



SAÚDE *em pauta*

INFORMATIVO DO HOSPITAL METROPOLITANO • SERRA-ES • ANO III • Nº 15 • OUTUBRO/2013



▲ Sala de reunião da Diretoria no novo Centro Administrativo, no Edifício Metropolitano Tower

Hospital Metropolitano inaugura moderno setor administrativo

O Hospital Metropolitano inaugurou o seu novo Centro Administrativo, que agora funciona no Edifício Metropolitano Tower. A moderna estrutura possibilitou a reorganização dos serviços e dos processos de gestão.

Segundo o diretor de Gestão Administrativa e Financeira da instituição de saúde, Benoni Antonio Santos, antes os departamentos funcionavam no edifício do Hospital e em uma casa alugada próxima ao Metropolitano. Com a inauguração do novo espaço, diversos setores, como o Financeiro, de Faturamento, de Auditoria e de Contabilidade, entre outros, foram centralizados no 10º andar e na cobertura da torre.

“As áreas estão estruturadas em espaços modernos, confortáveis e bastante

agradáveis do ponto de vista arquitetônico. As mudanças têm proporcionado não apenas mais eficiência, mas também a melhoria da autoestima dos nossos colaboradores, pois eles estão em ambientes mais organizados e acolhedores”, destacou Benoni. O diretor informou que o investimento chegou a R\$ 2,6 milhões.

Crescimento

Benoni ressaltou que o Centro Administrativo ainda passa por alguns retoques para atender cada vez melhor às necessidades dos departamentos internos do Hospital.

“A inauguração do local também irá proporcionar o crescimento de outras áreas

da empresa. A desocupação de espaços no prédio hospitalar vai nos auxiliar a resolver gargalos nas operações, além de preparar setores de apoio, como a nutrição, os vestiários, a farmácia e o almoxarifado, entre outros, para a futura expansão de leitos”.

Na avaliação de Benoni, o novo centro vem ao encontro da identidade corporativa do Metropolitano, cuja missão é inovar em soluções de saúde com compromisso social. “Somos referência em administração hospitalar e, agora, temos uma estrutura que faz jus a essa posição que conquistamos”, afirmou.

DESTAQUE

Muda regra para acompanhantes no PS Pediátrico

PÁGINA 2

INOVAÇÃO

Instituição adquire equipamentos de última geração para cirurgias

PÁGINA 3



Um bom hospital se constrói com uma administração competente. Por isso, o Metropolitano está sempre em busca da modernização da sua estrutura e da dinamização dos trabalhos. Demos mais um passo nesse sentido, com a inauguração do novo Centro Administrativo, que concretiza uma necessidade e um sonho da atual diretoria: reunir em um só espaço os diversos departamentos integrados por setores.

É um avanço para a instituição ver esse projeto se tornar realidade, levando à frente o crescimento do Hospital. O novo espaço funciona no Edifício Metropolitano Tower, e vai proporcionar não apenas mais eficiência à gestão, mas também a futura expansão do número de leitos, uma vez que houve a desocupação de áreas no prédio hospitalar.

Outra novidade e prova do compromisso do Hospital Metropolitano com a segurança das pessoas foi a compra de equipamentos de esterilização e desinfecção ainda mais modernos. A instituição investiu R\$ 1,2 milhão na aquisição do maquinário, que será usado na nova Central de Material Esterilizado (CME).

Também vale destacar a nova prática adotada no Pronto-Socorro Pediátrico. Antes, era permitido o acesso de duas pessoas por criança na sala de espera. Agora, esse número está limitado a um acompanhante. Na matéria publicada nesta edição, você vai entender por que o Hospital decidiu seguir essa nova norma interna. Nosso objetivo é prezar pelo bem-estar de todos.

E por falar em Pronto-Socorro, vale lembrar que nem sempre o local é o único caminho para quem está doente. Você receberá algumas dicas de como proceder, sem descuidar da sua saúde.

Essas e outras informações você confere nesta edição.

