oportunidades e revelou-nos onde podemos melhorar”. No final da sua intervenção, Inês Mesquita referiu: “Crescemos todos em humildade e na convicção de que todos temos falhas. Esta pandemia trouxe-nos oportunidades de crescimento e mostrou-nos que o SNS abana mas não cai e que quem lá está não desiste (...)”. E asseverou que todos podem contar com a SRCOM para que a esperança seja denominador comum





no desenvolvimento do Serviço Nacional de Saúde e que “a oliveira firme seja o símbolo do que deve ser o propósito do SNS sempre e único: o doente”.

História coletiva de sucesso

Isabel Garcia, presidente da LAHUC, que conduziu esta cerimónia evocativa, afirmou que, além das oliveiras já existentes em 15 localidades do país, se pretende alargar a iniciativa a todos os municípios (continente e ilhas). Tudo para que o símbolo perdure no tempo, tal como o SNS.

“São 42 anos de um sonho realizado, mas de um projeto inacabado”

António Lacerda Sales

Já antes, o médico Armando Gonsalves, que também esteve na génese desta iniciativa enquanto presidente da Liga dos Amigos do Hospital dos Covões, fez questão de lembrar o rácio de um hospital central para 800 mil habitantes,

modelo que é seguido noutros países, fazendo votos para que o Governo cumpra a promessa de construir mais uma unidade na região Centro, em Viseu.

Nesta sessão, a vereadora da Saúde da Câmara Municipal de Coimbra (CMC), Regina Bento, em representação do presidente da CMC, destacou o papel dos municípios no setor da Saúde. Por seu turno, o neto de um dos fundadores do SNS – António Miguel Arnaut, advogado tal como o seu pai e avô – entre várias reflexões marcadamente emotivas, deu nota do que é, a seu ver, um dos problemas do SNS: o facto de apenas um quarto dos médicos estar em regime de exclusividade.

Instado à chegada ao local da cerimónia, o Secretário de Estado Adjunto e da Saúde, Lacerda Sales, afirmou aos jornalistas que “uma das grandes conquistas do SNS foi o maior reforço feito até hoje na área dos recursos humanos”. Já na cerimónia que decorreu no interior do Pavilhão Centro de Portugal, o governante assinalou que estes



António Miguel Arnaut

Advogado e neto de António Arnaut

“Um dos problemas do Serviço Nacional de Saúde é o facto de apenas um quarto dos médicos estar em regime de exclusividade”



Armando Gonsalves

Presidente da Liga dos Amigos do Hospital dos Covões (já extinta)

“Faço votos que o Governo cumpra a promessa de construir mais uma unidade na região Centro, em Viseu”



Inês Mesquita

Vogal do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos

“Esta pandemia trouxe a verdade sobre o SNS: as dificuldades que vive, as suas características, as suas oportunidades e revelou-nos onde podemos melhorar”



“Esta pandemia trouxe-nos oportunidades de crescimento e mostrou-nos que o SNS abana mas não cai e que quem lá está não desiste”
Inês Mesquita

42 anos são fruto de “uma história coletiva” que se materializou “numa obra maior da Democracia portuguesa”. “São 42 anos de um sonho realizado, mas de um projeto inacabado”, disse ainda, ao afirmar que é “uma enorme honra participar na continuidade do sonho de António Arnaut”.

Cerimónia com elevada participação institucional

Nesta cerimónia estiveram também presentes: presidente da Administração Regional de Saúde do Centro, Rosa Reis Marques; Vice-presidente da LAHUC,

Odete Isabel; Presidente da Assembleia Geral da LAHUC, Júlio Reis; em representação da Câmara Municipal da Lousã, Henriqueta Oliveira; em representação da Liga dos Pequenos, Enfermeira Matilde Correia; em representação da Acreditar, Maria Patrocínio Matos Dias; em representação da Associação Nacional dos Deficientes Sinistrados no Trabalho, Isabel Maria Garcia; Federação Nacional do Voluntariado em Saúde, ali representada pela LAHUC. Isabel de Carvalho Garcia destacou

ainda a presença dos voluntários da LAHUC, Ana Paula Miguel e António Miguel, bem como da família do saudoso advogado e escritor, António Arnaut. Em apoio a este dia tão importante, por ser simbolicamente de esperança, a presidente da LAHUC destacou o empenho da Câmara Municipal de Coimbra e da SRCOM na realização desta cerimónia evocativa.

Por fim, o momento sempre pleno de emoção e registado pelas câmaras fotográficas: a simbólica rega da “Oliveira SNS”. ■



Isabel Garcia

Presidente da Liga dos Amigos dos Hospitais da Universidade Coimbra

“Para além das oliveiras já existentes no país, pretende-se alargar a iniciativa a todos os municípios (continente e ilhas)”



António Lacerda Sales

Secretário de Estado Adjunto e da Saúde

“É uma enorme honra participar na continuidade do sonho de António Arnaut”



Regina Bento

Vereadora da Saúde da Câmara Municipal de Coimbra (à data do evento)

“É importante o papel dos municípios no setor da Saúde”

Farol da Ciência e do Humanismo

As cerimónias do Juramento de Hipócrates de 2021, na Covilhã e em Coimbra, espelharam as complexas circunstâncias vividas face à pandemia COVID-19. Em defesa da Saúde Pública, a SRCOM, mantendo a mesma solenidade que o momento exige, substituiu as sessões presenciais do Juramento de Hipócrates pela transmissão das cerimónias nas plataformas digitais.

COVILHÃ 20 DE NOVEMBRO 2021

A vereadora da Câmara Municipal da Covilhã, Regina Gouveia, em representação do Presidente da Câmara, Dr. Vítor Pereira, deu as simbólicas boas-vindas à cidade da Covilhã, no momento solene do dia 20 de novembro, assumindo “o quanto é importante que exista esta área de formação na nossa Universidade da Beira Interior. É, para nós, fundamental ter uma faculdade de Ciências da Saúde”. A vereadora com os pelouros da Saúde, Cultura, Comunicação e Relações Públicas enalteceu a presença do Vice-Almirante

Henrique Gouveia e Melo, orador convidado a proferir a Oração de Sapiência, que considerou “um homem grande num leme de uma embarcação que não era nada pequena nem fácil de conduzir”. E agradeceu o facto de a Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM) ter colocado o município no papel de anfitrião. “Estou certa de que a proximidade, o calor das palavras e os afetos que nos caracterizam também terão marcado os alunos que hoje vão fazer os seus juramentos. Estou certa de que levarão a Covilhã no coração e irão priorizar a dimensão humanista e a ética humana”.

“Um sinal de coesão territorial”

A escolha da Covilhã para o lançamento do Juramento de Hipócrates de 2021 foi simbólica, referiu o Presidente da SRCOM: “Estamos a dar um sinal de coesão territorial”. Lembrou ainda parte do seu percurso de vida, quando prestou serviço militar no Regimento de Guarnição nº1, na Ilha Terceira (Açores), onde aprendeu a superar-se, a valorizar as missões e a proximidade entre os militares e os médicos. Palavras que serviram de enquadramento para agradecer “a lealdade e a postura exemplar” do Vice-Almirante Gouveia e Melo no processo da vacinação contra a COVID-19 e na relação com a Ordem dos Médicos.

Carlos Cortes solicitou aos mais jovens que “não desvalorizem este momento único e especial”, uma vez que é precisamente neste texto do Juramento que poderão encontrar as forças motrizes para enfrentar uma realidade difícil. “Não desvalorizem este momento, ouçam e sintam o que vos será dito, entendam o seu significado mais profundo”, sublinhou.

“A Medicina, como a conhecemos hoje, brotou num ambiente científico, filosófico, humanista e político ímpar na História da Humanidade”, acrescentou, recordando ainda que o atual juramento “reflete todos os princípios da bioética moderna (beneficência, não maleficência, autonomia e justiça)”.

O papel essencial dos médicos

Carlos Cortes não deixou também de chamar a atenção para a “mediocridade insuportável que prejudica as unidades de saúde”, seja pela falta de recursos humanos ou pelo desrespeito pela formação médica, lembrando que a falta de condições adequadas nos serviços impossibilita a formação de mais médicos. Sem esquecer o atual contexto pandémico, Carlos Cortes assinalou que, perante as hesitações e a desorientação das entidades da tutela, “foram os médicos, por sua iniciativa, que organizaram os seus serviços, os seus centros de saúde, os seus hospitais para darem a melhor resposta possível à maior crise sanitária dos últimos 100 anos. E foram novamente os médicos que se insurgiram contra a falta de apoio a todos os doentes não-COVID-19 que deixaram de encontrar

os cuidados de que necessitavam”. E exortou os mais jovens para que nunca se esqueçam: “Mais importante em Medicina: a relação com o vosso doente. Nunca deixem nada, nem ninguém (ainda menos um burocrata ou um gestor insensível) se interpor entre vós e os vossos doentes”.

Aplaudir o sentido de entrega

Em seguida, Gouveia e Melo, falando a partir de casa, fez questão de contar a sua relação pessoal com a Medicina e com os médicos: “O meu bisavô ficou conhecido por ser um médico com uma atitude muito aberta e dedicada às pessoas mais simples; um primo direito e o meu filho são médicos”. O Vice-Almirante destacou ainda o papel extraordinário dos médicos “que ajudaram a ver para além da bruma” e a forma como lidaram com a pandemia: “Admiro o vosso sentido de entrega. Muitos de vós não confinaram, numa fase em que as proteções não eram suficientes, não havia vacinas e muitos profissionais ficaram doentes. O meu filho, tal como vós, são exemplos para mim (...). Sem médicos, a sociedade fica doente e desamparada, sem a sensação de segurança. Os senhores são do mais valioso que a sociedade tem. Estamos

“Estamos muito agradecidos aos médicos pela forma como suportaram a pandemia”

Henrique Gouveia e Melo

muito agradecidos aos médicos pela forma como suportaram a pandemia”.

Gouveia e Melo lembrou aos jovens médicos a importância de Hipócrates que “rejeitou as superstições e práticas mágicas da saúde primitiva, direcionando o conhecimento em Saúde para o caminho científico”.

Juntos na defesa da saúde pública

Antes da leitura coletiva do texto hipocrático, o bastonário da Ordem dos Médicos pediu um minuto de silêncio em memória do ex-bastonário, Carlos Ribeiro, que falecera precisamente nesse dia.

Miguel Guimarães agradeceu a honra de a Ordem dos Médicos poder contar com a participação do Vice-Almirante, da Câmara Municipal da Covilhã e da Secção Regional do Centro. Relativamente ao facto de a cerimónia ter sido organizada em formato digital, Miguel Guimarães agradeceu ao presidente da SRCOM “a prudência e o bom senso nos momentos mais difíceis (...). O Conselho Regional do Centro e o Dr. Carlos Cortes tomaram a decisão mais acertada (...). Foi uma decisão sensata e corajosa. Uma decisão que defende o País e os portugueses”.



“Foram os médicos, por sua iniciativa, que organizaram os seus serviços, os seus centros de saúde, os seus hospitais, para darem a melhor resposta possível à maior crise sanitária dos últimos 100 anos”

Carlos Cortes

Dirigindo-se aos jovens médicos, Miguel Guimarães referiu que, não obstante as circunstâncias, a cerimónia do Juramento de Hipócrates “continua a ser o vosso momento, um momento especial que valorizamos e honramos” e que, mesmo estando à distância, “estamos juntos. Juntos, a cumprir as normas da DGS para dar um exemplo à sociedade civil. Juntos, na defesa da saúde pública e das pessoas. Juntos, na defesa dos princípios e dos valores em que acreditamos. Juntos, no apoio aos nossos colegas que têm a missão de cuidar, tratar e proteger os nossos doentes”. O bastonário enfatizou que este é um dia especial, um dia em que se renova a inspiração de ser médico.

“Nada na vida de um médico se consegue sozinho e a primeira lição é valorizar o trabalho em equipa e reconhecer e agradecer a quem nos ajudou a crescer”

Filipe Froes

**COIMBRA
28 DE NOVEMBRO 2021**

“Em formato virtual, mas unidos neste sentimento especial no dia em que vos acompanhamos neste compromisso solene”. Foi desta forma que a médica de família Catarina Matias deu as boas-vindas na cerimónia de Juramento de Hipócrates em Coimbra, evento que apresentou em nome da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos. Para o anfitrião da cerimónia, o presidente da SRCOM, o valor do Serviço Nacional de Saúde, que foi posto à prova perante uma pandemia, é insubstituível. E exortou os mais novos para não se acomodarem, para terem a coragem de denunciar as situações que possam prejudicar a prestação dos cuidados de saúde aos doentes. Ao traçar a fita do tempo, desde os tempos mais remotos, à criação das carreiras médicas, ao nascimento do SNS, até aos dias de hoje, Carlos Cortes sublinhou: “É nos momentos de maior aflição que reconhecemos o verdadeiro valor das pessoas, em que os corajosos se entregam à sua missão e em que os fracos, os maus líderes, costumam culpar os outros das suas debilidades e incompetências”. E lembrou que todas as conquistas “não são só histórias de resiliência dos médicos, são histórias de coragem, de compaixão e de dedicação aos doentes. São histórias de esperança”.

Defender o SNS

Para o bastonário da Ordem dos Médicos, as palavras da atual ministra da Saúde, Marta Temido, “são totalmente inaceitáveis”, ao afirmar que o SNS necessitaria



“de profissionais de saúde mais resilientes”. Miguel Guimarães afirmou, por seu turno, que “defender o SNS é um verdadeiro imperativo ético”. Ao recordar o Professor Carlos Ribeiro, Miguel Guimarães citou uma frase do seu antecessor, “médico brilhante”, que classificou de deveras importante: “Não é a profissão médica que dignifica o médico, o médico é que dignifica a sua profissão”.

A sessão contou com a participação do atual presidente da Câmara Municipal de Coimbra e ex-bastonário da Ordem dos Médicos, José Manuel Silva, que não deixou de sublinhar que “ser médico é a mais complexa e mais exigente, mas também a mais gratificante e a mais emocionante das profissões”. A seu ver, “se lermos,

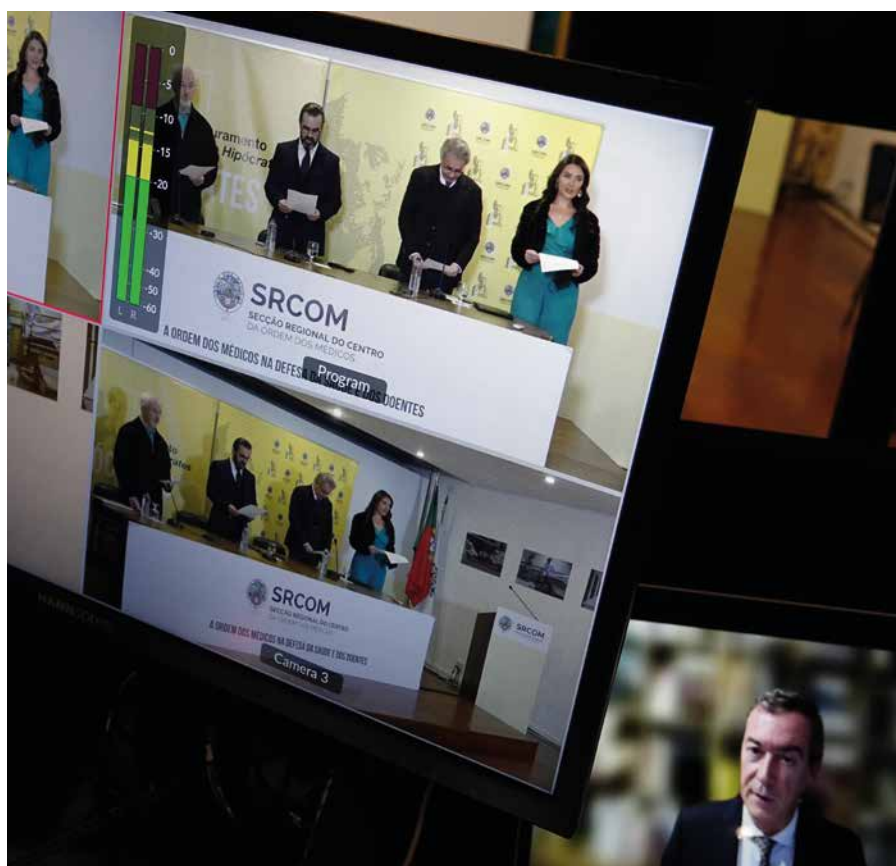
interiorizarmos, descodificarmos e praticarmos o Juramento de Hipócrates, nunca teremos problemas na nossa vida médica. Esta cartilha ética, que nos deve acompanhar para toda a vida, baliza de uma forma única a profissão de médico”.

