

Rosa de Pinho

A enfermagem
no apoio
à vigilância
do doente
com HTA

■ P. 12



Mário Moraes de Almeida

Identificar uma
doença alérgica
pode não ser uma
tarefa fácil

■ P. 8

Luís Filipe Barreira

As ERPI como
parte integrante
do sistema
público de Saúde

■ P. 4

GASOXVIED PUB

**Cuidados
Respiratórios
Domiciliários**

24 horas/365 dias
800 50 60 90
GRATUITO

JORNAL MÉDICO

DOS CUIDADOS DE SAÚDE INTEGRADOS

Diretor: José Alberto Soares
Mensal • Janeiro 2025
Ano XII • Número 131 • 3 euros

Publicação Periódica Híbrida



Mário Moraes de Almeida iniciou funções a 1 de janeiro de 2025

1.º português em 75 anos a presidir à Organização Mundial de Alergia quer diminuir as desigualdades no acesso a tratamento

■ P. 9

PUB

ALLERGY & RESPIRATORY SUMMIT 2025

CENTRO DE CONGRESSOS - HOTEL SHERATON PORTO
13 - 15 DE FEVEREIRO

VII Jornadas Multidisciplinares de Medicina Geral e Familiar 2025

Nuno Alegrete

Diagnóstico tardio da displasia da anca complica tratamento

■ P. 11



Paulo Pessanha

MF em posição privilegiada para lidar com a menopausa

■ P. 10

Região de Lisboa com resposta reforçada em Medicina Hiperbárica

Hospital da Luz inaugura câmara com capacidade para acolher 15 utilizadores em simultâneo

■ P. 20/23



ESPECIAL

7.ª Reunião do NEGERMI

SOFIA DUQUE

"Para se ser geriatra não basta ver doentes idosos"

MANUEL TEIXEIRA VERÍSSIMO

"Quem trata idosos tem que saber de Geriatria"

■ P. 24/27



UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR GLOBAL, ULS DA REGIÃO DE LEIRIA

Companheirismo e espírito de união na única USF da Nazaré

Será o equilíbrio existente entre as componentes assistencial, formativa, organizativa e lúdica que promovem o sentimento de família nesta Unidade coordenada por Licínio Laborinho Fialho (à esq.ª, na foto, com a enfermeira Carole Santo e o médico Diogo Rocha).

■ P. 14/19

PAULO PESSANHA, COPRESIDENTE DAS VII JORNADAS MULTIDISCIPLINARES DE MGF:

“A menopausa é uma fase da vida da mulher, devendo ser aceite com naturalidade”

UMA DAS MESAS-REDONDAS DAS PRÓXIMAS JORNADAS MULTIDISCIPLINARES DE MGF É DEDICADA À SAÚDE DA MULHER. VÃO SER ABORDADOS DOIS TEMAS COM QUE OS PROFISSIONAIS DOS CSP SÃO CONFRONTADOS COM FREQUÊNCIA: A MENOPAUSA E A HEMORRAGIA UTERINA ANORMAL. IRÃO PARTICIPAR NESSA SESSÃO OS GINECOLOGISTAS/OBSTETRAS TÂNIA BARROS E CLÁUDIO REBELO E OS ESPECIALISTAS EM MEDICINA GERAL E FAMILIAR RITA COSTA E PAULO PESSANHA. O OBJETIVO É PROMOVER UMA TROCA DE EXPERIÊNCIAS E ATITUDES A TER RELATIVAMENTE A ESTES DOIS TEMAS TÃO IMPORTANTES NA PRÁTICA CLÍNICA DIÁRIA DE AMBAS AS ESPECIALIDADES.



Paulo Pessanha: “A menopausa é uma situação na vida da mulher capaz de originar transtornos psicológicos importantes e significativos”

Paulo Pessanha, copresidente das Jornadas Multidisciplinares de MGF, evento que já vai na sua 7.ª edição, lamenta que continuem a existir tantos mitos em torno da menopausa, assegurando que os médicos de família estão numa posição privilegiada para aconselhar as utentes nesta fase tão particular das suas vidas.

