FUNDAÇÃO Nossa Senhora do Bom Sucesso | 70 anos

e-news 110 | dezembro 2022 *Siga-nos no:* www.fnsbs.pt

A Fundação - FNSBS desenvolve programas de Vigilância de Saúde de carácter regular, através de equipa interdisciplinar que conta, entre outros, com enfermeiros e médicos especialistas, que promovem a prevenção da doença, permitem o diagnóstico precoce e a terapêutica mais eficaz.

Disponibilizamos os seguintes serviços de saúde, alguns também em teleconsulta:

SAÚDE INFANTIL E JOVEM (0-18 anos)

- Saúde Infantil
  - Pediatria
  - Saúde da Visão
  - Saúde da Audição
  - Cardiologia Pediátrica
  - Saúde Oral
- Pediatria do Neurodesenvolvimento
- Apoio Psicopedagógico/Psicomotricidade
- Pedopsiquiatria
- Psicologia (até 21 anos)
- Terapia da Fala
- Ortopedia Dento-Facial
- Ortodôncia Fixa

SAÚDE DA MULHER (todas as idades)

- Saúde Ginecológica
  - Planeamento Familiar
  - Acompanhamento Pós-Menopausa
- Saúde da Maternidade
  - Acompanhamento na Gravidez/ /Maternidade
- Preparação para o Parto e Parentalidade
- Recuperação Pós-Parto e Cuidados com o Bebé

SAÚDE DA FAMÍLIA (para todos)

- Saúde Familiar
- Otorrinolaringologia
- Nutrição
- Imuno-alergologia
- Terapia Conjugal/Familiar

EXAMES

RASTREIO BIOQUÍMICO PRÉ-NATAL

TESTE DO PEZINHO

ELETROCARDIOGRAMAS

ECOGRAFIAS

Ginecologia / Obstetrícia, 3D / 4D / Morfológicas e Cardiologia Pediátrica e Fetal

VACINAS

6ªs. feiras das 9h-12:30h e 14h-17:30h

ACORDOS COM SEGURADORAS E OUTROS PARCEIROS

MARCAR CONSULTA

Cheque dentista

Contactos:
Telef: 213031420
e-mail: geral@fnsbs.pt

Estacionamento privativo

Registo ERS nºE117672

DESTAQUE

A saúde dos Adolescentes Portugueses em Contexto de Pandemia

A apresentação dos Resultados Nacionais do Estudo Health Behaviour in School-Aged Children/Organização Mundial de Saúde, decorreu no passado dia 14 de dezembro. Destacamos os primeiros resultados divulgados pela Associação Aventura Social, entidade coordenadora do estudo, que espelham a saúde dos adolescentes portugueses em contexto de pandemia, comparando com os dados de 2018. Saiba mais na página seguinte.

Boas-vindas - reforço das equipas de saúde

Damos as boas-vindas à Enfª Gabriela Luvumba que, a partir de 27 de dezembro de 2022, associa-se à equipa de enfermagem da Fundação. Licenciada em Enfermagem, pela Escola Superior de Enfermagem de Lisboa - ESEL, é enfermeira de cuidados gerais, com experiência em Pediatria Médica, Cirurgia Pediátrica e Neonatologia, tendo exercido no Hospital Garcia de Orta (desde 2020 até ao momento) e no Hospital Dona Estefânia (em 2019).

Também, à Dr.ª Patrícia Frias Oliveira que se vem associar à equipa de profissionais de saúde da Fundação, a partir de janeiro de 2023. Médica Dentista, com mestrado integrado em Medicina Dentária pela Universidade Fernando Pessoa, Master com certificação Invisalign e Pós-graduação de Especialização em Ortodontia pelo Instituto Universitário Egas Moniz, com experiência em diversas unidades de saúde privadas desde 2017.

Damos, ainda, as boas-vindas a Alice Uttini Gomes que, a partir de 9 de janeiro de 2023, associa-se à equipa dos serviços de saúde. Alice tem o curso Técnico Auxiliar de Saúde, tendo exercido no Hospital dos Lusíadas em Lisboa (desde 2020 até 2022). Vem reforçar a equipa de Assistentes Operacionais da Fundação.