Boa leitura!

Remegildo Gava Milanez
Diretor-presidente



Instituição adota nova regra no Pronto-Socorro Pediátrico

Para aprimorar o atendimento aos pequenos pacientes e às suas famílias, o Hospital Metropolitano adotou uma nova regra para acompanhantes do Pronto-Socorro Pediátrico. Antes, era permitido o acesso de duas pessoas por criança na sala de espera do local. A mudança interna limitou esse número a um acompanhante.

“Nosso objetivo é oferecer mais segurança às crianças, pois a maior circulação

de pessoas nas dependências do Hospital aumenta o risco de transmissão de agentes infecciosos. Outro fator importante é que um local com movimentação menor proporciona um ambiente mais tranquilo e organizado. Prezamos pelo bem-estar de todos com essa mudança”, explicou a diretora clínica do Metropolitano, a médica Lia Canedo.

No entanto, segundo ela, se o caso for grave ou especial, o médico ou enfer-

meiro do setor fará uma avaliação e, sendo necessário, permitirá a permanência de mais acompanhantes.

Emergências

A diretora clínica destacou que o Hospital sempre procura orientar a população sobre como e em que situação é indicado procurar um Pronto-Socorro.

“Muitos pacientes se dirigem ao PS mesmo quando o caso não se configura uma emergência ou urgência. Mas nem sempre o local é o único caminho para quem está doente. Apenas situações graves, que podem levar à morte ou causar sequelas, ou ainda aquelas em que a pessoa apresenta falta de ar, dores fortes no peito ou dor abdominal aguda, é que devem ser atendidas no Pronto-Socorro”, explicou Lia Canedo.

A diretora informou que no PS adulto é adotado um protocolo clínico para classificar a gravidade dos casos. Nesse método de atendimento, as urgências e emergências têm prioridade, resultando em maior agilidade e organização do serviço.



▲ Norma interna estabelece que apenas um acompanhante pode ficar com a criança na sala de espera do PS. Objetivo é reduzir risco de infecções e tornar o ambiente mais tranquilo

ARTIGO

Vida sedentária pode levar à prisão de ventre

Vida sedentária, erros alimentares – como baixa ingestão de alimentos ricos em fibras e de líquidos –, obesidade e até gravidez podem levar ao quadro clínico de constipação intestinal, problema popularmente conhecido como prisão de ventre e que acomete principalmente mulheres, crianças e idosos.

Além de ir menos ao banheiro, quem sofre desse mal geralmente apresenta sintomas como fezes acompanhadas de sangramento ou sensação de evacuação incompleta. Em casos mais sérios, pode ocorrer o chamado fecaloma, uma massa de excrementos grande e rígida que a pessoa não consegue eliminar sozinha, sendo necessário recorrer à cirurgia.

Não é raro alguém considerar que a prisão de ventre será passageira e, por

isso, acaba deixando de procurar um médico. Mas essa atitude é perigosa, pois, a longo prazo, o quadro pode evoluir de uma simples dificuldade de evacuar para complicações como diverticulite (inflamações no intestino), hemorroidas e fissuras anais.

Câncer

A constipação crônica pode aumentar o risco de a pessoa desenvolver câncer no intestino. Isso não quer dizer que toda prisão de ventre evoluirá para um tumor, mas é importante estar atento para quadros de piora, com sangramento retal, dor abdominal e emagrecimento.

Quem tem o problema deve procurar um especialista, evitando o uso abusivo e inadequado de laxantes. No tratamento, podem ser adotados méto-

dos medicamentos ou simplesmente serem indicadas mudanças de hábitos alimentares e do cotidiano. Para avaliar o caso, médicos costumam solicitar exames de raio X ou de colonoscopia.

A ingestão adequada de fibras, em torno de 25 a 30 gramas por dia, e de no mínimo dois litros de água, além da prática de exercícios físicos, são comportamentos fundamentais para o tratamento e a prevenção.