A importância do trabalho de equipa

A oração de sapiência coube ao médico pneumologista Filipe Froes. Para o coordenador do Gabinete de Crise da Ordem dos Médicos, uma das mensagens-chave para os mais jovens é o trabalho em equipa também com outras áreas do saber. “Nada na vida de um médico se consegue sozinho e a primeira lição é valorizar o trabalho em equipa e reconhecer e agradecer a quem nos ajudou a crescer”. Filipe Froes acentuou ainda que ser

médico “é uma atitude e um modo de estar”, tendo também colocado o enfoque, tal como os anteriores intervenientes, na relação médico-doente como “alicerce desta estranha forma de vida”. Para o pneumologista, “ser médico é fazer a diferença na vida dos outros”. E deixou três desafios aos mais jovens: o equilíbrio (entre vida pessoal e vida profissional), a capacidade de adaptação (a pandemia foi um excelente sinal de adaptação, mas sem comprometer a integridade, ética e compaixão dos nossos doentes) e saber comunicar (com verdade e transparência, sabendo ouvir, com humildade e respeito pelo outro).

As cerimónias terminaram com a leitura coletiva do Juramento de Hipócrates. Muitos parabéns aos jovens médicos! ■



“Juntos, na defesa da saúde pública e das pessoas. Juntos, na defesa dos princípios e dos valores em que acreditamos. Juntos, no apoio aos nossos colegas que têm a missão de cuidar, tratar e proteger os nossos doentes”
Miguel Guimarães



SRCOM

SECÇÃO REGIONAL DO CENTRO
DA ORDEM DOS MÉDICOS

A ORDEM DOS MÉDICOS NA DEFESA
DA SAÚDE E DOS DOENTES



Livro de poesia e prosa

“Da Ficção à Realidade... em ano de COVIDamento” junta 16 autores médicos

Coletânea com chancela da Chiado Editora foi apresentada na Sala Miguel Torga, em Coimbra, no dia 11 de dezembro.

Quinze autores médicos na escrita – 11 portugueses, um equatoriano, um alemão, um brasileiro, e uma luso-brasileira residente em Macau – e o autor da capa, Pedro Miguéis, cirurgião e artista plástico, deram corpo a “Da Ficção à Realidade... em ano de COVIDamento”, obra dedicada à poesia e à prosa que foi apresentada numa sessão difundida em direto nas plataformas digitais da SRCOM.

Neste livro, os autores assumem e encaram o vírus SARS-CoV-2 como um rei tirano que invadiu um grande número de países. No início da sessão, Maria José Leal, chefe de Serviço aposentada de Cirurgia Pediátrica do Hospital D. Estefânia, começou por explicar que foi graças a um texto de Luís Lourenço que esta obra nasceu: “Lancei o mote e foi totalmente espontâneo, não houve elaboração de programa para os restantes textos”. A atual secretária Geral da Sociedade Portuguesa de Escritores e Artistas Médicos (SOPEAM) agradeceu ainda a Carlos Vieira Reis (cirurgião e ex-Subdiretor do Hospital Militar

Principal) que foi “a espalda” que teve “para a organização deste livro”. Afirmou ainda a organizadora desta coletânea que “há um tema que tem sido arredado da sociedade, a morte” e, a esse propósito, leu um poema “Morte em Viagem” de Baltazar Caeiro, que também já foi presidente da SOPEAM.

Seguiu-se a intervenção de Carlos Vieira Reis (coautor da obra), emocionado por estar em Coimbra, “terra fundadora” da sua vida de médico. Reportando-se à sua participação no livro, revelou que escrever e participar nesta coletânea foram formas de combater a COVID-19 e ultrapassar a pior fase, a do confinamento. “A COVID permitiu-me produzir obra e isso foi a minha salvação. Consegui acabar de escrever três livros e estou no quarto livro, já em fase de revisão”. Este último, “A Tertúlia dos Prazeres”, anunciou, “é uma conversa entre todos os entes sepultados no Cemitério dos Prazeres, em Lisboa. No fundo, a morte deles ajuda-nos a perceber a vida”.

Para Luís Lourenço (ex-presidente da SOPEAM), o grande impulsionador desta obra, também foi com emoção que recordou a sua formatura naquela cidade. “Coimbra transporta-me, com saudade, para um tempo de estudo e de boémia”, disse, regozijando-se que seja também em Coimbra que este livro se apresenta ao público. “Será, por muitas décadas, uma referência e um testemunho do que foi este tempo”, considerou o contista e poeta.

“Os médicos não podiam ficar calados perante este tema”, disse ainda Maria do Sameiro Barroso, médica, tradutora e ensaísta. Para a atual Presidente da Direção do Núcleo de História da Medicina da Ordem dos Médicos e coautora desta obra, é um orgulho o trabalho cultural e artístico da parte dos médicos portugueses. “Os médicos escrevem com consistência científica”, sublinhou. Secundando Maria José Leal, também notou que os médicos raramente falam da morte.

Outro autor, António Rodrigues, assumiu que escreveu as “crónicas do reinado”, de cujo teor transcrevemos uma brevíssima parte: “(...)Esqueçam teorias/e vejam vossas senhorias/que a atitude lunática/acabou por dar na prática/ um grito de dor/gritou com rancor/que à sua maneira/disse tanta asneira/que dava um tratado/se fora registado”. E assim foi falando do “bicho”, desfiando rimas emparelhadas e interpoladas.

Neste livro, os autores assumem e encaram o vírus SARS-CoV-2 como um rei tirano que invadiu um grande número de países

Por seu turno, o presidente da SOPEAM, António Trábulo, contribuiu para este livro com um texto de outro livro seu que escreveu ao mesmo tempo deste – “Crónicas da Peste” – e aproveitou para anunciar a parceria com o Núcleo de História da Medicina da Ordem dos Médicos, com o apoio da Associação Portuguesa de Escritores, para editar o terceiro volume “Deuses e Demónios da Medicina” de Fernando Namora, escritor natural de Condeixa e que cursou Medicina em Coimbra.

Unidos pela prosa e poesia

Um livro que reúne 16 autores nacionais e internacionais com obra publicada e participação regular em reuniões e congressos organizados pelas respetivas organizações de escritores e artistas médicos.



Pedro Miguéis, autor da capa desta coletânea, agradeceu ao dirigente da Ordem dos Médicos, Carlos Cortes, “por entender o extraordinário papel que as artes têm na vida dos médicos”. O cirurgião e artista plástico disse que este encontro de autores “é um resultado” que o “deixou feliz por ter dado a face a esta obra”.

Por fim, Carlos Cortes, presidente da SRCOM e anfitrião desta sessão, mostrou-se “feliz, satisfeito e honrado” por acolher a Sociedade Portuguesa de Escritores e Artistas Médicos. “Sobre os vossos ombros, consigo ver muito mais longe”, afirmou, acrescentando que “como médicos, crescemos com os nossos mestres que nos mostram qual o nosso caminho”. E, entre outros destaques, lembrou quem ali estava ao seu lado que escrevendo vários livros, “acabou por se desconfinar com a literatura”. “As artes, as artes médicas, também nos dão liberdade. Ser médico é a conjugação de muitas coisas e uma delas é a arte que nos completa como médicos”, concluiu.

A gravação desta sessão está disponível no site e na página oficial de Facebook da SRCOM, bem como no respetivo canal de youtube. ■

SRCOM promove apresentação das obras “João Taborda: um fotógrafo humanista” e “Reflexões em tempos de Pandemia”

A apresentação dos dois livros decorreu a 13 de novembro e contou com a presença dos respetivos autores: Fátima Caeiro Taborda e José Poças.

A SRCOM organizou e promoveu a apresentação dos livros “João Taborda: um fotógrafo humanista” e “Reflexões em tempos de Pandemia”, este último a mais recente obra do médico internista e infeciologista José Poças.

As obras, com chancela da By The Book, foram apresentadas numa sessão que decorreu na Sala Miguel Torga (sede da SRCOM) e nas plataformas digitais da SRCOM, no dia 13 de novembro. Carlos Cortes, ao intervir na abertura deste evento, distribuiu encómios aos autores das duas obras e não deixou de sublinhar, também, uma outra obra “com grande sentido hipocrático” e com “grande significado humanista” do médico José Poças que foi coordenador do livro “A relação médico-doente: Um contributo da Ordem dos Médicos” e no qual participaram 81 autores.

“O livro é uma viagem e tivemos de fazer uma escolha por continentes e países. As imagens são o resultado de quem interage afetivamente com o fotógrafo, espontaneamente, na sua casa, na rua, no meio laboral”

Fátima Caeiro Taborda



Debruçando-se sobre “Reflexões em tempos de Pandemia”, o presidente da SRCOM partilhou que ali se sente “uma visão mais íntima da vida e o desenvolvimento de todos os esforços para o bem-estar do doente”, enquanto que sobre o livro de fotografias levou a cabo uma reflexão sobre “a intimidade do olhar”.

Esta foi, sem dúvida, uma sessão emotiva. Para Fátima Caeiro Taborda, médica pneumologista, autora do livro “João Taborda: um fotógrafo humanista”, “este sonho” realizado “a título póstumo”, transmite o que era a alma do fotógrafo João Taborda, recordando-o como “um apaixonado por fotografia desde a infância”, que começou na época analógica e se rendeu em 2005 à Era Digital. “O livro é uma viagem e tivemos de fazer uma escolha por continentes e países. As imagens são o resultado de quem interage afetivamente com o fotógrafo, espontaneamente, na sua casa, na rua, no meio laboral”. Acrescenta: “São imagens que transmitem felicidade, desalento, dureza, beleza e riso”.



“Este livro não é apenas uma exposição sobre as áreas da microbiologia, da saúde pública, da farmacologia (...) também me detive sobre os domínios da pintura, da música, do turismo, das viagens, da culinária, da enologia (...)”

José Poças

Por seu turno, José Poças, médico internista e infeciologista, afirma que quem puder ler os dois livros perceberá que há uma relação entre eles. Para o autor de “Reflexões em tempos de Pandemia”, as fotografias de João Taborda falam por si próprias. E deixou claro que esta apresentação teve um significado especial por ser em Coimbra – cidade portuguesa que é mais conhecida pelo Conhecimento e de onde “na sua vetusta universidade” o génio humano teve destacadas personagens que, ali, “nasceram, estudaram, cresceram e morreram”. E citou Miguel Torga, Fernando Namora, que, em Coimbra, “aprenderam mais do que ser simples discípulos do pai da Medicina”.

Sobre a sua mais recente obra, José Poças disse: “Este livro não é apenas uma exposição sobre as áreas da microbiologia, da saúde pública, da farmacologia, ou sequer os aspetos clínicos estritamente considerados, porque, nele, o leitor pode constatar que também me detive sobre os domínios da pintura, da música, do turismo, das viagens, da culinária, da enologia, ou seja, em vertentes fundamentais da minha própria vivência”.

Para além de Carlos Cortes (Presidente da SRCOM) e dos autores dos livros – Fátima Caeiro Taborda e José Poças – foram ainda intervenientes: Vasco Taborda (filho do médico João Taborda), José Barata (médico internista e apresentador da obra “João Taborda: um fotógrafo humanista”), Paulo Nossa (Professor Auxiliar

da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra e apresentador da obra “Reflexões em tempos de Pandemia”), José Saraiva da Cunha (Professor catedrático da Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, Ex-Diretor do Serviço de Doenças Infeciosas do Centro Hospitalar Universitário de Coimbra e apresentador da obra “Reflexões em tempos de Pandemia”); Maria João Paiva Brandão e Ana de Albuquerque (ambas da Editora By The Book).

De forma muito expressiva, Vasco Taborda recordou o incrível percurso artístico do pai que levou muitas das suas fotografias para as unidades hospitalares por onde trabalhou e que “exerceu medicina até enquanto fotografava”, por exemplo, como num caso em que captava imagens de uma embarcação e socorreu um pescador que necessitava de cuidados. Prestando-lhe tributo, Vasco Taborda recordou os 800 prémios que o pai recebeu e 300 medalhas de ouro, acrescentando que “o seu verdadeiro valor consiste na capacidade ímpar de eternizar momentos, lugares e pessoas. Foram milhares de fotografias realizadas, cheias de sentido, história e emoção. Algumas aparentam ter som e cheiro”.

É possível (re)ver esta sessão no site da SRCOM, na sua página oficial de Facebook ou no canal de Youtube. ■



Reveja a sessão
aqui

Dois livros de Cândido Ferreira lançados em Coimbra

O médico nefrologista Cândido Ferreira apresentou dois livros na Ordem dos Médicos – “Estórias deste Mundo e do Outro” e “COVID-19, a Tempestade Perfeita – História Clínica da Pandemia”.

Numa sessão, que decorreu no dia 2 de dezembro, em formato híbrido (os intervenientes na Sala Miguel Torga, com transmissão em direto para zoom e facebook), coube ao presidente da SRCOM, Carlos Cortes, as primeiras referências ao autor das duas obras. “Estes livros são, de novo, o resultado da sua capacidade de mexer com a sociedade, de nos convocar ao pensamento, à crítica, à reflexão”, referiu, aludindo ainda ao facto do médico nefrologista se ter reformado da sua atividade profissional, mas que “não parou de nos fazer desafios cívicos, bem como os desafios do humanismo”.

Também o Professor e cirurgião Carlos Costa Almeida – apresentador da obra “Estórias deste Mundo e do Outro” – afirmou que é importante a diversidade de opinião, “mesmo na ciência, em que nada é definitivo e eterno”. Já o médico Jaime Ramos, Presidente

da Fundação ADFP e apresentador da obra “COVID-19, a Tempestade Perfeita – História Clínica da Pandemia”, considerou que se trata de um “excelente instrumento para a História”. Em homenagem à escola pública e à língua portuguesa estiveram nesta sessão as professoras Cristina Ferrão e Paula Figueiredo, respetivamente, presidente do Conselho Executivo e adjunta da direção da Escola Secundária Infanta Maria, em Coimbra.

