



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE RELATÓRIO ANUAL 2022





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Pela Janela
Imerso na solidão do teu quarto
olhas pela janela fechada sobre a tua vida,
em busca de um rasgo de luz
que te traga à lembrança
a felicidade dos momentos que todos os dias recordas
com a raiva de quem já não sabe ser feliz!
O suspiro que não contém
denuncia a desesperança,
e a janela que não abres,
por onde não permites que a vida entre,
deixa vislumbrar a vida que fervilha lá fora.
Talvez pudesses abrir essa janela...
Talvez pudesses sair desse quarto...
Talvez pudesses tomar nas tuas mãos
o que resta do teu tempo,
e deixar-te levar pela brisa que passa
suavemente pelos teus cabelos brancos;
pela luz que descobre os sulcos que vincam a tua face;
pelo sol que aquece as tuas mãos trémulas e inseguras;
sem teres pena de ti próprio
porque és velho!

(Luísa Pimentel, 2005)



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Introdução

A Unidade Móvel de Saúde surgiu, tendo em consideração as crescentes e justas exigências das populações em termos de quantidade e de prontidão de respostas às necessidades em matéria de saúde e apoio social, tendo por objetivo a melhoria da prestação de cuidados de saúde e apoio social à população do concelho de Macedo de Cavaleiros, otimizando recursos e aproveitando sinergias, foi celebrado e implementado um Acordo Cooperação, entre: a Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros e a Câmara Municipal de Macedo de Cavaleiros;

Tem como objetivo o funcionamento no concelho de Macedo de Cavaleiros, especialmente vocacionada para prestar cuidados de saúde principalmente de natureza preventiva, de promoção e apoio social, sendo a população alvo:

- Pessoas em situação de isolamento (social e/ou geográfico) e/ou com elevado grau de dependência, essencialmente idosos e pessoas em idade ativa com patologias.

Assim, através da Unidade Móvel de Saúde, contribui-se para a:

- Diminuição das diferenças na acessibilidade aos cuidados de saúde das pessoas idosas e/ ou com dependência, que vivem isoladas;
- Promoção da prestação de cuidados de saúde e sociais em proximidade;
- Diminuição do isolamento social através do apoio psicossocial;
- Identificação de critérios de fragilidade e vulnerabilidade e atuar em conformidade.

A Unidade Móvel de Saúde iniciou o seu serviço no dia 02 de Fevereiro de 2016, renovando o protocolo a 02 de Fevereiro de 2018, tendo desde então percorrido ininterruptamente todas as localidades do Concelho de Macedo de Cavaleiros prestando os seguintes serviços/ atendimentos:

a) Caracterização:

- Identificação e caracterização dos utentes;
- Habilitações Literárias;
- Situação face ao emprego;
- Tipologia familiar;
- Situação relativa a Médico de família;
- Verificação da toma de medicação habitual;
- Verificação de antecedentes clínicos.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

b) Avaliações:

- Peso;
- Altura;
- Perímetro Abdominal;
- Índice de Massa Corporal;
- Frequência Cardíaca;
- SPO2 (saturação periférica de oxigénio);
- Tensão Arterial;
- Glicémia;
- Colesterol.

c) Educação para a saúde:

- Organização da “caixa medicamentosa”;
- Breves abordagens individuais de comportamentos preventivos;
- Desmistificação e informação acerca da medicação.

Visto que a maioria dos utentes referem tomar medicação habitual e sistematicamente, resultado das patologias e antecedentes clínicos que a população destas faixas etárias padece.

Torna-se por isso importante trabalhar as questões relativas à desmistificação e informação acerca da medicação, tentando prevenir sobredosagens e tomas excessivas por falta de informação.

Foi realizado um trabalho de orientação e auxílio na identificação e reconhecimento dos fármacos prescritos: mesmos princípios ativos com embalagens e/ou laboratórios diferentes.

Após a paragem de dois anos, devido à Covid 19, a Unidade Móvel de Saúde, retomou a atividade em Março de 2022, realizando 8 voltas pelo Concelho.

A marcação do horário da Unidade Móvel foi efetuada pela Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros, sendo divulgada através dos contactos com os Presidentes de Junta, com os párocos das diferentes localidades e respetivas Comissões Fabriqueiras, através do sítio da Internet e do Facebook, da Câmara Municipal de Macedo de Cavaleiros e de material de informação – flyers, cartazes, etc....



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

ANÁLISE DE DADOS – SÍNTESE

Nº total de atendimentos: 3754

1ª Volta: 530 atendimentos, dos quais 61 novos e 469 repetentes

2ª Volta: 366 atendimentos, dos quais 35 novos e 331 repetentes

3ª Volta: 438 atendimentos, dos quais 36 novos e 402 repetentes

4ª Volta: 521 atendimentos, dos quais 47 novos e 474 repetentes

5ª Volta: 548 atendimentos, dos quais 55 novos e 493 repetentes

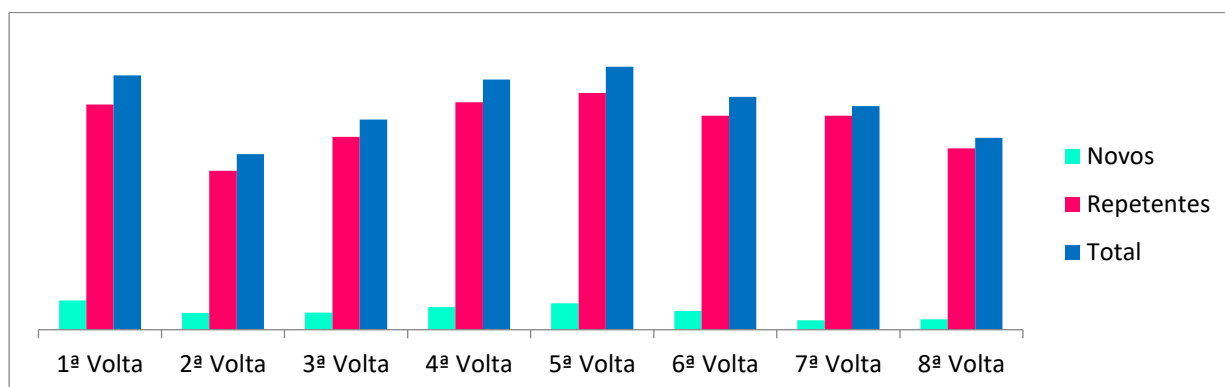
6ª Volta: 485 atendimentos, dos quais 39 novos e 446 repetentes

7ª Volta: 466 atendimentos, dos quais 20 novos e 446 repetentes

8ª Volta: 400 atendimentos, dos quais 22 novos e 378 repetentes

Atendimentos/ Volta:

	1ª Volta	2ª Volta	3ª Volta	4ª Volta	5ª Volta	6ª Volta	7ª Volta	8ª Volta
Novos	61	35	36	47	55	39	20	22
Repetentes	469	331	402	474	493	446	446	378
Total	530	366	438	521	548	485	466	400
Acumulado	530	896	1334	1855	2403	2888	3354	3754





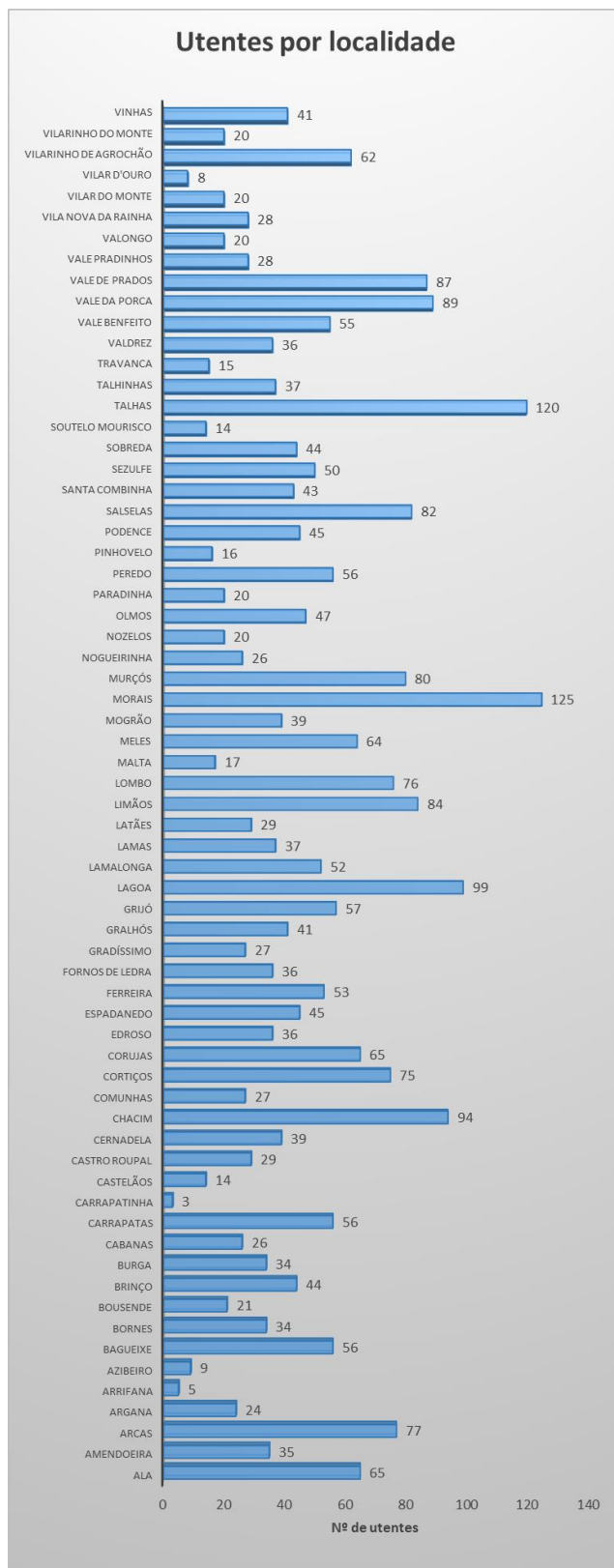
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Nº total de Utentes: 2985