Christian Kelly Nunes Ponzo Siqueira
Nutróloga e gastroenterologista

Equipamentos mais avançados elevam segurança em cirurgias

O Hospital Metropolitano adquiriu o que há de mais moderno no mercado em equipamentos para desinfecção e esterilização de utensílios usados em cirurgias, investimento que permitirá aumentar a segurança dos procedimentos realizados na instituição de saúde.

“Adotaremos processos mais automatizados e com tecnologias que elevam a eficácia e o controle de todo o processo executado para deixar os materiais adequados para serem utilizados nas cirurgias”, explicou o gerente de Infraestrutura do Metropolitano, Iran Mendes. O investimento na aquisição do maquinário chegou a R\$ 1,2 milhão.

Projeto

Na compra, estão incluídas uma lavadora ultrassônica, uma termodesinfectora, duas autoclaves (de baixa e de alta temperatura) e uma termoseladora. Todos os equipamentos serão usados



▲ Novas máquinas aumentam a eficiência da esterilização e da desinfecção de utensílios

na nova Central de Material Esterilizado (CME), cujo projeto arquitetônico tem 350 metros quadrados de área construída.

O gerente de Infraestrutura informou que o Hospital Metropolitano realiza cerca de 900 cirurgias por mês e, com a nova CME, poderá ampliar os serviços de limpeza, desinfecção e esterilização que

são necessários para os procedimentos. “O volume de trabalho varia de acordo com a complexidade das cirurgias, mas estimamos que poderemos duplicar esses trabalhos quando a central estiver funcionando”, disse Iran. A expectativa é de que o espaço seja inaugurado no início de 2014.

Sinusite

A sinusite é a inflamação das vias respiratórias superiores, e pode ser causada por vírus, bactéria, fungo, alergia ou pela inalação de poluentes.

No quadro agudo do problema, é comum ocorrer dor de cabeça, principalmente na área do seio da face (região do crânio formada por cavidades ósseas ao redor do nariz, das maçãs do rosto e dos olhos), e obstrução nasal, com secreção amarelada, esverdeada ou sanguinolenta. A pessoa pode ter também febre, cansaço, coriza, tosse, dores musculares e perda de apetite.

No caso da sinusite crônica, os sintomas são os mesmos. O que varia é a intensidade, principalmente da tosse, geralmente noturna e mais intensa.

Segundo a pneumologista Cílea Aparecida Martins, a pessoa deve evitar ambiente com ar-condicionado, que resseca as mucosas e dificulta a drenagem da secreção.

Além disso, o recomendável para quem está com gripe, resfriado ou alergia, que podem levar à sinusite, é beber, pelo menos, dois litros de água por dia. É indicado também usar solução salina ao longo do dia, uma receita caseira preparada com uma colher de chá de bicarbonato de sódio, duas colheres de chá de sal marinho e 250 ml de água fervida. O líquido deve ser introduzido nas narinas com a ajuda de um conta-gotas.

Varizes

Quem sofre de varizes apresenta veias dilatadas nas pernas e nos pés. Com aparência disforme e de cor púrpuro-azulada, elas podem causar dor, inchaço, infecção e, às vezes, sangramentos e trombose. “O problema ocorre porque pequenas válvulas posicionadas dentro da veia ficam fracas e, com isso, não ajudam mais o sangue venoso a retornar para o lado direito do coração. O sangue fica acumulado nas veias das pernas e dos pés e, aos poucos, causa dilatação”, explicou o cirurgião vascular Antenório Aiolfi.

Nos casos das veias maiores e profundas, o mais indicado é recorrer à cirurgia. Após o procedimento, a perna é protegida com bandagens. Já nas veias menores e superficiais, o ideal é fazer aplicações por meio de pequenas injeções na própria veia, que irá secar com o medicamento.

