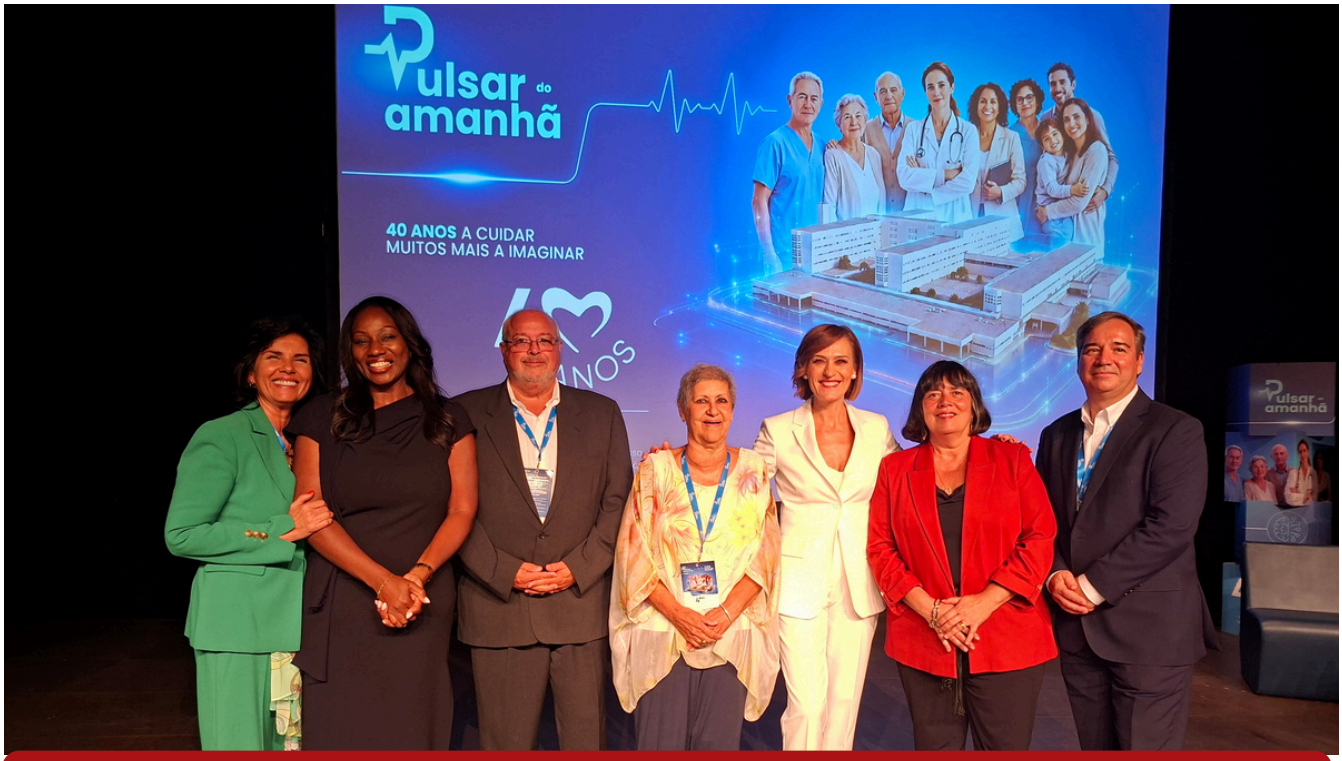
SOMOS
ULSAR
Unidade Local de Saúde do Arco Ribeirinho

UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ARCO RIBEIRINHO

Propriedade | ULSAR
JULHO | SETEMBRO | 2026
Trimestral | Nº11
www.ulsar.min-saude.pt
SIGA-NOS



Hospital de Nossa Senhora do Rosário celebra 40 anos de história

cá dentro

APRESENTAÇÃO DO PLANO LOCAL DE SAÚDE DO ARCO RIBEIRINHO 2030

Fomos conhecer o trabalho dos Ortoptistas, cuja atividade é essencial na prevenção, deteção precoce e acompanhamento de doenças que podem comprometer a visão.

também sou

É na escrita que Sónia Borbinha Carrilho, TSDT de Cardiopneumologia, encontra o seu refúgio, deixando que as palavras deem forma aos sentimentos!