Ala	65	Espadanedo	45	Pinhovelô	16
Amendoeira	35	Ferreira	53	Podence	45
Arcas	77	Fornos de Ledra	36	Salselas	82
Argana	24	Gradíssimo	27	Santa Combinha	43
Arrifana	5	Gralhós	41	Sezulfe	50
Azibeiro	9	Grijó	57	Sobreda	44
Bagueixe	56	Lagoa	99	Soutelo Mourisco	14
Bornes	34	Lamalonga	52	Talhas	120
Bousende	21	Lamas	37	Talhinhas	37
Brinço	44	Latães	29	Travanca	15
Burga	34	Limãos	84	Valdrez	36
Cabanas	26	Lombo	76	Vale Benfeito	55
Carrapatas	56	Malta	17	Vale da Porca	89
Carrapatinha	3	Meles	64	Vale de Prados	87
Castelãos	14	Mogrão	39	Vale Pradinhos	28
Castro Roupal	29	Morais	125	Valongo	20
Cernadela	39	Murçós	80	Vila Nova da Rainha	28
Chacim	94	Nogueirinha	26	Vilar do Monte	20
Comunhas	27	Nozelos	20	Vilar D'Ouro	8
Cortiços	75	Olmos	47	Vilarinho de Agrochão	62
Corujas	65	Paradinha	20	Vilarinho do Monte	20
Edroso	36	Peredo	56	Vinhas	41



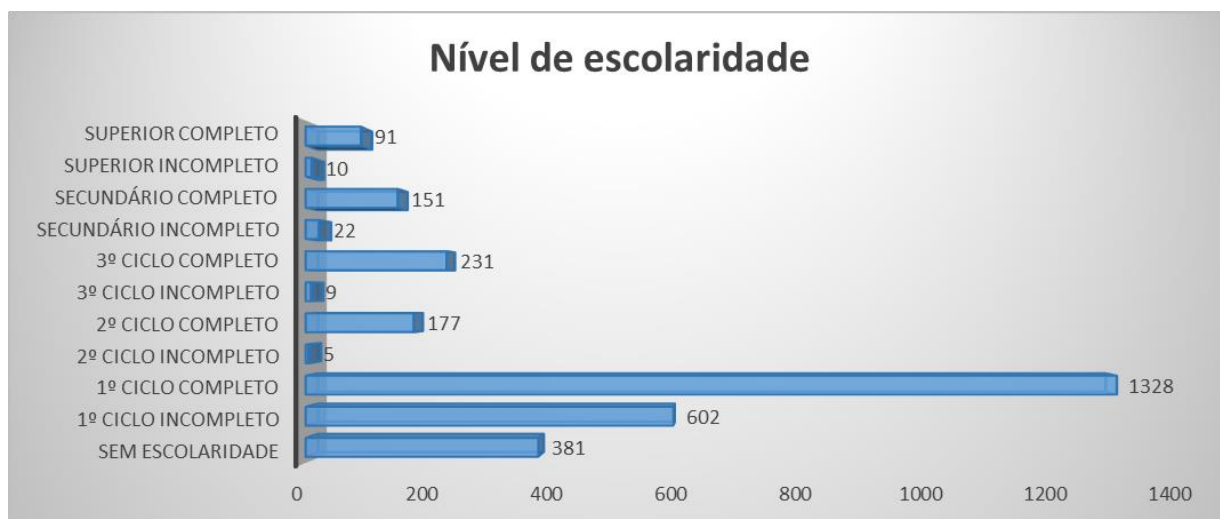
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

C) Habilitações Literárias:



43% dos utentes têm o 1º ciclo completo, de acordo com a escolaridade mínima obrigatória para a faixa etária mais representativa, no entanto ainda subsistem 23% dos utentes sem concluir o 1º ciclo do Ensino Básico e 12% sem escolaridade.

6% dos utentes têm o 2º ciclo completo, 7% o 3º ciclo completo, 5% com o ensino secundário completo, 1% com o ensino secundário incompleto e 3% com o ensino superior completo.

D) Situação face ao Emprego na data de registo:

SITUAÇÃO FACE AO EMPREGO			
Desempregado +12m	Desempregado -12m	Empregue	Reformado/ Outro
25	13	716	2232

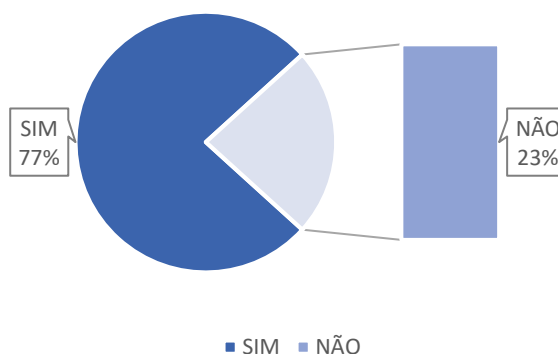


Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

E) Tipologia Familiar:

- Partilha habitação: 2285
- Vive sozinho: 700

Partilha habitação

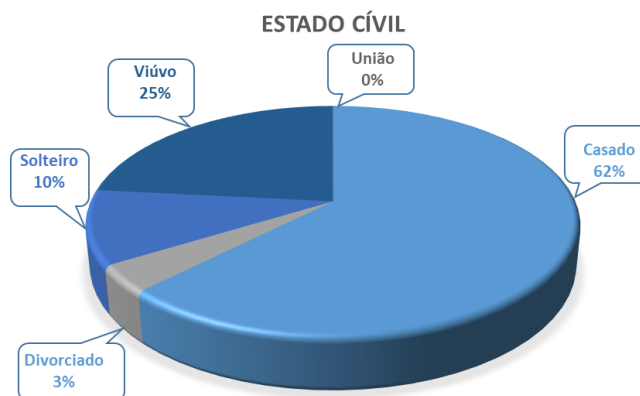


23% dos utentes vivem sozinhos, sendo que na maioria destes casos não têm qualquer apoio e acompanhamento, quer de familiares, quer da comunidade.

Existem no entanto algumas situações de cuidadores informais e outras situações em que este serviço é assegurado pelas entidades do território, nomeadamente SAD – Serviço de Apoio Domiciliário – prestado pela Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros.

F) Estado Civil:

- Casado: 1863
- Divorciado: 114
- Solteiro: 311
- Viúvo: 696
- União de facto: 1

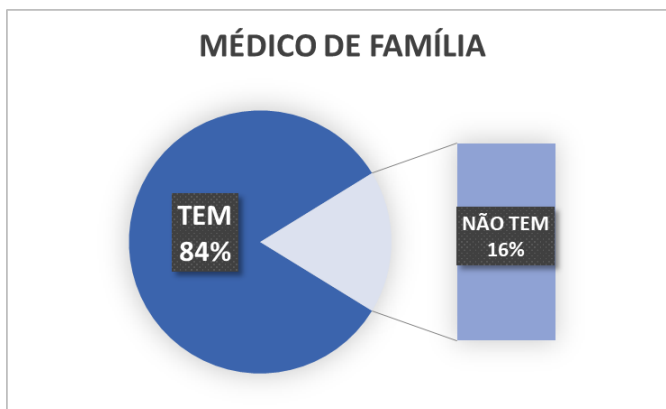




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

G) Médico de Família:

- Sim: 2462
- Não: 523

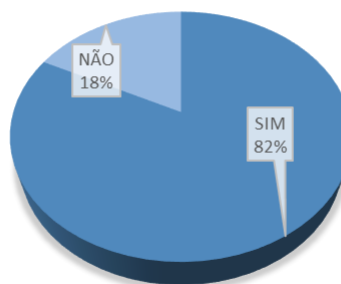


Relativamente à situação “Tem médico de família”, nota-se que a grande maioria dos utentes (84%) tem médico de família e realiza consultas com alguma regularidade (face à grande incidência de antecedentes clínicos da população em acompanhamento). Dos 436 utentes que referiram não ter médico de família, a situação deve-se sobretudo ao facto de estes terem sido emigrantes e manterem os seus registos médicos nos países de acolhimento.