Para quem sofre de varizes, algumas medidas simples podem ajudar a lidar com o problema. Ao longo do dia, quando estiver sentada, a pessoa deve tentar elevar as pernas a uma altura próxima ao nível do coração, pois isso facilita o retorno do sangue para o órgão. Se for inevitável ficar em pé, deve praticar movimentos que trabalhem a musculatura da panturrilha da perna.

Caminhadas são fundamentais para quem quer prevenir o problema, mas é importante manter-se hidratado. O uso de meias elásticas também é recomendado, principalmente se colocadas cedo, logo após acordar. É necessário, ainda, abandonar o tabagismo e controlar o diabetes.

Profissionais orientam população sobre a doença de Alzheimer

Marcada pela perda progressiva da memória e da capacidade de realizar tarefas comuns do cotidiano, como cuidar das atividades domésticas, a doença de Alzheimer foi tema de um evento promovido pelo Hospital Metropolitano no dia 17 de setembro último, no Clube da Boa Convivência, na Serra.

O encontro, intitulado “Demência: uma jornada de carinho”, foi realizado para tirar dúvidas da população sobre o problema. Os participantes assistiram a palestras apresentadas pela equipe multidisciplinar da Unidade Geriátrica do Metropolitano e também por profissionais convidados.

De acordo com a geriatra Lívia Terezinha Devens, o Alzheimer é responsável por aproximadamente 60% dos casos de demência entre idosos, sendo mais comum entre as mulheres.



▲ Equipe multiprofissional do Metropolitano tirou dúvidas relacionadas ao problema

Esquecimento

“É importante ressaltar que nem todo esquecimento ocorre devido ao Alzheimer. Mas se a perda de memória está prejudicando a realização de tarefas do dia a dia, se incomoda o indivíduo, se os familiares também já perceberam as dificuldades ou alterações de comportamento, como irritabilidade excessiva e sintomas depressivos, este

é o momento de procurar auxílio médico”, explicou Lívia.

O Alzheimer não tem cura, mas pode ser controlado por meio de medicamentos e terapias. O evento seguiu o tema da campanha da Associação Internacional da Doença de Alzheimer, que estabeleceu o dia 21 de setembro como a data para alertar a população sobre o problema.

Após duas internações, aposentado se recupera

A família do aposentado Gercino Carlos Pereira, de 85 anos, tem uma relação de confiança com o Metropolitano. Ele precisou ser internado duas vezes neste ano e o Hospital foi a instituição de saúde escolhida por sua esposa e por seus filhos. "A equipe é solícita e atenciosa. Gostamos muito do atendimento e, por isso, sempre procuramos o Metropolitano quando precisamos", afirmou Roseleia Pereira Moura Silva, 48, filha de Gercino.

Após sofrer uma queda, o aposentado teve uma fratura no fêmur, o que o levou a ser internado pela primeira vez, no



▲ Gercino Carlos Pereira e seus familiares, que têm uma relação de confiança com o Metropolitano

dia 17 de maio último, quando ficou na Unidade de Terapia Intensiva (UTI). "Foi um momento muito difícil, mas os profissionais nos ajudaram a superar o problema. Meu pai se recuperou e recebeu alta", contou Roseleia.

Complicações

Três meses depois, Gercino passou por outro susto e teve de ser hospitalizado novamente. "Ele foi internado no dia 27 de agosto e saiu no dia 1º de setembro. Foram várias complicações por conta da idade, como princípio de pneumonia e dores ao respirar. Mais uma vez o Hospital teve papel decisivo na sua recuperação", disse Roseleia.

Com atendimento adequado, o quadro clínico de Gercino se estabilizou e ele pôde retornar para casa, onde se recupera. "Minha admiração aumentou ainda mais. Continuamos sendo muito bem atendidos no Metropolitano", elogiou a filha do aposentado.

Roseleia deixou um recado para a equipe do Hospital que atendeu o seu pai: "Que Deus abençoe todos vocês e que continuem com a missão de ajudar as pessoas, e principalmente as famílias dos idosos, que muitas vezes não sabem como lidar com os problemas de saúde de seus entes queridos."