Em breves palavras – “porque o escritor é para ser lido” – Cândido Ferreira fez referências às dificuldades que a classe médica está a atravessar e, dirigindo-se aos jovens médicos, exortou: “Vale a pena lutar, por mais bofetadas que levemos”. O escritor médico, natural de Febres (Cantanhede), referiu ainda algumas missivas que tem recebido e que são elogios aos seus mais recentes livros. ■

Crónicas e retratos da atualidade

“Estórias deste Mundo e do Outro” junta textos sobre a vida do autor, desde a infância. Com humor, conta-nos as suas peripécias, mostra-nos a vida do campo e da cidade. Em suma, é o retrato da sua infância e da sua juventude, com ensinamentos que nos oferece. É um livro de contos e crónicas, juntando cenas que habitualmente conta aos amigos. “COVID-19, a Tempestade Perfeita – História Clínica da Pandemia” resulta de vários artigos onde dá a sua perspetiva crítica sobre o comportamento dos principais agentes políticos em Portugal, face à pandemia. Obriga-nos com este livro a tentar fazer melhor.





Médico e artista plástico Luís Carvalho oferece quadro que evoca Miguel Torga

Obra vem engrandecer o espólio da Ordem dos Médicos.

Corria o ano de 1966, quando o então estudante de Medicina, recém-chegado à cidade de Coimbra, Luís Manuel Teixeira Neves de Carvalho, comprava na livraria Almedina, um livro em fascículos do médico Adolfo Rocha cuja obra ficaria para sempre imortalizada com o pseudónimo Miguel Torga. Mais tarde, já com a obra completa daquele autor, mandou-a encadernar nas famosas oficinas da Penitenciária de Coimbra. O fascínio pela escrita do médico transmontano permaneceu até hoje, sendo que Luís Carvalho sempre mostrou grande apetência pelas artes que, no seu caso, se revela numa enorme paixão pela pintura.

Em 2007, realizou uma exposição na Ordem dos Médicos e “as obras andaram num périplo pelo país” e “por circunstâncias várias nunca foi possível dar uma obra à Ordem dos Médicos”, mas tal desejo ficou. Essa vontade concretizou-se, agora, no auditório da Ordem dos Médicos em Coimbra, a Sala Miguel Torga. A oferta à Ordem dos Médicos aconteceu na tarde do dia 7 de outubro e contou com as presenças de vários membros executivos do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos – Carlos Cortes (presidente), Armando Marques Neves (secretário), e Inês Mesquita (vogal) – e a assistência de muitos outros elementos deste órgão por videoconferência.

Prestigiado percurso do autor

Luís Carvalho foi Diretor do Centro de Saúde e Autoridade de Saúde em S. Pedro do Sul, Presidente da ARS Viseu (1985/1998), Coordenador da Saúde Ocupacional do Distrito de Viseu e Presidente do Conselho de Administração do Hospital S. Teotónio em dois períodos: 1988/1996 e 2002/2003. Foi também Presidente da Assembleia Municipal de S. Pedro do Sul em dois mandatos sucessivos (1985/1989 e 1989/2003). Na Ordem dos Médicos foi vogal do Conselho Distrital de Viseu, nos triénios de 1981/1983 e 1984/1986. Depois da Medicina, a sua inclinação e paixão vai para a pintura, pelo fascínio das cores, das formas, ora precisas ora abstratas. Os amigos são os destinatários dos seus quadros. E, agora, a Ordem dos Médicos, também.

Na ocasião, o médico e artista plástico lembrou os reencontros, recentes e em diversos eventos, com o atual presidente da SRCOM e, dada a empatia criada e reconhecendo o trabalho de toda a equipa da OM do Centro, ficou com a convicção de que deveria concretizar a oferta. Em nome de todos, Carlos Cortes agradeceu “muito sensibilizado” este gesto que engrandece o espólio da instituição. ■



MostrEM 2021

Conselhos e incentivos para ajudar jovens a escolher especialidade médica

Registou-se um número recorde de inscritos numa iniciativa de reconhecido sucesso que pretende auxiliar os jovens médicos internos no processo de escolha de especialidade.

A mostrEM2021 teve lugar em Coimbra, nos dias 6, 7 e 8 de outubro, no auditório principal dos Hospitais da Universidade de Coimbra, e, face às limitações causadas pela pandemia COVID-19, decorreu em simultâneo através dos meios digitais, contando com a participação presencial de palestrantes e moderadores. A sessão de abertura, pelas 9h00 do dia 6 de outubro, contou com

as intervenções do Professor Doutor Ricardo Vieira, do Serviço de Dermatologia em representação do presidente do Conselho de Administração do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra (CHUC), do Coordenador para a Zona Centro do Conselho Nacional do Médico Interno (CNMI), António José Novais, e do presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos, Carlos Cortes.

Nesta sessão inaugural, em jeito de acolhimento futuro nas unidades do CHUC, o professor Ricardo Vieira referiu: “Espero receber-vos daqui a pouco tempo na nossa instituição e dar-vos formação com a qual tanto anseiam e que vos servirá para a vossa vida profissional”. Em representação do Conselho Nacional do Médico Interno, e como responsável deste organismo da Ordem dos Médicos



Nesta edição decorreram sessões transversais com três temas importantes: Carreiras alternativas – ser médico investigador (dia 6 de outubro); Carreiras alternativas – ser médico empreendedor (dia 7 de outubro); FAQ do Internato Médico (dia 8 de outubro).

Recorde-se que este evento é organizado pelo CNMI em colaboração com os Conselhos Regionais Norte, Centro e Sul da Ordem dos Médicos.

Inscreveram-se perto de 500 jovens médicos para assistir às sessões online no mostrEM 2021 da região Centro, o maior número até agora registado neste formato. ■

“Enquanto dirigente da Ordem dos Médicos, não abduco da qualidade da formação médica em nenhuma circunstância”
Carlos Cortes

para a zona Centro, António José Novais garantiu a recetividade a todas as dúvidas por parte de quem inicia mais uma etapa crucial na vida de médico. O médico interno da especialidade de Medicina Interna do Hospital São Teotónio, em Viseu, recordou a sua experiência na escolha da especialidade: “Também tive de vir ao mostrEM. Na altura não havia streaming, era tirar notas e enviar emails para vários hospitais do País, mas sendo que onde nos formamos é apenas onde nos tornamos melhores médicos”.

Esta mostra visa auxiliar os jovens médicos internos no processo de escolha de especialidade (formação específica). Durante três dias, os colegas mais experientes em cada uma das suas especialidades apresentam aos mais novos os respetivos programas de formação, os aspetos práticos da sua área médica e/ cirúrgica e também respondem a dúvidas sobre cada uma das especialidades. Esta iniciativa tem sido uma preciosa ajuda para os jovens médicos que, desta forma, recebem conselhos e incentivos para o seu futuro.

Por seu turno, Carlos Cortes revelou que, também ele, já foi orador neste evento, apresentando a sua especialidade, Patologia Clínica. “Este fórum é muito importante, é um momento decisivo das nossas vidas”, disse, lembrando que “há outros espaços de intervenção na vida de um médico”, dando como exemplos, a investigação, a docência, a indústria farmacêutica e a gestão. “A liderança e a capacidade de gestão” são cruciais tal como “a qualidade da formação médica”. “Enquanto dirigente da Ordem dos Médicos, não abduco da qualidade da formação médica em nenhuma circunstância”, concluiu.





Ordem dos Médicos denuncia falta de especialistas em Leiria

Em visita ao Hospital de Santo André, do Centro Hospitalar de Leiria, a SRCOM denunciou a falta de médicos, situação grave que se tem arrastado e que ainda não está solucionada.

O presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM), Carlos Cortes, denunciou a falta de médicos especialistas no Centro Hospitalar de Leiria, uma situação que tem maior impacto na resposta prestada no Serviço de Urgência Geral do Hospital de Santo André.

Após reunião realizada a 7 de outubro, com responsáveis do hospital e dos serviços onde se verificam maior escassez de recursos, designadamente Ortopedia, Cirurgia, Medicina Interna e Ginecologia/Obstetrícia, Carlos Cortes assumiu que este “não é um problema de hoje”, mas que o que se verifica atualmente é “gravíssimo”. “Não obstante os esforços que têm sido desenvolvidos para resolver esta situação”, o presidente da SRCOM salientou a existência de “um défice de recursos humanos médicos, de mais de 50 médicos especialistas, tendo em conta que o hospital tem 269 médicos

especialistas”. O responsável pela Ordem dos Médicos do Centro teme, pois, consequências ainda mais graves, caso a tutela não tente perceber as dificuldades que este hospital tem estado a atravessar.

Carlos Cortes lembrou ainda que esta unidade hospitalar tem uma área de influência que contempla “uma população muito envelhecida que necessita de recorrer muitas vezes ao serviço de urgência porque vê o seu problema agravado”, alertando para a proximidade do período de inverno e, com ele, “muitas pessoas poderão descompensar das suas patologias e vão necessitar do serviço de urgência”. O presidente da Sub-região de Leiria da Ordem dos Médicos, Rui Passadouro da Fonseca, também integrou a comitiva da qual fizeram ainda parte os responsáveis pelos Colégios de especialidade de Cirurgia e de Medicina Interna da Ordem dos Médicos. ■

SRCOM alerta

Hospital Amato Lusitano precisa de mais 44 médicos

A Ordem dos Médicos alertou para a falta de recursos humanos na Unidade Local de Saúde de Castelo Branco.

Para avaliar a resposta do Serviço de Urgência hospitalar da Unidade Local de Saúde (ULS) de Castelo Branco e depois de uma reunião com o Conselho de Administração, direção clínica e diretores dos serviços de Urgência, Pediatria e Medicina Interna, o presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM), Carlos Cortes, prestou declarações aos jornalistas dando conta das dificuldades em termos dos recursos humanos existentes naquela unidade: “Foi-nos transmitido um número que é preocupante. Para o hospital, seriam necessários 44 médicos para funcionar adequadamente, para suprir algumas das suas dificuldades, não todas as suas dificuldades. Este é um número mínimo para o funcionamento deste

hospital”, afirmou. Carlos Cortes afirmou ainda que a Ordem dos Médicos irá prosseguir com as visitas às diversas áreas desta ULS, uma vez que são reportadas dificuldades noutros serviços. Na ocasião, anunciou também que as visitas mais aprofundadas terão a presença dos colégios da especialidade, de modo a avaliar a atividade assistencial e os planos formativos dos médicos internos.

O presidente da SRCOM responsabilizou o Ministério da Saúde pelas atuais condições desta unidade hospitalar: “O Conselho de Administração quer – e bem – para este hospital e para o seu serviço de urgência, contratar médicos para o quadro. Infelizmente, o Ministério da Saúde não tem

dado condições para os médicos” escolherem Castelo Branco. A seu ver, basta ver o histórico dos últimos anos que ronda à volta de “seis por cento” das vagas para a região Centro. “Isso é muito insuficiente”, declarou, lembrando que, desta forma, o Ministério da Saúde está a esquecer o Hospital Amato Lusitano, de Castelo Branco. O serviço de urgências tem (à data da visita) 36 prestadores de serviço.

Carlos Cortes apontou ainda outro exemplo que, a seu ver, é revelador do esquecimento da tutela face às necessidades deste hospital, pois aquando da abertura de 250 vagas de assistente graduado sénior para todos o País, e face ao pedido solicitado pelo hospital de 12 vagas, o Ministério da Saúde não atribuiu qualquer vaga. ■



ULS da Guarda com graves problemas de recursos humanos

São recorrentes e constantes os alertas públicos e as visitas, designadamente ao Hospital de Sousa Martins, por parte da SRCOM.



Após visita a 17 de novembro, a SRCOM recebeu a garantia por parte do Conselho de Administração da Unidade Local de Saúde (ULS) da Guarda que estaria assegurada a resposta para a maioria dos problemas de recursos humanos médicos, designadamente para a urgência e o serviço de oftalmologia. O presidente da SRCOM assumia, na altura, que a primeira opção para um hospital seria “ter médicos do quadro para fazer a atividade de todo o hospital” ao invés de recorrer a médicos contratados por entidades externas.

Na ocasião, acompanhado pelo presidente do Conselho Subregional da Guarda da Ordem dos Médicos, José Manuel Rodrigues, o presidente da SRCOM inteirou-se sobre como estavam a ser colmatadas as necessidades também nas escalas do serviço de urgência. No final, Carlos Cortes afirmou que, para

resolver um dos mais graves problemas da ULS da Guarda, estaria a decorrer um concurso para a direção de serviço de oftalmologia. Uma garantia assumida nessa data pelo conselho de administração.

Porém, a 28 de dezembro, e perante inúmeras informações de agudização da situação deste serviço, a SRCOM emitiu um comunicado onde denuncia que “há já milhares de doentes prejudicados sem consulta e sem cirurgia, alguns dos quais a enfrentar as consequências de forma irreversível”, dando como exemplo a existência de “mais de 250 doentes propostos para cirurgia (cataratas, glaucoma, pequena cirurgia, injeções intravítreas) que estão a aguardar, desde novembro de 2020, que as suas propostas cirúrgicas sejam introduzidas no sistema informático da ULS da Guarda”.

Na mesma nota, Carlos Cortes alertou: “É incompreensível que, perante o impacto devastador que a ausência de direção e organização do Serviço de Oftalmologia da ULS da Guarda está a ter nos doentes, o grave problema seja tratado desta forma. O vogal do Conselho de Administração da ULS da Guarda que está a conduzir um eventual início do processo de atividades no bloco operatório com um prestador externo num serviço completamente desestruturado não é médico”.

O comunicado adiantava ainda que, tendo em conta que “a SRCOM já fez chegar a sua preocupação à tutela” assim que tomou conhecimento dos problemas em 2020 e “atendendo à gravidade dos factos de que teve recente conhecimento”, iria “desencadear um pedido de intervenção urgente junto do Colégio da Especialidade de Oftalmologia, assim como do Ministério da Saúde”.■

VISITAS DA SRCOM AOS HOSPITAIS DA GUARDA, CASTELO BRANCO E LEIRIA



SIC Notícias

7-10-2021

Faltam mais de 50 médicos especialistas no Hospital de Leiria



Público

27-10-2021

Hospital de Castelo Branco precisa de 44 médicos para funcionar adequadamente



Saúde online

28-10-2021

Hospital de Castelo Branco precisa de mais 44 médicos para funcionar adequadamente



SIC Notícias

18-11-2021

Falta de especialistas leva a nova visita da Ordem dos Médicos ao Hospital da Guarda



VIDEOCONFERÊNCIAS E APRESENTAÇÃO DE LIVROS



Rádio Regional do Centro

7-11-2021

Obras dos médicos João Taborda e de José Poças apresentadas em Coimbra



Campeão das Províncias

30-11-2021

Dois livros do médico Cândido Ferreira apresentados na Ordem dos Médicos, em Coimbra



OUTRAS NOTÍCIAS



Notícias de Coimbra

2-09-2021

Médicos do Centro alertam que mais faculdades não significa mais profissionais





Notícias de Coimbra

11-10-2021

Médicos do Centro acusam Ministério da Saúde de prejudicar contratação de clínicos



Público

12-10-2021

Ordem dos Médicos do Centro condena fecho temporário das urgências do Hospital de Leiria



Jornal de Notícias

19-10-2021

Urgência de Castelo Branco nas mãos de contratados



Observador

25-10-2021

Médicos do Centro dizem que Ministério da Saúde “está a desprezar” as carreiras médicas





O Jornal Económico

29-10-2021

“[TIC] são ferramenta incontornável, mas nunca pode substituir relação presencial”



Campeão das Províncias

2-11-2021

Adiado para 2022 o primeiro Congresso Internacional de História da Medicina



Diário de Coimbra

29-11-2021

Novos médicos, “não se acomodem e denunciem”



Diário As Beiras

6-12-2021

Médicos do Centro dedicam semana aos Direitos Humanos





Campeão das Províncias

23-12-2021

Ordem dos Médicos do Centro apela a “cuidados redobrados” nesta fase de pandemia

Ordem dos Médicos do Centro apela a “cuidados redobrados” nesta fase de pandemia



Campeão das Províncias

28-12-2021

SRCOM alarmada com colapso do Serviço de Oftalmologia da ULS da Guarda



RTP1

31-12-2021

Ordem dos Médicos pede uma revisão urgente dos critérios de referência da linha SNS 24



Descubra outras notícias aqui





João Redondo

“O ato médico é, na sua essência, um espaço e tempo de escuta do Outro”

João Redondo, médico psiquiatra e coordenador do Gabinete de Apoio ao Médico da SRCOM, desenvolveu uma abordagem holística do que é “ser médico”, estreitando relações entre o mundo médico, a medicina e a sociedade. Nesta entrevista aborda temas centrais como o presente e futuro da psiquiatria e o burnout na classe médica. Tem coordenado e participado em projetos que procuram esbater desigualdades e promover a saúde mental, afirmando como fim último os Direitos Humanos, tema em foco nesta edição.