H) Toma de medicação habitual:

- Toma medicação regular: 2462
- Não toma medicação regular: 523

Toma de medicação regular



82% dos utentes referem tomar medicação habitual e sistematicamente, resultado das patologias e antecedentes clínicos que a população destas faixas etárias padece.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Torna-se por isso importante trabalhar as questões relativas à desmistificação e informação acerca da medicação, tentando prevenir sobredosagens e tomas excessivas por falta de informação.

Foi realizado um trabalho de orientação e auxílio na identificação e reconhecimento dos fármacos prescritos: mesmos princípios activos com embalagens e/ou laboratórios diferentes.

I) Avaliação corporal - valores registados:

O Índice de Massa Corporal é importante, pois é uma medida internacional usada para definir doenças sérias, como a obesidade. Além disso, ela é de fácil aplicação, o que facilita diagnósticos, além de permitir eliminar possibilidades de doenças, ou detectar uma doença específica, com base no resultado.

A fórmula usada para o cálculo do IMC, é o peso em kg dividido pela altura em metros ao quadrado. É representado pela seguinte equação:

$$IMC = \frac{Massa}{(Altura \times Altura)}$$

O resultado mostra o IMC da pessoa, que é comparado com uma tabela que indica o grau de obesidade.

IMC	Classificação
< 16	Magreza grave
16 a < 17	Magreza moderada
17 a < 18,5	Magreza leve
18,5 < 25	Saudável
25 a < 30	Sobrepeso
30 a < 35	Obesidade Grau I
35 a < 40	Obesidade Grau II (Severa)
> 40	Obesidade Grau III (Mórbida)



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Os idosos possuem, naturalmente, menos musculatura e mais gordura do que jovens e adultos, por isso o seu IMC é diferenciado. O cálculo é o mesmo, mas a tabela muda um pouco. Esta tabela é aplicável para pessoas com mais de 60 anos de idade.

IMC	Classificação
< 22	Abaixo do peso
22 < 27	Saudável
27 a < 30	Sobrepeso

Registo de valores (situação inicial de entrada) – avaliação corporal

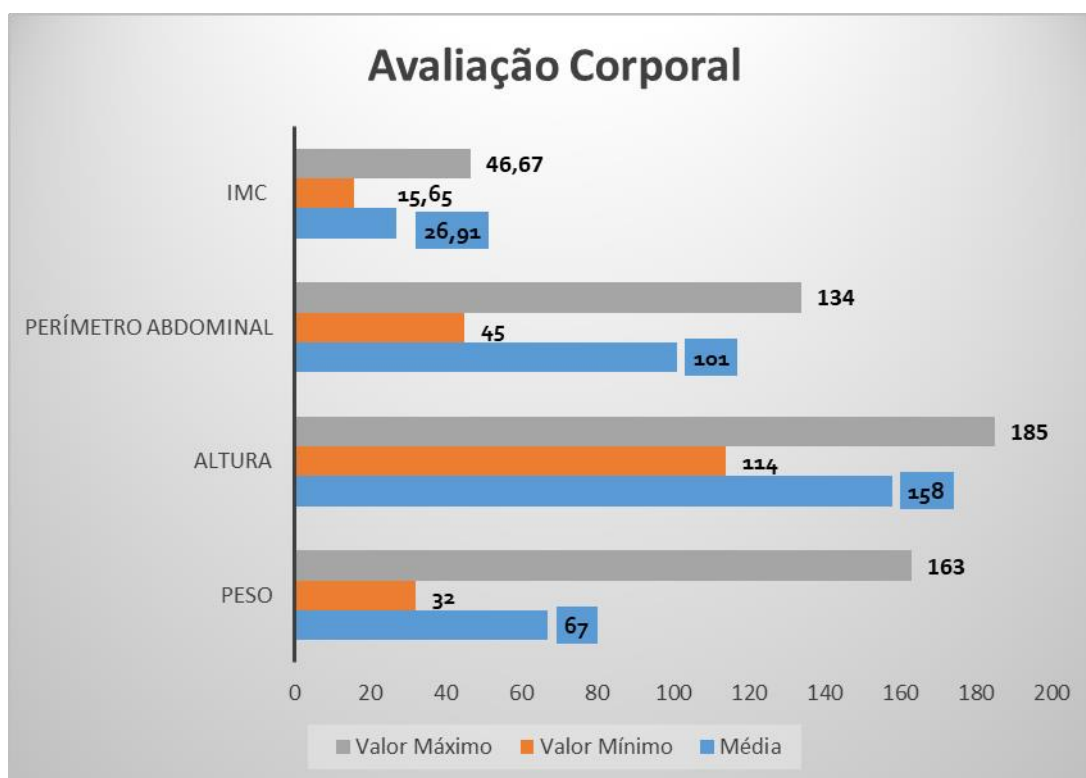


Gráfico meramente indicativo, demonstrando a enorme heterogeneidade da população do Concelho em acompanhamento na Unidade Móvel de Saúde. A amplitude de valores varia entre os 32Kg e os 163Kg para a avaliação “peso”, entre os 114cm e os 185cm para a avaliação “altura” e entre os 45cm e os 134cm de perímetro abdominal.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Relativamente ao Índice de Massa Corporal - IMC, e fruto da dispersão de valores avaliados, apresenta também valores com uma grande amplitude: mínimo registado 15.65 e máximo registado 46.67.

A média de Índice de Massa Corporal – IMC, situa-se nos 26.95, o que está já no padrão de sobrepeso (valores de referência de IMC considerado Saudável, IMC >18.5 e < 25, no caso do idoso poderá ser considerado IMC>22 e <27).

J) Frequência Cardíaca

A frequência cardíaca indica a quantidade de vezes que o coração bate por minuto, o seu valor normal, em adultos, varia entre 60 e 100 batimentos por minuto.

Porém, existem fatores que podem alterar a frequência cardíaca, acima dos 100 batimentos por minuto, tais como, emoções fortes, ataques de pânico ou ansiedade, esforço físico, ingestão de álcool ou cafeína, uso de alguns medicamentos, com a tensão arterial alta e ainda quando existe alguma doença cardíaca.

O batimento cardíaco, inferior a 60 batimentos por minuto, pode ocorrer devido ao envelhecimento ou ser apenas um efeito colateral de certos medicamentos para o coração, pode ainda, indicar problemas cardíacos.

Basicamente, quanto mais esforço o coração precisa fazer para mandar o sangue para o corpo, maior será o seu esforço e conseqüentemente, maior será a frequência cardíaca. Quanto mais eficiente for cada batimento do coração, menor será a frequência cardíaca, por isso o ideal é que os batimentos cardíacos sejam sempre mais baixos, mas não tão baixos que não permitam que o sangue chegue a todo corpo, por isso existe uma taxa ideal que varia conforme a idade:

- Até 2 anos de idade: 120 a 140 bpm,
- Entre 8 anos até 17 anos: 80 a 100 bpm,
- Adulto sedentário: 60 a 80 bpm,
- Adulto que faz atividade física: 50 a 60 bpm.

Apesar do batimento cardíaco normal ser de até 100 bpm, numa taquicardia, o coração pode bater até 400 vezes por minuto, sendo uma situação de risco.

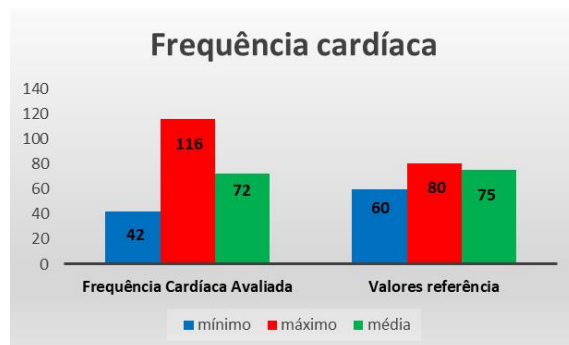
O batimento cardíaco é um importante indicador do estado de saúde.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

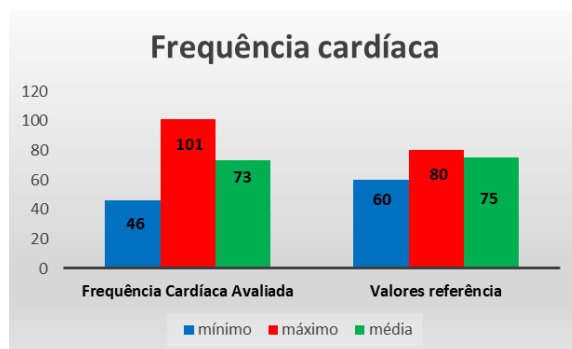
1ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	42	60
Máxima	116	80
Média	72	75