“O médico de família pode ajudar, informar e orientar as suas utentes sobre esta fase da vida da mulher, até porque a acompanha durante largos períodos da sua vida. Tem um papel muito importante!”, afirma.

A menopausa corresponde à data da última menstruação, mas, normalmente, esta só se considera estabelecida ao fim de 12 meses sem período

menstrual. “Neste âmbito, a intervenção do MF deve começar até antes dos primeiros sintomas se manifestarem, informando que a menopausa deve ser encarada como um facto natural e fisiológico, explicando do que se trata, o que pode suceder e o que é possível fazer para lidar com a situação”, refere Paulo Pessanha, sublinhando ser

“muito importante procurar compreender e ajudar a mulher do ponto de vista psicológico, desfazendo os mitos que existem”.

E prossegue: “A menopausa é uma fase da vida da mulher capaz de originar transtornos psicológicos importantes, até porque, em consequência das alterações hormonais que se verificam, o seu corpo sofre alterações frequentemente bastante

significativas. É muito comum, por exemplo, a ideia de que, chegada a essa fase da vida, a componente sexual deixa de existir, porque o prazer e a própria vontade desaparecem, o que não é verdade!”

“É muito importante que a mulher aceite a menopausa como ela é e não como se fosse um ‘drama’”, insiste Paulo Pessanha. Uma das questões que preocupa sobremaneira a mulher é a possibilidade ou não de engravidar, devendo o médico esclarecer devidamente estas e outras dúvidas.

“Podem surgir ondas de calor, irritabilidade persistente, insónias, alterações da pele, secura vaginal... Há uma panóplia de sintomas que podem aparecer na menopausa”, enumera o nosso entrevistado, sendo certo que há mulheres que são praticamente assintomáticas, ao contrário de outras, que têm sintomas “verdadeiramente incapacitantes”.

Surge então a questão candente da terapêutica hormonal de substituição, como uma solução para o tratamento destes sintomas. Esta terapêutica levanta múltiplas questões, algumas não consensuais, que se têm vindo a discutir ao longo dos anos. O especialista Cláudio Rebelo irá esclarecer o “estado da arte” relativamente a este assunto.

“A hemorragia uterina fora do contexto do período menstrual é sempre um sinal de alerta que importa esclarecer adequadamente”

Para além do tema da menopausa, desenvolvido por Cláudio Rebelo, será abordada a hemorragia uterina anormal, tendo sido convidada para o efeito Tânia Barros, do Serviço de Ginecologia do Centro Materno-Infantil do Norte, que integra a ULS de Santo António.

“O médico de família é frequentemente confrontado, na sua atividade diária, com sangramentos anómalos em mulheres em idade fértil e em menopausa, sendo muito importante saber que situações pode potencialmente acompanhar

e tratar, que tipo de exames pedir e quando referenciar essas doentes para a Ginecologia hospitalar”, afirma Paulo Pessanha.

E enumera, como exemplos de situações consideradas anormais, a hemorragia que acontece fora da menstruação, o período menstrual com fluxo bastante aumentado ou prolongado no tempo, ou o pequeno sangramento que não para.

Uma coisa é certa, “a hemorragia uterina deve ser sempre vista como um sinal de alarme quando ocorre fora do contexto fisiológico

da mulher!” É então preciso “fazer o diagnóstico para se procurar saber a razão do sangramento anormal, sendo a ecografia um dos exames mais importantes e as análises gerais fundamentais, devendo-se incluir a realização de um estudo hormonal”.

Paulo Pessanha deixa o alerta: “Se houver repercussão dessa hemorragia na saúde geral da mulher, se se verificar uma perda de sangue significativa acompanhada de anemia, a situação é potencialmente mais grave, devendo a hemorragia ser controlada o mais rápido possível.

Paulo Pessanha:
“Há uma panóplia de sintomas que podem acompanhar a menopausa. Estando a mulher avisada e informada, pode encará-los com naturalidade e serenidade.”



VII JORNADAS
MULTIDISCIPLINARES DE
MEDICINA GERAL E FAMILIAR



2025
20 a 22 de março
PORTO