

HDMA TORNA-SE REFERÊNCIA NO TRATAMENTO DE CATARATAS

pag. 3



HDMA CELEBRA ACORDO COM ZURICH SEGUROS PARA ACIDENTES DE TRABALHO

pag. 4

Ciência e inovação
marcam 2.ª edição
das Jornadas da
Nutrição do HDMA

pag. 6

Aldeia da Alimentação
Saudável foi um
sucesso

pag. 7

SIP na vanguarda
da prestação de
serviços de apoio
domiciliário

pag. 8

Bispo de Leiria
D. António Marto
nomeado cardeal

pag. 11

SEPITRA
COMERCIO DE MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS DE LIMPEZA
Estrada Principal - Armazém n.º 3 - Cascaria
2405-010 Maceira-Leiria

Sepitra Health Care
• Inovação • Cultura • Organização • Redução de custos
Permite o cálculo PREVENTIVO do
"CUSTO M2/CUSTO UTENTE" de Máquinas,
Equipamentos e Detergentes
Controla os consumos dos detergentes concentrados
através do Telemóvel e de uma Plataforma Web
www.sepitra.com

ARTIFOFO
Equipamentos Hospitalares & Farmacêuticos, Lda.
Pousos - Leiria 244 801 826

espaço saúde
equipamento médico e ortopédico
Geriatric | Ortopedia | Farmácia | Hospitalar



EDITORIAL

Ao terminar o terceiro ano do mandato da atual Mesa Administrativa importa fazer um breve balanço do nosso contributo para a Misericórdia de Leiria. Iniciámos um mandato com a imagem da Instituição muito debilitada fruto das dificuldades financeiras que se vinham a degradar de forma significativa nos últimos tempos. Colocar as contas em dia foi o primeiro grande desafio. Nos dois primeiros anos introduzimos um conjunto de alterações organizacionais indispensáveis para a necessária mudança de rumo da Instituição. Podemos afirmar que 2018, foi o ano de reforço da estratégia definida, mas também o ano de preparação para o futuro. Entre muitas alterações destaco a forma de envolver os colaboradores através do orçamento participativo em que todos se comprometem com os objectivos acordados. Estamos em vésperas de apresentar o orçamento e plano de atividades para 2019 com o contributo e participação de todos. Importante lembrar que "Gerir melhor para Apoiar mais" é o lema que resume a nossa estratégia para a Santa Casa da Misericórdia de Leiria. Hoje é indiscutível a forma como a Santa Casa da Misericórdia de Leiria se afirmou junto da comunidade. Credibilizámos a Instituição, abrimos a Instituição à nossa comunidade que confia muito mais nos serviços que diariamente colocamos ao dispor da população. Colocámos muito mais e melhores serviços, especialmente "à medida" das necessidades de cada um, mais personalizado. Gerir melhor, permitiu que em 2018, que pela primeira na história da Instituição, o Hospital D Manuel de Aguiar deixou de ser o grande consumidor dos recursos da Instituição e começou a obter resultados positivos. Estamos desta forma a conseguir cuidar mais e melhor de quem mais precisa, através de diversas respostas sociais que disponibilizamos. Mas queremos ir muito mais longe, na qualidade e na quantidade dos serviços prestados. Gerir melhor, significa estamos preparados e sobretudo capacitados para abraçar novos desafios e concretizar velhas ambições, como por exemplo, a necessária requalificação do Lar Nossa Senhora da Encarnação. Este é agora o grande desafio. Em 2018, concretizámos dois aspetos essenciais, por um lado, elaborámos

a candidatura ao Portugal 2020, com o objetivo de obtermos financiamento comunitário para a obra, sobre a qual aguardamos decisão dos órgãos competentes, por outro lado, foram elaborados os diversos projetos de arquitetura e especialidade que permitirão avançar, após obtenção de financiamento, com o concurso para a elaboração da obra. Paralelamente estamos a trabalhar numa solução, que permita à Instituição avançar para a globalidade da obra, pois, mesmo que a candidatura ao Portugal 2020 seja aprovada, o montante destinado para a intervenção neste apoio comunitário é insuficiente. É um projeto ambicioso que necessita de apoio de todos, mas tem necessariamente que ser executado. Deixo desde já o desafio para todos os que puderem pessoalmente ou através de empresas participar nesta grande obra de requalificação num equipamento da maior importância para a nossa comunidade. Gerir melhor, significa, também, mudar procedimentos, implementar novas metodologias de trabalho, profissionalizar a gestão, aumentar o rigor e o brio profissional, quebrar rotinas, implementar mudanças difíceis. Os dois primeiros anos foram os anos chave para estas mudanças, mas importa referir que qualquer organização que se queira moderna e preparada para enfrentar com sucesso os desafios do futuro, tem de ter em conta a implementação de processos de mudança constantes. Não vamos permitir estagnação, queremos e vamos estar de forma permanente a ir ao encontro dos anseios e exigências dos nossos utentes e da população em geral. Tudo isto para Apoiar mais. É esta a essência da nossa Instituição. Na próxima Assembleia Geral, do dia 24 de Novembro, vamos apresentar à Irmãdade, o Plano de Atividades e Orçamento para 2019, documento que irá evidenciar a dinâmica que estamos a imprimir na Santa Casa da Misericórdia de Leiria, e para a qual desafiamos toda a comunidade de Leiria a participar. Precisamos da contribuição de ideias de todos para melhor podermos servir a comunidade. Contamos consigo, venha daí.

Carlos Poço
Provedor

ASSEMBLEIA GERAL ANALISA PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO PARA 2019

A Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Leiria, apresenta à Assembleia Geral, a realizar-se no próximo dia 24 de Novembro, o Plano de Atividades e Orçamento para 2019.

O Provedor, Eng. Carlos Poço, refere que "o plano de atividades e orçamento para 2019 que vamos apresentar na próxima Assembleia Geral, reforça toda a dinâmica de mudança que tem vindo a ser implementada. Estamos numa fase de consolidação das mudanças implementadas, os resultados alcançados reforçam que estamos no caminho certo".