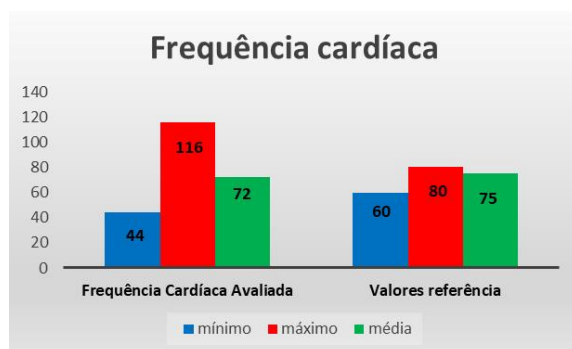
2ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	46	60
Máxima	101	80
Média	73	75



3ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	44	60
Máxima	116	80
Média	72	75

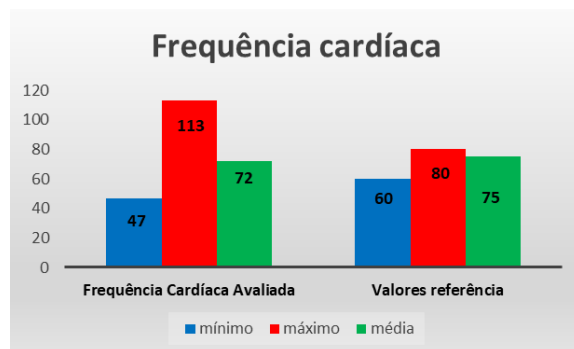




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

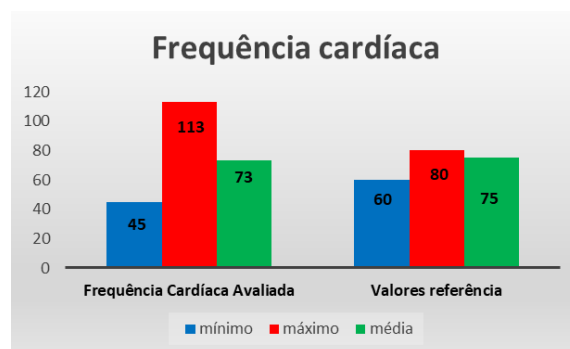
4ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	47	60
Máxima	113	80
Média	72	75



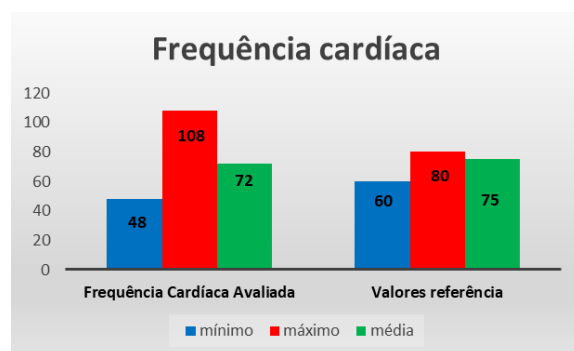
5ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	45	60
Máxima	113	80
Média	73	75



6ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	48	60
Máxima	108	80
Média	72	75

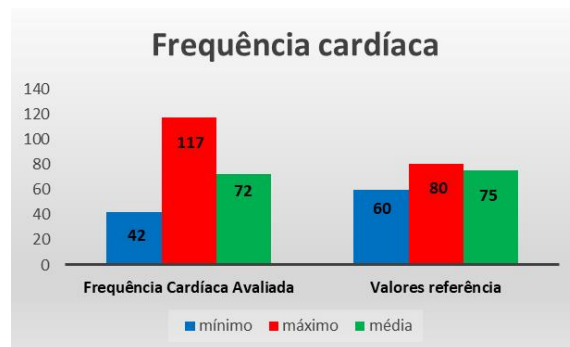




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

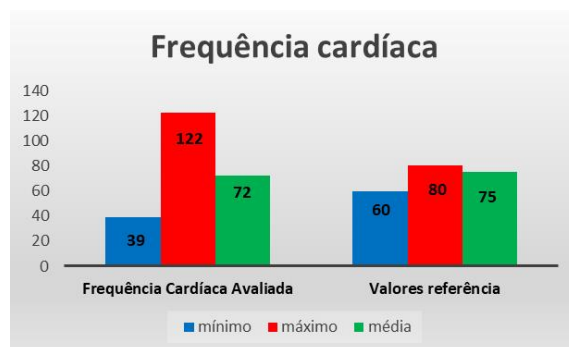
7ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	42	60
Máxima	117	80
Média	72	75



8ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	39	60
Máxima	122	80
Média	72	75

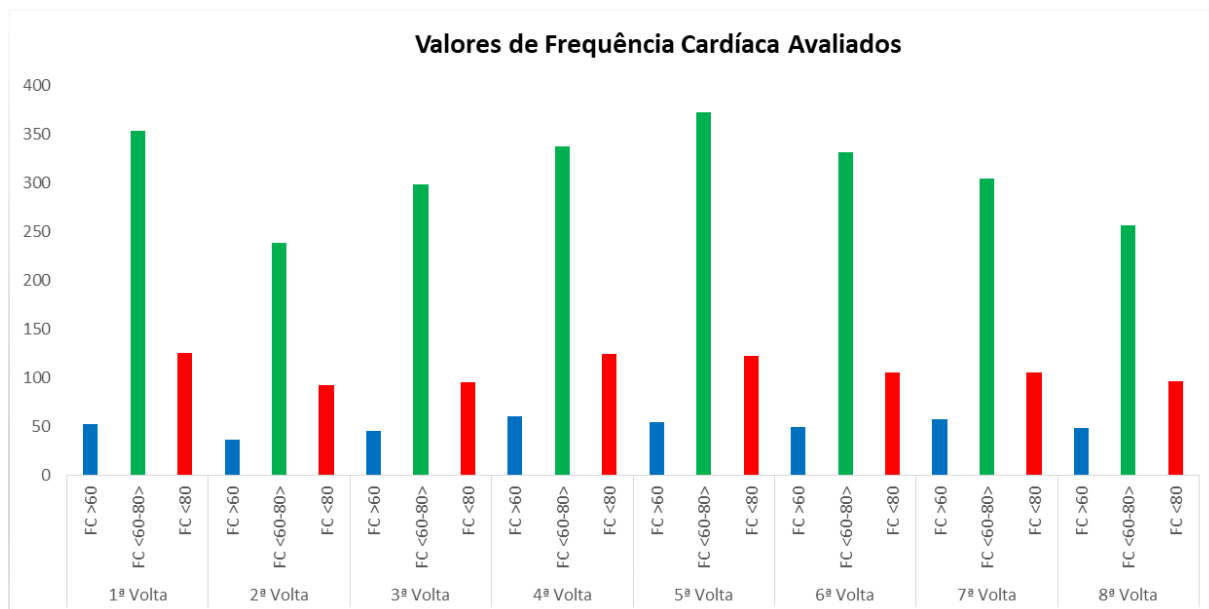


Quantidade de valores de Frequência Cardíaca avaliados em 2022 por volta

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80
F. Cardíaca												
Nº Avaliações	52	353	125	36	238	92	45	298	95	60	337	124
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80
T.A. Sistólica												
Nº Avaliações	54	372	122	49	331	105	57	304	105	48	256	96



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros



Relativamente aos valores avaliados de frequência cardíaca, denota-se que cerca de 1/3 dos utentes, apresentam valores fora dos padrões de referência (<60-80>).

K) Tensão Arterial

A tensão arterial trata-se da “pressão com que o sangue circula dentro das artérias e que não é um valor exato, mas que vai - dentro dos valores normais - variando ao longo das 24 horas do dia.

Esta pressão é normal e assegura que o sangue circule corretamente para todo o corpo. Os problemas começam, no entanto, no momento em que a pressão começa a exceder os valores normais, o que leva o coração a esforçar-se mais para bombear o sangue. É o que acontece quando se sofre de hipertensão.

A medição da pressão arterial assenta em dois patamares: a pressão arterial máxima (chamada de “sistólica”) e a mínima (“diastólica”).

A pressão arterial mínima (diastólica) diz respeito à fase de repouso, ou seja, à pressão exercida pelo sangue nas artérias “no momento em que não existe a onda de sangue expulso pela contração do ventrículo esquerdo”. Os Valores de referência da pressão diastólica, devem estar entre os 60mmHg e os 90 mmHg.