Entrevista por Henrique Cabral

Interno de Formação Específica de Neurocirurgia e membro do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos

No dealbar do atual milénio, a Humanidade depositou enorme esperança no acelerado desenvolvimento tecnológico, num ritmo frenético de uso das Tecnologias de Informação e Comunicação. O Homem foi ficando para trás nesta equação?

Através da comunicação é possível ao ser humano conhecer-se a si próprio e aos outros. Da era dos símbolos e dos sinais, passando pela era da fala e da escrita, à Era Digital decorreram milhares de anos e o ser humano teve a capacidade de se adaptar à mudança. No tempo em que vivemos a tecnologia facilitou a rapidez na comunicação da informação, alterando o modo como comunicamos e consumimos informação, situação potenciada atualmente pela pandemia associada à COVID-19. Importa não esquecer, numa sociedade

sem tempo, que a comunicação a este nível é, cada vez mais, fragmentada e instrumentalizada, disso sendo exemplo o impacto das redes sociais ou, a nível laboral, o risco aumentado da “invasão” da vida pessoal para além do horário de trabalho. A integração do mundo analógico com o mundo digital é complexa. É através da linguagem analógica que melhor transmitimos emoções e sentimentos: Como comunicar digitalmente a alguém o quanto amamos essa pessoa?... O quanto lhe queremos dar um abraço?... Que não o(a) queremos agredir? Tendo sempre presente a importância da complementaridade das linguagens analógica e digital, importa refletir o modo como no presente/futuro nos apropriamos destes formatos comunicacionais para que possamos equilibrar o poder da mensagem que pretendemos comunicar ao Outro.

“A saúde mental, como a pandemia bem o '(re)lembrou', é um garante fundamental para a nossa saúde e bem-estar”

O que o fez optar, primeiro, pela Medicina e, posteriormente, pela Psiquiatria?

Quando escolhi, na minha adolescência, “a alínea F”, no 6º e 7º ano do liceu, a minha ideia era medicina. Não me é fácil delimitar as motivações para esta escolha. Quando, após o Curso de Medicina, comecei a trabalhar nos HUC (“policlínico”) achei interessante o poder da relação médico-doente no apoio e suporte a quem sofre. A ideia de desenvolver mais competências nesta área poderá ter influenciado a minha escolha.

Como vê a nova geração de psiquiatras em relação aos seus contemporâneos?

A nova geração de psiquiatras, também graças à evolução do conhecimento nesta área da Medicina, dispõe nos dias de hoje de mais instrumentos para poder responder às questões colocadas ao nível da promoção da saúde mental e da implementação de respostas a quem sofre.

A formação tem um papel fundamental. Representando a continuidade entre o presente e o futuro e o ponto de encontro de duas gerações é, sem dúvida, o contexto privilegiado para transmitir conhecimento científico e saberes, mas também para exercitar a capacidade de estar ali para o Outro (em sofrimento). A este nível, a capacidade de estabelecer empatia, o exercício permanente de metacomunicar e a disponibilidade/tempo para o Outro são algumas das “pontes” fundamentais para reforçar e potenciar a partilha e promover mudança. Importa não esquecer a importância de ponderar o eventual papel da rede pessoal social de suporte na resposta ao “problema”.

Qual o futuro da especialidade?

A saúde mental, como a pandemia bem o “(re)lembrou”, é um garante fundamental para a nossa saúde e bem-estar. A par com a grande evolução de conhecimento e saberes nesta área, importa atualmente sublinhar que, ao nível da organização de serviços, Portugal tem vindo a apresentar mudanças significativas, como é o caso do Plano Nacional de Saúde Mental, aprovado pela



EM BREVES PALAVRAS

O Hoje e o Amanhã

Defender e afirmar os Direitos Humanos

Trabalho em rede

Estrutura organizacional policéfala, associada a uma dinâmica de auto-ajuste recíproco entre cada um dos elementos que a compõem, onde a organização é sempre um processo, nunca um estado final.

Burnout / Violência

Problemáticas de saúde pública que importa prevenir. Manter os profissionais de saúde saudáveis e motivados no tratamento dos doentes é crucial para o futuro da saúde dos portugueses.

Noites saudáveis

Prevenção da violência, sinistralidade rodoviária e adições.

ArNovo: Arnaut

Música, poesia; criatividade; rede de amigos; projeto ArNovo.



“A nova geração de psiquiatras [...] dispõe nos dias de hoje de mais instrumentos para poder responder às questões colocadas ao nível da promoção da saúde mental e da implementação de respostas a quem sofre”

Resolução do Conselho de Ministros n.º 49/2008, de 6 de março e, mais recentemente, a publicação do Decreto-Lei n.º 113/2021, de 14 de dezembro. Defende este Decreto-Lei, entre outros aspetos, o planeamento da política de saúde mental através de três instrumentos fundamentais, a saber: o Plano Nacional de Saúde, com o Plano Nacional de Saúde Mental e respetivos planos regionais; a organização dos serviços de saúde mental segundo um modelo que inclui órgãos consultivos de âmbito nacional, regional e local, estruturas de coordenação de âmbito nacional e

Biografia

João Redondo nasceu a 4 de março de 1956, em Coimbra.

- Concluiu a licenciatura na Faculdade de Medicina desta cidade a 24 de outubro de 1981.
- Psiquiatra. Supervisor e Terapeuta Familiar da Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar; Diretor de Psicodrama Moreniano, Sociedade Portuguesa de Psicodrama.
- Coordenador do Centro de Prevenção e Tratamento do Trauma Psicológico/Unidade de Violência Familiar, CRI de Psiquiatria, do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra.
- Coordenador Regional da Saúde Mental (ARSC, IP).
- Integra a equipa coordenadora do Programa Nacional para a Saúde Mental (DGS).
- Membro cofundador das redes “Grupo Violência: Informação, Investigação, Intervenção”, “Escolas Contra a Violência” e “Agência para a Prevenção do Trauma e da Violação dos Direitos Humanos”.
- Coordenou, entre 2009 e 2012, o Projeto de Intervenção em Rede que capacitou cerca de 500 profissionais na região Centro para a intervenção no âmbito da violência familiar/por parceiro íntimo.
- Co-coordenou, de 2018 a 2021, o projeto “Noite Saudável das Cidades do Centro de Portugal”.
- Membro do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos (tríenios 2014/2016; 2017/2019). No atual triénio, coordena o Gabinete de Apoio ao Médico, na SRCOM.
- Ao nível da composição musical compôs nos anos 90 para teatro (Bonifrates, Coimbra; Produções Folie, Lisboa) e um bailado para crianças/adolescentes (Academia de Bailado de Coimbra). Em 2004, participou na composição da música e sons do primeiro jogo de computador do género de estratégia em tempo real a ser completamente produzido no nosso País “Portugal 1111: A Conquista de Soure” (Ciberbit em parceria com a C.M. Soure). Mais recentemente, “Venho de longe”, letra e voz de António Arnaut, voz e música de João Redondo, é um dos tributos da Banda ArNovo no projeto “20 músicas para 20 poemas de António Arnaut”.

regional e serviços de saúde mental de nível regional e local; a prestação de cuidados de saúde mental em hospitais e centros hospitalares psiquiátricos de forma marcadamente residual, tendo em vista a desinstitucionalização e a reinserção na comunidade das pessoas com doença mental neles residentes, bem como o processo de integração dos cuidados de nível local aí prestados nos serviços locais de saúde mental. Prevê-se ainda a integração dos serviços de saúde mental com os cuidados

de saúde primários e com os cuidados continuados integrados e serviços de reabilitação psicossocial, assegurando a necessária continuidade de cuidados.

Relativamente ao humanismo no ato médico, quais os principais desafios na consulta de psiquiatria?

O ato médico é, na sua essência, um espaço e tempo de escuta do Outro que recorre a nós na expectativa

PREVENIR E COMBATER O BURNOUT

“Um estudo que realizámos na SRCOM em 2015 revelou que 40,5% dos médicos apresentavam um nível alto de exaustão emocional. A abordagem a privilegiar para eliminar o burnout¹ é, sem dúvida, a prevenção que, tal como a intervenção, importa que envolva os subsistemas individual, grupal e organizacional”, considera João Redondo que recomenda medidas essenciais.

A NÍVEL INDIVIDUAL

“É fundamental encontrar um equilíbrio entre a vida profissional e a vida pessoal. Definir fronteiras e uma “distância” saudável entre as duas áreas ajuda a prevenir problemas maiores.”

- “No dia a dia, importa criar rotinas que permitam cada um de nós focar-se no momento”;
- “Investir no cumprimento dos horários de sono previamente definidos”;
- “Fazer uma alimentação equilibrada”;
- “Praticar desporto regularmente (adequado, ao longo do ciclo vital, às competências de cada um)”;
- “Investir uma parte do tempo em ações que não estão relacionadas com o trabalho; experimentar algo novo. Potenciar o lado criativo é um antídoto poderoso para combater o burnout”;
- “Aceitar limites, procurar o apoio da família e dos amigos, assim como ajuda profissional (em situações que necessitem de apoio clínico)”.

NO CONTEXTO DA INTERVENÇÃO (CLÍNICA/PSICOTERAPÊUTICA)/PREVENÇÃO

- “Importa delinear estratégias que no caso a caso incluam intervenções estruturadas (individuais, grupais, organizacionais/em rede; envolvendo a rede primária de suporte), assentes em objetivos bem definidos e associadas a uma periodicidade adequada às reais necessidades de quem está em sofrimento. Uma leitura e compreensão do “problema” numa perspectiva de saúde pública e ecológico-sistémica, representa um importante contributo para a definição da estratégia multinível a implementar.”
- Colocando o foco na pessoa em sofrimento e na “situação-problema”, importa num primeiro momento interromper o ciclo do stress, através da redução da intensidade dos factores que o induzem e de capacitar quem sofre no sentido de ser capaz de modificar a perceção das situações stressantes.”

NO CONTEXTO LABORAL/ORGANIZACIONAL

- “Cabe às organizações estabelecer com os seus profissionais um relacionamento hierárquico assente na responsabilidade de serem locais de formação de valores e comportamentos éticos. Por exemplo, é fundamental criarem condições capazes de prevenir/eliminar as circunstâncias e as condições que estão na origem do burnout ou violência contra os profissionais de saúde no contexto laboral. Visando prevenir o burnout nos serviços de saúde é fundamental que a nível organizacional as lideranças estejam sensíveis e disponíveis para um maior investimento ao nível da prevenção dos factores de risco, da promoção dos factores protectores e da potenciação da resiliência individual /grupal /organizacional. Importa não esquecer que tais problemáticas poderão ter sérias consequências ao nível da saúde e bem-estar dos profissionais de saúde, inclusive a morte mais precoce

¹ A síndrome de burnout é caracterizada por desgaste ou exaustão emocional (perceção de falta de energia para levar a cabo as atividades profissionais / pessoais), despersonalização (contacto mais impessoal, sem afetividade, pouco empático e humanizado com o Outro) e reduzida realização profissional (sensação de descontentamento e desmotivação com o trabalho; eficácia eventualmente comprometida).

de que dispomos de conhecimento e saber para ultrapassar o sofrimento que motivou a vinda à consulta. Se ouvir é um ato mecânico referente ao sentido da audição, escutar é um ato que depende de estar ali disponível para o Outro e capaz de gerir as emoções no relacionamento terapêutico. A qualidade da relação médico-doente é fundamental para o estabelecimento de uma relação empática capaz de ajudar a elaborar um diagnóstico mais preciso e contribuir para potenciar o cumprimento da estratégia terapêutica. Avaliar o papel da família e a qualidade da rede pessoal e social de suporte na promoção da mudança definida pela estratégia terapêutica e, de acordo com a avaliação realizada, envolver ou não os elementos destas redes, reforça ainda mais a capacidade de alcançar os objetivos, multidisciplinarmente (re)definidos pela equipa. Como alguém afirmava: “As diversas aprendizagens que uma pessoa adquire são potencializadas quando, na procura de soluções para um problema comum, são socialmente partilhadas”.

Os hábitos saudáveis e o bem-estar são-nos incutidos pela escola, pela publicidade, pelos “Media” e pela Ciência, entre outros. No entanto, são cada vez mais as preocupações evidenciadas face aos comportamentos aditivos, às dependências. Que riscos enfrentam os adolescentes e os mais jovens?

Do micro ao macro sistema, múltiplos factores aumentam a vulnerabilidade, assim como o risco do consumo e a dependência de substâncias/álcool numa idade precoce (exs.: exposição à adversidade na infância, convivência com familiares e pares que consomem álcool e outras drogas, contextos sociais facilitadores do

consumo recreativo de drogas psicoativas/ abusivo de álcool, ...). Instalada a dependência a probabilidade de virem a sofrer de patologias ao nível da saúde (mental e física), de não concluírem os estudos ou conseguirem manter um emprego, de apresentarem desvios comportamentais variados/criminalidade, está seriamente aumentada. Pontua a investigação que quanto menor a idade de início da ingestão de bebidas alcoólica / consumo de drogas, maior o risco do jovem se tornar dependente. Nesta fase do ciclo vital importa sublinhar a importância do papel da família na prevenção.

A prevenção e o combate à violência contra os profissionais de saúde é também uma das suas áreas de intervenção. A pandemia de COVID-19 teve influência neste flagelo?

A pandemia teve o efeito de desmascarar muitas fragilidades. Nenhuma sociedade é a mesma depois de passar por uma pandemia. Do micro ao macrosistema, estamos perante um evento na vida de uma comunidade/sociedade que sobrecarrega os seus recursos e ameaça a sua função e segurança, e cuja recuperação é um processo lento e difícil. Situações como estas representam um sério desafio ao nosso mundo presumido – fragilizando a nossa “estrutura interna” que anteriormente representava um garante de segurança na relação com o “mundo exterior” – dando origem à imprevisibilidade (da vida, das previsões do futuro, do controle dos acontecimentos), ao reforço das vulnerabilidades prévias à pandemia e à emergência de novos factores de risco, aumentando o risco de tensão/violência nas relações interpessoais, em especial nos contextos associados à resposta

O Gabinete de Apoio ao Médico da SRCOM – com o apoio do Centro e Prevenção e Tratamento do Trauma Psicológico, CRI de Psiquiatria, do CHUC – criou em 2020 um Grupo de suporte, partilha e reflexão

(periodicidade quinzenal, via ZOOM, 21:30h-23:00h)

Para mais informação: srcom.gam@gmail.com

OBJETIVOS

- **Reforço de competências no relacionamento interpessoal;**
- **Potenciação das dinâmicas relacionais / trabalho em equipa;**
- **Gestão emocional das situações de stress e de tomada de decisão;**
- **Compatibilização de contextos familiares / laborais e informais.**

PROJETO ARNOVO: A PAIXÃO PELA MÚSICA

Em 2018, em Coimbra, escutou-se o trecho musical “Venho de Longe”, com letra e voz de António Arnaut e música e voz, precisamente, de João Redondo. Quer partilhar a génese deste projeto?