EDITORIAL

Elisabete Gonçalves

Diretora Clínica para a Área dos Cuidados de Saúde Hospitalares



Relações interpessoais
Importante vertente no vasto conceito da Humanização dos Cuidados de Saúde

A preocupação e reconhecimento da importância da humanização nos cuidados de saúde tem levado a ULSAR e o SNS a promover e desenvolver ações diversas partindo de pilares essenciais como: o respeito pela dignidade humana; o reconhecimento da individualidade e singularidade de cada utente e de cada profissional; o reconhecimento da centralidade da pessoa em todas as ações de saúde e a relevância da empatia, a escuta ativa e a compaixão no relacionamento dos profissionais de saúde com os utentes e entre si.

Na promoção desta cultura institucional é essencial o empenho e envolvimento de todos os profissionais que aqui merecem reconhecimento, pela sua interiorização do conceito e progressos registados no âmbito da humanização em saúde, designadamente na valorização da dimensão humana presente na prestação de cuidados de saúde e comunicação; e no valor desta dimensão para o bem-estar dos utentes.

Contudo, este progresso não tem evoluído com o mesmo ritmo, no que diz respeito à comunicação e vínculos entre profissionais dentro dos serviços e entre serviços, condicionando a organização do cuidado.

Sabemos que a qualidade das interações impacta a cooperação entre os colaboradores, o funcionamento das equipas e a resposta aos utentes, o que nos obriga enquanto profissionais de saúde a um pensamento alinhado com o espírito de interdependência, aprendizagem e transformação mútua, em vez da atividade individual, em que cada um considera ter feito o seu trabalho, tal como o outro também, mas no final o objetivo não foi atingido….

É necessário destacar a importância da empatia na qualidade dos cuidados de saúde, tanto nas relações com os doentes/utentes, quanto entre os profissionais, remetendo para um conceito de cuidado longitudinal e compartilhado, e na corresponsabilização pelo processo terapêutico ou de acompanhamento.

Relações fragilizadas conferem prejuízo nas práticas em saúde e na qualidade dos cuidados, sendo da responsabilidade de cada um de nós aprimorar a capacidade de comunicação, compreender e construir relações saudáveis, mas sobretudo não nos desresponsabilizar porque foi o outro (…).

As instituições e os lideres devem promover estratégias que fortaleçam o trabalho em equipa e o bom ambiente, mas potenciais conflitos internos sempre irão existir e as relações interpessoais são determinantes em qualquer processo de trabalho, sendo da responsabilidade de cada um desenvolver mecanismos individuais para lidar com esta problemática e contribuir acrescentando efeitos positivos determinantes no modo de agir, pois dependendo de como este assunto é gerenciado, pode tanto apresentar um desafio com potencial prejuízo no nosso trabalho final, quanto fortalecer e potenciar o trabalho de equipa, a corresponsabilização e o cuidado de maior qualidade.

Falta de comunicação entre profissionais, quebra da hierarquia e dificuldade em ouvir o outro são o cenário mais frequente que compromete o trabalho coletivo, mas frequente é também a desresponsabilização de alguns que consideram apenas que o outro (o "culpado") não fez em conformidade, sem enfatizarem o que poderiam ter feito para melhorar o resultado (ação com foco no objetivo e independente da culpa).

O relacionamento interpessoal representa um conjunto de habilidades não só natas ou empíricas, mas podem ser aprendidas e desenvolvidas, tal como o conhecimento científico. Portanto, apesar da sua dimensão pessoal, o relacionamento interpessoal pode ser melhorado e deve ser utilizado intencionalmente como uma competência profissional essencial, especialmente quando se observam situações de tensão, desentendimento e desrespeito dentro das equipas.