FUNDAÇÃO Nossa Senhora do Bom Sucesso | 70 anos

e-news 110 | dezembro 2022 *Siga-nos no:* www.fnsbs.pt

A saúde dos Adolescentes Portugueses em Contexto de Pandemia

A apresentação dos Resultados Nacionais do Estudo **Health Behaviour in School-Aged Children/Organização Mundial de Saúde** (HBSC/OMS), decorreu no passado dia 14 de dezembro. Pode consultar o **Relatório**, ou visitar a sessão de apresentação disponível no **youtube**.

Este Estudo pretende analisar os estilos de vida dos adolescentes em idade escolar nos seus contextos de vida, nas seguintes 10 áreas: Saúde mental e bem-estar, Saúde e doença, Família, Escola, Amigos, tempos de lazer e tecnologias, Corpo e movimento, Sexualidade, Consumo de substâncias, Violência e lesões e Saúde planetária e COVID-19.

Destacamos alguns resultados:

Os níveis de satisfação com a vida nos jovens entre 11 e 15 anos, assim como a perceção de felicidade, desceram. Comparativamente com os resultados de 2018, , assiste-se a um significativo aumento do sentimento de infelicidade nesta faixa da população: 27,7% em 2022 vs.18,3% em 2018.

À deterioração da perceção de bem-estar e da saúde mental nos jovens portugueses do 6º, 8º e 10º ano, somam-se outras observações:

- 21% dos inquiridos sentem-se nervosos
- 15,8% sentem-se irritados ou de mau-humor
- 11,6% sentem-se tristes quase todos os dias
- 9,1% afirmam ter medo

A dificuldade de contactos sociais imposta pelo isolamento a que a pandemia obrigou, levou os jovens a perderem capacidades socio-emocionais, como por exemplo no aumento das situações de conflito, como as lutas, assim como da tristeza, insegurança e medo, com menos capacidade de analisar a situação friamente e resolvê-la com tranquilidade.

- mais de 12% sentem-se preocupados todos os dias, várias vezes por dia
- 22,8% diz que quando tem uma preocupação intensa esta "não o larga" e "não o deixa ter calma para pensar em mais nada"
- 1 em cada 4 sentem que as suas dificuldades se acumulam de tal modo que não as conseguem ultrapassar

Mais de metade refere falta de qualidade do sono: dificuldades em adormecer, dormir demais, acordar cedo demais e acordar a meio da noite

- Contudo, a maioria dos jovens afirma dormir bem
- 46,2% dorme menos de oito horas/dia durante os dias úteis

Ao nível da saúde física/doença, regista-se um agravamento face aos resultados de 2018:

- 18,8% dos adolescentes referem ter uma doença prolongada, problema de saúde ou incapacidade diagnosticada por um médico (em 2018, eram 15,1%)
- Não obstante, há um decréscimo de adolescentes com necessidade de tomar medicação 54,5% (eram 60,3%, em 2018)

Há um agravamento global ao nível da saúde e do bem-estar dos jovens, destacando alguns comportamentos de risco para a saúde, como por exemplo o aumento do excesso de peso, que subiu para 31,8% (28,3% em 2018), ou de jovens com doença crónica que somam doença relacionada com o foro psicológico.

A nível nacional, o HBSC/OMS 2022 foi realizado pela equipa Aventura Social, do ISAMB/Universidade de Lisboa, em parceria com a Direção-Geral da Saúde (DGS) e a Direção-Geral das Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC).

Este ano, o estudo HBSC/OMS, que se realiza de 4 em 4 anos, foi realizado em 51 países e, em Portugal, inquiriu 5809 jovens do 6.º, 8.º, 10.º, de 40 agrupamentos de escolas do ensino regular (Portugal continental), num total de 452 turmas.

O Relatório HBSC/OMS mundial, a ser publicado em breve, é considerado do mais importante que se faz em Portugal e no Mundo sobre perceções e comportamentos dos adolescentes. Como consequência, surgirão propostas para o desenho de políticas e práticas de promoção da saúde e prevenção da doença nas crianças e jovens que um dia serão adultos, desejavelmente saudáveis.

CUIDAMOS HOJE DO AMANHÃ!