jornal do
# HOSPITAL DO SERVIDOR PÚBLICO MUNICIPAL

HSPM
HOSPITAL DO SERVIDOR PÚBLICO MUNICIPAL

CIDADE DE SÃO PAULO
SAÚDE

Ano 15 | Edição 186 | Agosto de 2023

## Secretária Marcela Arruda participa de reunião na Superintendência no HSPM

Ao centro da foto: Dra. Marcela Arruda (Secretária Municipal de Gestão - SMG), a direita: Dra.Elizabete Michelete (Superintendente do HSPM), a esquerda: Dra. Valéria Pugliesi, Coordenadora de Gestão de Saúde do Servidor (COGESS) e a Dra. Flávia Ivana Pallinger (Chefe de Gabinete do HSPM), na sala da Superintendência do HSPM

A Secretária Municipal de Gestão, Marcela Arruda - acompanhada da Coordenadora de Gestão de Saúde do Servidor (COGESS), Valéria Pugliesi, da Chefe de Assessoria de Relações do Trabalho, Ilda Vieira Sampaio, e assessores - foi recebida pela Superintendente do HSPM no dia 6 de agosto em uma reunião com a finalidade de, entre outros assuntos, conhecer e tirar dúvidas sobre os novos recursos que o portal eletrônico do HSPM passará a oferecer aos servidores e seus dependentes.

A iniciativa do HSPM tem como objetivo atender à uma solicitação dos servidores. Durante a reunião, a Secretária Marcela Arruda ofereceu apoio e solicitou uma data para uma visita da equipe da Secretaria Municipal de Gestão (SMG) ao HSPM, para que todos pudessem conhecer a estrutura e os serviços oferecidos pelo hospital.

**No mês de agosto o HSPM recebeu emendas parlamentares:**

**Vereador Coronel Salles**
**R$ 45.411,12**
Para construção de sanitários acessíveis no Ambulatório Descentralizado de São Miguel Paulista

**Vereador Celso Giannazi**
**R$ 1.500.000,00**
Para aquisição de um mamógrafo digital

## Visita da equipe da SMG

No dia 17 de agosto, atendendo à solicitação feita pela Secretária Marcela Arruda, foram recebidos, pela Superintendente do HSPM, os membros da equipe da Secretaria Municipal de Gestão (SMG) para uma visita às dependências do hospital.

A equipe pôde constatar as melhorias estruturais realizadas nos últimos anos e entender melhor os serviços oferecidos pelo servidor municipal, como as especialidades médicas dos ambulatórios e exames realizados no Centro Diagnóstico.

Estiveram presentes a Sra. Ilda Vieira Sampaio Mendes, Chefe da Assessoria de Relações do Trabalho (ART), Lucas Araújo de Andrade Lima e Tabatha de Bellis Leão, Assessores da ART, e Willian Michael Garcia, Assessor do Gabinete da Secretaria Municipal de Gestão (SEGES).

Nos últimos anos, o parque tecnológico do HSPM ampliou-se e recebeu, entre outros equipamentos, um aparelho que realiza a técnica de MALDI-TOF ( Matrix Assisted Laser Desorption Ionization Time Of Flight) para identificação de bactérias, leveduras e fungos filamentosos, no Laboratório de Análises Clínicas; além de equipamentos de Raio-X de última geração, instalados no Pronto-Socorro Adulto e no Centro Diagnóstico. Ademais, outras modernizações e melhorias estruturais em todo o Complexo Hospitalar têm sido implementadas no decorrer destes três anos de gestão, visando qualificar o atendimento ao servidor.

# Acompanhe o andamento das obras de revitalização:

A Gerência Técnica de Engenharia e Manutenção acompanhou a reforma geral dos sanitários dos ambulatórios de especialidades localizados no 4º, 5º e 6º andares do hospital, com modernização e instalação de itens que atendem aos padrões de acessibilidade para as pessoas com deficiência ou mobilidade reduzida.

O valor da reforma foi R$ 268.708,73. Veja abaixo as fotos comparativas do antes e do depois da melhoria:

## Descarte incorreto das etiquetas gera prejuízos ambientais e patrimoniais

Pequenas atitudes praticadas no nosso dia a dia podem parecer insignificantes, entretanto, consequências de maiores proporções são geradas quando essas ações acontecem de forma rotineira e são praticadas por um número maior de pessoas.