Que esta reflexão estimule e promova em cada um de nós esta cultura, enfatizando a capacidade de identificar e gerir emoções (nossas e dos outros), de comunicar com empatia e de resolver conflitos, promovendo assim a construção de relações interpessoais saudáveis e garantir os melhores cuidados de saúde, pois afinal: ***JUNTOS CUIDAMOS***

ENTRE VISTA



Diretora do Serviço de Pediatria | Susana Correia

O projeto Doctor Dog "promove um ambiente lúdico e recreativo, facilitando o vínculo e a comunicação entre as crianças e os técnicos"

Como surgiu a ideia de concretizar o projeto "Doctor Dog" no Serviço de Pediatria?

A Associação "Ânimas", associação sem fins lucrativos e com estatuto de Instituição com Utilidade Pública desde 2004, desenvolve, entre outros projetos, o "Doctor Dog", projeto de Serviços Assistidos por Animais (SAA). O "Doctor Dog" está presente em vários Hospitais e era do conhecimento de alguns elementos do Serviço de Pediatria. Como considerámos ser uma grande mais valia para as nossas crianças e jovens, contactámos a Associação, que prontamente acedeu a colaborar connosco.

No que consiste este projeto?

O projeto "Doctor Dog" visa **usar a relação privilegiada entre as crianças e os animais (em particular, o cão), no sentido de fomentar o processo de adaptação à doença e ao ambiente hospitalar.**

Desde setembro de 2026 recebemos uma dupla (profissional com formação especializada e um cão treinado para visitas terapêuticas em hospitais), todas as quintas-feiras de manhã no nosso Serviço (Internamento e Hospital de Dia).



Que mais valias tem para as crianças e jovens internados?

As mais valias são muitas. Por exemplo, aumenta a qualidade de vida durante o internamento; diminui a solidão; **reduz a ansiedade, nomeadamente durante os procedimentos dolorosos**; **diminui a perceção da dor;** promove um ambiente lúdico e recreativo; e facilita o vínculo e a comunicação entre as crianças e os técnicos.



Estas mais valias são extensíveis às famílias, em particular na Neonatologia em que a intervenção é dirigida fundamentalmente aos pais, que se encontram em situação de grande vulnerabilidade. Para os profissionais, a presença da dupla é uma "lufada de ar fresco", alterando de forma muito positiva a nossa rotina.

Ver um cão no Hospital pode causar alguma surpresa. Tem sido bem aceite por todos?

A presença do cão não só tem sido bem aceite, como esperada com alegria por parte de todos (doentes / famílias / profissionais). O processo logístico está muito bem definido pela "Ânimas", pelo que não têm ocorrido quaisquer constrangimentos!

Hospital de Nossa Senhora do Rosário celebra 40 anos de história

O Hospital de Nossa Senhora do Rosário, que integra a ULSAR, celebrou 40 anos de história numa sessão comemorativa realizada no dia 26 de setembro, no Fórum Cultural de Alcochete. Apresentada por Fátima Lopes, a sessão reuniu várias entidades e personalidades, entre os quais, Deputados da Assembleia da República e das Assembleias Municipais; Autarcas; e o Bispo de Setúbal. Contou, ainda, com mais de 200 profissionais atuais e muitos dos que, depois de uma vida dedicada à instituição, se encontram já aposentados.





"Muito mudou nestes 40 anos", destacou Ana Teresa Xavier, Presidente do Conselho de Administração da ULSAR, na abertura da sessão, referindo as profundas transformações verificadas na área da saúde, desde os edifícios e equipamentos aos medicamentos, modelos de gestão, capacitação dos recursos humanos e gestão de resíduos.

Ao longo da sessão, foram também destacados alguns dos principais investimentos que marcaram a evolução do Hospital de Nossa Senhora do Rosário e da prestação de cuidados de saúde na região. Entre estes, contam-se a criação do Serviço de Radioterapia, a beneficiação da Unidade de Técnicas Endoscópicas, o alargamento da Unidade de Cuidados Intensivos, a criação da Unidade de Hospitalização Domiciliária, a certificação de vários serviços e a aposta na eficiência energética.

Mais recentemente, os investimentos realizados no âmbito do PRR, num valor global de cerca de 18 milhões de euros, permitiram concretizar importantes projetos de modernização, nomeadamente a renovação do internamento do Serviço de Psiquiatria, a aquisição de um equipamento de Ressonância Magnética e de um robô cirúrgico, a instalação de equipamentos de saúde oral nos Cuidados de Saúde Primários, bem como a aquisição de diversos equipamentos médicos, informáticos e de apoio.