O documento que irá ser apresentado na Assembleia, resulta também de uma mudança de paradigma da Instituição, "este é um compromisso para 2019 de todos, não é só da Mesa Administrativa", o Provedor evidencia desta forma o fato do Plano de Atividades e Orçamento para 2019 resultar de uma participação alargada das diversas chefias da Instituição, "desde o início deste man-

dato existe a construção de um orçamento participativo, todas as chefias das diversas valências deram contributos para a construção do documento, temos a certeza, que com mais participação, maior envolvimento e com a existência de um compromisso de todos, atingimos melhores resultados, ou seja, prestamos um melhor apoio e serviço à comunidade em geral".



CONSELHO FISCAL ANALISA EVOLUÇÃO ECONÓMICA DA INSTITUIÇÃO

Reuniu no passado dia 19 de Outubro o Conselho Fiscal da Santa Casa da Misericórdia de Leiria, órgão composto pelo Dr. Carlos Magalhães de Carvalho, Dr. António Faria Lopes e Dr. Arnaldo Gama. Marcaram presença nesta reunião, por convite do Conselho Fiscal, o Revisor Oficial de Contas, Dr. Paulo Braz, o Provedor da Misericórdia, Eng. Carlos Poço, e o Dr. João Teixeira Leite, Administrador da Instituição.

Esta reunião teve como objetivo avaliar a evolução do 1º semestre de 2018 na Instituição, cumprindo assim o objetivo do Conselho Fiscal de monitorizar a situação económica e financeira da Santa Casa.

Os membros do Conselho Fiscal procederam à análise dos documentos emitidos pelo Revisor Oficial de Contas, nomeadamente, informação sobre a evolução da entidade no 1º

semestre de 2018, tendo sido prestado, por parte dos restantes elementos presentes, os esclarecimentos e informações necessárias à correta leitura dos aludidos documentos

Da análise conjunta apresentada, concluiu-se que a situação económica e financeira da SCML evoluiu de forma positiva, desde 31.12.2017 e o final do 1º semestre de 2018, sendo os resultados líquidos positivos, bem como o rácio de autonomia financeira melhorou.



FICHA TÉCNICA

HDMA TORNA-SE REFERÊNCIA NO TRATAMENTO DE CATARATAS



No espírito da contínua e progressiva melhoria de prestação de cuidados de saúde, o HDMA orgulha-se de divulgar que, na sequência dos diversos investimentos a nível de infraestruturas e equipamentos, está efetuar com sucesso diversos tratamentos cirúrgicos de cataratas.

A catarata, que consiste numa opacidade parcial ou total no cristalino do olho, provoca a perda progressiva da visão e é uma das

principais causas de cegueira em todo o mundo, ainda que tratável mediante recurso a uma cirurgia especializada.

Consciente das necessidades dos seus utentes o Hospital D. Manuel de Aguiar reuniu uma equipa multidisciplinar de reconhecida experiência, a nível administrativo e clínico, cuja responsabilidade residirá na prestação de um serviço centrado no utente e estruturado nos princípios do rigor, da segurança e da excelência clínica.

Os utentes têm assim à sua disposição uma sala de bloco operatório, equipada com as mais modernas tecnologias, e um quarto privativo de convalescença em caso de necessidade.

Com esta aposta continuamos a traçar o caminho rumo à excelência na prestação de serviços de saúde especializados e pensados em conformidade com as necessidades dos nossos utentes.

OPINIÃO

Dra. Juliana Yoshimoto
Oftalmologista HDMA

Catarata é o termo usado para qualquer tipo de perda da transparência do cristalino, que é uma lente situada dentro do olho, exatamente posterior à íris. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a catarata é responsável por 47,8% dos casos de cegueira no mundo, acometendo principalmente a população idosa.

A causa mais frequente da catarata é o amadurecimento do cristalino que ocorre pela idade, denominada catarata senil, porém também poderá estar associada a alterações metabólicas que ocorrem em certas doenças sistêmicas, tabagismo, alcoolismo, secundária ao uso de medicamentos (ex: corticoides) ou a trauma ocular. A catarata pode acometer apenas um, ou ambos os olhos, pode estar mais avançada em um dos olhos, pode ser congénita ou adquirida e não é transmissível. Os principais sintomas da catarata são: sensação de visão embaçada, alteração contínua da refração (grau dos óculos), maior sensibilidade à luz, ofuscamento dos reflexos ao redor das luzes e percepção que as cores estão desbotadas.

Não existe tratamento clínico para a catarata e o único tratamento eficaz é a cirurgia, na qual a lente natural opaca é removida e substituída por uma lente artificial transparente, chamada lente intraocular que possibilitará melhor passagem dos estímulos luminosos para o interior do olho. Esse tipo de cirurgia é a cirurgia mais realizada na oftalmologia sendo atualmente usada uma abertura de cerca de 2 milímetros, a catarata é emulsificada (fragmentada) em pequenos pedaços e aspirada por um aparelho chamado facoemulsificador. Trata-se de um procedimento microscópico de alta complexidade, porém seguro, que na maioria dos casos é feito sob anestesia local e dispensa a utilização de suturas pelo pequeno tamanho e arquitetura auto selante da incisão.

Qualquer portador de catarata deve ser submetido a cirurgia desde que tenha sua capacidade visual prejudicada e apresente condições de recuperação pós-cirurgia. O avanço dos equipamentos e das técnicas cirúrgicas associado à habilidade cirúrgica do oftalmologista possibilitaram uma redução no tempo de cirurgia da catarata e tornaram o procedimento mais seguro. Além disso, é fundamental que o doente siga as orientações do seu oftalmologista para minimizar os riscos de complicações pré, intra e pós operatórias.



PUBLICIDADE

HDMA CELEBRA ACORDO COM ZURICH SEGUROS PARA ACIDENTES DE TRABALHO

A Santa Casa da Misericórdia de Leiria anunciou no passado mês de Outubro a recente celebração de um acordo com a Zurich Seguros que permitirá aos sinistrados, em caso de acidente de trabalho, usufruir dos melhores cuidados de saúde prestados pelo Hospital D. Manuel de Aguiar, através de um protocolo pensado e elaborado de acordo com as necessidades dos utentes e da comunidade em geral.