Tudo começou uns anos antes com uma música que compus para o poema “Esperança”, de António Arnaut, no contexto de uma mesa redonda sobre a Esperança, onde ambos participávamos e que decorreu no Café Santa Cruz, organizada pela Pró-Associação 8 de Maio. Ele gostou do tema e combinámos que eu iria compor música para mais alguns poemas dele e que lhe mostraria posteriormente. Ao longo de ano e meio compus música para 20 poemas, tendo tido a oportunidade e o prazer de as partilhar com ele e poder também contar com as suas opiniões e sugestões. Paralelamente, tínhamos entretanto combinado que gravaria alguns poemas ditos por ele. A sua morte, só permitiu o registo de “Venho de longe”, que deu origem ao tema com o mesmo nome (<https://www.youtube.com/watch?v=38tDueR4Okw&t=6s>). Entretanto, e tal como tinha combinado com ele, com o apoio de amigos criámos a banda ArNovo e criámos o projeto “Outros Sinais” (<https://www.arnovo.net/>), que procura, combinando elementos do rock e do blues, ir musicalmente ao encontro do “sentimento cósmico” que emana das palavras de António Arnaut onde “nada se desliga de nada (...) de tal maneira que a mais pequena manifestação do que quer que seja traz em si a transcendência”. A apresentação ao vivo decorreu em junho de 2019. A pandemia, em março de 2020, impediu a continuidade do mesmo. Termino sublinhando que, nestes cerca de dois anos que pude partilhar com António Arnaut, não posso deixar de registar o quanto a sua criatividade, atualidade, energia, entusiasmo, esperança e partilha me tocaram.



“A pandemia teve o efeito de desmascarar muitas fragilidades. Nenhuma sociedade é a mesma depois de passar por uma pandemia”

à situação-problema. A Organização Internacional do Trabalho publicou em 2018 um documento sobre a segurança dos Profissionais de Saúde diante de crises sanitárias. A título de exemplo, nele estão sinalizadas as situações de violência que podem sofrer (física e/ou verbal) de doentes/familiares, associadas à desconfiança e medo da doença em momentos de maior tensão. Aborda também a discriminação sofrida pelos/as profissionais de saúde por serem “possíveis disseminadores do vírus”.

Concorda com a criminalização das agressões a profissionais de saúde? Qual a melhor abordagem a seguir?

Nas últimas décadas, a violência no local de trabalho emergiu como um risco ocupacional mundial. Segundo a *Occupational Safety and Health Administration* os profissionais de saúde correm um risco maior de violência no local de trabalho². Em janeiro de 2020, afirmava o Secretário de Estado Adjunto e da Saúde, António Sales, a intenção de consagrar como crime de prevenção e de investigação prioritária as agressões praticadas contra o sistema de saúde e todos os seus profissionais. No mesmo ano foi criado um gabinete de segurança, na dependência do Ministério da Saúde com a colaboração da PSP, à semelhança do que existe para as escolas, e apresentado um plano de prevenção para este tipo de situações. Ora, o que mudou? Segundo informa a Direção Geral da Saúde (DGS), em 2021, foram reportados à plataforma Notifica da DGS 752 episódios de agressão em instituições do Serviço Nacional de Saúde, em média 2,5 casos por dia. Os enfermeiros são o grupo profissional que mais sinaliza (32% do total), seguindo-se os médicos (31%) e os assistentes técnicos (30%). A violência psicológica continua a ser a mais prevalente (63% dos casos), incluindo-se aqui insultos e ameaças.

²“Healthcare workers are at an increased risk for workplace violence. From 2002 to 2013, incidents of serious workplace violence (those requiring days off for the injured worker to recuperate) were four times more common in healthcare than in private industry on average” (<https://www.osha.gov/Publications/OSHA3826.pdf>)

Em 127 casos (17% do total) houve uma agressão física em pleno local de trabalho. 14% dos casos são classificados como assédio moral. Como fatores promotores deste aumento da sinalização, poderemos considerar que a existência de mais visibilidade e informação relativamente à problemática da violência poderá representar um dos contributos a ter em conta. Importa, contudo, também ter em conta, relativamente aos fatores de risco, que existem alguns fatores comuns aos vários settings terapêuticos que importará avaliar e prevenir (Ex: trabalhar sozinho; falta de pessoal suficiente nas unidades; longos tempos de espera e salas de espera superlotadas; falta de formação e de medidas adequadas para lidar com o “problema”; segurança inadequada; percepção de que a violência é tolerada e de que relatar incidentes não terá consequências. Neste contexto importa, pois, investir, a par com a criação de respostas para o “problema”, na prevenção a vários níveis, onde se inclui a criminalização das agressões a profissionais de saúde.

A violência interpessoal está a aumentar? Tem essa percepção?

O aumento da discriminação, os preconceitos, o racismo, a xenofobia; as sérias dificuldades que milhões de migrantes/refugiados têm no acesso a condições básicas de vida; a acentuação dos desequilíbrios a nível da economia dos países; o agravamento das alterações climáticas; exemplificam contextos potenciadores dos fatores de risco/perigo que vulnerabilizam e põem em causa os Direitos Humanos e fomentam/reforçam a violência nas suas várias tipologias. É fundamental continuar a investir na prevenção do micro ao macrosistema, lembrando que todo(a)s somos corresponsáveis na promoção dessa mudança.

A seu ver, o que significa, hoje, lutar pelos Direitos Humanos?

A luta pelos direitos humanos, além de representar um processo contínuo e permanente, importa que assuma um compromisso ético e político irrenunciável com a edificação de uma sociedade aberta e democrática, fundada nos valores essenciais da liberdade, da igualdade, da fraternidade, do pluralismo político e da solidariedade. Nesse contexto, importa velar pela intangibilidade dos direitos fundamentais da pessoa humana, repelir práticas abusivas, conferir prevalência à essencial dignidade da pessoa humana, fazer cumprir os pactos que protegem os grupos vulneráveis contra práticas discriminatórias e neutralizar qualquer ensaio de opressão.

Visando contribuir para cumprir estes objetivos somos co-fundadores do Grupo Violência: Informação, Investigação, Intervenção (2002); da Rede Escolas Contra a Violência (2007) e mais recentemente da Agência para a Prevenção do Trauma e da Violação dos Direitos Humanos (2014). Falo de redes que integram entidades regionais e nacionais com competências nas áreas das situações (potencialmente) traumáticas intencionais (ex.: violência) e não intencionais (ex.: catástrofes naturais) que vão procurando investir na prevenção destas problemáticas e oferecer, a quem sofre, cuidados/serviços centrados na pessoa, potenciados por uma rede multidisciplinar/multissetorial, baseados nos direitos humanos. Mais recentemente, estamos associados a dois dos projetos que integram a Candidatura de Coimbra a Capital Europeia da Cultura 2027, um dirigido à prevenção da violência de género e outro tendo como alvo a população migrante/refugiados. Ambos os projetos procuram esbater desigualdades, promover a saúde mental e afirmar os Direitos Humanos. ■



Photo by Carlos Machado from Pexels

A CIDADE DE COIMBRA

“É a cidade onde vivo desde os meus 20 anos, me apaixonei, casei e construí(mos) a minha/nossa família, a par com a minha formação em medicina/exercício da minha atividade profissional. Tem-me permitido – pelas várias “portas que me tem aberto” e também pela sua história – continuar a sonhar e dar mesmo forma a alguns desses sonhos. Com todos os seus “pontos fortes, fracos, oportunidades e ameaças” tem contribuído ao longo do meu ciclo de vida para criar novas amizades e reforçar outras, o que tem tornado possível criar uma rede pessoal social de suporte, sem dúvida potenciadora da minha saúde (mental), bem-estar e resiliência.”

Formação médica online

Em 2022, a Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos continua empenhada em disponibilizar novas formações em áreas temáticas diferenciadas.

JANEIRO

PRESCRIÇÃO RACIONAL DE ATB EM AMBULATÓRIO

Formadores: Ana Lúcia Costa
Ana Sofia Lopes
Érica Rocha
Inês Castilho
Sara Magalhães

Data: 29 de janeiro de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 60,00 €

MARÇO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 6 – IDENTIFICAR TIPOS DE LIDERANÇA*

Formador: Pedro Paiva

Data: 19 de março de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

JUNHO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 8 – MOTIVAR E AUTOLIDERANÇA*

Formador: Pedro Paiva

Data: 4 de junho de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

FEVEREIRO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 5 – GERIR CONFLITOS EFICAZMENTE

Formador: Pedro Paiva

Data: 12 de fevereiro de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

ABRIL E MAIO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 7 – GERIR O TEMPO COM EQUILÍBRIO NA VIDA*

Formador: Pedro Paiva

Data: 30 de abril de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

JULHO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 9 – RESOLVER CRIATIVAMENTE PROBLEMAS*

Formador: Pedro Paiva

Data: 2 de julho de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

MICROSOFT OFFICE PARA MÉDICOS

Formador: José Pedro Águeda

Data: 18 e 19 fevereiro 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 60,00 €

ANÁLISE ESTATÍSTICA DE DADOS

Formador: APEU - Zélia Barroso

Datas: 23, 30 abril, 7 e 14 maio

Modalidade: online

Valor da propina: 200,00 €

OUTUBRO

JORNADAS DO LÍDER WORKSHOP 10 – GERIR A MUDANÇA*

Formador: Pedro Paiva

Data: 1 de outubro de 2022

Modalidade: online

Valor da propina: 30,00 €

** Ao inscrever-se em todos workshops tem uma redução de 50% no valor da propina.*

NOVEMBRO

JORNADAS DO LÍDER
WORKSHOP 11 –
DESENVOLVER EQUIPAS:
O LÍDER É UM COACH**Formador:** Pedro Paiva**Data:** 5 de novembro de 2022**Modalidade:** online**Valor da propina:** 30,00 €JORNADAS DO LÍDER
WORKSHOP 12 – INCENTIVAR
EQUIPAS POSITIVAS***Formador:** Pedro Paiva**Data:** 26 de novembro de 2022**Modalidade:** online**Valor da propina:** 30,00 €INSCRIÇÕES
ATRAVÉS DO LINK<https://formacaosrcom.moqi.pt>

CURSOS COVID ONLINE

PREVENÇÃO DO COVID-19

Formadores: Guilherme Duarte
Clarisse Martinho
Ana Rita Filipe
Adriana Rocha**Modalidade:** E-learning**Valor da propina:** gratuitoGESTÃO DA PESSOA
COM COVID-19
EM AMBULATÓRIO**Formadores:** Lara Sutil
Tiago Sá e Pinho
Marta Carvalhinho
Telma Reis**Modalidade:** E-learning**Valor da propina:** gratuitoLONG COVID ABORDAGEM
DISCIPLINAR**Formadores:** Carlos Robalo Cordeiro
Carla Araújo
Filipa Oliveira
Ricardo Fontes
Carvalho**Modalidade:** E-learning**Valor da propina:** gratuito

CURSOS EM PREPARAÇÃO

TELEMEDICINA

LIDERANÇA PARA MGF

ÉTICA

METODOLOGIAS DE INVESTIGAÇÃO CLÍNICA

REVISÕES SISTEMÁTICAS E META-ANÁLISES
EM MEDICINA BASEADAS NA EVIDÊNCIA

AUDITORIA E QUALIDADE EM UNIDADES DE SAÚDE

COMPRAS PÚBLICAS

LIDERANÇA E GESTÃO DE EQUIPAS

Gabinete de
Investigação
e Divulgação
Científica promove
partilha de
informação

O Gabinete de Investigação e Divulgação Científica do Conselho Regional do Centro da Ordem dos Médicos divulga, através de newsletter, informação sobre áreas relevantes para a prática clínica. Esta ferramenta, existente desde março de 2021, conta com o apoio da rede Cochrane Portugal, que inclui as duas escolas médicas da região Centro, nomeadamente a Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra e a Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior. As mais recentes edições abordam os seguintes temas:

- “Controvérsias Sobre as Novas Técnicas de neuroestimulação em doenças neuropsiquiátricas”
- “Incentivos Financeiros na Promoção do Rastreio do Cancro Colo-retal: uma revisão sistemática com metanálise – uma meta-análise”
- “Suicide behaviors during the COVID-19 pandemic: A meta-analysis of 54 studies”.
- “Uso de estimulação magnética transcraniana no tratamento da epilepsia”
- “Reações anafiláticas e não anafiláticas às vacinas SARS-CoV-2: uma revisão sistemática e meta-análise”.



Consulte as
Newsletters aqui



Rita Gaspar Marques

Médica de Formação Específica em Medicina Geral e Familiar
Membro do Gabinete de Ética e Deontologia da SRCOM

De tempos a tempos, a intensidade dos dias de trabalho obriga-nos a parar para refletir sobre o que temos vindo a fazer: As minhas palavras e atitudes têm sido corretas? Tenho-me esforçado por agir de forma eticamente adequada no meu trabalho como médico/a? E concluímos que nem sempre temos o tempo e a disponibilidade emocional suficientes para estas reflexões tão necessárias.

Por isso, convido o leitor a entrar num momento de reflexão ética: Tenho respeitado devidamente a autonomia dos utentes idosos de quem cuido? Tenho promovido a sua decisão autónoma? Ou tenho agido de forma paternalista, pedindo exames e prescrevendo medicamentos, sem o discutir com eles? (reflita, com sinceridade, sobre as suas respostas a estas perguntas...)

Tempo de pensar: ética na prestação de cuidados ao idoso

O desenvolvimento científico e tecnológico na saúde a par com a melhoria das condições socioeconómicas das famílias permitiu o aumento da esperança média de vida. Esta realidade obriga a uma adequação constante dos cuidados de saúde e da atuação médica prestados aos idosos. O idoso é um ser humano complexo com particularidades clínicas, pessoais e sociais pelo que surgem inevitavelmente questões éticas associadas à prestação de cuidados de saúde: benefício versus prejuízo de determinadas terapêuticas, suspensão de tratamentos, obstinação terapêutica, respeito pela autonomia e privacidade, entre outras. Daí que a ética associada à medicina geriátrica deve ser cada vez mais explorada e requer que os profissionais adquiram competências de deliberação ética.

“A ética associada à medicina geriátrica deve ser cada vez mais explorada e requer que os profissionais adquiram competências de deliberação ética”

Na relação terapêutica com o idoso, uma das questões éticas mais relevantes é a forma como ele toma ou não decisões relativas à sua saúde. Nos últimos anos, o respeito pela autonomia do doente tem sido um princípio ético muito discutido pela sua importância na relação médico-doente. Nem sempre é fácil ao médico respeitar as decisões tomadas pelo doente, principalmente quando estas não vão ao encontro das expectativas do médico e/ou acarretam um risco potencial para o próprio doente. Nos idosos, esta questão assume especial relevância.

De uma forma geral, os idosos são considerados um grupo vulnerável, o que não significa assumir que este perdeu a capacidade de tomar decisões, mas que o contexto onde toma essa decisão poderá limitar a sua autonomia.