Mas, para Ana Teresa Xavier, nenhuma destas transformações seria possível sem as pessoas. "Este percurso de 40 anos só foi possível porque, aliado ao progresso e desenvolvimento tecnológico, muito mais importante e sempre insubstituível na prestação de cuidados de saúde, foi termos sempre connosco profissionais de excelência e dedicados", afirmou. Deixou, assim, um agradecimento a todos os profissionais que, ao longo destas quatro décadas, contribuíram para a história e para a evolução do Hospital de Nossa Senhora do Rosário.





A tarde foi também dedicada à reflexão sobre alguns dos principais desafios que marcam atualmente a área da saúde. Cuidados Integrados e Articulação Hospitalar, Inteligência Artificial aplicada à Saúde, Transformação Digital e Impacto das iniciativas do PRR na modernização das Unidades de Saúde foram alguns dos temas debatidos.

Como momento simbólico de compromisso com o futuro, 16 profissionais da ULSAR, de diferentes grupos profissionais, foram convidados a assinar um Manifesto, assumindo publicamente um compromisso com uma saúde mais humana e próxima, numa inovação com propósito e num cuidado que se constrói todos os dias.

O encerramento da sessão esteve a cargo de Anabela Barata, Vice-Presidente da CCDR LVT, que surpreendeu os presentes com uma mensagem em vídeo da Ministra da Saúde, Ana Paula Martins. Na sua mensagem, a Ministra destacou o papel central do Hospital de Nossa Senhora do Rosário na prestação de cuidados de saúde diferenciados a uma população de cerca de 250 mil pessoas. “Foram quatro décadas de transformação ao serviço de uma população também ela em constante mudança”. Hoje, com cerca de 30 especialidades médicas, o Hospital de Nossa Senhora do Rosário “assume-se como uma referência regional e como exemplo do esforço de atualização e modernização que se pretende para o Serviço Nacional de Saúde”, finalizou a Ministra da Saúde.





Apresentação do Plano Local de Saúde do Arco Ribeirinho 2030

"Conectados pelo Tejo, Unidos pela Saúde" é o lema do Plano Local de Saúde do Arco Ribeirinho 2030 (PLSAR) que foi apresentado, no dia 22 de setembro, numa sessão que reuniu representantes da saúde, autarquias, instituições e comunidade dos concelhos de Alcochete, Barreiro, Moita e Montijo. A sessão contou com a presença da Diretora-Geral da Saúde, Rita Sá Machado, da Vice-Presidente da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional de Lisboa e Vale do Tejo (CCDR LVT), Anabela Barata, dos representantes das Câmaras Municipais dos quatro concelhos, bem como de diversas entidades e parceiros institucionais.






Alinhado com o Plano Nacional de Saúde 2030 e com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), o PLSAR constitui um referencial estratégico para a promoção da saúde e do bem-estar da população do Arco Ribeirinho, definindo prioridades e linhas de intervenção para o território até 2030.

A apresentação do plano marcou também o culminar de um trabalho iniciado em 2024, com a elaboração do Perfil de Saúde do Arco Ribeirinho, que permitiu conhecer melhor a realidade dos quatro concelhos e identificar os principais problemas e necessidades de saúde, os seus determinantes e as oportunidades de intervenção.

A partir deste diagnóstico, foi desenvolvido um processo participado, envolvendo profissionais, autarquias, parceiros comunitários e cidadãos, com o objetivo de construir uma visão partilhada para a saúde no território e definir respostas ajustadas às necessidades da população.

A apresentação pública do PLSAR 2030 não fica, contudo, por esta sessão. Nos próximos meses, serão realizadas apresentações públicas em cada um dos quatro concelhos do Arco Ribeirinho, aproximando o plano das comunidades e criando novos espaços de debate e participação.

