



Depois do tempo em UCI, até há quem deixe de saber comer

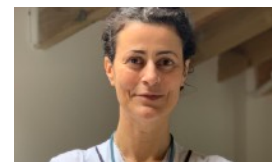
Três meses de cuidados intensivos no Centro de Tratamento de Unidades de Cuidados Intensivos do Hospital de São João, um momento agitado para esta jovem que ficou no topo da notícia



**FISIOTERAPIA  
O APÓS COVID19**  
(P5)



**ROSTOS NA HISTÓRIA  
DR. VIEIRA LINO**  
P4)



**SOMOS MONTEPIO  
MIQUELINA QUITÉRIO**  
(P3)

# DONA LEONOR

## NEWSLETTER DO MONTEPIO



### Condomínio Residencial Uma forma Segura de estar na Vida!

O Condomínio Residencial Rainha D. Leonor – residências assistidas, que a 15 de Maio de 2021 celebra 10 anos de existência, é a resposta social mais recente criada pelo MontePIO.

Trata-se de um serviço privado, composto por 97 apartamentos (T0 e T1) e cerca de 70 residentes efetivos, aos quais é prestado todo o tipo de serviços. Desde alimentação, cuidados de higiene/imagem, tratamento de roupas, higienização dos espaços, botão de pânico, rondas diurnas e noturnas, enfermagem, médico, fisioterapia, atividades de animação e desenvolvimento pessoal, acompanhamento ao exterior e aquisição de bens e serviços.

Este tipo de serviço procura valorizar a privacidade, autonomia, segurança e bem-estar dos residentes.

### Indicadores de Qualidade e Desempenho

Fevereiro 2021

Quedas

6



Úlceras de Pressão

3.87%



As Úlceras de Pressão estão directamente relacionadas com o nível de Qualidade dos Cuidados de Saúde prestados. A sua menor ou maior incidência correlaciona-se com factores como formação, recursos e dotações em Enfermagem.

## Montepio RDL nas Redes Sociais



Um novo espaço cirúrgico está a nascer!



Condomínio Residencial - Segurança e Conforto



Vacinas no Montepio RDL

Siga-nos



montepio.rdl



www.montepio-rdl.pt



Montepio Rainha D. Leonor

Nos últimos dois anos, houve uma reestruturação da estrutura interna e das instalações. A nível interno, foram definidas chefias intermédias, enquanto que a nível das instalações, foi instalada fibra óptica em todo o edifício. Foram colocados 30 monitores para permitir o acompanhamento em tempo real dos registos efetuados pelas equipas.

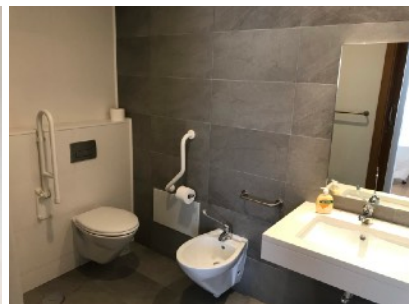
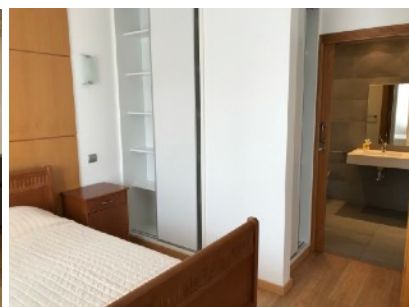
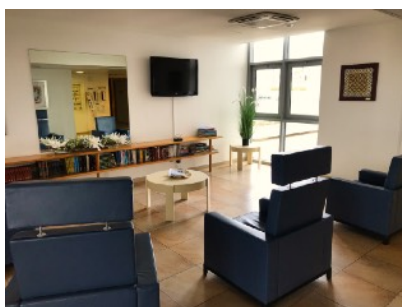
Isto facilitou a comunicação entre todos os intervenientes da organização. Foram definidos procedimentos e instruções de trabalho que ajudaram na utilização de técnicas e ferramentas essenciais para que os nossos colaboradores possam desenvolver as suas tarefas com maior segurança.