Na maioria das vezes, as decisões são feitas em contexto de doença, frequentemente com uma perspetiva de longevidade diminuída, perda de controlo sobre a doença e sobre si próprio e incertezas relativamente ao futuro. Além disso, outros fatores podem afetar a decisão: experiências

“O dever ético de respeito pela autonomia [do doente] implica uma atuação ativa do médico de forma a promover a capacidade do doente tomar estas decisões de forma autónoma e esclarecida”

de vida, acontecimentos marcantes, ideias e crenças sobre o mundo, emoções, etc. Também o contexto cultural, social e familiar pode interferir. O próprio idoso pode considerar que, pela boa vontade dos profissionais e da família, eles decidirão o que será melhor para si. No fundo, entregam-se nas mãos dos outros que lhes querem bem. Estes idosos mais facilmente aceitarão qualquer tratamento proposto, nomeadamente em contexto de investigação, sem compreender os verdadeiros riscos. Ou poderão recusar intervenções, para não prejudicar a família. A presença de algumas patologias pode também potenciar a vulnerabilidade dos idosos e limitar a sua autonomia, como por exemplo na presença de alterações da consciência, alterações severas do comportamento, doenças mentais graves, etc. Noutras situações, a avaliação desta capacidade pode ser mais complexa. É o caso dos idosos com alterações cognitivas

ligeiras, patologia mental e física ou que, aparentemente, não têm doenças que possam interferir com a capacidade de decisão. É então mais difícil perceber se a autonomia do idoso está verdadeiramente limitada e se existe incapacidade para decidir, ou se a condição clínica do doente influencia, mas não limita a sua autonomia.

Deve ser feita então a avaliação da capacidade de decisão e caso o médico conclua que a autonomia está diminuída ou ausente, deve verificar se existe uma Diretiva Antecipada de Vontade ou um Procurador de Cuidados de Saúde nomeado previamente pelo doente, devendo ser respeitadas as suas decisões. Se estes não existirem, deve ser designado um familiar ou outro representante legal. O dever ético de respeito pela autonomia não significa apenas fornecer a informação necessária para o doente decidir por si próprio, implica uma atuação ativa do médico

“A potenciação da autonomia contribui para o envolvimento dos idosos na comunidade e envelhecimento ativo, que estão fortemente associados a uma melhoria da qualidade de vida”

de forma a promover a capacidade do doente tomar estas decisões de forma autónoma e esclarecida. No caso dos doentes idosos, em primeiro lugar o médico deve procurar ter competências científicas e práticas para prestar cuidados de saúde a esta população. Em segundo lugar, a relação terapêutica deve ser fundada na confiança, no conhecimento das expectativas e necessidades dos doentes e numa comunicação próxima, adequada e eficaz.

Pelo exposto, podemos concluir que os idosos são uma população especialmente vulnerável por todas as condições e contextos que os rodeiam e que podem influenciar ou limitar a sua autonomia. No entanto, o médico deve respeitar a sua autonomia e não pode assumir uma atitude paternalista por um suposto dever de proteção, se não houver fundamento para tal. É essencial que o médico conheça e compreenda os fatores de vulnerabilidade presentes, experiência de doença, perspetivas de vida e influência da família. Assim, o médico poderá utilizar este conhecimento para promover a capacidade de decisão do idoso, de modo a garantir autonomia, equidade e justiça. A potenciação da autonomia contribui para o envolvimento dos idosos na comunidade e envelhecimento ativo, que estão fortemente associados a uma melhoria da qualidade de vida. ■



Henrique Correia

Presidente da Direção “Saúde em Português”
Médico especialista em Medicina Geral e Familiar

Um presente que se quer passado

O primeiro contacto com uma pessoa vítima de tráfico é algo que não se esquece. Deixa em nós simultaneamente um misto de choque e constrangimento.

Choque por sermos confrontados com uma situação que poderíamos julgar confinada a locais distantes ou a um período passado da nossa história. Infelizmente, a realidade é menos animadora. Afetando milhões de pessoas a nível mundial e com um impacto económico comparável ao tráfico de armas e drogas, o tráfico de seres humanos (TSH) não é limitado por fronteiras ou nível económico do país. Atinge todas as idades e géneros e consubstancia-se de múltiplas formas, desde exploração laboral ou sexual, tráfico de órgãos, mendicância ou casamentos forçados, entre outros. Associado aos maus tratos físicos

“Afetando milhões de pessoas a nível mundial e com um impacto económico comparável ao tráfico de armas e drogas, o tráfico de seres humanos não é limitado por fronteiras ou nível económico do país”

e psicológicos, as vítimas são privadas de qualquer liberdade de decisão sobre o seu corpo ou a sua vida. São expostas frequentemente a condições de insalubridade e privadas de bens essenciais, situação agravada pela restrição de movimentos e contactos, e pelo facto de muitas vezes as vítimas enfrentarem dificuldades decorrentes da sua diversidade linguística e cultural.

De acordo com os dados disponibilizados pelo Observatório do Tráfico de Seres Humanos e nos Relatórios Anuais de Segurança Interna, verificamos que Portugal é um país de destino, origem e trânsito destas vítimas. No período compreendido entre 2008 e 2020 registaram-se 2363 sinalizações de presumíveis vítimas de TSH – em Portugal a maioria destas é do sexo masculino, associada a exploração laboral (campanhas agrícolas, construção civil, futebol, entre outros). Só no ano de 2020 foram sinalizadas 229 presumíveis vítimas – falamos de uma média de 4 sinalizações por semana...

Esta tomada de consciência é dura e aliada sempre à sensação de constrangimento pelo facto de muitas vezes a vítima se encontrar nesta situação há meses, anos ou até décadas sem que fosse sinalizada. Muitas vezes terá recorrido a consultas

em unidades de saúde ou ao serviço de urgência, em várias ocasiões, sem que fosse feita essa sinalização. O que nos leva a questionar – o que terá falhado no processo para que não fosse auxiliada mais cedo? Conhecendo a realidade dos números, infelizmente haverá uma grande probabilidade de, enquanto profissionais de saúde e ao longo da nossa prática clínica, nos tenhamos já cruzado com uma vítima que necessitasse de ajuda. Teremos estado atentos aos sinais? Será que a sobrecarga de consultas, de utentes e as múltiplas exigências diárias que nos dispersam a concentração terão dificultado a nossa avaliação?

“No período compreendido entre 2008 e 2020 registaram-se 2363 sinalizações de presumíveis vítimas de TSH – em Portugal a maioria destas é do sexo masculino, associada a exploração laboral”

Poder-se-ia dizer que a sociedade tem estado pouco alerta para esta realidade e que os próprios profissionais de saúde muitas vezes desconhecem como orientar estas vítimas. Mas esta situação tem vindo a mudar, com um aumento da sensibilização para este problema. O tema do TSH tem sido incluído em formações pré e pós graduadas,

não só para os profissionais de saúde mas também para a população em geral, com recurso a cursos e exposições alertando para este tema.

A própria rede de resposta às vítimas tem sido progressivamente melhorada. Várias instituições têm trabalhado com o apoio de múltiplos colaboradores e voluntários que disponibilizam o seu tempo e recursos para os que mais necessitam. Têm sido criados vários Centros de Apoio e Proteção para dar resposta às necessidades médicas, psicológicas, sociais e de segurança das vítimas. Neste momento em Portugal funcionam 5 centros de acolhimento preparados para prestar apoio a utentes de sexo feminino, masculino e a crianças. Uma destas estruturas é o Centro de Acolhimento e Proteção a Vítimas de Tráfico de Seres Humanos do Sexo Masculino, do qual a “Saúde em Português” é a entidade gestora desde 2013. Esta estrutura tem capacidade para acolher 12 utentes, tendo acolhido até ao dia de hoje 96 vítimas. Disponibiliza uma linha de apoio que funciona todos os dias da semana, garantindo uma equipa que presta apoio diariamente às vítimas acolhidas e a sua referência. Presta igualmente apoio intermédio no processo de reintegração da vítima através da Estrutura de Autonomização que se encontra em funcionamento desde 2021, permitindo uma reintegração supervisionada através de uma rede de suporte social que garante o acompanhamento

do trajeto de vida dos utentes após o seu acolhimento.

Com a existência de redes de apoio e ultrapassado o choque e constrangimento iniciais, é necessário uma sociedade atenta e interventiva, com o contributo de todos, para que se possa enfrentar este problema.

“Com a existência de redes de apoio e ultrapassado o choque e constrangimento iniciais, é necessário uma sociedade atenta e interventiva para que se possa enfrentar este problema [das vítimas de TSH]”

No momento em que escrevo este texto inicia-se o mês de dezembro, mês em que não só se assinala o dia dos Direitos Humanos mas também período de resoluções para o novo ano; em que nos sentimos mais próximos e atentos ao outro e em que parece possível realizar qualquer desejo, por mais inalcançável que pareça.

No momento em que escrevo este texto o tráfico de seres humanos ainda é uma realidade. Que possamos todos desejar contribuir para que esta faça parte do passado. ■



SRCOM

SECÇÃO REGIONAL DO CENTRO
DA ORDEM DOS MÉDICOS

Ministério da Saúde está a desprezar as carreiras médicas e a dissolver o SNS

A Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos considera incompreensível e lamentável que, face à dificuldade em recursos humanos médicos no SNS, o Ministério da Saúde só tenha aberto 45 vagas para Médicos Assistentes Graduados Sénior na região Centro. “Estamos a atravessar uma fase de completo descontrolo de gestão de recursos humanos no Serviço Nacional de Saúde (SNS). O Ministério da Saúde, que se arroga ser defensor da prestação de cuidados de saúde, está a desprezar as carreiras médicas e a atratividade do SNS. O Ministério da Saúde está deliberadamente a dissolver o SNS”. As críticas, contundentes, proferidas pelo presidente da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos, surgem na sequência da publicação do Despacho n.º 10125-A/2021 que determina a distribuição de escassas 250 vagas referentes à categoria superior de assistente graduado sénior para todos os serviços hospitalares e centros de saúde do País.

“Ao contrário do que o Ministério da Saúde está a propalar neste despacho, lamentamos que sejam abertas tão poucas vagas, numa evidente demonstração de que o Ministério da Saúde não está verdadeiramente interessado em fixar médicos no SNS, em constituir equipas médicas consolidadas e em respeitar as carreiras médicas”, critica Carlos Cortes.

O presidente da SRCOM reprova este mapa, tendo em conta as vagas disponíveis para a região. Das 250 vagas disponíveis a nível nacional, apenas 45 são para a região Centro.

Analisando o documento publicado em Diário da República, verificam-se a abertura de vagas da seguinte forma: Anestesiologia (2); Cardiologia (1); Cirurgia Geral (1); Cirurgia Pediátrica (1); Doenças Infeciosas (1); Gastrenterologia (1); Ginecologia/obstetrícia (3); Hematologia Clínica (1); Imuno-hemoterapia (1); Medicina do trabalho (1); Medicina Geral e Familiar (10); Medicina Intensiva (1); Medicina Interna (5); Nefrologia (1); Neurologia (1); Neurorradiologia (1); Oncologia Médica (1); Ortopedia (2); Patologia Clínica (3); Pediatria (4); Psiquiatria (1); Saúde Pública (2). Acrescenta “nalguns hospitais, como é o exemplo de Castelo Branco que tem apresentado dificuldades, não há uma única vaga; no Hospital da Guarda, apenas existe uma única vaga. Quem age desta forma não está interessado em resolver os problemas do SNS, pelo contrário, está a agravá-los”.

“O Ministério da Saúde continua a desprezar o contributo dos médicos em topo da carreira que são fundamentais para a sustentabilidade de todo o sistema, em termos organizativos, pelo contributo imprescindível em termos de formação especializada”, sustenta Carlos Cortes, assumindo a perplexidade por algumas especialidades hospitalares terem sido ignoradas neste concurso. “Não há capacidade de atração para o SNS, não há equidade, não há atenção para os locais mais carenciados da região. É lamentável que o Ministério da Saúde esteja a hipotecar o futuro do SNS na região Centro”, conclui.

Coimbra, 25 de outubro de 2021



Ordem dos Médicos adia para 2022 o primeiro Congresso Internacional de História da Medicina

Dado o agravamento da pandemia em Portugal e na região Centro em particular, o “Congresso Internacional Scientiae thesaurus mirabilis: A Universidade de Coimbra – História e legado em tempo de pandemia”, evento projetado para os dias 15, 16, 17 de dezembro 2021, e que sempre foi pensado como um evento presencial, será adiado para o próximo ano, em data a marcar logo que a situação epidemiológica da COVID-19 o permita.

Este evento – coorganizado pela Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos (SRCOM), pelo Núcleo de História da Medicina da Ordem dos Médicos (NHMOM) e pelo Centro de Investigação de Antropologia e Saúde (CIAS) da Universidade de Coimbra – terá como objetivo abrir um espaço de reflexão sobre a utilidade das experiências e ensinamentos do passado, tendo em conta que todas as crises sanitárias tiveram sempre grande impacto social. O congresso internacional, que decorrerá no próximo ano, irá receber contributos

de personalidades e especialistas de Portugal, Inglaterra e Austrália (já confirmados), quer da área das Ciências Médicas, das Ciências Farmacêuticas, quer da História e História da Medicina. Está ainda prevista a apresentação de dois livros que resultaram de investigações e pesquisa de vários cientistas que irão marcar presença neste congresso.

Coimbra, 30 de novembro de 2021

“Congresso terá como objetivo abrir um espaço de reflexão sobre a utilidade das experiências e ensinamentos do passado, tendo em conta que todas as crises sanitárias tiveram sempre grande impacto social”

O seu mundo não perde o ritmo

Receba um subsídio diário desde o 1.º dia em que não possa trabalhar por infeção ou isolamento profilático por Covid-19.

ageas.pt

seguro
ritmo 
vida

ageas[®]
seguros

Ageas Portugal, Companhia de Seguros de Vida, S.A. Sede: Edifício Ageas, Av. do Mediterrâneo, 1, Parque das Nações, Apart. 8063, 1801-812 Lisboa, Tel. 21 350 6100. Matrícula / Pessoa Coletiva N.º 502 220 473. Conservatória de Registo Comercial de Lisboa. Capital Social 10.000.000 Euros.

PUB. (04/2021). Não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida. Existem exclusões previstas na apólice. Campanha exclusiva para membros das Ordens Profissionais com protocolo com a Ageas Seguros e suas famílias, no seguro de vida, Ritmo Vida Profissional, com data de início entre 1 de outubro e 31 de dezembro de 2021, na opção Top na cobertura de Incapacidade Total Temporária para o Trabalho, para pagamentos anuais ou semestrais. A incapacidade para o trabalho tem de ser declarada pela Autoridade de Saúde competente.

Exclusivo a membros da Ordem dos Médicos

Lazer

Aqua Village Health Resort & SPA

www.aquavillage.pt

- Desconto de 10% em serviços no Hotel.
- Desconto de 10% na tarifa de alojamento no Hotel.

Avenida Boutique Hotel

www.avenidaboutiquehotel.pt

Aplicação de tarifas especiais:

- Setembro: 52 euros (single); 60 euros (duplo/twin).
- De outubro a dezembro: 48 euros (single); 58 euros (duplo/twin).

Aplicável em reservas de alojamento com pequeno-almoço para reservas feitas diretamente com o hotel, por telefone (232 423 432/ 934 782 328) ou por email (reservas@avenidaboutiquehotel.pt).

Não acumulável com outras promoções ou campanhas; sujeito a disponibilidade e marcação prévia.

Be live Hotels

www.belivehotels.com

reservas.online@belivehotels.com

- Tarifas especiais para os associados da Ordem dos Médicos em processo de atualização.

Belver Hotels

www.belverhotels.com

- Desconto de 20% para membros e associados, em todos os hotéis do grupo.

Casa da Nora

<http://casadanora.com/>

- Desconto de 15% face ao melhor preço disponível ao balcão para estadia na Unidade Hoteleira aderente, em todas as categorias de quarto existentes.
- Desconto de 10% no restaurante, sobre o total da conta.