VITAMINA Cultural

Maria da Purificação Araújo foi médica obstetra e ginecologista, pioneira do planeamento familiar e uma das figuras mais marcantes da evolução da saúde materna e dos direitos das mulheres em Portugal.
Ao longo de uma carreira de mais de sete décadas, esteve na linha da frente de algumas das mais importantes transformações da saúde pública portuguesa. O seu trabalho foi determinante para a organização e expansão dos cuidados de saúde materna, para a introdução do planeamento familiar nos serviços de saúde, para a promoção da contraceção e para a prevenção do cancro do colo do útero através da introdução do teste de Papanicolau.

Fonte: Ordem dos Médicos

ULSAR realiza Atividades de Tempos Livres para os filhos dos funcionários

ULSAR EM MOVIMENTO

A ULSAR promoveu, uma vez mais, uma semana de Atividades de Tempos Livres para os filhos dos seus colaboradores. Um grupo de 20 crianças e jovens, com idades entre os 7 e os 11 anos teve a oportunidade de viver uma semana repleta de experiências educativas, lúdicas e de convívio, tornando as férias de verão ainda mais divertidas.

Ao longo da semana, participaram numa sessão de educação para a saúde dedicada à Higiene das Mãos, promovida pela Unidade Local do Programa de Prevenção e Controlo de Infeções e de Resistência aos Antimicrobianos; aprenderam a realizar as manobras de Suporte Básico de Vida, com a equipa da VMER; e visitaram o Serviço de Medicina Física e de Reabilitação.

Receberam a visita da Polícia de Segurança Pública, dos Bombeiros Voluntários do Barreiro - Corpo de Salvação Pública; do Núcleo Cinotécnico do Corpo de Fuzileiros; e da Biblioteca Municipal de Alcochete.

Este grupo de crianças e jovens realizou ainda uma aula de kickboxing; um ateliê de expressão plástica e diversos jogos tradicionais. A semana terminou com um workshop realizado pela Associação Música nos Hospitais, que animou todos com a criação de uma divertida canção!

Esta iniciativa está integrada no projeto "Brincando & Aprendendo", que realiza, desde 2014, várias atividades lúdico-pedagógicas para os filhos dos colaboradores, como forma de valorizar o trabalho diário dos profissionais, o seu esforço e dedicação, oferecendo momentos educativos e divertidos para os seus filhos.









1,6 milhões de euros foi o valor do investimento realizado pela ULSAR na aquisição de diversos equipamentos para todas as Unidades de Cuidados de Saúde Primários, no âmbito de mais uma candidatura financiada pelo PRR.

PRR Plano de Recuperação e Resiliência

Este investimento visa assegurar a renovação de equipamentos clínicos, informáticos, administrativos e de apoio à prestação de cuidados de saúde, contribuindo para a melhoria da qualidade dos serviços disponibilizados à população. Frigoríficos para conservação de medicação, balanças, carros de emergência, marquesas, equipamentos informáticos, eco cardiógrafos, dopplers vasculares e fetais, bem como pequenos dispositivos médicos de diagnóstico, são alguns dos equipamentos adquiridos ao abrigo desta candidatura.

Ortoptistas

Cá DENTRO

Quando pensamos num Serviço de Oftalmologia, associamos de imediato o seu funcionamento a médicos oftalmologistas e enfermeiros. Mas **há outros profissionais que desempenham um papel fundamental nos cuidados de saúde ocular: os Ortoptistas.**

Estes profissionais – Técnicos Superiores de Diagnóstico e Terapêutica (TSDT) na área da Ortóptica – desenvolvem atividades de avaliação funcional da visão, realização de exames complementares de diagnóstico, apoio à consulta de Oftalmologia, rastreio, monitorização e acompanhamento de diversas patologias oculares. O seu trabalho é essencial na prevenção, deteção precoce e acompanhamento de doenças que podem comprometer a visão, contribuindo para uma resposta assistencial mais eficiente e centrada nas necessidades de cada utente.

Atualmente, na ULSAR existem cinco Ortoptistas, quatro integrados nos Cuidados de Saúde Hospitalares e um nos Cuidados de Saúde Primários. Esta **presença em diferentes contextos assistenciais demonstra a versatilidade destes profissionais** e a sua capacidade de adaptação às necessidades da população.