As etiquetas adesivas de identificação coloridas fornecidas aos pacientes e visitantes que utilizam os serviços do hospital são essenciais para a otimização e segurança no atendimento.

Entretanto, ao sair do hospital é importante descartá-las de forma correta nas lixeiras presentes no percurso até nossa saída do hospital.

A soma de um número considerável de pequenos papéis dispensados no chão de forma descuidada, em grande volume, poderá causar obstruções nos encanamentos, que resultam em custos extras para manutenção e correções estruturais. Já na área externa do hospital, o lixo irregular causará poluição. Além disso, etiquetas encontradas em ambientes externos geram prejuízos à imagem institucional do HSPM, que pode ser reconhecida como uma instituição que polui e não como uma instituição que tem buscado atingir os critérios orientados pelo Compromisso com a Qualidade Hospitalar (CQH), perdendo-se assim o trabalho que vem sendo desenvolvido por todas as unidades do hospital.

O hospital possui um Plano de Gerenciamento de Resíduos de Serviços de Saúde, que é acompanhado por uma comissão que zela pela atenção ao uso, descarte e destinação de resíduos. Ainda que o HSPM esteja comprometido em desenvolver cada vez mais ações de sustentabilidade – uma das diretrizes-base da sua missão, visão e valores – precisamos contar com a colaboração dos servidores para atingir resultados satisfatórios que beneficiarão a todos, lembrando que o hospital é nosso e o cuidado com ele depende de cada um de nós!

*Equipe do Centro Obstétrico, Maternidade e UTI Neonatal durante as atividades do Agosto Dourado. Créditos: Dra. Zaira P. Daud*

# Centro Obstétrico realiza atividades no Agosto Dourado

A equipe de Enfermagem do Programa Parto Seguro do Centro de Estudos e Pesquisas "Dr. João Amorim" – CEJAM - e os profissionais de saúde do Centro Obstétrico realizaram ações para celebrar mês do aleitamento materno junto com as mamães. A campanha Agosto Dourado se inicia na primeira semana de agosto (Semana Mundial do Aleitamento Materno) e neste ano teve como mote: "Possibilitando a amamentação: fazendo a diferença para mães e pais que trabalham", tendo como uma das abordagens os direitos das mães previstos pela Constituição Federal.

Foram realizadas as ações: decoração do setor com laço dourado, bexigas e árvore com fotos das mães servidoras amamentando seus bebês; "dinâmica do guarda-chuva" (metodologia lúdica de perguntas e respostas); moldura para fotografia e doação de potes para armazenamento do leite às mães.

A Dra. Vera Campmann, coordenadora do Berçário e UTI Neonatal do HSPM, comenta sobre a importância da amamentação para a saúde da mãe e do bebê: "Os benefícios da amamentação para o bebê vão desde a proteção imunológica, a prevenção de doenças na infância - como alergia - o bom desenvolvimento cognitivo e do aparelho fonador, até prevenção de futuras doenças com diabetes tipo 2, hipertensão, hipercolesterolemia. Não podemos nos esquecer do favorecimento no vínculo emocional mãe/bebê, pois o bebê amamentado tem mais contato com a mãe, sensação de segurança, amor, cuidado e proteção".

# Grupo de Gestantes

Há no HSPM um grupo para gestantes, acompanhado por equipe multidisciplinar formada por Enfermeira, Assistente Social, Nutricionista, Fisioterapeuta, Fonoaudióloga, Odonto Pediatra, Psicóloga e Médicos Obstetras; que orientam e tiram dúvidas das mamães sobre toda a fase da gestação, através de aulas teóricas e atividades práticas.

*Parte da equipe do Grupo de Gestantes*

O grupo, formado em média por dez gestantes e seus acompanhantes, reúne-se pelo período de um mês, em três aulas nas quais são abordados temas relacionados à gestação e aos cuidados com o recém-nascido. É realizada visita aos setores do 8º andar do hospital (Maternidade, Centro Obstétrico e UTI Neonatal), a fim de que as futuras mamães se sintam mais acolhidas e seguras para o momento do parto.