A Casa da Nora pode solicitar a apresentação da respetiva Cédula Profissional e Cartão de Cidadão para ativação das condições do protocolo.

Casa de São Bento

www.casadesaobento.com

www.casadecoimbra.com

www.casadapracacoimbra.com

- Desconto de 10% direto e imediato em todas as reservas efetuadas pela SRCOM em: Casa de São Bento, Casa da Sé Cathedral Suites, Casa da Praça Square Suites).

Casas da Vidigueira

www.casasdavidigueira.com

facebook.com/casasdavidigueira

- 10% de desconto sobre os valores definidos.
- Acesso a condições especiais junto dos nossos parceiros (Adega Cooperativa da Vidigueira, Câmara Municipal da Vidigueira, Emotion Portugal, Quinta do Quetzal, Alquevatours, Morais Rocha Wines, Quinta do Carmo, Gerações da Talha, entre outras) seja na compra de bens ou serviços.

Duecitânia Design Hotel

<http://www.duecitania.pt/hotel-overviewhtml>

- Cedência de sala de reunião com utilização gratuita – exclusivo para Conselho Regional do Centro.
- Desconto de 10% na melhor tarifa disponível (exceto épocas festivas, mediante reserva antecipada. Inclui pequeno-almoço buffet e acesso livre ao circuito de SPA).
- Desconto de 5% sobre os preços de comidas e bebidas propostos, em serviços de banquetes, para um mínimo de 20 pessoas.
- Desconto de 10% em todas as massagens e tratamentos.

BENEFÍCIOS SOCIAIS

- Descontos de 10% na carta de restaurante e bar.
- Descontos de 10% em pacotes especiais disponíveis no site do hotel.

Fátima Hotels Group

www.fatima-hotels.com

- Desconto de 10% (aplicado sobre a tarifa PVP apresentada em www.fatima-hotels.com) em todas as reservas de alojamento realizadas através do website www.fatima-hotels.com, nos hotéis representados (com a exceção do Luz Charming Houses).

O desconto é calculado sobre os preços em vigor no website www.fatima-hotels.com, PVP, somente para alojamento, e terá por base a disponibilidade apresentada no ato da reserva no website. Para usufruir deste desconto, nas condições ora estabelecidas, os utilizadores devem visitar o website www.fatima-hotels.com e introduzir o código promocional ORDEM MED no motor de reservas, para verificar a disponibilidade e obter o preço final com o desconto aplicado (não disponível para o Luz Charming Houses), e exibir na chegada ao hotel: As cédulas profissionais, no caso das/dos médicas/médicos inscritas/os pela Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; e os cartões oficiais de funcionários da Ordem dos Médicos, no caso de funcionárias/os da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; os restantes utilizadores (os familiares diretos dos beneficiários principais) deverão exibir declaração emitida e assinada pelo beneficiário com o qual têm a relação mencionada na cláusula segunda, acompanhada de cópia do documento identificador do seu subscritor.

Hotéis Alexandre de Almeida

<https://www.almeidahotels.pt/>

- **Palace Hotel do Bussaco**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.
- **Palace Hotel da Curia**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.
- **Hotel Astória Coimbra**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.
- **Hotel Metrópole Lisboa**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.
- **Hotel Jerónimos 8 Lisboa**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.
- **Hotel Praia Mar Carcavelos**
 - 10% Sobre a melhor tarifa disponível online.

Condições Gerais:

Todos os associados da Ordem dos Médicos terão uma redução de 10% sobre a B.A.R. (Best Available Rate — melhor tarifa disponível para o dia) em qualquer um dos hotéis do grupo no regime de alojamento e pequeno-almoço. Chamamos a vossa especial atenção, que esta redução não se aplica às tarifas N.R. (non refundable – tarifas não reembolsáveis) em qualquer tipologia de quartos e em qualquer hotel do Grupo Alexandre de Almeida. O presente acordo não garante disponibilidade. Todos os pedidos de reserva são sempre de acordo com disponibilidade e são válidas para reservas individuais (até 4 quartos). Os associados da Ordem dos Médicos poderão usufruir destas reduções de tarifas aplicando-se, neste caso, o pagamento direto em cada hotel. Esta redução de tarifa não é acumulável com outras ofertas e promoções. O horário de check in será a partir das 15 horas e o check out até às 12 horas (meio-dia); Excluem-se esta redução de tarifa para qualquer tipo de evento como congressos e reuniões locais, sendo que, nestes casos, as tarifas serão de acordo com a disponibilidade; Taxa municipal

não incluída (atualmente, 2018 em Lisboa 1€ por pessoa por noite – máximo 7€ – a pagar diretamente nos hotéis).

Hotel D. Luís

www.hoteldluis.pt
geral@hoteldluis.pt

- 10% de desconto sobre as tarifas de Bar.

Hotel Ibn-Arrik

<https://www.ibn-arrik.pt/>

- 10% de desconto (sobre preços tabela em vigor) — Alojamento com pequeno-almoço.

Hotel Ílhavo Plaza & Spa

www.hotelilhavoplaza.com
www.facebook.com/hotelilhavoplaza

- Quarto Single: 64,00€/noite.
- Quarto Duplo: 74,00€/noite.
- Menu Especial para EMPRESA: 13€ (Menu com entradas, sopa, prato de carne ou peixe, sobremesa e 1 bebida).
- Desconto de 10% nas primeiras 3 noites.
- Suplemento Quarto Superior com hidromassagem: 10€/noite.
- Suplemento Suite Deluxe: 20€/noite.

O valor inclui:

- Pequeno-almoço buffet entre as 7h00 e as 11h00; - Livre acesso ao spa com piscina interior aquecida, jacuzzi, banho turco e sauna, bem como ao ginásio “Golden Club”; - Acesso à piscina exterior; - Wi-fi gratuito em todos os quartos e áreas comuns; - Parque de estacionamento coberto (mediante disponibilidade).

Hotel Quinta das Lágrimas

www.quintadaslagrimas.pt

- 20% de desconto no alojamento, sobre a tarifa “especial online” disponível no site do Hotel (não aplicável às tarifas Be Our Guest, Não reembolsáveis ou Pacotes).
- 20% de desconto nos bares e restaurantes do Hotel.
- 30% de desconto em tratamentos no SPA (Vilalara Resort exclui tratamentos Longevity e Thalassa). Cortesia de água no quarto no dia da chegada.

Acesso gratuito à Internet (Wi-Fi no quarto e lobby do hotel; Parqueamento privado gratuito (sujeito a disponibilidade); Acesso gratuito às piscinas do hotel e às facilidades de health club disponíveis; Early Check-in sob pedido e sujeito a confirmação de disponibilidade; Late Check-out até às 16h (sujeito a disponibilidade).

Hotel Solar do Rebolo (Oliveira do Hospital)

www.solardorebolo.pt

- 20% de desconto para alojamento de duas pessoas, em quarto duplo ou twin/noite*.
- 25% de desconto para alojamento individual, em quarto duplo ou twin/noite*.

*descontos aplicáveis à tarifa em vigor no momento da reserva (não acumulável com outras promoções).

Just Stay Hotels

www.stayhotels.pt

pt-pt.facebook.com/stayhotels

A Just Stay explora as seguintes unidades hoteleiras:

Stay Hotel Torres Vedras Centro

Praça 25 de Abril, nº17, 2560-285 Torres Vedras.

Stay Hotel Faro Centro

Rua de Portugal, nº 17, 8000-281 Faro.

Stay Hotel Évora Centro

Travessa da Milheira, nº 19, 7000-545 Évora.

Stay Hotel Lisboa Centro Saldanha

Rua Gomes Freire, nº 130, 1150-180 Lisboa.

Stay Hotel Coimbra Centro

Rua Fernão de Magalhães, nº199, 3000-176 Coimbra.

Stay Hotel Guimarães Centro

Avenida D. João IV, nº 631, 4810-532 Guimarães.

Stay Hotel Porto Centro Trindade

Rua Gonçalo Cristóvão, nº 111 4100-408 Porto.

Grande Hotel De Paris

Rua da Fábrica nº 27 4050-247 Porto.

Stay Hotel Lisboa Centro Chiado,

Rua do Crucifixo, nº 57

1100-184 Lisboa.

Stay Hotel Porto Aeroporto,

Rua de Vasconcelos Costa, 466 4470-640 Maia.

- Desconto de 10% sobre a tarifa de venda ao público (Best Available Rate – BAR) dos quartos disponíveis nos Hotéis.

Luna Hotels & Resorts

www.lunahoteis.com

- Desconto 15% sobre a tarifa publicada em www.lunahoteis.com.

As reservas deverão ser efetuadas diretamente pelo Associado no site www.lunahoteis.com introduzindo o promocode SRCOM21.

Salvo indicação prévia por escrito, as reservas serão garantidas até às 19h00 do dia da chegada. Após esta hora o(s) quarto(s) reservado(s) poderão ser disponibilizados pelo hotel.

Check-in: 15h00 | Check-Out: 12h00

ORYZA Guest House & Suites

www.facebook.com/OryzaGuestHouse

- Redução efetiva de 10% sobre o preço online praticado nas plataformas de reservas de alojamento, já com IVA incluído – em regime de pequeno - almoço incluído considerando períodos de permanência até 2 noites.
- Redução efetiva de 15% sobre o preço online praticado nas plataformas de reservas de alojamento, já com IVA incluído – em regime de pequeno-almoço incluído, considerando períodos de permanência acima de 2 noites.

O alojamento de crianças até aos três anos não acarreta qualquer custo às tarifas apresentadas nas alíneas anteriores. A aceitação de qualquer reserva está sempre condicionada à tipologia e respetiva disponibilidade para as datas pretendidas. Após prévia verificação da disponibilidade, a reserva só se encontra garantida mediante a realização de uma transferência bancária no valor total da tarifa aplicável e envio do respetivo comprovativo. Segundo a política de cancelamento em vigor, aceitam-se cancelamentos com valores reembolsáveis na sua totalidade, até um período máximo de 7 dias anteriores à data referente à reserva. Em datas posteriores, não se efetua qualquer reembolso.

BENEFÍCIOS SOCIAIS

As condições do alojamento permitem aos hóspedes a confeção de refeições, e/ou solicitar encomendas take-away, dispondo de uma estrutura para o efeito, devidamente equipada e mobilada. Condições atribuídas mediante apresentação de cartão de membro da Ordem dos Médicos.

Penha Longa Resort

www.penalonga.com

www.ritzcarlton.com/PenhaLonga

- Estadia em Quarto Deluxe (de setembro a outubro): 185 euros (individual); 195 euros (duplo).
- Estadia em Quarto Deluxe (Natal & Ano Novo): 15% desconto sobre a melhor tarifa disponível.
- Pequeno-almoço incluído.
- Estacionamento 24 horas.
- Wi-Fi no quarto e áreas públicas do Hotel.
- Check-in antecipado & Check-out tardio mediante disponibilidade do Hotel.
- Acesso ao Wellness Center (2 piscinas exteriores; 1 piscina Sauna; Banho Turco; Jacuzzi, Ginásio 24 horas e Sala de Jogos).
- 10 % de desconto em tratamentos de SPA e atividades de Wellness.
- 10 % de desconto em serviços de Golf e e green fees.
- Condições especiais para eventos e reuniões.

Pestana Hotels and Resort

Vantagens aplicáveis ao Cartão Pestana Corporate Elite Plus:

- 15% desconto em estadias via pestana.com e Pestana call center;
- 10% desconto em Bares e Restaurante;

- 15% desconto em tratamentos MagicSpa by Pestana;
- 1 Garrafa de água por noite;
- 30% desconto no Check-in antecipado e 50% desconto no Check-out tardio (mediante disponibilidade);
- Upgrade de quarto gratuito (para a próxima tipologia de quarto e mediante disponibilidade);
- Taxa de entrega de serviço no quarto gratuita;
- 15 pontos ganhos por cada euro gasto (isento de impostos) em reservas efetuadas em pestana.com e Pestana call center;
- Troca de pontos por noites gratuitas ou por uma das nossas tarifas Cash & Points.

NOTAS:

1. As vantagens não se aplicam às Pousadas de Alijó, Bragança, Belmonte, Angra do Heroísmo, Valença e Alvito.
2. Em todas as Marcas Pestana, o protocolo não se aplica a hotéis com tudo Incluído.
3. Não acumula com o desconto de outros cartões PPG / PGC.
4. Para os associados e colaboradores que disponham de um cartão de fidelização Pestana, que não seja o deste protocolo, deverá solicitar o upgrade para o novo cartão Pestana Corporate Elite Plus, para o endereço de email: guest.club@pestana.com. O pedido deverá ser efetuado após inscrição com o novo cartão.

Quinta das Arcas

www.quintadasarcas.com

- 10% de desconto sobre os preços apresentado na loja online.

Savoy Signature

www.savoysignature.com

- Acesso a condições especiais durante a estadia (consultar site da SRCOM).

TRYP Colinado Castelo

www.trypcolinacastelo.com

- Oferta de descontos especiais (sobre os preços de balcão).

TRYP Coimbra

www.trypcoimbra.com

- Oferta de desconto especiais (sobre os preços de balcão).

Vidago Palace Hotel

www.vidagopalace.com

Vidago Palace Hotel | Hotel Histórico de Luxo, Golf e Spa Termal | Água de Vidago - Vidago Palace

Considerado um dos mais famosos hotéis históricos de luxo em Portugal, o Vidago Palace é imponente mas convidativo, conjugando a grandeza de um palácio com o ambiente acolhedor de uma casa de campo.

- 15% desconto sobre a nossa BAR (Best Available Rate) em estadias durante o fim de semana.
- 20% desconto sobre a nossa BAR (Best Available Rate) em estadias durante a semana.
- 15% desconto em Tratamentos de Spa marcados antes do Check In (exclui tratamentos termais)
- 5% desconto em consumos de F&B
- 50% desconto na compra de aula de Golf (30€ por 30 minutos)
- 10% desconto em Tours Guiadas

Pedras Salgadas Spa&Nature Park

www.pedrassalgadaspark.com
reservations@pedrassalgadas-park.com

Tarifa preferencial:

- 15% desconto sobre tarifas BAR
- 20% desconto sobre tarifas BAR nas noites de domingo a quinta-feira em época baixa (novembro a fevereiro)

OFERTAS ESPECIAIS

- Desconto de 15% nos tratamentos de SPA

Unlock Boutique Hotels

www.unlockhotels.com

Descontos nos Hotéis

Membros UBH:

- Casa Melo Alvim (Viana do Castelo)
- Monverde Wine Experience Hotel (Amarante)
- Hotel da Estrela (Lisboa)
- Palacete Chafariz D'El Rei (Lisboa)
- The Noble House (Évora)
- Sobreiras Alentejo Country Hotel (Grândola)
- Villa Termal Caldas de Monchique (Algarve) 8% cumulativos com campanhas em vigor em alojamento*; 10% em F&B**; 5% SPA (Monverde Wine Experience Hotel e Villa Termal Caldas de Monchique)***

O cliente deverá mostrar o cartão de associado no momento do check-in. A reserva terá de estar no nome do titular do cartão. Caso o cliente não seja portador do cartão de associado no momento do check-in, ou se a validade do mesmo estiver expirada, o hotel poderá não fazer os descontos acima mencionados, sendo aplicada a tarifa BAR (Best Available Rate) disponível no momento.

* O desconto de 8% em alojamento é cumulativo com todas as campanhas no website da Unlock Boutique Hotels.

