



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE RELATÓRIO ANUAL 2024





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.

Em Maio de 2024, foi solicitada a colaboração da Enfermeira da UMS, para lecionar a disciplina de Saúde, na Universidade Sénior de Macedo de Cavaleiros.

Após a paragem de dois anos, devido à Covid 19, a Unidade Móvel de Saúde, retomou a atividade em Março de 2022, até à data presente.

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: 3733

1ª Volta: 430 atendimentos, dos quais 22 novos e 408 repetentes

2ª Volta: 492 atendimentos, dos quais 17 novos e 475 repetentes

3ª Volta: 480 atendimentos, dos quais 13 novos e 467 repetentes

4ª Volta: 481 atendimentos, dos quais 10 novos e 471 repetentes

5ª Volta: 537 atendimentos, dos quais 27 novos e 510 repetentes

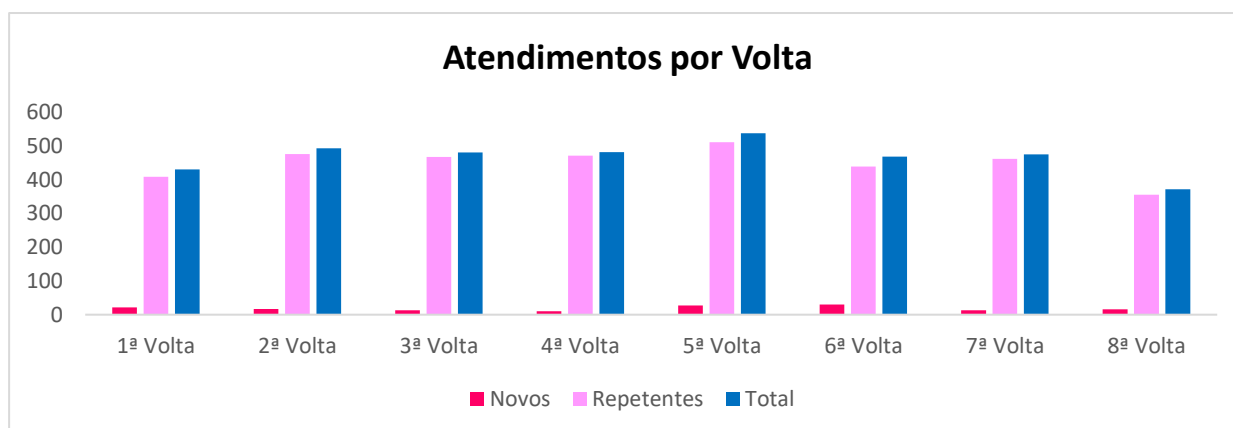
6ª Volta: 468 atendimentos, dos quais 30 novos e 438 repetentes

7ª Volta: 474 atendimentos, dos quais 13 novos e 461 repetentes

8ª Volta: 371 atendimentos, dos quais 16 novos e 355 repetentes

Atendimentos/ Volta:

	1ª Volta	2ª Volta	3ª Volta	4ª Volta	5ª Volta	6ª Volta	7ª Volta	8ª Volta
Novos	22	17	13	10	27	30	13	16
Repetentes	408	475	467	471	510	438	461	355
Total	430	492	480	481	537	468	474	371
Acumulado	430	922	1402	1883	2420	2888	3362	3733





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Nº total de Utentes por localidade:

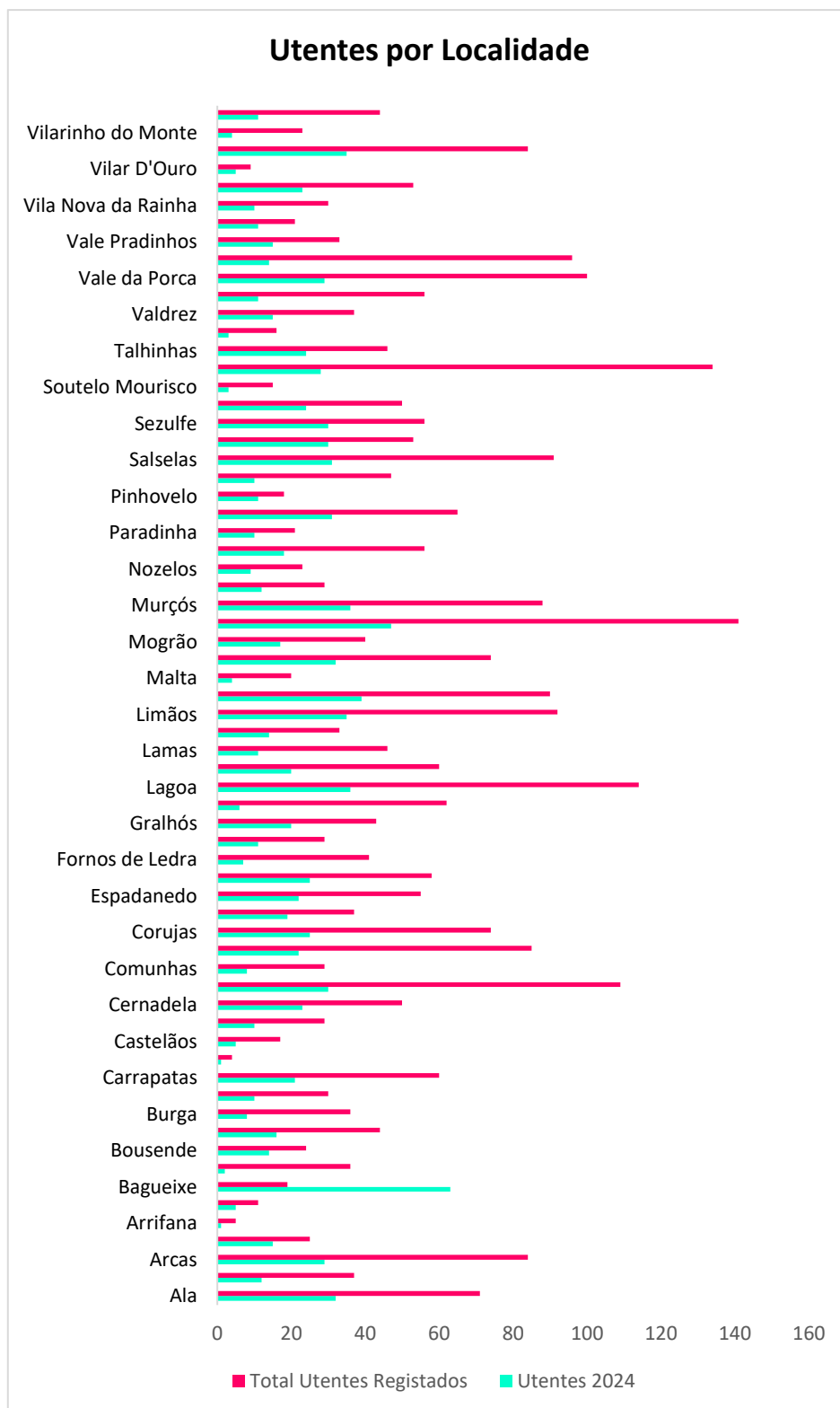
Localidade	2024	Total
Ala	32	71
Amendoeira	12	37
Arcas	29	84
Argana	15	25
Arrifana	1	5
Azibeiro	5	11
Bagueixe	19	63
Bornes	2	36
Bousende	14	24
Brinço	16	44
Burga	8	36
Cabanas	10	30
Carrapatas	21	60
Carrapatinha	1	4
Castelãos	5	17
Castro Roupal	10	29
Cernadela	23	50
Chacim	30	109
Comunhas	8	29
Cortiços	22	85
Corujas	25	74
Edroso	19	37

Localidade	2024	Total
Espadanedo	22	55
Ferreira	25	58
Fornos Ledra	7	41
Gradíssimo	11	29
Gralhós	20	43
Grijó	6	62
Lagoa	36	114
Lamalonga	20	60
Lamas	11	46
Latães	14	33
Limãos	35	92
Lombo	39	90
Malta	4	20
Meles	32	74
Mogrão	18	40
Morais	47	141
Murços	36	88
Nogueirinha	12	29
Nozelos	9	23
Olmos	18	56
Paradinha	10	21
Peredo	31	65

Localidade	2024	Total
Pinhovelo	11	18
Podence	10	47
Salselas	31	91
Santa Combinha	30	53
Sezulfe	30	56
Sobreda	24	50
Soutelo Mourisco	3	15
Talhas	28	134
Talhinhas	24	46
Travanca	3	16
Valdrez	15	37
Vale Benfeito	11	56
Vale da Porca	29	100
Vale de Prados	14	96
Vale Pradinhos	15	33
Valongo	11	21
Vila N. Rainha	10	30
Vilar do Monte	23	53
Vilar D'Ouro	5	9
Vilarinho Agro-chão	35	84
Vilarinho Monte	4	23
Vinhas	11	44



