

Rui Costa

A importância de
o MF fazer uma
gestão correta
da dor

P. 4



Belmiro Rocha:
"Faltam enfermeiros
na resposta
à necessidade
de cuidados de
reabilitação"

P. 8/9



Joel Reis

Da criança ao
idoso, todos
podem ter
patologia
dermatológica

P. 5

JORNAL MÉDICO

DOS CUIDADOS DE SAÚDE INTEGRADOS

Diretor: José Alberto Soares
Mensal • Fevereiro 2025
Ano XII • Número 132 • 3 euros

Publicação Periódica Híbrida

"O atendimento
pediátrico no
SNS tem que
estar organizado
por níveis"

P. 6/7



André Graça, presidente da Sociedade Portuguesa de
Pediatria, considera essencial que isso aconteça para
enfrentar o problema das urgências hospitalares.

PUB



VII JORNADAS
MULTIDISCIPLINARES DE
MEDICINA GERAL E FAMILIAR



2025
20 a 22 de março
PORTO



A implementação da semana de quatro dias, a delegação de tarefas e a criação de consultas de subespecialidade foram algumas das medidas tomadas pelo novo diretor do Serviço, Gustavo Jesus. Na calha está a reativação do Hospital de Dia e a implementação da visita domiciliária.

O renascer da Psiquiatria na ULS do Estuário do Tejo

P. 20/26



O coordenador da Unidade, Gonçalo Melo (na foto, com a enfermeira Ana Sofia Silva), diz que o objetivo é proporcionar "um seguimento longitudinal e holístico" dos utentes.

**A recém-criada USF Falcão Real (ULS da Lezíria)
vai investir em estabilidade e previsibilidade**

P. 14/19

Coordenada pela internista
Sofia Duque



Consulta de Geriatria da CUF
Descobertas quer reverter a
fragilidade dos **+** seniores

P. 10/13

RUI COSTA, MÉDICO DE FAMÍLIA, COPRESIDENTE DAS VII JORNADAS MULTIDISCIPLINARES DE MGF.

“A gestão da dor é uma parte essencial da prática clínica do MF”

RUI COSTA FAZ QUESTÃO DE RESSALVAR QUÃO IMPORTANTE É QUE O MÉDICO DE FAMÍLIA FAÇA UMA GESTÃO CORRETA E EFICAZ DA DOR, SEJA ELA CRÓNICA OU NÃO, POIS, “PODE AJUDAR A MELHORAR SIGNIFICATIVAMENTE A QUALIDADE DE VIDA DOS DOENTES QUE DELA SOFREM”. A TEMÁTICA DA DOR ESTARÁ EM DESTAQUE LOGO NO PRIMEIRO DIA DA PRÓXIMA EDIÇÃO DAS JORNADAS MULTIDISCIPLINARES DE MGF, DE QUE O NOSSO ENTREVISTADO É UM DOS PRESIDENTES.

Frequentemente confrontado com queixas de dor por parte de utentes de todas as idades, “a sua gestão acaba por representar uma parte essencial da prática clínica do médico de família”, afirma Rui Costa. O facto de a dor crónica afetar uma grande parte da população contribui em algum momento da vida, para se perceber que isso aconteça, isto é, que seja tão alta a sua prevalência na consulta dos cuidados de saúde primários.

Um aspeto positivo prende-se com o facto de essa elevada procura de auxílio “fazer com que o médico de família esteja, de uma forma geral, perfeitamente capacitado e bem



Rui Costa: “O MF faz uma abordagem holística do doente, avaliando não só a dor como também o seu impacto social e psicológico”

preparado para poder gerir de forma correta a dor crónica”. E o utente que dela sofre recorre à ajuda médica “porque, efetivamente, o impacto na sua qualidade de vida é enorme, sentindo dificuldade em realizar as atividades diárias, vendo diminuída a capacidade para trabalhar, etc.”

A sessão das Jornadas Multidisciplinares dinamizada por Raul Marques Pereira, coordenador do Grupo de Estudos de Dor da APMGF, vai centrar-se nas cervicalgias e nas lombalgias. “Se nos focarmos na coluna vertebral, estas são situações clínicas extremamente comuns e representam das principais causas

“Torna-se necessário, por vezes, disponibilizar apoio psicológico a estes doentes”, salienta o médico de família.

de consulta na MGF. Afinal, a maior parte de nós, em algum momento da vida, irá ter um episódio de dor na coluna cervical ou na coluna lombar, originando um quadro algíco que poderá ter um impacto significativo, podendo até compro-

meter o caminhar normalmente”, sublinha Rui Costa.

No seu entender, aliás, não é de desprezar o próprio custo económico muitas vezes associado a este tipo de problemas, “com um grande número de dias de trabalho perdidos,

devido a situações de baixa médica, e tratamentos que podem incluir sessões de fisioterapia ou até alguma intervenção cirúrgica”.

“É importante que o médico de família esteja capacitado para fazer o diagnóstico correto e para implementar depois uma estratégia terapêutica que possa ser eficaz na resolução de determinada situação”, salienta, acrescentando: “Torna-se necessário, por vezes, disponibilizar apoio emocional e psicológico a estes doentes porque os quadros algícos de dor crónica estão muitas vezes associados também a uma depressão ou a um estado de ansiedade a que é preciso dar resposta.”

Torna-se fundamental que se faça, desde logo, a identificação do tipo de dor que está em causa, pois, haverá terapêutica mais indicada para cada caso, consoante, por exemplo, se a mesma é nociceptiva, neuropática, ou até se tem um componente misto no que à sua origem diz respeito.

Rui Costa deixa bem claro que, “no fundo, o médico de família faz uma abordagem holística do doente, avaliando não só a dor como também o impacto social e psicológico que essa dor possa causar. Assume-se como um verdadeiro coordenador de cuidados, socorrendo-se complementarmente, se for caso disso, de outras especialidades para resolver as situações mais específicas que necessitem de um apoio multidisciplinar”.

“Sabemos que há muitas doenças associadas a uma disbiose”

Se há algo que caracteriza as Jornadas de MGF, cuja primeira edição se realizou em 2019, é a sua multidisciplinaridade. Nessa medida, é vasta a diversidade de temas abordados no evento, sendo um deles a disbiose, que terá como palestrante o gastroenterologista Armando Peixoto, da ULS de São João.

Rui Costa refere-se mesmo a “um tema de futuro”, pois, “tem sido publicada muita evidência científica e, portanto, sabemos que muitas doenças estão associadas a uma disbiose”. Ou seja, “o desequilíbrio na composição da microbiota intestinal pode ter um impacto significativo na saúde em geral”.

É certo que a disbiose pode ori-

“O desequilíbrio na composição da microbiota intestinal pode ter um impacto significativo na saúde em geral”, alerta Rui Costa.

ginar problemas do foro digestivo, como uma deficiente absorção de nutrientes, diarreia, obstipação e até síndrome do intestino irritável, mas não se fica por aí. “Pode levar a um enfraquecimento da resposta imunológica do organismo, aumentando a suscetibilidade a infeções e doenças autoimunes e também surge muitas vezes associada à obesidade ou à diabetes”, observa o médico, adiantando ainda:

“Está reconhecido que a microbiota intestinal está envolvida na comunicação bidirecional entre o intestino e o cérebro e, portanto, a disbiose também pode aparecer ligada a distúrbios do foro da saúde mental, como a ansiedade e a depressão.”



VII JORNADAS
MULTIDISCIPLINARES DE
MEDICINA GERAL E FAMILIAR



2025
20 a 22 de março
PORTO