Centrados na excelência do serviço prestado, na inovação e nos valores da ética e do rigor da prática clínica, o HDMA têm ao dispor do utente uma equipa médica de Ortopedia especializada nas várias patologias diferenciadas e vocacionada para a cirurgia ortopédica de inovação bem como para a Orto-traumatologia.

Na sua estrutura organizacional e física o Hospital D. Manuel de Aguiar integra também a Unidade Cirúrgica (UCIR). O bloco operatório dispõe de duas suites operatórias e tem capacidade para realizar procedimentos minimamente invasivos com apoio de vídeo-cirurgia, dispondo para o efeito de equipamentos de última geração para realização de procedimentos vulgarmente conhecidos pela como “cirurgia a laser” ou “operações com furos”.

No Serviço de Reabilitação, com um horário alargado das 8h às 20h, os utentes poderão ainda encontrar serviços de eletroterapia, fototerapia, termoterapia, mesoterapia, massoterapia, cinesioterapia, ventiloterapia, treinos terapêuticos, ensino e treino de doentes, familiares e /ou acom-

panhantes, terapia da fala, terapia ocupacional, reabilitação pós-cirúrgica, reabilitação cardíaca, reabilitação pélvica e reabilitação vestibular. Para a prestação de cuidados de fisioterapia, o HDMA dispõe de duas salas num espaço aberto e funcional, além de salas de hidroterapia com jacuzzi, banheiras, tinas de hidromassagem, termoterapia e múltiplas boxes.

Dispõe ainda o HDMA de um Serviço de Imagiologia equipado com a mais avançada tecnologia, onde os utentes poderão realizar ecografias gerais, estudos endocavitários, estudo ecodoppler dos vários órgãos, estudos de elastografia bem como exames de intervenção, como biópsias e infiltrações músculo-tendinosas e articulares. Os utentes encontrarão ainda o novo TAC mul-

ticorte que, além dos habituais estudos de radiologia e neurorradiologia, permite a realização de colonoscopias virtuais, estudos angiográficos e Dental scans, bem como um mamógrafo, que passou a permitir a realização de mamografia digital e um ortopantomógrafo que assegura um serviço mais seguro aos médicos dentistas.

Através do protocolo com o IMI o Hospital D. Manuel de Aguiar fornece ainda a resposta necessária à comunidade no âmbito das ressonâncias magnéticas.

A Santa Casa da Misericórdia de Leiria orgulha-se de continuar a impulsionar o crescimento através da inovação, para propor as melhores soluções aos seus utentes.

PUBLICIDADE



Acidentes de trabalho AGORA, ACORDO COM:



Para mais informações:

☎ 244 106 201

www.misericordiadeleiria.pt

OPINIÃO Dr. João Filipe Sousa Especialista em Psicologia



A psicologia, é talvez, a mais das incompreendidas das ciências, levando a haver uma série de mal-entendidos, no entanto, a psicologia desempenha cada vez mais um papel preponderante numa sociedade contemporânea e em evolução constante. Na verdade, onde está o homem, está a psicologia, sendo esta uma ciência que estuda as emoções, percepções, sensações, pensamentos, processos mentais e comportamento humano.

Ir a uma consulta de psicologia, nem sempre é uma decisão fácil. Ainda há o estigma que ir a um psicólogo(a) é para quem não “está bom da cabeça”, que é sinal de fraqueza ou que é apenas para conversar e que para tal basta um amigo.

O psicólogo(a) é um profissional que estuda o psiquismo humano, e que mais do que ouvir, leva a pessoa a refletir sobre o seu mundo interior, a forma como se relaciona com os outros e como olha para o mundo exterior. Deste modo, vai procurar ajudar a pessoa, a transformar a sua forma de pensar, a compreender-se melhor a si mesmo e aos outros, para que consiga ultrapassar os seus receios e dificuldades.

O autoconhecimento é fundamental para a pessoa. Estar ciente de si mesmo leva o indivíduo a conhecer os seus pontos fortes e fragilidades podendo assim, prever e controlar o seu comportamento.

«JORNADAS DA SAÚDE HDMA» REÚNE MAIS DE UMA CENTENA DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Teve lugar esta segunda-feira, dia 28, no Teatro Miguel Franco, a 4ª edição das Jornadas da Saúde, sob o tema «Prevenção em Medicina». Este evento contou com a presença de mais de uma centena de profissionais de saúde e dezenas de alunos da área da saúde.

Ao longo do dia, existiram inúmeros painéis compostos pelos mais conceituados profissionais de saúde, em que foram discutidas temáticas como: «Prevenção em Enfermagem», «Prevenção em Doenças Oncológicas», «Síndrome Metabólica» e «Doenças Crónicas».

Com o objetivo de promover a investigação científica, realizou-se nesta edição, apresentações livres, as duas melhores receberam um cheque para compra de livros científicos. Para o Diretor Clínico do HDMA, Dr. Nuno Rama, “este reconhecimento vem reforçar o rumo que o HDMA pretende seguir no sentido de incentivar a formação, investigação e monitorização de processos, compensando o esforço feito por estes profissionais”.

Estas Jornadas encerraram com uma



conferência dirigida pelo Médico Ortopedista, Dr. António Sales, que deu a conhecer «novas métricas em cuidados de saúde primários».

Na sessão de abertura o Provedor da Misericórdia de Leiria, Eng. Carlos Poço, re-

forçou a importância do evento “a pertinência dos assuntos em discussão, a excelência dos oradores que compõem os vários painéis de debate, são um importante contributo para a valorização destas Jornadas, que são, hoje, uma referência no nosso Concelho”.