Mercedes Tibério Caldeira, Enfermeira com Especialização em Saúde Pública que atua nos Grupos de Educação em Saúde do HSPM, comenta sobre a importância das instruções para as gestantes: "Usualmente encontramos uma ou outra pessoa que passou pelo grupo. A grande maioria agradece muito, principalmente as mães de primeira viagem. Além disso, os pais se sentem mais seguros e indicam aos amigos e colegas".

A Dra. Jovina Rulli Bovino, Médica Ginecologista que atua no HSPM desde 1986 e acompanha o Grupo de Gestantes desde então, comenta que este trabalho se iniciou em 1985 com uma equipe menor, na qual havia apenas uma Assistente Social, uma Enfermeira e uma Educadora Sanitária. "Para você ver que esse grupo é bem antigo, tem mais do que 37 anos. A finalidade é fazer uma ponte entre o pré-natal e o plantão, além de esclarecer sobre o funcionamento do hospital e da maternidade", comenta Dra. Jovina. Com relação à importância do pré-natal para a amamentação, a Médica Ginecologista complementa: "Trata-se de um conjunto de medidas para deixar a mãe mais segura e conseguir ter tranquilidade para amamentar. A principal motivação da amamentação é o fortalecimento do vínculo entre mãe e filho".

Em um livro de poesias de sua autoria, Dra. Jovina Rulli compartilha um pouco mais do seu olhar sobre a amamentação:

**AMAMENTAÇÃO**

O leite materno
é como a seiva bruta do seio,
e o sangue que flui
através da placente,
são as árvores geradoras da vida.

Ambos nutrem
de maneira inesgotável e incessante
a criança em plena formação.

Sangue e placenta,
leite e seio,
símbolos transformados
em intenso fluir de forças vitais
que alimentam todo o ser vivo.

Amamentação
eterna troca de amor
infinita doação
de rara energia viva.
Árvore transformada em vida.

**Autora: Dra. Jovina Rulli Bovino**

# Evento do Dia dos Pais contou com a participação dos servidores

A primeira quinzena de agosto agregou os servidores em diversas atividades para homenagear os pais. Exercícios físicos, sessões terapêuticas, fotos interativas, sorteios, entregas de brindes e apresentação musical foram algumas das ações realizadas e proporcionaram momentos de descontração, alegria e união aos participantes.

A programação teve início no dia 4 de agosto, com o jogo de futsal dos pais, que foi realizado no Colégio Santo Agostinho, entre os servidores que trabalham no hospital. A organização estima que houve a participação de aproximadamente 80 pessoas.

Nos dias 10 e 11 de agosto a equipe circulou pelos setores do hospital registrando fotos lúdicas com os pais, utilizando bigodes como temática e bexigas coloridas.

O dia 11 de agosto ainda contou com outras atividades: a manhã foi iniciada com sessão de massagem realizada por massoterapeutas da "Associação Massagem Feita Por Cegos". Já às 11h, em um momento animado do evento, os servidores e acompanhantes de pacientes ouviram e assistiram a apresentação do Coral do HSPM. Além disso, a Central de Ação Voluntária (CAV) realizou a entrega de "mimos", pela manhã, aos pais assistidos na Clínica da Oncologia, surpreendendo com alegria os pacientes em tratamento.

Fechando o dia com chave de ouro, foram sorteadas duas cestas de Dia dos Pais: a primeira na categoria "Pai do Ano", tendo como inscritos sete servidores que usufruíram da Licença Paternidade em 2023. Paulo de Freitas, papai de "primeira viagem" da Gerência Técnica de Engenharia e Manutenção, foi o felizardo. A segunda cesta, na categoria "Público Geral", teve 154 inscritos e contou com o apoio do Banco do Brasil para a tiragem do número, tendo sido realizada às 15h do dia 11 de agosto, na própria agência. O vencedor da segunda categoria foi o servidor do Pronto-Socorro Adulto, José de Souza Martines. O sorteio aconteceu com a presença de servidores da Gerência Técnica de Capacitação e Desenvolvimento, da Assessoria de Relações Institucionais e de outros setores do HSPM.