“Ambas as áreas se caracterizam pelo trabalho de proximidade com o utente, mas, enquanto no Hospital estamos mais direcionados para a fase de diagnóstico definitivo da doença ocular, o seu tratamento e acompanhamento; no Centro de Saúde o trabalho assume a componente de prevenção e rastreio, permitindo identificar precocemente alterações visuais e patologias oculares na comunidade, assegurando o encaminhamento atempado para cuidados diferenciados”, explicam.

No contexto hospitalar, a atividade dos Ortoptistas está sobretudo relacionada com a realização de exames de diagnóstico oftalmológico, como a Tomografia de Coerência Óptica, Perimetria, Retinografia e Angiografia, Topografia Corneana, Biometria com Cálculo de Lente Intraocular, e Avaliação e Tratamento Ortóptico.

Já **nos Cuidados de Saúde Primários,** a atividade centra-se em programas de rastreio, nomeadamente o Rastreio da Retinopatia Diabética, essencial para o diagnóstico precoce desta patologia, que pode levar à cegueira se não for tratada atempadamente.

Marlene Marreiros, Ortoptista com mais anos de ligação à Instituição, recorda um momento marcante vivido durante a pandemia de COVID-19, quando uma utente, de luto, precisava de conforto. “Senti que a única coisa que podia fazer para a ajudar era dar-lhe um simples abraço”, recorda, num episódio que evidencia a importância da dimensão humana nos cuidados de saúde. Carina Valente integrou a equipa após quase 20 anos no setor privado. Nesta nova etapa, pretende aliar a experiência adquirida à realidade do SNS, contribuindo para a melhoria dos cuidados prestados na ULSAR. Percursos diferentes, unidos pelo mesmo objetivo: garantir a qualidade dos cuidados de saúde ocular à população.

Num contexto em que a procura por exames de diagnóstico oftalmológico é cada vez maior, os Ortoptistas assumem, assim, um papel essencial numa resposta integrada, contribuindo diariamente para a prevenção, o diagnóstico e o acompanhamento das doenças oculares.

Também SOU

Sónia Borbinha Carrilho

Sou Técnica Superior de Diagnóstico e Terapêutica de Cardiopneumologia e Escritora

Tinha cerca de 12 anos quando o seu gosto pela escrita começou a despertar. Ao longo dos anos, essa paixão foi crescendo e encontrou na poesia o seu espaço de liberdade e expressão.

É na escrita que Sónia Borbinha Carrilho encontra o seu refúgio, deixando que as palavras deem forma aos sentimentos. "Escrever é uma paixão e quase um estado de espírito. Sinto-me livre quando escrevo e sou invadida por uma euforia de sentimentos". Para Sónia, a poesia não é propriamente uma terapia, mas é, sem dúvida, uma forma de equilíbrio e uma presença importante no seu dia a dia.

O seu primeiro livro foi publicado em 2021, pela editora Poesia Fã Clube, que, na altura, procurava novos autores. O convite surgiu como uma oportunidade para se lançar, pela primeira vez, no mundo da publicação.

Em 2025, voltou a receber um convite da mesma editora, entretanto com o nome Arteology, desta vez para participar num projeto diferente: um conto poético infantil. Sónia ficou responsável por dar o "corpo literário" às ilustrações da história, selecionadas e produzidas pela editora, transformando imagens em palavras e dando voz à narrativa.



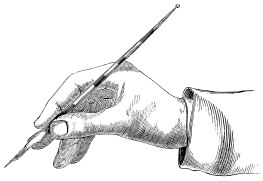
Sónia Borbinha Carrilho é TSDT de Cardiopneumologia na ULSAR, desde 2023

INDIFERENÇA

A noite continua
e o sono não vem
Olho para a rua
e não vejo ninguém

Penso quem sou
ou que serei
Serei mesmo eu
ou não serei ninguém

Se sou o que fui
Ou o que fui serei
Talvez um dia seja
o que sempre sonhei



Além destas duas obras, participou também em várias antologias organizadas e publicadas pela Chiado Editora, que reúnem textos de diferentes autores, cada um contribuindo com o seu testemunho literário.