Atitude sustentável: comissão mantém parceria para reciclagem de papel

O papel está entre os produtos que apresentam maior taxa de reciclagem no Brasil. Mais de 45% desses materiais são encaminhados a esse fim, de acordo com a Associação Brasileira de Celulose e Papel (Bracelpa).

No Hospital Metropolitano, a Comissão de Gerenciamento de Resíduos firmou parceria com a gráfica GS para que ele também seja reaproveitado. O projeto foi criado há seis meses e, nesse período, a instituição já destinou cerca de 630 quilos para reciclagem.

Segundo a enfermeira Samantha Castro, que preside a comissão, uma parte do papel usado no Hospital é recolhida e transformada em blocos de anotação para serem distribuídos entre os colaboradores.

"A outra, vendemos para uma empresa que recicla. A comissão guarda o dinheiro arrecadado para compra de brindes que vão ser sorteados entre os funcionários. A ideia é que os

valores obtidos com a venda do papel sejam sempre revertidos para os próprios colaboradores", informou Samantha.

Atualmente, os profissionais do Hospital entregam diariamente o papel usado no setor do Programa de Gerenciamento de Resíduos do Serviço de Saúde (PGRSS). No local, os materiais são separados e encaminhados para a gráfica e para a empresa. Em breve, eles poderão deixá-los em um coletor de resíduos que será instalado na praça da Utin (Unidade de Terapia Intensiva Neonatal).



▲ Samantha Castro diz que uma parte do papel usado no Hospital é recolhida e transformada em blocos de anotação para os colaboradores

? O que caracteriza o lúpus? Quais são os sintomas? Há cura?

Tâmara Freire Cardoso, 25 anos, radialista



O lúpus eritematoso sistêmico é uma doença inflamatória crônica de origem autoimune, cujos sintomas podem surgir em diversos órgãos de forma lenta e progressiva (em meses) ou mais rapidamente (em semanas).

São reconhecidos dois tipos principais: o cutâneo, que se manifesta apenas com manchas na pele (geralmente avermelhadas), principalmente nas áreas que ficam expostas ao sol (rosto, orelhas, colo e braços), e o sistêmico, no qual um ou mais órgãos internos são acometidos.

O lúpus pode ocorrer em qualquer idade, em pessoas de qualquer raça e gênero, porém as mulheres são as principais vítimas do problema. A incidência é maior entre os 20 e 45 anos, sendo um pouco mais frequente em pessoas mestiças e nos afrodescendentes.

Os sintomas são diversos e variam em intensidade de acordo com a fase de atividade ou de remissão da doença. É muito comum que a pessoa apresente manifestações como cansaço, desânimo, febre (normalmente baixa), emagrecimento e perda de apetite. Os portadores do lúpus necessitam de acompanhamento prolongado.

Ingrid Koehler, reumatologista

? Verrugas são contagiosas? Como podemos removê-las? Só com cirurgia?

Mike Figueiredo, 25 anos, assessor



Causadas pelo vírus do papiloma humano, mais conhecido como HPV, as verrugas são contagiosas e podem atingir a pele e as mucosas. As genitais (condiloma) são geralmente adquiridas pelo contato sexual. Dessa forma, a melhor maneira de prevenir o seu aparecimento é usar preservativo durante as relações sexuais. Já as extragenitais são mais comuns em crianças e adolescentes.

Em alguns casos, podem desaparecer espontaneamente. O tratamento é feito por meio de cauterização química, crioterapia (em que se aplica baixa temperatura na região afetada), eletrocirurgia, laserterapia ou, ainda, medicamentos locais. Em casos raros, a remoção ocorre por meio de cirurgia.

A pessoa não deve remover a verruga por conta própria. Além do risco de infecção, há a possibilidade de ela se espalhar para outras áreas, por ser contagiosa. É essencial a avaliação de um médico para orientação. O diagnóstico é feito a partir do aspecto da verruga e da sua localização.

Luciana Vieira de Paula, dermatologista