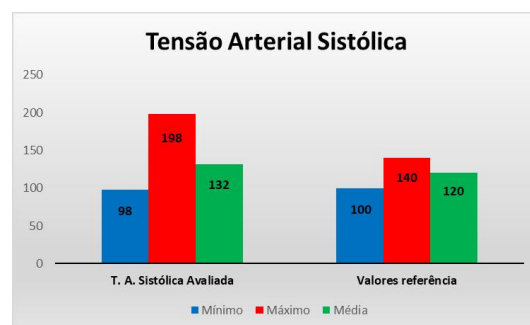


Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

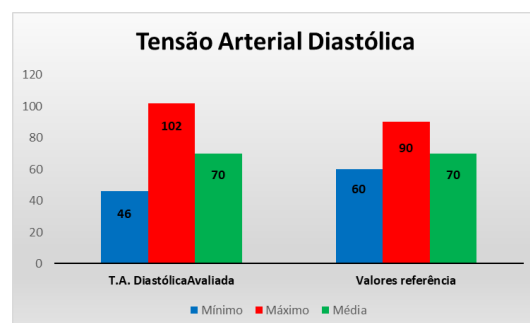
Já a pressão arterial máxima (sistólica) é aquela exercida quando o sangue está a ser expulso pelo ventrículo esquerdo e percorre a árvore arterial. Os Valores de referência da pressão sistólica, devem estar entre os 100mmHg e os 140 mmHg.

1ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	98	100
Máxima	198	140
Média	132	120

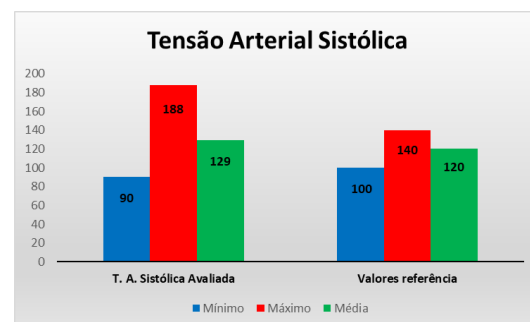


T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	46	60
Máxima	102	90
Média	70	70



2ª VOLTA

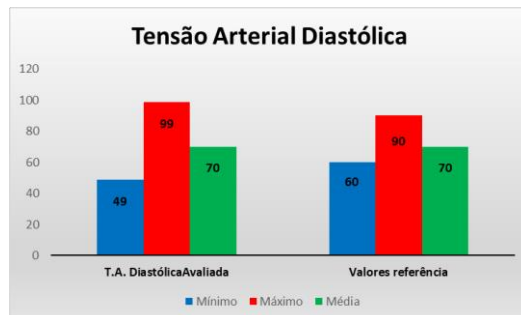
T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	100
Máxima	188	140
Média	129	120





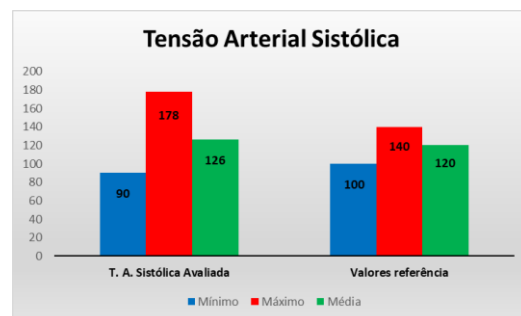
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	49	60
Máxima	99	90
Média	70	70

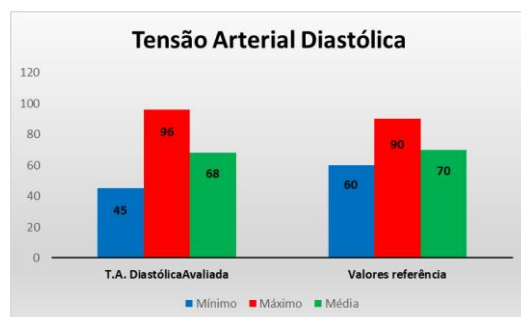


3ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	100
Máxima	178	140
Média	126	120

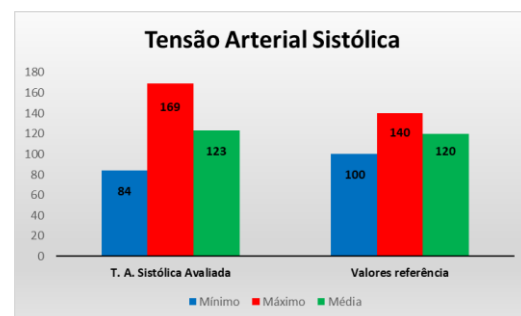


T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	45	60
Máxima	96	90
Média	68	70



4ª VOLTA

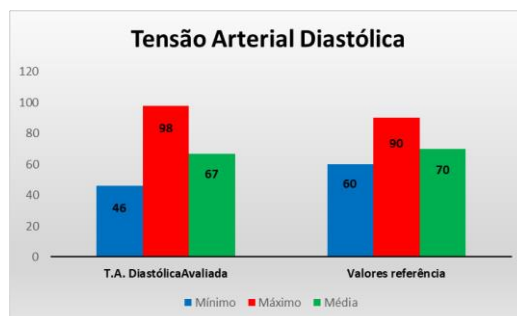
T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	84	100
Máxima	169	140
Média	123	120





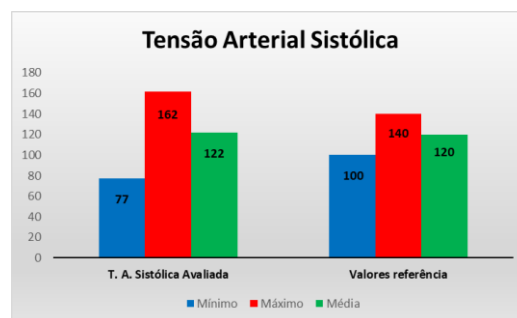
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	46	60
Máxima	98	90
Média	67	70

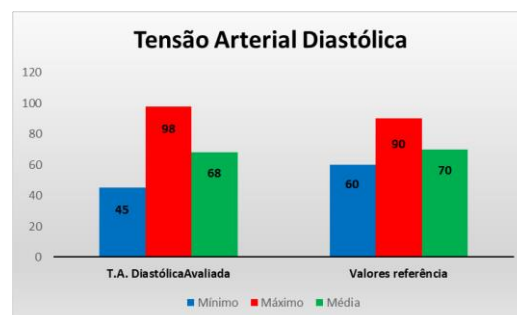


5ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	77	100
Máxima	162	140
Média	122	120

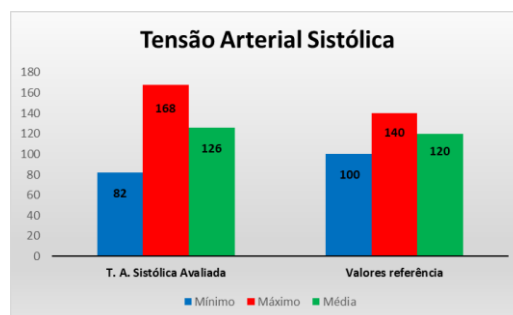


T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	45	60
Máxima	98	90
Média	68	70



6ª VOLTA

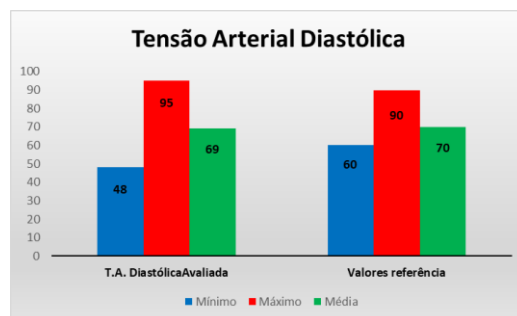
T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	82	100
Máxima	168	140
Média	126	120





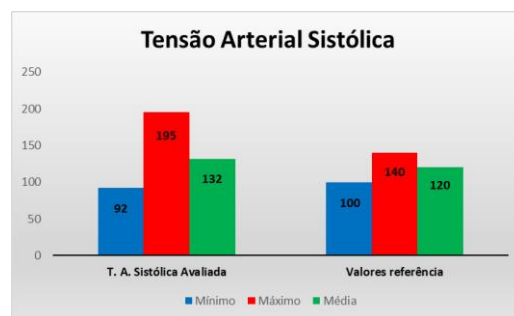
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	48	60
Máxima	95	90
Média	69	70

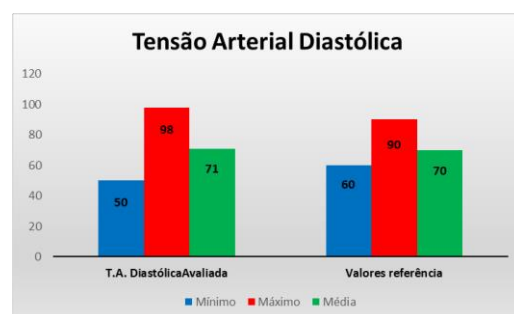


7ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	92	100
Máxima	195	140
Média	132	120

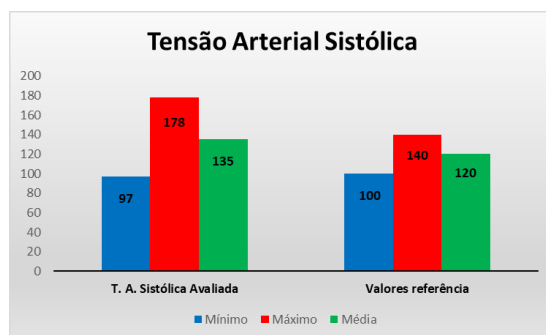


T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	50	60
Máxima	98	90
Média	71	70