Ainda como parte da programação em celebração ao dia dos pais, a Diretoria de Gestão de Talentos (DGT-1) realizou plantão tira-dúvidas sobre paternidade responsável entre os dias 7 e 11 de agosto, no prédio administrativo do hospital.

A equipe responsável pela organização do evento deixa seus agradecimentos ao apoio oferecido pelo Colégio Santo Agostinho e pelo Banco do Brasil; à empresa Líder Brasileira em Grupos de Serviços (LBGS), aos massoterapeutas da "Associação Massagem Feita Por Cegos", e ao maestro Jorge Salgado, que conduziu o Coral do HSPM em sua apresentação.

# Tecnovigilância foi tema de reunião

No dia 10 de agosto, sob coordenação da Chefe de Gabinete do HSPM, Dra. Flávia Ivana Pallinger, foi realizada reunião na qual participaram representantes dos setores: Gerência de Risco e Segurança do Paciente, Almoxarifado, Gerência de Suprimentos, Comissão de Padronização de Materiais e Equipamentos (CPME), Departamento de Administração e Infraestrutura (DAI). A pauta abordou o processo de tratativa das Notificações de Queixa Técnica (suspeita de alteração ou irregularidade de um produto de saúde), e debateu sobre a importância do alinhamento no trabalho de Tecnovigilância.

Durante a reunião, a Dra. Elizabete Michelete chamou atenção para tornar público a todos os profissionais de saúde a necessidade de notificar o mais breve possível qualquer suspeita de não conformidade do produto de saúde percebida durante o uso e enviar à Gerência de Risco.

A Dra Flávia Ivana Pallinger comentou: "O objetivo é agilizar a adoção de medidas cabíveis se constatado o desvio de qualidade, ou reduzir a possibilidade de que o produto inadequado ou não conforme possa contribuir na ocorrência de outros Eventos Adversos (EA) durante o processo do cuidado, desse modo ampliando ações em prol da segurança do paciente".

Por intermédio das Notificações de Ocorrências, recebidas na Gerência de Risco e Segurança do Paciente, sob coordenação de Doralice Pereira da Silva, realiza-se um trabalho investigativo, com o intuito de tornar consistentes os relatos sobre o produto e sua categorização, em se tratando de uma Queixa Técnica ou de um Evento Adverso (efeito indesejado do produto que atingiu o paciente durante a prestação do cuidado assistencial) .

Tecnovigilância e Sistemas de Notificação são um conjunto de procedimentos de averiguação de produtos de saúde, utilizados durante o cuidado assistencial do paciente, conforme estabelecido em Resolução de Diretoria Colegiada nº 36/2013 – MS/ANVISA. O trabalho é orientado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA).

# Brinquedoteca Betinho

Primeira Brinquedoteca Hospitalar da Rede Municipal de Saúde de São Paulo, o espaço foi inaugurado em 2002 e é fruto de parceria realizada entre o HSPM, Secretaria Municipal da Saúde (SMS) e o Comitê Betinho, da Associação dos Funcionários do Banco Banespa/Santander. O nome é uma homenagem a Herbert de Souza, sociólogo fundador da "Ação da Cidadania". Há 21 anos faz parte do projeto Brincar é Coisa Séria, da SMS, e do Programa de Humanização Hospitalar do HSPM, por meio da Central de Ação Voluntária (CAV). A Brinquedoteca é destinada a atividades educativas, lúdicas e recreativas, voltadas para pacientes entre 0 a 17 anos de idade, seus familiares e acompanhantes.

O objetivo é minimizar o trauma e o sofrimento decorrentes da hospitalização, estabelecendo uma convivência harmônica entre a criança, seus acompanhantes e os profissionais envolvidos com sua permanência no hospital, com intermediação de voluntários.

A Brinquedoteca Betinho está localizada na Enfermaria da Clínica de Pediatria, no 8º andar do hospital, e esteve fechada no período da pandemia. Em julho de 2023 houve o retorno às atividades, quando a Portaria 314/2023 - SMS-G regulamentou os critérios para a prestação da atividade voluntária.