Ao longo da intervenção o Provedor da Instituição salientou os investimentos efetuados no HDMA “estamos a investir na melhoria das infra-estruturas, em novos equipamentos, mas sobretudo estamos a crescer em número de médicos nas diversas especialidades, contando com os melhores e com os mais experientes” e destacou a missão social de quem exerce a sua atividade profissional no HDMA “o Hospital D. Manuel de Aguiar, é uma unidade de saúde privada, mas os profissionais que nele trabalham, sabem que ao exercerem a sua atividade no nosso Hospital estão a dar um importante contributo para aumentarmos e melhorarmos a resposta social da Instituição. O objetivo de colocarmos o HDMA a libertar recursos positivos, fato atingido em 2017, pela primeira vez, tem como objetivo crucial a canalização desses recursos para as diversas valências sociais da Instituição. Os profissionais de saúde que exerçam atividade no HDMA cumprem uma nobre missão, de direta e indiretamente contribuir para melhoria da qualidade de vida de muitas pessoas”.

O HOSPITAL D. MANUEL DE AGUIAR PROMOVEU DIA ABERTO

No dia 2 de Junho o Hospital Dom Manuel de Aguiar abriu as portas à comunidade, visando dar a conhecer, com detalhe, as modernas instalações e os recursos humanos de excelência que todos os dias colocamos à disposição.

Os utentes puderam usufruir de consultas de especialidade a preços reduzidos, bem como participar em rastreios gratuitos em diversas áreas, como por exemplo dermatologia, fisioterapia, doenças venosas, entre outras.

Foram também vários os workshops onde providenciámos fornecer à comunidade ferramentas essenciais para a prossecução de um estilo de vida sustentável e onde foram abordados temas essenciais como a alimentação saudável, o aleitamento materno e a diabetes.

Os mais pequenos tiveram ainda a possibilidade de realizar uma cirurgia em bloco operatório para reabilitação dos seus peluches, bem como puderam divertir-se através dos inúmeros jogos diversos, insufláveis e pinturas faciais que se encontravam à disposição.



URGÊNCIAS HDMA COM RESPOSTA RÁPIDA E DE QUALIDADE

Utilize o nosso serviço de Urgências, das 14h às 22h, com um corpo clínico e de enfermagem, tendo o apoio de todos os equipamentos de imagiologia, internamento e recobro de recuperação. Evite tempo de espera. Connosco terá todo o conforto, rapidez e prestígio clínico!



SÓ 20€

SAMA

URGÊNCIAS

HORÁRIO DE ATENDIMENTO

14.00h / 22.00h

segunda a domingo

244 106 201

HDMA
HOSPITAL
D. MANUEL DE AGUIAR

CIÊNCIA E INOVAÇÃO MARCAM 2.º EDIÇÃO DAS JORNADAS DA NUTRIÇÃO DO HDMA

No passado dia 20 de Outubro, o Teatro Miguel Franco em Leiria, recebeu a 2ª edição das Jornadas da Nutrição do HDMA, um evento que contou com a presença de mais de 250 pessoas e um painel de convidados de excelência, com o objetivo de promover a troca e aquisição de conhecimentos no âmbito da saúde, da nutrição e da alimentação saudável.

As Jornadas foram antecipadas por comunicações livres incidindo sobre temas vastos como os hábitos alimentares de trabalhadores por turno e a salicórnica (planta substituta do sal).

O primeiro painel, moderado pela Dr.ª Mara Duarte (SCML), e com a participação dos oradores Dr.ª Isabel Silva (Universidade Fernando Pessoa – Porto), Dr.ª Sandra Hilário (CHLeiria) e Dr. Florêncio Sousa) permitiu três abordagens multidisciplinares acerca da cirurgia bariátrica no combate à obesidade mórbida, e versou especificamente sobre os requisitos psicológicos para o ingresso dos utentes à cirurgia, técnicas “sleeve e bypass” e sobre os benefícios do exercício físico após a referida cirurgia.

O segundo painel do dia, moderado pelo Dr.º Luís Lisboa (HDMA) contou com os distintos contributos da Dr.ª Helena Real (APN), do Dr.º Mota Tavares (APAVC) e da Dr.ª Verónica Cházin (Hospital da Torre de Madrid), abordando-se a história da Dieta Mediterrânica, suas características e benefícios, assim como a sua relação benéfica na



prevenção de doenças cardiovasculares, diabetes e cancro.

A manhã terminou com a sessão solene e momento musical, destacando-se as intervenções do Sr. Provedor, Eng. Carlos Poço, da Dr.ª Clarisse Louro, diretora da ESSLEI, da Dr.ª Ana Esperança, Vereadora da CML e da Dr.ª Alexandra Bento, Bastonária da Ordem

dos Nutricionistas, que destacou “a organização do evento, que contribui para a discussão da nutrição e alimentação em Leiria, acrescentando valor à região.

Para o Provedor da Misericórdia de Leiria, Eng. Carlos Poço a “boa e a equilibrada nutrição, e a promoção de hábitos de vida saudável, com destaque para a alimentação, é um

tema prioritário para a Santa Casa da Misericórdia de Leiria. Ao realizarmos estas segundas Jornadas da Nutrição, estamos a dar o nosso contributo mais alargado. Mais do que os nossos utentes, queremos sensibilizar a comunidade em geral da importância deste tema, com destaque para a comunidade profissional e científica da área.”

A tarde iniciou-se com a participação do Chef. Hélio Loureiro, num simpósio Gertal e APN intitulado “Mais Sabor, Menos Sal”, que deu também a conhecer o seu livro, rico em sugestões de pratos saborosos e saudáveis com o propósito de promover a política de redução de sal nas refeições.

O terceiro painel contou com a presença de três aclamadas oradoras, Dr.ª Ana Gomes (Universidade Católica Portuguesa do Porto), Dr.ª Isabel Ferreira (CIMO – Bragança) e Dr.ª Anabela Raymundo (ISA Lisboa), e com a moderação da Dr.ª Cidália Pereira da ESSLEI, que transmitiram aos presentes as últimas novidades em “inovação alimentar e alimentos funcionais”, destacando-se as pertinentes intervenções acerca de probióticos, microbiota intestinal e compostos bioativos.

Terminaram por fim as jornadas com um relevante debate, moderado pelo Sr. Administrador da SCML, Dr. João Teixeira Leite, que colocou lado a lado a Dra. Alexandra Bento e o Eng. Pedro Queiroz (Diretor geral da FIPA), sobre o tema “novas políticas alimentares, as refeições escolares e o turismo da saúde”.