8ª VOLTA

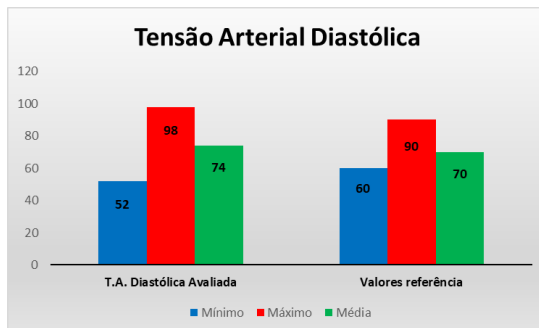
T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	97	100
Máxima	178	140
Média	135	120





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

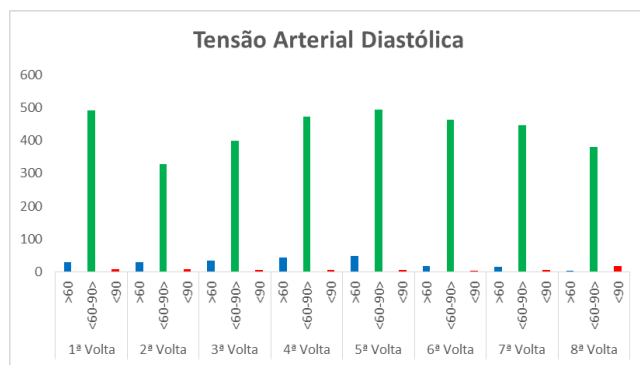
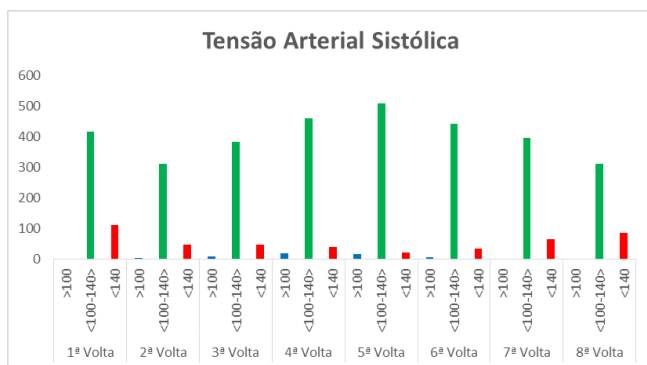
T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	52	60
Máxima	98	90
Média	74	70



Quantidade de valores de Tensão Arterial Sistólica avaliados em 2022 por volta

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
T.A. Sistólica	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140
Nº Avaliações	0	418	112	5	313	48	8	383	47	20	461	40
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Sistólica	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140
Nº Avaliações	17	510	21	7	443	35	2	397	67	1	312	87

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
T.A. Diastólica	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90
Nº Avaliações	29	492	9	30	327	9	34	399	5	43	471	7
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Diastólica	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90	>60	<60-90>	<90
Nº Avaliações	48	494	6	19	463	3	15	445	6	3	380	17





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Da análise dos dados, observa-se que existe uma tendência de hipertensão, sendo que se nota um aumento neste último ano, comparativamente com anos anteriores, estes valores estão em consonância com as patologias referidas pelos utentes. Existem também alguns valores residuais de hipotensão (menos de 2%).

L) Glicémia Capilar

A glicemia é a concentração de glicose no sangue ou mais precisamente no plasma. O nosso corpo transforma alguns dos hidratos de carbono ingeridos, em glicose e a glicemia é o nível de glicose presente no nosso sangue. Ou seja, quando comemos muito, a glicemia aumenta, ao passo que quando comemos pouco, esta mantém-se baixa. O aumento da glicemia está intimamente relacionado ao consumo de hidratos de carbono na dieta, sejam eles integrais (aumento glicémico lento e seguro) ou refinados (aumento glicémico rápido e perigoso), também levando em consideração para isso as combinações de alimentos numa refeição ou lanche.

Valores de Referencia em Jejum:

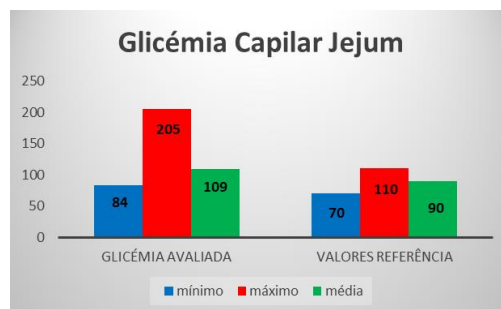
- Hipoglicemia: Glicémia inferior a 70 mg/dl
- Normal: Glicémia entre 70 mg/dl e 110 mg/dl
- Pré-diabetes: Glicémia entre 110 mg/d e 120mg/dl
- Diabetes: Glicémia a partir de 120 mg/dl

Valores de Referencia 2 horas após refeição:

- Hipoglicemia: Glicémia inferior a 70 mg/dl
- Normal: Glicémia entre 70 mg/dl e 140 mg/dl
- Pré-diabetes: Glicémia entre 140 mg/d e 200mg/dl
- Diabetes: Glicémia a partir de 200 mg/d

1ª VOLTA

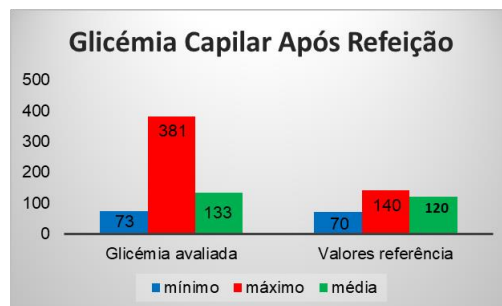
Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	84	70
Máxima	205	110
Média	109	90





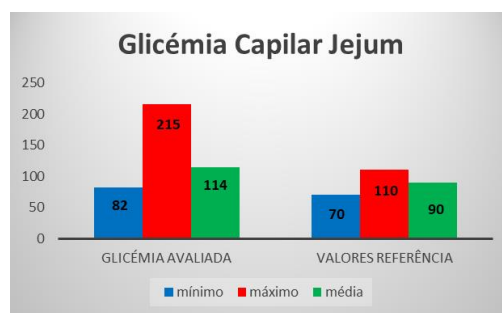
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	73	70
Máxima	381	140
Média	133	120

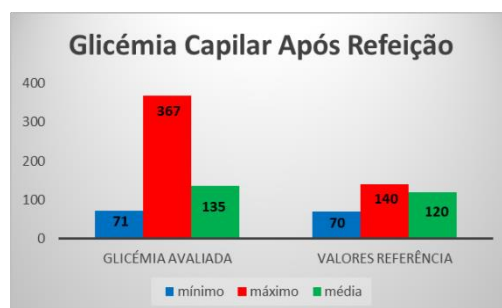


2ª VOLTA

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	82	70
Máxima	215	110
Média	115	90

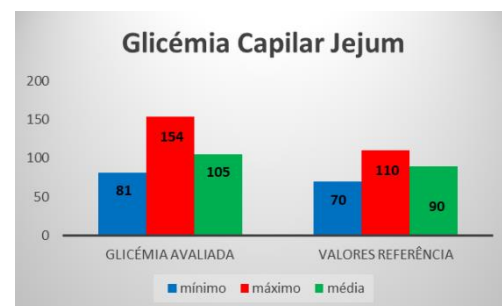


Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	71	70
Máxima	367	140
Média	135	120



3ª VOLTA

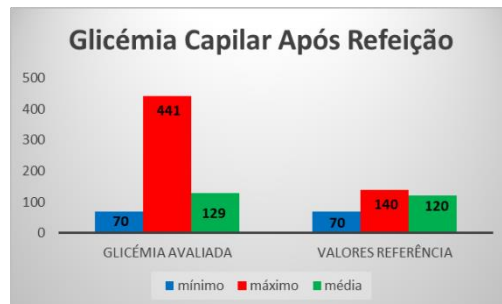
Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	81	70
Máxima	154	110
Média	105	90





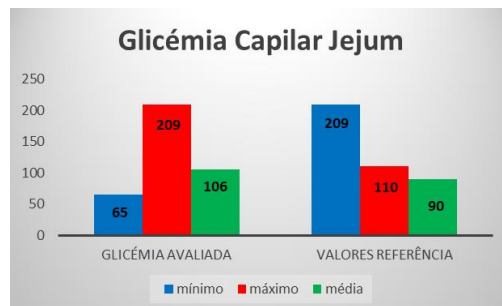
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	70	70
Máxima	441	140
Média	129	120

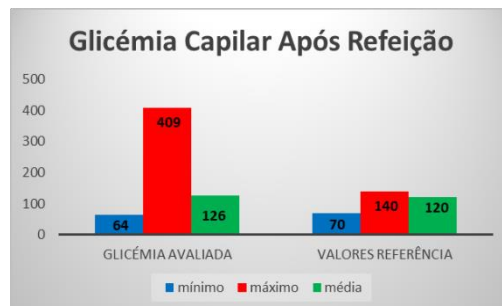


4ª VOLTA

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	65	70
Máxima	209	110
Média	106	90