De salientar que nas instalações do Condomínio Residencial, existem dois sectores de primordial importância. Um onde são produzidas todas as refeições e, o segundo, onde é feito todo o tratamento da roupa, dando apoio às 4 unidades funcionais do Montepio RDL: Lar de Idosos, Casa de Saúde, Condomínio Residencial e Fisioterapia. Numa produção média de 805 refeições/dia e 577 Kgs de roupa tratada, cozinha e lavandaria empregam cerca de 20 dos 75 funcionários do Condomínio.

Contudo, há muito ainda por realizar. Há o objectivo de criar um modelo assistencial individualizado, monitorizado, articulado e fundamentado por todos os profissionais das diferentes áreas, definindo uma intervenção e uma abordagem ao residente segundo as suas capacidades, limitações, expectativas e interesses.

Reforçar, formar e profissionalizar as equipas de Ajudantes de Acção Direta que, são colaboradores essenciais neste tipo de organização. Assim, será possível ir de encontro às necessidades e interesses dos residentes, garantindo a sua satisfação, bem como a de todos os familiares e colaboradores.

A missão e o foco são de prestar serviços de qualidade e melhoria contínua, assegurando a satisfação dos residentes, familiares e profissionais.



## Somos Montepio



A Enfermeira Chefe do Montepio RDL, Miquelina Quitério, nasceu na Nazaré em 1978, tendo frequentado o ensino básico e secundário no Externato Cooperativo da Benedita. Licenciada em Enfermagem em 1997 pela Escola Superior de Enfermagem de Leiria, ingressa no Montepio RDL em 2005, após ter exercido funções nos serviços de cirurgia e ortopedia do Centro Hospitalar das Caldas da Rainha, e no serviço de cirurgia do Hospital Bernardino Lopes Oliveira em Alcobaça. É a nossa Enfermeira Chefe desde 2009 liderando uma equipa de enfermeiros e auxiliares de acção médica em toda a Casa de Saúde. Em 2009, pós-graduou-se em Cuidados Continuados e Paliativos estando em fase de conclusão da sua especialidade em Enfermagem Comunitária.

## Dashboard Em contra ciclo

João Gomes - Enfº Director/Adm.Hospitalar



Nestes últimos meses temos acompanhado o evoluir dos números de uma pandemia que tem deixado um rasto de destruição nas economias familiares e das nações. Com repercussões ainda inimagináveis, o impacto do SARS-CoV2 COVID19 tem sido de tal forma agressivo nos sistemas de saúde que, o plano para o futuro não se deverá cingir apenas aos efeitos directos da situação em si mas também a todo o degradar de indicadores de saúde que o tempo se encarregará por demonstrar. A solidão, o sedentarismo, a dificuldade do acesso a consultas e exames de diagnóstico irão por certo fazer crescer a incidência da doença mental, obesidade e o agudizar das patologias respiratórias, cárdio e cérebro-vasculares. Em dados do Ministério da Saúde, no ano de 2020 ficaram pelo caminho 1,2 milhões de consultas e menos 126 mil cirurgias comparativamente com o ano transacto. A associação perigosa desta diminuição assistencial aos factores sócio-demográficos como o envelhecimento, o desemprego e a diminuição do rendimento familiar disponível, são como que uma “tempestade perfeita” para os tempos que se avizinham.

Urge, pois inverter este ciclo. De uma forma consolidada, centrada nas necessidades reais da população, potenciando sinergias entre os diversos *players* do sistema de saúde, contribuindo para que os efeitos nocivos deste cenário pandémico sejam o menos acentuados possível, numa política de contenção de danos. Nessa medida, o Montepio RDL assumiu desde cedo o seu posicionamento, celebrando parcerias de colaboração com a ARS LVT para o suporte de doentes não COVID19 e com o CHO Caldas da Rainha no combate às lista de espera cirúrgicas. Este é o momento de, reafirmar a importância da proximidade, disponibilizando respostas adequadas a problemas concretos e investindo em áreas de interesse estratégico delineando um caminho sustentável.

Na agenda de todos os gestores em saúde está, em contra-ciclo, fazer um *reboot* a todos os sistemas. Procurar e potenciar o melhor de todos os seus colaboradores e colocar em prática um plano estratégico que, simultaneamente garanta a sustentabilidade financeira das organizações e das pessoas.