# Reunião da Qualidade (NEPQ) no mês de agosto

No dia 1 de agosto, o Núcleo Executivo de Planejamento e Qualidade (NEPQ) recebeu dos representantes dos setores os documentos que buscam evidenciar o cumprimento de itens do roteiro do Programa "Compromisso com a Qualidade Hospitalar" (CQH) pelo HSPM.

Os itens obrigatórios constantes no roteiro têm sido trabalhados por servidores das diferentes áreas do hospital e estão relacionados aos seguintes fundamentos: pensamento sistêmico, compromisso com as partes interessadas, aprendizado organizacional e inovação, liderança transformadora, desenvolvimento sustentável, orientação por processos e geração de valor.

O hospital pretende solicitar a visita de avaliação de especialistas do programa CQH com a expectativa de obter o selo de conformidade e conta com a colaboração de todos os servidores para alcançar a validação. A Superintendente participou do evento, agradeceu a presença de todos e comentou: "Mais importante que selar o HSPM, é preservarmos as boas práticas no dia a dia, cuidando e pensando sempre no paciente".

Já no dia 22 de agosto, Dra. Mônica Ahmed, diretora do Departamento de Apoio Técnico (DAT), conduziu a apresentação da reunião mensal da Qualidade.

# V Simpósio de Metodologia Científica

No dia 1 de agosto, A Gerência Técnica de Ensino e Pesquisa (GTEP) e a Comissão de Residência Médica (COREME) promoveram a quinta edição do Simpósio de Metodologia Científica, com o objetivo de apoiar e embasar as pesquisas realizadas pelos médicos residentes que atuam no hospital.

O incentivo ao desenvolvimento científico em um hospital terciário como o HSPM gera como resultado a continuidade da atualização permanente dos especialistas, aprimorando os protocolos terapêuticos e, consequentemente, oferece mais qualidade e cuidado no atendimento aos pacientes.

O Dr. Aumilto Augusto da Silva Junior, médico que atuou no hospital no período de sua residência e hoje segue na especialidade de Oncologia no Hospital Santa Catarina, sendo também membro acadêmico em pesquisa translacional pela Fundação Sandro Pittigliani, abriu as apresentações com o tema "Tipos de estudos científicos", no qual pontuou as vantagens, desvantagens e características dos tipos de pesquisa desenvolvidos no âmbito da medicina, bem como destacou a importância do desenvolvimento da habilidade da escrita na produção dos trabalhos científicos.

Outros temas do simpósio foram abordados por especialistas do hospital, como as pesquisas de descritores em ciências da saúde, apresentado por Estela Alves Madeira (Bibliotecária); a elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC), ministrado pelo Professor Dr. Bruno Rodrigues Miranda (Médico Ortopedista e Coordenador da Clínica de Ortopedia e Traumatologia) e a apresentação do TCC, conduzido pela Professora Dra. Fabiana Franca Pelegrini (Médica Cirurgiã do Aparelho Digestivo e Coordenadora do Centro Cirúrgico).

Além da participação dos médicos residentes, supervisores e equipe multiprofissional, o evento contou também, na cerimônia de abertura, com a presença da Superintendente do hospital, Dra. Elizabete Michelete, do diretor do Departamento de Atenção à Saúde, Dr. Marcos Yoshio Yano, da diretora da Gerência Técnica de Ensino e Pesquisa, Juliane Cristina Burgatti, do coordenador da Comissão de Residência Médica, Dr. Pedro Marcos Santinho Bueno de Souza e da Presidente da Associação dos Médicos Residentes, Dra. Rafaella Fiquene de Brito Filgueira.

## Educação Continuada em Enfermagem

A Gerência Técnica de Capacitação e Desenvolvimento e o Programa de Educação Continuada em Enfermagem concluíram cursos em 21 temas diferentes em agosto, na modalidades Ensino a Distância (EAD) e presencial. No total, foram emitidos 31 certificados aos servidores que concluíram os cursos.