Entre o trabalho na ULSAR e a escrita, Sónia vai encontrando espaço para alimentar esta paixão que a acompanha desde a adolescência. Porque, afinal, há pessoas que trabalham na saúde, mas que também escrevem, criam, imaginam e encontram nas palavras uma outra forma de cuidar de si.



Carla Afonso - Higienista Oral

ECOESCOVINHA: QUANDO UMA ESCOVA DE DENTES MUDA MAIS DO QUE UM SORRISO

À primeira vista, uma escova de dentes usada parece apenas mais um objeto destinado ao lixo. No entanto, nas mãos da comunidade do Barreiro, tornou-se o ponto de partida para um projeto que alia promoção da saúde, educação ambiental e cidadania, demonstrando que pequenos gestos podem gerar grandes mudanças.

É esta a essência do **Projeto Ecoescovinha,** desenvolvido pela equipa de Saúde Oral da Unidade Local de Saúde Arco Ribeirinho (ULSAR), em estreita parceria com o Município do Barreiro e outras entidades locais. Ao longo dos anos, a iniciativa tem vindo a transformar um simples hábito quotidiano num exemplo de responsabilidade coletiva, demonstrando que a promoção da saúde é mais eficaz quando ultrapassa as paredes das unidades de saúde e envolve toda a comunidade.

Criado em 2012 pela higienista oral Lídia Veludo, **o EcoEscovinha foi implementado no concelho do Barreiro em 2013** pela higienista oral Carla Afonso, inicialmente em parceria com a Associação MOMS (Miúdos Otimistas, Miúdos Saudáveis). Desde então, evoluiu para um projeto estruturado de intervenção comunitária, consolidando-se como uma referência local na promoção da saúde oral, da sustentabilidade ambiental e da cidadania.



Muito mais do que uma campanha de reciclagem, **o EcoEscovinha assenta na convicção de que a saúde se constrói nos locais onde as pessoas vivem**, aprendem e crescem. Inspirado pelos princípios da Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde e pelo conceito de Cidades Saudáveis da Organização Mundial da Saúde (OMS), o projeto procura criar ambientes promotores de saúde, capacitando crianças, famílias e comunidade para adotarem comportamentos mais saudáveis, responsáveis e sustentáveis.

O ponto de partida é simples, mas repleto de significado: recordar que uma boa saúde oral depende da escovagem correta e da substituição regular da escova de dentes, idealmente de três em três meses. Depois de cumprir a sua função, a escova não termina o seu ciclo de vida no lixo indiferenciado. É depositada num EcoEscovão, recolhida seletivamente e encaminhada para reciclagem (empresa @Extruplás), sendo posteriormente transformada em novos materiais, como mobiliário urbano. Desta forma, **um gesto individual passa a contribuir para a economia circular, reduzindo resíduos de plástico misto,** um dos materiais mais difíceis de reciclar, e reforçando a ligação entre saúde e proteção ambiental.





As escolas constituem o coração do projeto. É nelas que se desenvolvem ações de educação para a saúde, concursos anuais como "A Escola que Mais Recolhe" e "O Ecoescovão Mais Criativo", promovendo a criatividade, a consciência ambiental e a participação ativa dos alunos, transformando um simples projeto de saúde oral numa verdadeira experiência de cidadania e participação comunitária.

Ao longo da última década, **o EcoEscovinha consolidou uma vasta rede de colaboração entre a ULSAR, o Município do Barreiro, os estabelecimentos de ensino e diversas entidades locais**. Esta articulação tem permitido expandir progressivamente os pontos de recolha e integrar novos parceiros, aproximando o projeto da população e reforçando o seu impacto na comunidade.

Os resultados espelham esta mobilização coletiva. Desde o início do registo sistemático das recolhas, **o Ecoescovinha permitiu encaminhar para reciclagem cerca de 278 quilogramas de escovas de dentes usadas**, evitando que este resíduo fosse encaminhado para os circuitos convencionais de eliminação. **No ano letivo 2025/2026, foram recolhidos 83 quilogramas, o melhor resultado alcançado desde o início do projeto,** refletindo o crescente envolvimento da comunidade.