É o momento de nos focarmos no essencial e ponderar o supérfluo. De fazer incidir todas as nossas forças e *know-how* naquilo que é importante. De afinar processos. De analisar resultados e com isso, alinhar a estrutura pela mesma bitola. Re-alinhar pelos novos azimutes e demonstrar que somos capazes. Como sempre o fomos.

Numa consciência social em que todos, em união, conseguiremos ultrapassar as dificuldades que se avizinham.

## Espaço Nós O Montepio são as Pessoas!

Marisa Maximiano - Dir. Rec.Humanos



Uma Instituição de pessoas para pessoas. E assim é. Na verdade, são as pessoas, colaboradores, que diariamente estão presentes para receber, atender, cuidar e tratar de quem recorre aos diversos serviços, sempre a darem o melhor de si. E somamos já 244.

O Montepio são as pessoas e, para muitas, o Montepio representa o trabalho de uma vida. Que o digam os 10 dos colaboradores que, no ano 2020 celebraram 25 anos de serviço na Instituição.

Como seria de esperar, esta celebração não poderia ser esquecida e, de forma a gratificar e agradecer a dedicação e empenho dos nossos colaboradores que atingiram a marca dos 25 anos de casa, a Administração do MRDL atribuirá o Prémio “Fidelidade e Gratidão”. Brevemente, assim que tal for possível, faremos as celebrações que um momento destes merece!

No próximo nº: Uma pergunta... Dez Respostas!



## Saúde & Segurança A Segurança como Missão!

Ricardo Susano - DSHT

Hipócrates, aquele que é conhecido como pai da medicina moderna, nascido no ano de 4600 a.c., foi provavelmente o primeiro médico a dar ênfase no papel do trabalho, a par da alimentação e do clima, na génese de algumas doenças.

Para além das lesões músculo-esqueléticas, dores lombares ou cervicais, tendinites, riscos e doenças associadas à exposição química e biológica, entre outros, existem atualmente outras preocupações. Estas, já se verificavam anteriormente, mas consequência do período pandémico actual, o foco nas doenças silenciosas como os riscos psicossociais, o *stress* profissional, o *burnout* profissional ou o assédio moral, são realidades actuais, criando novos desafios à saúde ocupacional e do trabalho. Medidas transversais a todos os setores de atividade são tomadas de modo a minimizar as repercussões desta realidade, quer para a organização e colaboradores, quer para a sociedade em geral. (Cont. pág. 5)

## 160 Anos de Montepio Nomes com História

### Dr. Vieira Lino



Natural de Caldas da Rainha (1918-1997), Jovalino Vieira Lino iniciou o seu ensino primário na sua cidade berço tendo-se mudado para a Póvoa de Varzim onde concluiu o ensino liceal. Licenciado em Medicina pela Universidade do Porto, pós-graduou-se em anestesiologia nos anos 60. Exerceu actividade no Dispensário de Caldas da Rainha, Hospitais de Óbidos, Nazaré e Bombarral, Hospital de Sto Isidoro, no Hospital Distrital das Caldas da Rainha, bem como no nosso Montepio RDL. Implementou o Serviço de Dadores Benévolos de Sangue na nossa cidade. Integrou as equipas cirúrgicas de outros ilustres clínicos: Ernesto Moreira, Agostinho Nabais, Paulo Monteiro, Mário Gualdino Gonçalves, José Marques e Óscar Ferreira.

Em Maio de 2019 é agraciado a título póstumo, pela Câmara Municipal das Caldas da rainha, com a Medalha Municipal de Mérito Humanitário.

(Cont da pág.4)

Os serviços de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho têm um papel preponderante nos objetivos das organizações.

A missão da medicina do trabalho em plena articulação com a enfermagem ocupacional e com os técnicos de segurança no trabalho, são vetores inseparáveis da melhoria da qualidade de vida dos colaboradores, sendo premissa essencial para a integração, motivação e envolvimento dos mesmos na organização.

No Montepio Rainha D. Leonor, que se quer no séc. XXI, está bem definido o objetivo de colocar sempre o colaborador em primeiro plano. Primando pela sua segurança, saúde e bem-estar físico e psíquico, reduzindo ao máximo os riscos profissionais que assolam o quotidiano de todos os profissionais. Como resultado, há desempenhos de referência, num ambiente de trabalho saudável, seguro e sustentável.