No exterior do auditório os participantes puderam ainda conhecer e visitar expositores de marcas de referência nacional nas áreas da saúde e da nutrição.

PUBLICIDADE

Revomil
wound dressing 8 x 8 cm

Para tratamento de feridas 100 % mel puro

- Feridas traumáticas e cirúrgicas
- Queimaduras
- Úlceras de pressão

Medikits

- Anestesia -
- Cateterização -
- Diálise (ou Hemodiálise) -
- Terapia IV -
- Lavagem de pele -
- Remoção de suturas -
- Tratamento de feridas (Penso) -

DOCWORLD
DISPOSITIVOS MÉDICOS

Consigo em todos os desafios

ALDEIA DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL FOI UM SUCESSO

O Mercado de Sant'Ana recebeu a Aldeia da Alimentação Saudável que contou com muitas e variadas iniciativas destinadas a todos. Promover um estilo de vida saudável, associado à prática de atividade física e a hábitos de alimentação corretos, foi o objetivo principal da Aldeia da Alimentação Saudável 2018. Foram vários os expositores com projetos, plataformas, aplicações e equipamentos tecnológicos, direcionados para a promoção de um estilo de vida saudável, associado à prática de atividade física e a hábitos de alimentação saudáveis. Não faltaram sessões de Showcooking e apresentação do livro da conhecida apresentadora Isabel Silva e o Chef Chakall.



Para o Dr. Raul Castro, Presidente da Câmara Municipal de Leiria *"Esta denominada Aldeia de Alimentação Saudável é uma iniciativa que tem em vista captar o interesse das pessoas para terem, obviamente, toda a atenção devida à sua capacidade de consumo para que possam ter uma alimentação saudável, o que vai beneficiar claramente em primeiro lugar eles próprios mas também o ecossistema"*

Houve igualmente um espaço de restauração, disponível para a população em geral desfrutar de diversas refeições saudáveis, bem como de um espaço de diversão adequado aos mais pequenos. Também a música animou a Aldeia da Alimentação Saudável com zumba, reggaeton, salsa, ou merengue, entre tantos outros ritmos.

Tal como referido pelo Sr. Provedor, Eng. Carlos Poço *"O balanço é extraordinário. O objetivo era chamar a atenção da nossa população dos bons hábitos alimentares e das soluções que podemos oferecer, assim como chamar a atenção para as práticas de exercício físico."*



SIP NA VANGUARDA DA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO

O SIP – Serviço Integrado de Proximidade, destaca-se, mais um ano, como uma resposta de excelência, centrada na prestação de cuidados diários à população.

Os investimentos realizados em recursos humanos e equipamentos capacitam os serviços da Santa Casa da Misericórdia de Leiria e permi-

tem que o utente possa escolher, mediante as suas necessidades, entre diversas respostas, das quais destacamos o fornecimento de alimentação cuidada, enfermagem, tratamentos de fisioterapia, higiene pessoal e/ou habitacional, tratamento de roupas, educação social e animação cultural, podem ainda beneficiar de diver-

sas consultas no HDMA.

Suportado por uma equipa composta por profissionais especializados e qualificados, o SIP presta cuidados e serviços personalizados de assistência domiciliária, focados na melhoria da qualidade de vida da nossa comunidade e permitindo a satisfação de todas as suas necessida-

des, sem que tenha de abandonar o conforto do seu lar.

Os preços variam entre 190 e 450 euros, consoante o pacote de serviços escolhido por cada utente. Para obter informação adicional deverá ligar para 244 106 202 ou enviar e-mail para geral@misericordiadeleiria.pt.



Novas viaturas do SIP

Testemunhos

Fique a conhecer o testemunho de um dos nossos utentes do Serviço Integrado de Proximidade: *“Há cerca de um ano que conto com o apoio do SIP. Têm sido uma ajuda essencial para mim, porque já não me encontrava capaz de realizar todas as minhas tarefas diárias. Tenho a agradecer a simpatia e a dedicação dos vossos profissionais. Graças a vocês posso viver tranquilamente, com tudo o que preciso, sem ter de deixar a minha casa. Recomendo os serviços da Santa Casa da Misericórdia de Leiria, sempre preocupada com os seus utentes e disponíveis para ajudar.”*

FUNDAÇÃO MONTEPIO JÁ ENTREGOU VIATURA À MISERICÓRDIA DE LEIRIA

Na sequência da aprovação da candidatura da Santa Casa da Misericórdia de Leiria ao projeto “Frota Solidária” da Fundação Montepio, realizou-se, em Lisboa, cerimónia para assinalar a entrega de viatura de nove lugares adaptada com elevador para cadeira de rodas.

Foram 20 as Instituições escolhidas pela Fundação num universo de mais de 530 candidaturas.

Para a Santa Casa da Misericórdia de Leiria este apoio é fundamental, o Provedor, Eng. Carlos Poço refere que “Este novo veículo irá permitir intensificar um dos nossos principais objetivos, que é de permanentemente promovermos um envelhecimento ativo, digno e feliz, bem como, irá permitir implementarmos muitas melhorias no serviço que prestamos no Apoio Domiciliário”.

O Provedor aproveitou a cerimónia para agradecer à Fundação Montepio o apoio na disponibilização desta viatura, enaltecendo a “a política de responsabilidade social que já caracteriza o Montepio”.

Depois da cerimónia foram várias as iniciativas realizadas. Diversas deslocações foram efetuadas com os utentes.



1.ªS JORNADAS GERONTOLÓGICAS HDMA DEBATERAM O ENVELHECIMENTO FELIZ



Foram nas 1.ªs Jornadas Gerontológicas do HDMA que se discutiram boas-práticas, e novas e inovadoras formas de fazer gerontologia. As 1as Jornadas Gerontológicas do HDMA organizadas pela Santa Casa da Misericórdia de Leiria – Hospital Dom Manuel de Aguiar, subordinadas ao tema “Ideias para um envelhecimento positivo, digno e feliz” decorreram no passado dia 25 de setembro de 2018 no Teatro Miguel Franco na cidade de Leiria.