Os temas abordados foram: Anotação de Enfermagem e a Importância da Passagem de Plantão: Comunicação Efetiva; Coleta de Materiais Biológicos; Atualização em Esterilização de Materiais; Cuidados com Intubação Orotraqueal e Ventilação Mecânica; Boas Práticas para a Prevenção de Infecção Primária da Corrente Sanguínea e Prevenção de Infecção do Trato Urinário; Atualização em Tratamento de Feridas e Curativos; Cuidados com Cateter Central de Inserção Periférica; Preparo do Corpo após a Morte; Atualização Cuidados com a Higiene das Mãos; Passagem e Cuidados com Drenos e Sondas; Contenção Mecânica; Cuidados Gerais e Manejo Clínico COVID-19 HSPM; Acidente com Material Biológico - Protocolos e Fluxos de Trabalho HSPM; Cuidados e Atualização na Aplicação da Técnica de Hipodermóclise; Atualização e Cuidados com Vacinas; Curso Básico de Classificação de Risco em Urgência e Emergência Aspectos Introdutórios; Assistência em Hemotransfusão; Equipamentos de Proteção Individual e Precauções de Isolamento - Segurança em Saúde; Atualização em Coleta de Gasometria Arterial e Venosa; Assistência de Pacientes Diabéticos no Âmbito Hospitalar e Ambulatorial; Protocolo de Enfermagem de Higiene Bucal nas UTIs do HSPM.

# DICA DA NUTRICIONISTA

A amamentação é um processo fundamental para a saúde e desenvolvimento do bebê, sendo um ato exclusivo nos primeiros seis meses de vida e complementar até os dois anos do bebê, ou mais.

O leite materno é, entre todos, o alimento mais completo para o recém-nascido e oferece os nutrientes necessários para um crescimento saudável. Além disso, a prática fortalece o vínculo entre a mãe e o bebê.

1. Benefícios do aleitamento materno para o bebê:

- Contém anticorpos que auxiliam na proteção contra infecções, alergias e doenças, fortalecendo o sistema imunológico e prevenindo problemas dentários e respiratórios;
- É facilmente digerido, o que reduz o risco de cólicas e prisão de ventre;
- A sucção na mama ajuda no desenvolvimento adequado da mandíbula e músculos faciais do bebê;
- A amamentação proporciona uma recuperação mais rápida em casos de doenças.

2. Benefícios do aleitamento materno para a mãe:

- Auxilia no processo de recuperação pós-parto, pois libera hormônios que auxiliam na contração do útero, fazendo com que volte ao tamanho normal mais rapidamente;
- Ajuda na redução do peso adquirido durante a gestação de forma mais acelerada;
- Reduz o risco de câncer de mama e ovário;
- Reduz risco de hemorragia e anemia após o parto;
- É mais econômico e higiênico;
- É mais prático e seguro: o leite está sempre pronto e fresco, na temperatura certa e não estraga.

# Saber ouvir, conversar e principalmente ter empatia com os problemas do paciente

*Dr. Minaguti compartilha os aprendizados adquiridos em 43 anos de experiência profissional*

*Dr. José Carlos Minaguti*

Desde 1981, o oftalmologista José Carlos Minaguti atua no HSPM, exercendo seu profissionalismo com foco no paciente e com atendimento humanizado, conforme a missão institucional, que é "atender, cuidar e ensinar com excelência".

Especializado em Oftalmologia, Dr. Minaguti realizou sua graduação na Santa Casa de São Paulo em 1977. Em 1978 prestou serviço no Hospital Geral do Exército em São Paulo, tendo retornado à Santa Casa em 1979 para concluir sua residência médica na instituição.

Sua trajetória no HSPM se iniciou há 42 anos como médico assistente na Clínica de Oftalmologia. No dia 23 de janeiro de 2004, o médico assumiu a coordenação do ambulatório e permanece nesta função até hoje.

Para o oftalmologista, a especialidade se destaca no hospital, tanto pelo número de consultas quanto pelos procedimentos e cirurgias realizadas: "Com a colaboração dos funcionários da clínica, conseguimos administrar este grande atendimento clínico, cirúrgico, exames pré-operatórios, relatórios médicos, farmácia de alto custo, realizados tanto aqui no HSPM e quanto nos serviços terceirizados". E complementa: "Faz parte ainda das nossas atividades manter sob controle o estoque e fluxo de materiais cirúrgicos, além da manutenção e aquisição de novos equipamentos para a clínica".