Paralelamente, o projeto continua a evoluir através da implementação de **novas medidas de promoção da saúde. Entre elas destaca-se a disponibilização de cerca de 5 000 escovas de dentes e dentífricos às crianças do ensino pré-escolar e do 1.º ciclo** pela autarquia, integrando a saúde oral nos kits de material escolar, como forma de promoção da escovagem em ambiente escolar.

A expansão dos pontos de recolha a outros equipamentos municipais, associações e diferentes unidades da ULS Arco Ribeirinho constitui igualmente uma aposta na proximidade e na construção de uma comunidade cada vez mais participativa e consciente. De momento existem **3 pontos de recolha na ULSAR: Quinta da Lomba, Santo António e Lavradio**, e esperamos conseguir expandir a outras unidades em concordância com o aumento de Gabinetes de Saúde Oral da ULSAR.

Num tempo em que os desafios da saúde pública e da sustentabilidade exigem respostas integradas, o EcoEscovinha demonstra que a inovação pode nascer de um gesto simples e quotidiano. **Ao unir saúde oral, educação, ambiente e cidadania, este projeto afirma-se como um exemplo de boas práticas de promoção da saúde**, evidenciando que a criação de ambientes promotores de saúde depende do envolvimento ativo de profissionais, escolas, autarquias e cidadãos. Mais do que um projeto de reciclagem, o EcoEscovinha demonstra que a promoção da saúde ganha verdadeira dimensão quando mobiliza toda a comunidade em torno de um objetivo comum. C**ada escova recolhida representa muito mais do que um resíduo reciclado: representa um compromisso com a saúde, com o ambiente e com as gerações futuras.** Porque, por vezes, a mudança começa com um sorriso... e com uma escova de dentes.



RETRATO

ULSAR adquire cinco novas cadeiras dentárias

A ULSAR reforçou a sua capacidade de resposta em Saúde Oral com a aquisição de cinco novas cadeiras dentárias, no âmbito de mais uma candidatura ao PRR. Este investimento permitiu aumentar a capacidade instalada de quatro para sete Gabinetes de Saúde Oral, contribuindo para o alargamento e diversificação da carteira de serviços disponibilizados aos utentes. Este reforço permite assegurar uma cobertura mais abrangente e equilibrada das 17 unidades funcionais da ULSAR, melhorando a acessibilidade geográfica aos cuidados de saúde oral e garantindo uma resposta mais próxima das necessidades da população.

PRR Plano de Recuperação e Resiliência

Bom de ouvir

BLOCO DE PARTOS / OBSTETRÍCIA

Venho expressar o meu mais sincero agradecimento a todos os profissionais que me acompanharam durante o nascimento da minha filha no Hospital do Barreiro. Gostaria de deixar um agradecimento muito especial à extraordinária equipa do Bloco de Partos que esteve presente no dia 13 de julho, nos diferentes turnos. Desde o primeiro momento fui recebida com uma enorme dedicação, profissionalismo, empatia e carinho. (...) Sentimo-nos sempre seguras, respeitadas e acompanhadas. Quero igualmente manifestar a minha profunda gratidão a toda a equipa do Serviço de Obstetrícia (...) A disponibilidade, a competência, a paciência e a forma como orientaram os primeiros cuidados à nossa bebé foram absolutamente fundamentais nesta fase tão especial. (...) **Ana Filipa B.**

UCSP BAIXA DA BANHEIRA

Venho desta forma tecer os elogios aos funcionários [D.ª Débora e Sr. Paulo] pelo excelente atendimento (...). Ambos os funcionários são de uma atenção, disponibilidade e capacidade de gestão excepcionais. Devo salientar que ambos, e com todas as limitações inerentes ao próprio sistema, tentaram por todas as formas que a situação fosse ultrapassada. Um enorme bem haja e reconhecimento a estes profissionais de excelência (...).
Margarida R.

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Unidade Local de Saúde do Arco Ribeirinho | **Direção:** Conselho de Administração
Conceção gráfica, coordenação, paginação e fotografia: Gabinete de Comunicação e Imagem
Periodicidade: Trimestral | **Contactos**: comunicacao@ulsar.min-saude.pt | 212147377
Distribuição gratuita | **Edição digital**: www.ulsar. min-saude.pt