A actual pandemia refinou os critérios de segurança e saúde em ambiente corporativo, sendo transversal a todos os serviços e valências do Montepio Rainha D. Leonor.

Quando a premissa “segurança e saúde para todos” é já um facto, desenvolvemos a nossa atividade para alcançar os objetivos organizacionais, a prestação de cuidados de saúde e apoio social de excelência, visando sempre a satisfação dos colaboradores e de todos aqueles que nos procuram. Conte connosco!



# Mutualismo Montepios ...

Vitor Monteiro - Dir. Serv. Financeiros  
Marta Reis -. Assistente Social

Com o crescimento das Associações de Socorros Mútuos em Portugal na segunda metade do século XIX, são efectuados vários estudos e análises sobre a sua evolução, sendo o mais importante o trabalho da “Comissão de 1866” que tinha como pretensão demonstrar a necessidade de se produzir a primeira legislação sobre a organização e fins destas associações em Portugal. Contudo, sem sucesso devido à oposição do Ministro do Reino, o Bispo de Viseu, D. Alves Martins.

Por esta altura considerava-se que o aparecimento crescente destas associações resultava de um movimento social desorganizado e que estava a crescer, por culpa do Estado, “como as plantas do mato”. Além desse crescimento, referenciado como pouco organizado, eram apontadas como lacunas o excesso de benefícios oferecido em função das contribuições exigidas.

Assim, foram crescendo as atividades mutualistas ou de socorros mútuos em Portugal, sob a forma de “Montepios de Sobrevivência” e dos “Montepios de Assistência”, os primeiros mais vocacionados para as classes médias através da atribuição de pensões de sobrevivência e os segundos mais orientados para as classes trabalhadoras e direcionados para as necessidades de socorro (saúde, desemprego, morte), sendo neste contexto que a 11 de Março de 1860 nasce a Associação de Socorros Mútuos Rainha Dona Leonor, o nosso Montepio.

## Depois do tempo em UCI, até há quem deixe de saber comer

Unidade de cuidados continuados das Caldas da Rainha acompanha pacientes transferidos de hospitais públicos, com sequelas agravadas pelo vírus, alguns para muito longe de casa

Alfonso Barreto

Os sinais são óbvios: o doente está sentado na cama, mas não consegue levantar-se sozinho. Quando tenta levantar-se, sente-se instável e quase cai. É o caso de Orlando Santos, 72 anos, que chegou ao Hospital Garcia de Orta, em Almada, onde foi diagnosticado diabete e problemas cardíacos, em março de 2020. Depois de uma pneumonia, foi transferido para o Hospital Militar de Lisboa, onde ficou durante mais de 100 dias. Agora, após mais de 100 dias de internamento em cuidados intensivos (UCI), o doente continua a não conseguir levantar-se sozinho. A situação de dependência física, psicológica e cognitiva, “Depois de tanto tempo dentro, deixei de conseguir andar e de comer sozinho”, conta. “Fiz muitos testes e nunca consegui” relata, apontando para a cama de quando se levantava sozinho de fisioterapia. “Quando veio para aqui, não se conseguia levantar porque perdia o equilíbrio”, condico e temores. “Quando me levava sozinho, não conseguia levantar-me sozinho”, explica o fisioterapeuta João Oliveira. “Fizemos testes e mudamos para ali”, diz Orlando, satisfeito e ansioso para a recuperação de casa. “O meu objetivo é voltar para casa”, conta o re-



Isabel Carrro, de Almada, recebe a fisioterapia quando sente a mobilidade afetada

## Fisioterapeutas do Montepio RDL

O trabalho de reabilitação a doentes no pós-COVID19!

No Jornal de Notícias de 2021.02.22

Ficha Técnica: Propriedade: Montepio Rainha Dona Leonor Presidente do Conselho de Administração: João Marques Pereira Director Clínico: Luis Val-Flores Enº Director: João Gomes Periodicidade: Mensal Grafismo e Redacção: Carolina Mesquita e João Gomes Fotografia: Carlos Barroso Sede da Redacção: Rua do Montepio Rainha D. Leonor, 9, 2500-253 Caldas da Rainha Telefone: 262 837100 Emails: redacao@montepio-rdl.pt