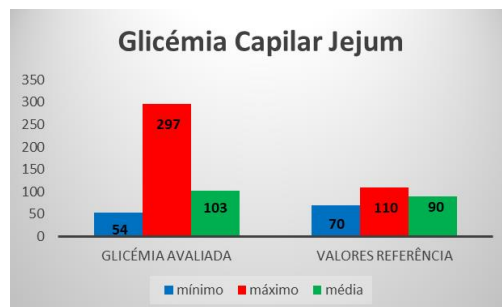


Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	64	70
Máxima	409	140
Média	126	120



5ª VOLTA

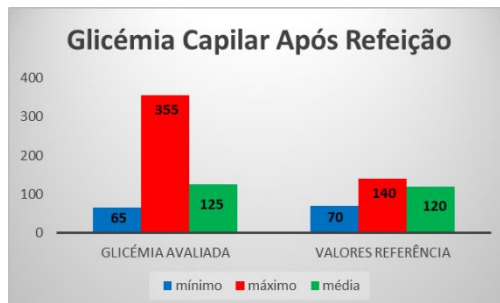
Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	54	70
Máxima	297	110
Média	103	90





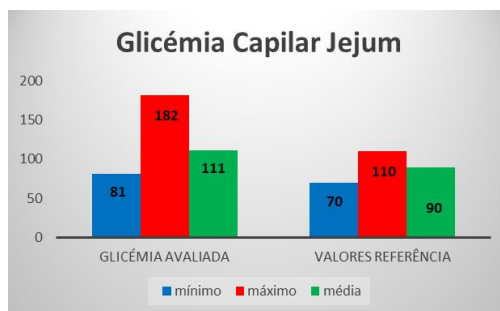
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	65	70
Máxima	355	140
Média	124	120

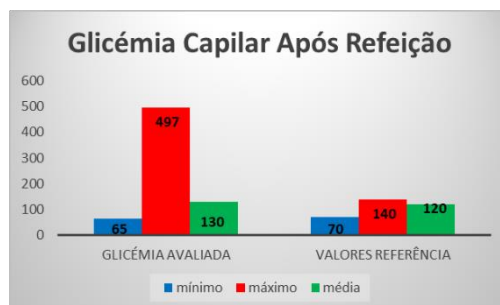


6ª VOLTA

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	81	70
Máxima	182	110
Média	111	90

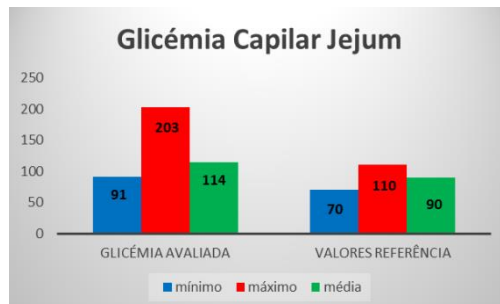


Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	65	70
Máxima	497	140
Média	130	120



7ª VOLTA

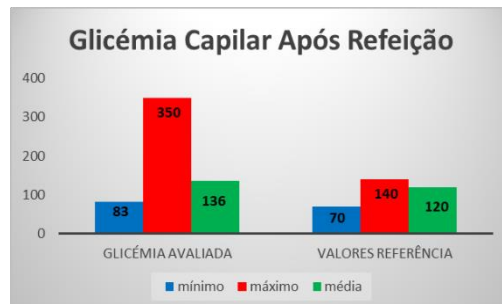
Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	91	70
Máxima	203	110
Média	114	90





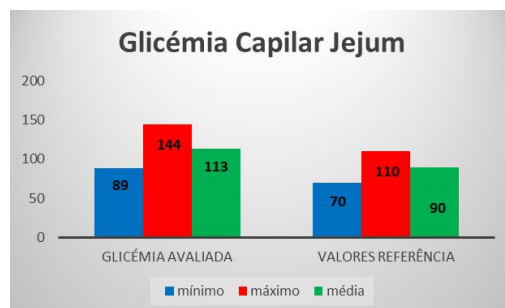
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	83	70
Máxima	350	140
Média	136	120

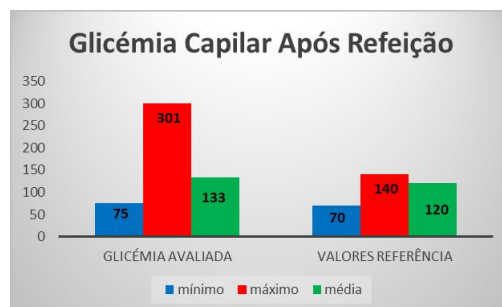


8ª VOLTA

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	89	70
Máxima	113	110
Média	144	90



Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	75	70
Máxima	133	140
Média	301	120



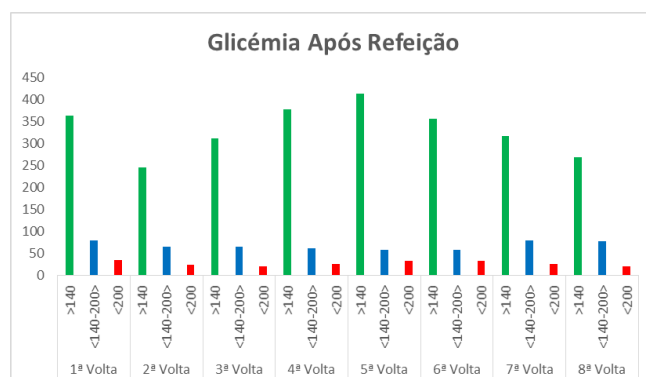
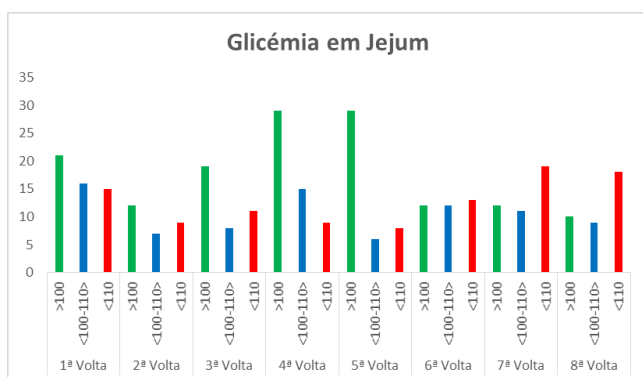
Quantidade de valores de Tensão Arterial avaliados em 2022 por volta:

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110
T.A. Sistólica												
Nº Avaliações	21	16	15	18	7	9	19	8	11	29	15	9
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110	>100	<100-110>	<110
T.A. Sistólica												
Nº Avaliações	29	6	8	12	12	13	12	11	19	10	9	18



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
T.A. Diastólica	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200
Nº Avaliações	363	80	35	246	66	25	312	65	22	378	63	27
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Diastólica	>140	<140-200>	<200	>200	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200
Nº Avaliações	414	59	33	356	58	34	317	80	27	269	78	21



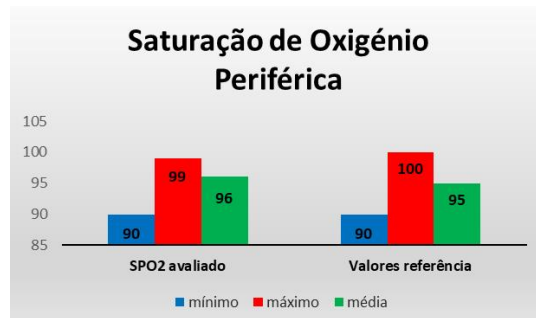
M) Saturação Periférica de Oxigénio

A oximetria, é o exame capaz de avaliar a saturação de oxigénio no sangue, que é a percentagem de oxigénio transportado na circulação sanguínea.

Uma pessoa saudável, com oxigenação adequada do corpo, costuma ter uma saturação de oxigénio acima de 95%. Quando a saturação atinge valores menores que 90% pode indicar que a oxigenação de sangue está deficiente, o que pode surgir em doenças como asma, pneumonia, enfisema, insuficiência cardíaca ou doenças neurológicas, por exemplo.

1ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	96	95

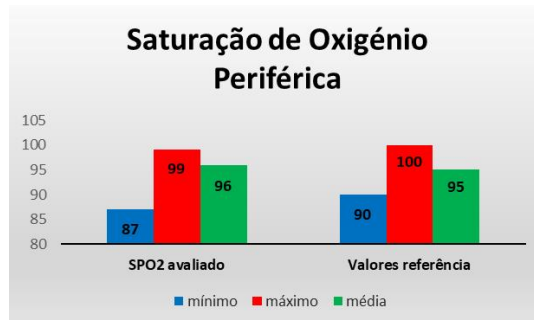




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

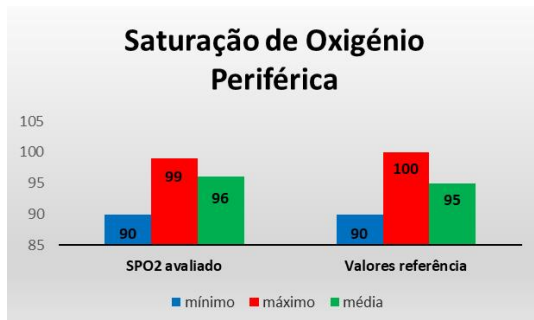
2ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	87	90
Máxima	99	100
Média	96	95



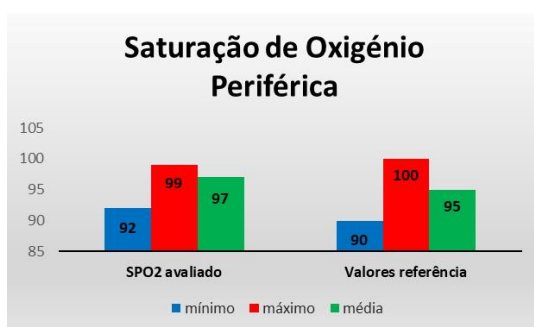
3ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	96	95



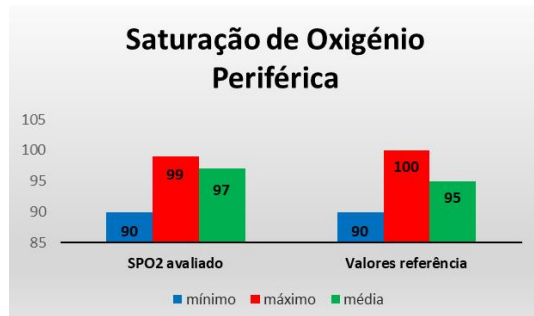
4ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	97	95



5ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	97	95

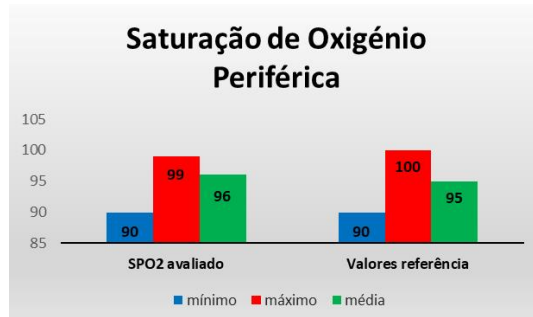




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

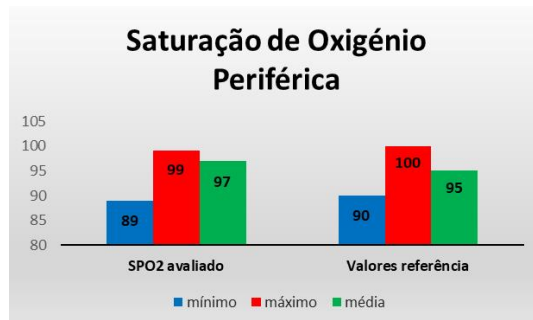
6ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	96	95



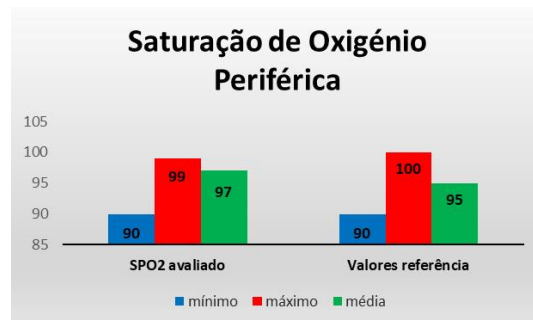
7ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	97	95



8ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	90
Máxima	99	100
Média	97	95



Quantidade de valores de SPO₂ avaliados em 2022 por volta

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95
Nº Avaliações	0	49	481	2	37	327	0	38	400	0	21	500



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Sistólica	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95
Nº Avaliações	0	16	532	0	6	479	1	16	449	0	13	387



N) Colesterol

O Colesterol é uma das várias substâncias produzidas pelo corpo e é importante para a saúde. Parte do colesterol é produzido pelo organismo - o fígado e outras células produzem cerca de 75% do total - e a outra parte, cerca de 25%, vem da nossa dieta, dos alimentos de origem animal que ingerimos.

O colesterol é um dos fatores de risco mais bem conhecidos para a ocorrência de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares.

Em níveis elevados, é responsável por cerca de um terço de todas as doenças cardiovasculares no Mundo, estimando-se que cause 18% do total das doenças cerebrovasculares, 56% do total das doenças isquémicas cardíacas e cerca de 4,4 milhões de mortes, representando cerca de 7,9% do total.



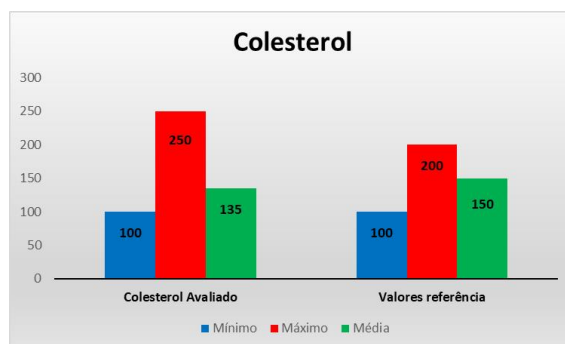
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

O colesterol elevado é uma das principais causas de doença coronária, enfarte do miocárdio e AVC. Esse risco será ainda maior na presença de hipertensão arterial ou diabetes. Por outro lado, existem diversos fatores que podem aumentar o risco, tais como uma dieta pouco saudável, o tabaco e a hereditariedade.

O colesterol total deve ser 200 mg/dl ou menos para adultos saudáveis, 165 mg/dl ou menos para indivíduos considerados de “alto risco.”

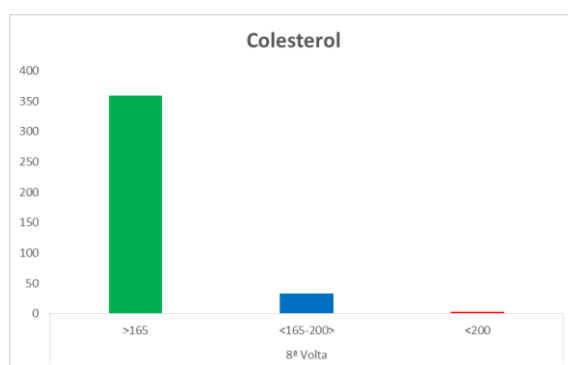
8ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	100	100
Máxima	250	200
Média	135	150



Quantidade de valores de SPO₂ avaliados em 2022 por volta

Nº de Voltas	8ª Volta		
Colesterol	>165	<165-200>	<200
Nº Avaliações	359	33	3





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Conclusão

O principal objetivo da Unidade Móvel de Saúde é cuidar de quem já deu tanto por nós, principalmente chegar às populações mais isoladas e distantes.

A Unidade Móvel de Saúde, proporciona um contacto direto com os utentes, “que após se quebrar o gelo”, depositam em nós mais confiança, isto permite-lhes ter um serviço à porta, sendo acompanhados com regularidade por uma Enfermeira, especialmente para os que não têm recursos para se deslocarem aos serviços de saúde.

Para além, da avaliação da tensão arterial, do pulso, das saturações de oxigénio, da glicémia e do índice de massa corporal, foram realizados pequenos tratamentos, tais como vigilância a pensos, a suturas, drenos e ainda a realização de pequenos pensos. Este ano foi ainda permitido avaliar o colesterol na última volta realizada, havendo uma grande adesão e manifestado um grande contentamento, por parte dos utentes.

Uma das dimensões da Unidade Móvel de Saúde, é a avaliação do estado de saúde do idoso, pois muitos deles vivem longe dos familiares e por vezes com muita solidão, faz-se uma educação individual e personalizada a cada situação para a importância dos cuidados de uma vida saudável, principalmente no caso da Diabetes e Hipertensão arterial, em que são aconselhados sobre o autocontrolo da doença e as respetivas mudanças nos comportamentos, essencialmente da alimentação.

Tenta-se esclarecer dúvidas, reforçar a auto-estima e o pensamento positivo. No fundo, procura-se fomentar o envelhecimento mais saudável, reduzindo a solidão, favorecendo o convívio e contribuir para a melhoria da saúde mental dos utentes.

Após esta paragem de dois anos, devido à Covid-19, verifica-se um agravamento de patologias já existentes, bem como um aumento de problemas cardíacos e saúde mental. A Covid-19, trouxe mais solidão, depressão, tristeza e em alguns casos desespero, o recomeço da Unidade Móvel de Saúde, veio ajudar a contrariar um pouco, tendo um impacto positivo nos utentes da nossa população.

Concluindo, aquilo que hoje somos devemos aos “nossos” idosos, sendo assim devemos dar-lhes o valor que têm, demonstrando a nossa gratidão.