Quando perguntado sobre o que considera ser um bom médico, Dr. Minaguti comenta: "Acredito que além de ter uma boa formação profissional, ele deve saber ouvir, conversar e principalmente ter empatia com os problemas do paciente. Isto é o mais importante, saber ouvir. Ainda que não seja possível suprir todas as expectativas, a grande maioria dos pacientes sairá satisfeita".

O especialista considera o reconhecimento profissional por parte dos pacientes como algo que o emociona e que o faz ter certeza de ter trilhado o caminho certo. Neste sentido, deixa uma recomendação aos médicos recém-formados: "Os jovens, em sua grande maioria, têm pressa para tudo: formar logo, ganhar muito e rapidamente, ficar independente financeiramente. Eu diria para estudarem muito e se atualizarem sempre. Profissionalmente isto sedimentará a sua caminhada, sempre para cima e com muita estabilidade".

HSPM NA MÍDIA

## HSPM vira pauta da Prefeitura

A equipe de comunicação da Prefeitura Municipal de São Paulo (PMSP) gravou um vídeo no HSPM, para mostrar o Projeto de Terapia Assistida por Animais (Cinoterapia) realizado no hospital, com os cães da Guarda Civil Metropolitana (GCM). O registro está disponível na página da PMSP no Instagram. Aponte a câmera do seu celular para o QR Code acima e confira.

## Congresso de Otorrino

Entre os dias 24 e 26 de agosto, foi realizado o 22º Congresso da Fundação Otorrinolaringologia. O evento aconteceu no Centro de Convenções Frei Caneca, em São Paulo - SP. A Dra. Fátima Regina Abreu Alves, Coordenadora da Clínica de Otorrinolaringologia do HSPM participou do painel "Apneia Obstrutiva do Sono", realizado no dia 25 de agosto e, na ocasião, ministrou a palestra " Diferença no Sono entre Homens e Mulheres".

## Revista SOMANLU

O trabalho "Contribuições da Reflexologia Podal no Cuidado à Saúde", de autoria de um grupo de profissionais especialistas que atuam no HSPM, teve destaque na mídia e foi divulgado pela Revista de Estudos Amazônicos SOMANLU em edição recente.

O estudo destaca a Reflexologia Podal dentre as Práticas Integrativas e Complementares de Saúde (PICS) e apresenta uma pesquisa realizada com 663 pacientes do ambulatório de PICS do HSPM, no período de 2016 a 2020. As queixas em sua maioria foram de dor, sendo que 100% dos pacientes relataram alguma melhora, o que indicou que esta terapia contribuiu para a melhora no controle da dor e sintomas correlatos. Este trabalho só foi possível porque contamos com a participação dos voluntários em Reflexoterapia Podal, terapia é oferecida no hospital desde 2008.

# Conheça os diferentes tipos de rinite

## A rinite alérgica é a mais frequente entre os brasileiros

Fatores ambientais, como locais com muita poeira e mudanças bruscas de temperatura, podem desencadear a rinite, doença caracterizada pelos espirros frequentes, coriza e coceira no nariz, garganta e olhos.

Nesta edição do HSPM Responde, a coordenadora da clínica de Otorrinolaringologia do hospital, Dr. Fátima Regina de Abreu Alves, explica quais são os tipos de rinite, sintomas, tratamentos e os perigos da automedicação.

### O que é a rinite?

É uma doença crônica formada por diversos elementos comuns em crianças e adultos e definida como uma inflamação da mucosa nasal. A taxa de prevalência em adultos, de acordo com alguns estudos, é de 9,6% para rinite não alérgica e 29,8% para rinite alérgica. Crianças com história familiar parental de doenças atópicas desenvolvem sintomas com mais frequência e em uma idade mais jovem do que aquelas com pais não alérgicos. Há predomínio de rinite alérgica no sexo masculino e predomínio no feminino de rinite não alérgica durante a adolescência e na idade adulta. Existe um alto risco de desenvolver asma em crianças e adultos com rinite alérgica.

### Quais são os sintomas mais comuns?

A rinite é caracterizada pela presença de um ou mais sintomas nasais que incluem espirros (constantes e em sequência), coceira (no nariz, nos olhos, na boca e na garganta), coriza (secreção nasal) e obstrução nasal (nariz entupido).