Este desconto não é válido para épocas festivas, congressos e eventos, pontes, feriados ou pacotes promocionais.

**O desconto de 10% em F&B é válido em todas as unidades, sempre sujeito a reserva prévia e confirmação de disponibilidade pelo hotel. O desconto será aplicado diretamente no hotel e deve ser pago também diretamente. Não inclui F&B de eventos ou reuniões.

*** O desconto de 5% em SPA é válido apenas no Monverde Wine Experience Hotel e na Villa Termal Caldas de Monchique, durante o período de alojamento. Não é válido para tratamentos termais. O desconto não é cumulativo com outras campanhas em vigor, nomeadamente a promoção da massagem do mês. Aplicado diretamente no hotel.

Malo Clinic S.A.

<https://maloclinics.com/malo-clinic>

• 100% de desconto em Consulta de Avaliação:

- Plano de tratamento, status radiográfico sem incluir TAC e orçamento.

• 15% de desconto em Cirurgia Oral:

- Implantes, extrações, etc.
 - Odontopediatria.

• 10% de desconto em Dentisteria:

- Tratamento de cáries ou substituição de restaurações,
 - Endodontia: desvitalizações, etc.
 - Prótese Fixa: coroas, pontes, etc.
 - Prótese Removível: próteses esqueléticas, etc.
 - Ortodontia: aparelhos dentários, etc.
 - Imagiologia: TAC, Rx panorâmico.
 - Higiene Oral.

As condições ora fixadas aplicam-se:

a) Aos médicos inscritos na Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos e seus agregados familiares (cônjuges/unidos de facto e descendentes em primeiro grau); b) Aos funcionários e colaboradores da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos e seus agregados familiares (cônjuges/unidos de facto e descendentes em primeiro grau).

Faculdades do Corpo

www.faculdadesdocorpo.com
faculdadesdocorpo@gmail.com

- Ao realizar um contrato mensal, sem qualquer fidelização, horário integral (7h00 às 21h30), em regime de livre acesso, poderá beneficiar: Valor: 40€.
- Ao realizar um contrato mensal, casal, sem qualquer fidelização, horário integral (7h00 às 21h30), em regime de livre acesso, poderá beneficiar: Valor: 70€.
- Ao realizar um Pack Família, pai, mãe e filhos; avô, avó e netos, sem qualquer fidelização, horário integral (7h00 às 21h30), em regime de livre acesso: Valor: 99€.

Generation Fit

www.generationfitcenter.pt

- Desconto de 10% na mensalidade + 10% no caso de débito direto em contratos com fidelização.
- Isenção de jóia de inscrição durante o mês de maio, junho e julho. Desconto de 50% nos restantes meses do ano.
- Extensível a familiares em 1º grau.

Good Fit

www.goodfit.pt

- 10% desconto nas mensalidades de utilização do Health Club em regime de livre acesso, 2 ou 7 vezes por semana.
- 10% desconto nas mensalidades das aulas de natação para crianças (3 -12 anos) 2 vezes por semana.
- 10% desconto nas mensalidades das aulas de natação para adultos (+ 18 anos), 2 vezes por semana.

BENEFÍCIOS SOCIAIS

- Utilização gratuita da sauna, banho turco e jacuzzi.
- Oferta do valor da inscrição (jóia) no Health Club.
- Oferta do Plano de Treino inicial.
- Oferta do primeiro Aconselhamento Nutricional.
- Oferta da 1ª entrada.

Grupo Concept

<https://parcerias.grupoconcept.com/>

DepilConcept

www.depilconcept.pt

- 20% desconto em Packs e Depilação Permanente.
- 10% desconto em serviços de Beleza¹.

¹Outros Serviços DepilConcept: Depilação com cera, Depilação com Linha, Micropigmentação, Extensão, Permanente e Pintura de Pestanas, Alisamento de Sobrancelhas. (Mediante disponibilidade dos serviços nas clínicas).

BodyConcept

www.bodyconcept.pt

- 25% de desconto em Packs de Tratamentos Personalizados¹:

¹Tratamentos Personalizados

Lipo-Escultura; Radiofrequência Rosto; Endomassagem; Lipo-stop; Mesoterapia; Peeling Ultrassónico; Bodywave; Microdermoabrasão; Bodyfit.

- 25 % de desconto em Ginásio da Estética² (trimestral, semestral ou anual).

²**Ginásio Da Estética:** Termolipólise; Ginástica Passiva; Crioterapia; Pressoterapia; Termoterapia; Máscaras Faciais; Lifting Facial.

- 10% de desconto em Serviços de Beleza³.

³**Serviços de Beleza:** Massagens; Depilação a cera; Permanente e Pintura de Pestanas; Limpeza de Pele Ultrassónica; Exfoliação Corporal

Happy Body

www.facebook.com/happybodycoimbra

- Adesão Semestral: 25% de desconto na mensalidade.
- Adesão Anual: 28% de desconto na mensalidade.
- Inscrição inicial: 34% de desconto.
- Fress Pass.
- Special Price Family.
- Special Offers.
- Acompanhamento qualificado e contínuo.

Holmes Place

www.holmesplace.com

- Inscrição inicial: 25€.
- Adesão Flexi: 59.10€ (vs 71,90€ s/ protocolo).
- Adesão Club: 55.90€ (vs 63,40€ s/ protocolo).

Ilídio Design Cabeleireiros

www.ilidiodesign.pt

- 10% de desconto em serviços (exceto serviços técnicos e de coloração).

Phive - Health & Fitness Centers

geral@phive.org

Condições especiais na adesão aos clubes phive.

Seguros

Ageas

www.ageas.pt

- Seguro de responsabilidade civil para todos os associados da Ordem dos Médicos (OM).
- Oferta de vantagens noutros seguros para os associados da OM.

AVIS

www.avis.com.pt

- 10% de desconto sobre a melhor tarifa online diária.
- 15% de desconto sobre a melhor tarifa online de fim de semana.

Bancos

Banco de Investimento Global — BiG

www.big.pt

- Os membros da Ordem dos Médicos, ao abrigo do protocolo estabelecido com o BiG, beneficiam de condições especiais na utilização dos serviços e produtos do BiG, tanto na sua vertente de serviço personalizado como na vertente online.

Educação

Alliance Française

www.alliancefr.pt

- 10% de desconto em cursos coletivos, para membros e familiares da OM.

Cambridge School

www.cambridge.pt

- Oferta de condições especiais para associados da Ordem dos Médicos.

ISCAC - Business School

www.bs.iscac.pt

- 20% de desconto em cursos não conferentes de grau.

St. Paul's School

www.stpauls.pt

- Oferta da taxa de inscrição no Colégio St. Paul's School (300€).
- Oferta das Taxas de Renovação de Matricula anuais (160€).

Para usufruir deste desconto, nas condições ora estabelecidas, os utilizadores (médicos inscritos na SRCOM e seus familiares diretos — cônjuges/unidos de facto, ascendentes e descendentes em primeiro grau; funcionários e colaboradores da SRCOM e seus familiares diretos) devem identificar-se, manifestar a sua intenção de beneficiar do presente protocolo e exibir: * As suas cédulas profissionais, no caso das/dos médicas/médicos inscritas/os pelo Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; * Os seus cartões oficiais de funcionários da Ordem dos Médicos, no caso de funcionárias/os da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; * Os restantes utilizadores (os familiares diretos dos beneficiários principais) deverão exibir declaração colaboradores da SRCOM e seus familiares diretos) devem identificar-se, manifestar a sua intenção de beneficiar do presente protocolo e exibir: * As suas cédulas profissionais, no caso das/dos médicas/médicos inscritas/os pelo Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; * Os seus cartões oficiais de funcionários da Ordem dos Médicos, no caso de funcionárias/os da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos; * Os restantes utilizadores (os familiares diretos dos beneficiários principais) deverão exibir declaração

emitida e assinada pelo beneficiário com o qual têm a relação mencionada na cláusula segunda, acompanhada de cópia do documento identificador do seu subscritor.

Artes

Academia de Música de Coimbra

<http://academiademusica.net/>

- Uma aula de instrumento à escolha para novos alunos gratuita.
- Desconto de 20% sobre o valor da matrícula anual (exceto se for efetuado o pagamento de anuidade nos termos do número seguinte).
- Desconto de 5% sobre o pagamento da anuidade de frequência letiva (exclui-se o número anterior).

DNA - Dance N' Arts School

www.dnaschool.pt

- Desconto de 25% na taxa de inscrição anual.

Redução acumulável com quaisquer outras ofertas, promoções ou vantagens disponibilizadas pela DNA - Dance N' Arts School e ao longo de cada ano letivo (como reduções nos custos de cursos, workshops e outras ações de formação, reduções no valor das mensalidades nas situação de alunos que praticam mais de uma atividade, ou quando familiares diretos se encontram igualmente inscritos na Escola). Redução não acumulável com quaisquer outras reduções que incidam sobre a taxa de inscrição anual.

Fado ao Centro

www.fadoaocentro.com

- Oferta de um bilhete na compra de outro para um espetáculo

do Fado ao Centro, mediante apresentação do cartão de associado da Ordem.

Teatro

www.oteatro.com

- Desconto de 25% aos filhos dos médicos inscritos na SRCOM para formação na área do Teatro e da Expressão Dramática, bem como nos Workshops de Natal, Páscoa e Verão de acordo com a disponibilidade e a programação previstas pelo Teatro.
- Oferta de 5 bilhetes duplos aos associados da SRCOM.
- Desconto de 30% sobre o bilhete normal nos espetáculos produzidos pelo Teatro.

Turismo

Bestravel

www.bestravel.pt
coimbra@besttravel.pt

- 5% de desconto no valor base.

CP

www.cp.pt

- Desconto de 15% em bilhetes em 1ª classe, adquiridos pelas vias normais (bilheteira, internet, máquinas de venda automática), mediante indicação do código promocional (código 29157).

Para o efeito, o médico deverá apresentar nas bilheteiras a cédula profissional válida. Independentemente de qualquer protocolo, se adquirir o bilhete com um mínimo de 5 dias de antecedência pode beneficiar de um desconto de 40% nos bilhetes para intercidades e alfa pendular.

BENEFÍCIOS SOCIAIS

Servicos

Móveis Jota Barbosa

<https://jotabarbosa.com/>

- Desconto de 10% em toda a gama de mobiliário e decoração, não acumulável com outras campanhas existentes.
- Descontos de até 50% numa seleção “Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos”.
- Serviço de consultoria em design para os seus colaboradores com preços especiais (deduzido no ato de compra – de acordo com as condições atuais).

Concessionários e Serviços auto

Genérico Auto

www.genericoauto.com

Descontos:

- Material de Travagem – 55%
- Material de Embraiagem – 55%
- Material de Motor – 55%
- Material do Sistema de Alimentação – 55%
- Material de Suspensão e Direção – 55%
- Material de Transmissão – 55%
- Material de Segurança – 55%
- Material Elétrico – 55%
- Material de Ignição – 55%
- Material de Carroçaria, líquidos, acessórios – 45%
- Ferramentas – 35%

NOTA: Estão excluídas destes descontos peças originais. Para acederem aos descontos previstos, os beneficiários devem fazer prova do seu vínculo à SRCOM.

Mazda

www.mazda.pt

- Oferta de condições especiais na aquisição de viaturas, bastando para isso dirigir-se a um concessionário e apresentar o cartão da Ordem dos Médicos.

Turiscar

www.turiscar.pt

- Todos os colaboradores e médicos inscritos na Ordem e seus familiares, ascendentes e descendentes em primeiro grau e cônjuges, usufruem de 30% de desconto em alugueres de qualquer viatura independentemente do segmento e duração do mesmo mediante apresentação do cartão de associado da Ordem dos Médicos.

O valor é calculado tendo por base a tabela de preços para o público em geral (afixada em local visível em todos os Balcões da Turiscar).

Livrarias

LIDEL

www.lidel.pt

- Desconto de 10% e 20% (conforme a Lei do Preço Fixo) em compras de livros das edições LIDEL, realizadas diretamente na livraria em Lisboa (Av. Praia da Vitória, nº 14-A, 1000-247 Lisboa) ou através do email livraria@lidel.pt (válido para encomendas pré-pagas por transferência bancária).

Impressão

360 imprimir

www.360imprimir.pt

- 250 cartões de visita gratuitos.
- 500 flyers gratuitos.
- 1 carimbo gratuito.
- 20% de desconto direto em todos os produtos publicitados no site da 360imprimir.

O acesso aos benefícios elencados no número 1 da presente cláusula dependem da utilização de um código voucher específico a ser entregue pelo Segundo Outorgante.

* A SRCOM não tem qualquer intervenção na ativação dos protocolos, devendo a mesma ser tratada entre os médicos e os nossos parceiros.

Haverá outra hipótese?

Tivemos, um dia destes, um brinde obstétrico que nos foi oferecido por uma jovem senhora, moderna como ninguém, toda virada “para a frente”, brinde esse que, a repetir-se, irá com certeza dar novo rumo à vigilância do trabalho de parto no futuro.

Bastou uma pequena Rosa de Jericó para compreendermos que toques vaginais, para a avaliação da progressão do trabalho de parto, são pura perda de tempo. Tudo começou quando esta jovem senhora deu entrada na Maternidade em início de trabalho de parto e nos pediu licença para ser acompanhada, não pelo seu marido, como era de esperar, mas pela sua Rosa de Jericó.

Se não conhecem esta Rosa, o que é provável, nós também não conhecíamos. Esclareço que é uma florzinha seca, fechada, misteriosa, que, colocada em água logo que a grávida inicie o trabalho de parto, vai abrindo lentamente, como por solidariedade, sempre acompanhando a dilatação do colo do útero, transmitindo, momento a momento, até desabrochar completamente na altura do parto, a informação preciosa que responde à habitual pergunta...quanto falta?

Claro que se não víssemos não acreditávamos... nós vimos. A Rosa de Jericó completamente desabrochada e o parto dado!

Mas há mulheres que serão sempre uma caixinha de surpresas... como não bastasse a Rosa de Jericó para mudar a condução obstétrica, veio a seguir, como complemento, um novo contraceptivo para pôr de parte todos os progressos do Planeamento Familiar.

Essa mesma moderna deixou-nos também, na consulta de revisão pós parto, uma receita de sua mãe (infalível na contracepção), que transcrevo.



Ilustração por José Pio Abreu
Professor Catedrático de Psiquiatria jubilado da Universidade de Coimbra

Receita:

- 1 sabonete de glicerina
- Manteiga de cacau quanto baste
- 1 copo de água

Vai ao lume ferver. Vira-se então num tabuleiro pouco fundo e deixa-se esfriar para conservar no frigorífico. Sempre que necessário, corta-se um pequeno pedaço que, introduzido bem fundo na vagina, será eficientíssimo.

Como?!

Talvez porque a manteiga de cacau ao derreter tornará o piso escorregadio... e o espermatozóide derrapa, vai de trambolhão em trambolhão, traumatiza a cabeça... e só cauda não fecunda.

Haverá outra hipótese?

Teresa de Sousa Fernandes

Médica obstetra e fundadora da Sociedade Portuguesa de Contracepção.

* A autora escreve segundo o antigo acordo ortográfico



SRCOM

SECÇÃO REGIONAL DO CENTRO
DA ORDEM DOS MÉDICOS



FORMAÇÕES SRCOM 2022



Inscreva-se em

<https://formacaosrcom.moqi.pt/>

Avenida Afonso Henriques, 39
3000-011 Coimbra

T . 239 792 920

www.omcentro.com



www.facebook.com/seccaocentroordemdemedicos



www.twitter.com/OM_SRC



www.youtube.com/user/SRCOMCOIMBRA