Com três painéis de excelência preenchidos por especialistas credenciados na área científica e prática, estas jornadas cumpriram elevados níveis de rigor e liberdade crítica e de pensamento. Carla Ribeirinho, Maria Irene Carvalho, Ricardo Pocinho, Sandra Sarradas, Sara Gordo, Vítor Fragoso, Vera Marques, Joana Pinto e Diogo Batalha, foram os conferencistas que apresentaram uma vasta plateia com o seu conhecimento, e Ricardo Crispim, Jenny Sousa e

Jorge Gameiro exímios moderadores na arte de encetar o debate e a partilha de ideias.

Carla Ribeirinho, professora de Serviço Social no Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade de Lisboa, a par com demais contributos relevantes, mostrou a sua opinião quando referiu que as pessoas idosas não podem ser vistas como “rabo e boca”, nem tampouco padronizar serviços prestados como se de “pacotes turísticos” se tratassem. Para esta cientista social e supervisora profissional em Serviço Social e Gerontologia Social, os cuidados prestados aos seniores devem cumprir requisitos éticos, deontológicos e profundamente responsáveis fruto de muito “TCT – Trabalho, Chatice e Transpiração”.

Estas Jornadas para além de se terem revelado um espaço de atualização e reflexão acerca das temáticas da gerontologia social e gerontologia educativa no contexto nacional, pretendeu-se dar a conhecer o que de melhor se está a desenvolver nestas áreas. Exemplo disso foi o contributo Sociedade Artística e Musical dos Pousos – SAMP com o projecto “Novas Primaveras”.

Este espaço foi desenhado por um lado para os dirigentes e profissionais das áreas sociais e humanas, da educação e da saúde, que atuam com e para a senioridade em contextos institucionais e comunitários, e por outro para estudantes nestas áreas que pretendam aprofundar os seus conhecimentos científicos e teóricos.

No final do evento ficou a promessa proferida pelo Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Leiria Carlos Poço, a par com as palavras do Administrador da mesma instituição João Leite, a pertinência do evento no panorama concelhio, distrital e nacional e, naturalmente, a continuidade desta iniciativa em 2019.

OPINIÃO Diogo Batalha Gerontólogo

A TRANSPARÊNCIA DA GERONTOLOGIA

Os eventos técnico-científicos como palestras, congressos, jornadas ou uma conferência são uma ótima oportunidade, de atualizar, apreender e compreender novas temáticas. Na maioria das vezes estes eventos ostentam vários atores, que de formas diversificadas, apresentam o seu trabalho, contributo ou opinião sobre um determinado tema. No que diz respeito à minha praia de pouquíssima areia, a gerontologia e seu o conhecimento científico são ainda pouco remotos no nosso país. Têm apresentado dificuldades na sua aplicabilidade, transmissão e aceitação, que me leva a pensar em várias inquietações, sobre os processos de partilha de conhecimentos e ideias na área da gerontologia. Mas mais importante, é necessário perceber o impacto que cria, nas comunidades, nas organizações e nas pessoas que debruçam a sua actividade profissional ou científica nesta área, que por co(inci)dência são cada vez menos. Os conteúdos trazidos para debate nas I Jornadas Gerontológicas do HDMA – promovidas pela SCM de Leiria - são os mais atualizados, sobre temas atuais que instigam dúvidas entre profissionais e académicos das mais variadas áreas. Os painéis foram todos de excelência, com a irreverência necessária, para percebermos que somos poucos para cuidar de muitos e o que caracteriza fundamentalmente a gerontologia é a sua abordagem integral do problema do envelhecimento. Para além de se colocar numa posição bastante interventiva, o seu conhecimento científico nada vale se não for aplicado.

A crescente especificidade do processo de envelhecimento exige a humildade de todos nós, na construção de estratégias interdisciplinares que tenham por base um leque alargado de visões que convergem numa só intervenção. Aquilo que há mais de 500 anos uniu a sociedade civil para erguer o setor solidário até aos dias de hoje, foi a criação de relações. A defesa da interdisciplinariedade é algo que tem de ser obrigatório quando temos recursos limitados. A natureza destas relações, colocam muitas vezes a interdisciplinaridade não só no seio de uma equipa técnica, mas também na individualidade de cada profissional por necessidade! O gerontólogo não é apenas uma pessoa com o coração bom e que gosta de ajudar velhinhos, o gerontólogo é um profissional com formação de excelência, baseada em ciência de excelência. E diz-nos que se o desafio não for aceite, será um problema! Porque para além de contruirmos estratégias multi e interdisciplinares, no sentido de promover o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas e das comunidades à medida que envelhecem, sabemos também qual é a nossa missão e como criar mudança. Olhamos para todas as micro relações que existem entre as pessoas, as suas famílias, a sociedade, os serviços, a justiça, a política etc. E sabemos que quando uma dessas micro relações se destrói em alguns destes “níveis”, os desafios aparecem. Porque in-



dependentemente de uns concordarem com a pertinência da Gerontologia e outros não, existe uma última coisa em que todos temos de concordar: o envelhecimento é um desafio da humanidade e ela não acaba na porta do vizinho.

Temos que uma vez por todas eliminar a visão negativa do envelhecimento e não podemos olhar para a reconfiguração demográfica como um problema, mas sim como um desafio. Primeiro, porque todos os enganos sobre o processo de envelhecimento, afetam o nosso estado saúde, bem-estar e qualidade de vida, as intervenções, as relações, mas também afetam a saúde e o bem-estar dos nossos utentes. Envelhecer não pode ser um problema, é um privilégio e um facto bem consumado. Daqui em diante, vamos continuar a ser um dos países mais envelhecidos do mundo, uma em cada 3 pessoas terá mais de 65 anos, o rácio de dependência das pessoas mais velhas vai aumentar exponencialmente e onde vamos querer envelhecer? Em que condições e perspetivas vão querer envelhecer os meus familiares, os amigos e os meus colegas de trabalho?