### Quais as causas? Tem relação apenas com fatores externos?

A rinite alérgica é uma doença imunomediada, predominantemente causada por exposição a alérgenos ambientais (como fungos e ácaros) em indivíduos geneticamente predispostos, e ocorre parcialmente em decorrência de alterações no sistema imunológico.

Na rinite não alérgica sem eosinofilia (células que participam da imunidade e da resposta alérgica), os pacientes têm maior sensibilidade aos desencadeantes ambientais, como mudanças de temperatura, ar condicionado, poluentes, fumaça de tabaco e outros irritantes. Em outros pacientes pode decorrer de fatores exacerbantes, como o estresse emocional e o álcool.

### Como funciona o diagnóstico?

Uma avaliação eficaz do paciente com rinite geralmente inclui: determinação do padrão, cronicidade e sazonalidade dos sintomas nasais e relacionados; resposta a medicamentos; presença de outras condições; exposição profissional; história ambiental detalhada e identificação de fatores precipitantes.

Realiza-se exame físico dos sistemas orgânicos potencialmente afetados por alergias, com ênfase nas vias respiratórias superiores. Também são realizados exames de nasofaringo-laringoscopia, que podem demonstrar doenças associadas, como sinusite, laringite, refluxo e otite média.

### Como é o tratamento?

É determinado de acordo com a causa. A remoção do alérgeno também pode melhorar a gravidade da rinite alérgica e reduzir a necessidade de medicamentos. O tratamento atual para controle dos sintomas deste tipo de rinite envolve anti-histamínico e corticosteroides. Os esteroides intranasais são os medicamentos mais eficazes disponíveis para suprimir todos os sintomas de rinite, incluindo a obstrução nasal.

O tratamento deve ser individualizado com base em fatores como idade, gravidade dos sintomas, sazonalidade, via de preferência de administração do medicamento (ou seja, nasal versus oral), efeitos colaterais do medicamento, custo, início de ação e benefício para condições comórbidas.

### É possível curar ou apenas controlar os sintomas?

A rinite alérgica e a rinite crônica podem ser controladas e os medicamentos reduzem os sintomas e controlam o quadro. São recomendadas lavagens nasais com soro fisiológico e devem ser identificados os fatores desencadeantes para que sejam implementadas medidas de controle ambiental. A imunoterapia específica é utilizada nos casos de pacientes em que o arsenal medicamentoso disponível não esteja surtindo o efeito desejado e/ou quando o tratamento se torna desvantajoso pelos efeitos colaterais que produz, ou ainda quando não se consegue ter um controle total do ambiente.

As cirurgias podem ser indicadas no tratamento de condições comórbidas, como obstrução nasal severa decorrente de desvio septal ou hipertrofia da concha inferior, hipertrofia de adenoide e sinusites refratárias ou complicadas.

### Há formas de se prevenir?

Identificar os alérgenos ou irritantes ambientais que desencadeiam os sintomas da rinite pode ser importante na gestão do processo da doença. Quadros leves podem ser gerenciados apenas com medidas de prevenção.

Pólen, ácaros, animais, proteínas de insetos e fungos são os desencadeantes alérgicos mais proeminentes. A remoção do alérgeno também pode melhorar a gravidade da rinite alérgica e reduzir a necessidade de medicamentos.

A redução da exposição ao alérgeno dos ácaros da poeira pode ser realizada da seguinte maneira: remover tapetes e brinquedos de pelúcia, usar capas impermeáveis a alérgenos para colchões e travesseiros, limpar as camas e lavar as roupas destas semanalmente, abrir as janelas durante o dia e fazer faxinas semanais em casa.

**EXPEDIENTE**
**Jornal do HSPM**

Superintendente: Dra. Elizabete Michelete

Assessoria de Relações Institucionais
Publicitária: Daniela Avancini | MTB 6486
Relações Públicas: Luísa de F. Carvalho
Fotografia: Régis Silva e Dayane Tavares
Rua Castro Alves, 63/73 - 7º andar
Aclimação - São Paulo - SP

**www.hspm.sp.gov.br**