E a Gerontologia tem me dado isto, a simplicidade de uma visão holística de todos os possíveis intervenientes que são responsáveis por hoje termos medo de envelhecer. Temos de pensar mais afincadamente nestas inquietações, que são muitas delas inconscientes e temos que as repensar cada vez mais cedo! Tem de ser ambição de todos os profissionais, organizações e decisores políticos, criar uma sociedade onde estejamos todos, os de 10, os de 30 e os de 100. Uma sociedade onde seja possível viver com qualidade e dignidade desde o início ao fim. Não só como cidadãos, mas também como técnicos, moderando todos juntos o debate interdisciplinar, colocando o conhecimento a par das necessidades e expectativas emergentes das comunidades envelhecidas.

O agradecimento à Santa Casa da Misericórdia de Leiria pelo convite, será eterno. Foi uma honra estar em casa e participar nas I Jornadas Gerontológicas do Hospital Dom Manuel de Aguiar.



OPINIÃO Álvaro Teles Coordenador do AMA - Universidade Sénior

INICIOU ESTE MÊS A SUA ATIVIDADE PARA O PERÍODO DE 2018-2019



A aceleração da vida moderna e a exponencial evolução das Tecnologias da Informação e da Comunicação (qualquer informação passou a estar à distância de um clique) alteraram progressivamente o paradigma da relação inter-geracional. O moderno culto pela juventude e o aumento generalizado da esperança de vida tem vindo a criar condições para que existam cada vez mais pessoas idosas sem ocupação e em processo de estagnação física e intelectual. Historicamente, "o mais velho" sempre foi con-

siderado o mais sábio, o mais experiente, o depositário e transmissor do conhecimento. A facilidade na obtenção da informação, via internet, tem feito esquecer, de um modo assaz simplista, o valor do conhecimento e da prática acumulados ao longo da vida – a Sabedoria – que já Camões referia, nos *Lusíadas*, como "...o saber de experiências feito...".

As Universidades Seniores são um movimento internacional vocacionado para o ensino e estimulação dos mais velhos, não existindo um modelo universal para as atividades que desenvolvem. A sua origem verificou-se em França nos anos 70, baseando-se no modelo do ensino universitário tradicional e dirigindo-se a uma população que vinha beneficiando das vantagens económicas e sociais do pós guerra.

No início dos anos oitenta, surgiu em Cambridge uma reação inglesa àquele modelo francês, caracterizando-se por um ideal de auto ajuda, com custos reduzidos e sem restrições académicas. Procurava-se uma resposta às necessidades dos menos ocupados e uma abertura para que os mais experientes pudessem transmitir os conhecimentos adquiridos ao longo da vida.

Procurando sistematizar uma resposta a esta problemática, a AMA adotou um modelo misto, mais próximo do inglês tradicional. Criou um espaço de convivência, acessível, acolhedor e familiar onde promove um conjunto de atividades culturais, educacionais, sociais e de convívio. Propõe-

se contribuir para que os seus membros, maiores de 50 anos, possam aspirar a um envelhecimento mais ativo e diversificado, combatendo o isolamento e a estagnação.

A AMA não encara o envelhecimento apenas pelas suas consequências negativas; perspetivámo-lo, também, como sinónimo de experiência acumulada ao longo da vida, experiência essa que, com vantagens mútuas, pode ainda ser transmitida à sociedade. Pretendemos, assim, pro-

porcionar aos nossos seniores, condições para uma melhoria da sua qualidade de vida, física e intelectual.

Venha conhecer-nos, escolher as áreas que mais lhe interessam e participar connosco, ativamente, neste nosso/vosso Projecto.

Estamos sedeados no Lar da Nossa Senhora da Encarnação, entrada pela Av. Nossa Senhora de Fátima (antiga fisioterapia). Mais informações: Tlf. 244 106 210; Tm. 915 190 687.

AMA ACADEMIA DO MOVIMENTO ATIVO

SANTACASA DA MISERICÓRDIA DE LEIRIA

Para mais informações: 244 106 210

UM ESPAÇO DE PROMOÇÃO PARA UM VIVER ATIVO DIGNO E FELIZ

PROJETO FORMAR PARA A INCLUSÃO ESTÁ A CAPACITAR DEZENAS DE CIDADÃOS PARA O MERCADO DE TRABALHO

Formar para a Inclusão é o novo projeto que a Santa Casa da Misericórdia de Leiria lançou.

No seguimento de uma candidatura ao Portugal 2020, mais concretamente ao Programa Operacional Inclusão Social e Emprego, a Instituição viu aprovado financiamento para a concretização deste projeto, que funcionará através da Academia do Movimento Ativo, uma das valências da Santa Casa da Misericórdia de Leiria.

"Pretendemos combater a exclusão social, e disponibilizar, através da formação, ferramentas que promovam a inclusão e a inserção de pessoas desfavorecidas na sociedade em geral e sobretudo no mercado de trabalho" afirmou o Provedor, Eng. Carlos Poço.

Reforçando ainda que "esta é uma das nobres missões da Santa Casa da Misericórdia de Leiria. Ajudar quem precisa do nosso auxílio, do nosso apoio".

Os formandos vão receber para além de formação durante 11 meses, apoio financeiro de pelo menos 230€ mês. Para obter mais informação envie e-mail para ama@misericordialeiria.pt.



BISPO DE LEIRIA D. ANTÓNIO MARTO É NOMEADO CARDEAL

OPINIÃO José Augusto, Padre CLAMAR, RESPONDER E LIBERTAR



Foi com enorme orgulho e reverência que no passado dia 20 de Maio a Santa Casa da Misericórdia de Leiria se fez representar no Vaticano, Roma, por forma a estar presente na cerimónia que nomeou D. António Marto como Cardeal, no quinto Consistório para a criação de cardeais do pontificado de Francisco na Basílica de São Pedro.

D. António Marto foi criado cardeal-presbítero com o título de 'Santa Maria sopra Minerva' e a Mesa Administrativa da Santa Casa da Misericórdia orgulhou-se em estar presente na cerimónia e

prestar os seus cumprimentos pessoais.

A Santa Casa da Misericórdia de Leiria presta ainda as suas congratulações a D. António Marto pela sua nomeação como membro do Dicastério para os Leigos, Família e Vida, concedida pelo Papa Francisco no passado dia 6 de Outubro.

O Dicastério para os Leigos, Família e Vida é um departamento da Cúria Romana criado pelo Papa Francisco, que reúne no mesmo organismo as competências e funções dos extintos Pontifício Conselho para os Leigos e do Pontifício Conselho para a Família..

O CARDEAL D. ANTÓNIO MARTO BENZEU A NOVA CARRINHA DA MISERICÓRDIA DE LEIRIA

No passado dia 13 de Julho o Cardeal D. António Marto efetuou a bênção à carrinha cedida pela Fundação Montepio à Santa Casa da Misericórdia de Leiria. O Cardeal, Bispo de Leiria-Fátima presidiu à Missa de ação de graças pela dedicação da Catedral de Leiria. Esta foi a primeira solenidade a que o novo cardeal preside depois do Consistório.



Celebra-se no próximo dia 18 de novembro o II Dia Mundial do Pobre, por proposta do Papa Francisco. A este propósito, comecemos por nos perguntar: pobres, o que são e quem são? Muito provavelmente a resposta não nos vem com a rapidez esperada.

Em primeiro lugar, habituámo-nos a relativizar o conceito: «afinal quem é pobre nos dias de correm? Há 50 anos, sim, havia pobreza e passava-se fome. Mas em 2018, em Leiria?!» De seguida, enumeramos as garantias sociais existentes no país, como que a dizer que não há mês nenhum que não nos tirem uma parte do nosso esforço e merecido ordenado para acabar com esse flagelo: rendimento social de inserção, subsídio de desemprego, ordenado mínimo, etc. Em terceiro lugar, andamos tão a correr, agarrados a tantos telemóveis e dependentes de tantas redes sociais, que não damos conta dos pobres que circulam nos mesmos passeios, pisam o mesmo chão e habitam a mesma cidade que todos nós.

O Papa Francisco convida-nos a olhar de frente para esta realidade através de três verbos: clamar, responder e libertar. Sim, os pobres clamam! É fundamental escutá-los e reconhecê-los, dar-lhes rosto, nome e história. «Necessitamos da escuta silenciosa para reconhecer a sua voz. Se nós falarmos demasiado, não conseguiremos escutá-los a eles», diz-nos o Papa. Muitas vezes a resposta que damos não passa de um conjunto de teorias retóricas, justificações políticas e estatísticas muito bem elaboradas. Chegamos até a dar esmola e a colaborar numa iniciativa solidária. Mas «não é de um ato de delegação que os pobres precisam, mas do envolvimento pessoal de quantos escutam o seu brado», continua o Papa. Libertar implica estar próximo e envolver-se, porque «é a partir desta proximidade concreta e palpável que tem início um genuíno percurso de libertação.»

Ser Irmão da Santa Casa da Misericórdia não é um estatuto nem uma honra ou distinção. É ser «Irmão do pobre», escutando e respondendo ao seu clamor para ser parte da sua libertação.

OPINIÃO Dr. Ricardo Borges
Mesário

TEMOS MISERICÓRDIA



Hoje a Santa Casa da Misericórdia de Leiria é sobejamente reconhecida pelo serviço de excelência que presta à comunidade, quer na área da saúde quer pelas suas valências sociais. É uma instituição moderna que se abriu à sociedade e que vai ao seu encontro. Contudo, gostaria de recuar sensivelmente três anos atrás, início do mandato da atual mesa Administrativa, encabeçada pelo Sr. Provedor Eng. Carlos Poço, e da qual eu tenho o orgulho em fazer parte. Após a tomada de posse, rapidamente se percebeu que os vários desafios que se avizinhavam eram de tal ordem exigentes que só uma visão ambiciosa, rigorosa, com mudanças estruturais de fundo levariam a que Santa Casa alcançasse os objetivos a que se propunha: Gerir melhor para apoiar mais. Gerir melhor, implicava inverter os resultados financeiros negativos que vinham sendo obtidos até então onde a área da saúde era o “calcanhar de Aquiles” que era socorrido pelos meios libertos pelas valências sociais. A visão implementada pelo Sr. Provedor passava, irremediavelmente, pela inversão deste paradigma. Era preciso criar meios para reforçar a ação social, vertente de exponencial da Instituição. Novos projetos estão em marcha, com especial foco na reabilitação do Lar de Nossa Senhora da Encarnação. Desenharam-se novos objetivos. Porque este momento é uma realidade de devo um agradecimento ao Sr. Provedor, restantes colegas da Mesa Administrativa e colaboradores da instituição, pois sem eles esta missão não teria sido possível. Por último, um agradecimento aos utentes, familiares e sociedade em geral por confiarem na Santa Casa de Misericórdia de Leiria. Um bem haja para todos.

APRENDIZAGEM E PARTILHA MARCAM O ANO NO LAR N.º SR.ª DA ENCARNÇÃO

2018 foi um ano repleto de atividades para os utentes do Lar N.º Sr.ª da Encarnação.

Ao longo do ano os utentes celebraram diversas datas comemorativas através da realização de atividades lúdicas, bem como tiveram a oportunidade de realizar visitas e passeios a locais de interesse nacional.

O Lar N.º Sr.ª da Encarnação continua a promover o bem-estar e o envelhecimento saudável e ativo dos seus utentes, através da promoção de diversas atividades de importância cultural, didática e social.



DIA DO IDOSO NA RESIDENCIAL XXI

No dia do idoso, as crianças da Creche Casa Sanchez surpreenderam os utentes da Residencial XXI, com uma visita cheia de animação e alegria.

Num espírito de aprendizagem mútua, os utentes e as crianças partilharam histórias, brincadeiras e realizaram em conjunto di-

versos trabalhos manuais.

A Santa Casa da Misericórdia continua a apostar na promoção de atividades intergeracionais, como parte do projeto contínuo de promoção de um envelhecimento saudável e sustentável e da prestação de serviços sociais de excelência.

PUBLICIDADE



Tel G.: 244 820 760 / Fax: 244 820 767
Tel Directo: 917 571 176

Largo Camilo Castelo Branco, n.º4, R/C
2410 -091 Leiria www.credite-egs.pt