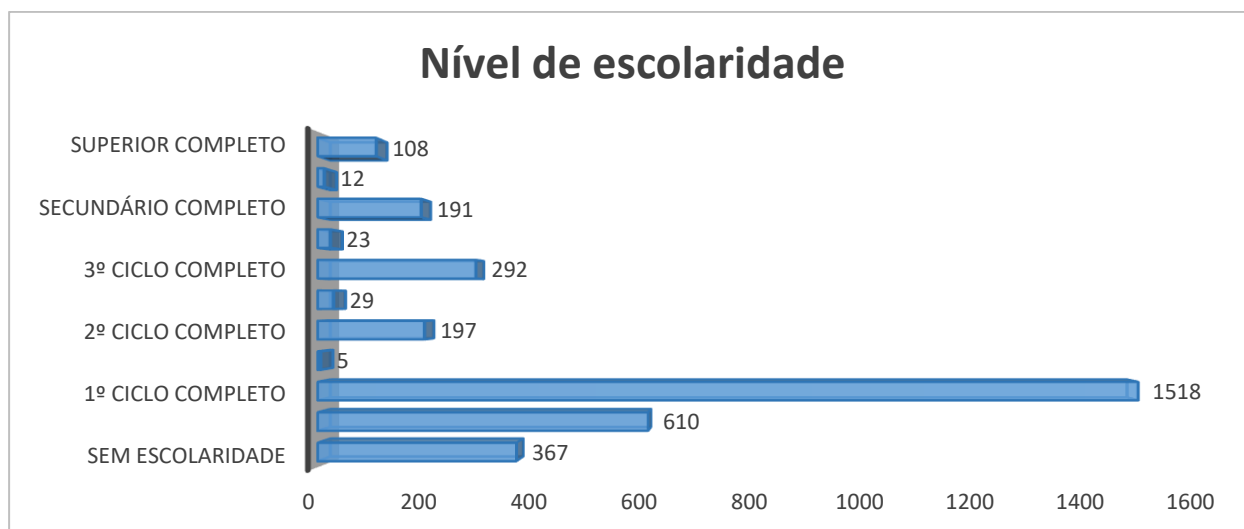
Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros





Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

C) Habilitações Literárias:



45% dos utentes têm o 1º ciclo completo, de acordo com a escolaridade mínima obrigatória para a faixa etária mais representativa, no entanto ainda subsistem 18% dos utentes sem concluir o 1º ciclo do Ensino Básico e 11% sem escolaridade.

6% dos utentes têm o 2º ciclo completo, 9% o 3º ciclo completo, 6% 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:

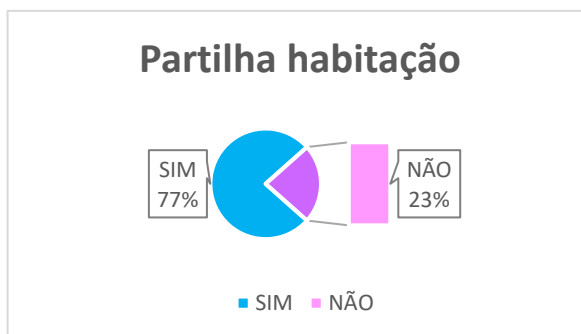
SITUAÇÃO FACE AO EMPREGO		
Desempregado	Empregue	Reformado
36	778	2539



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

E) Tipologia Familiar:

- Partilha habitação: 2577
- Vive sozinho: 775



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: 2113
- Divorciado: 126
- Solteiro: 351
- Viúvo: 761

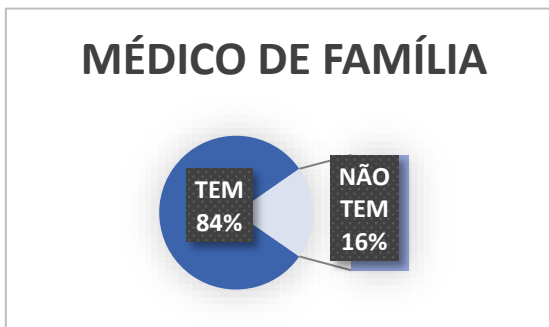




Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

G) Médico de Família:

- Sim: 2626
- Não: 581

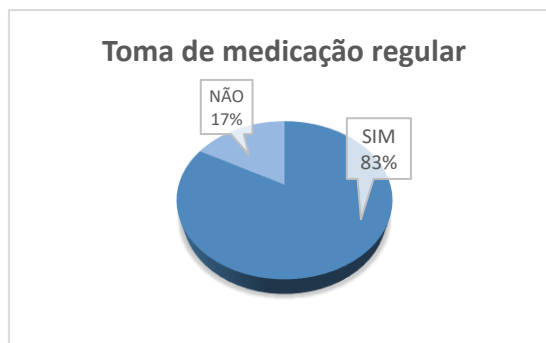


Relativamente à situação “Têm médico de família”, nota-se que a grande maioria dos utentes (84%) tem médico de família e realiza consultas com alguma regularidade (face à grande incidência de antecedentes clínicos da população em acompanhamento).

Dos 581 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: 2662
- Não toma medicação regular: 545



83% 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.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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 detetar 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)

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



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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

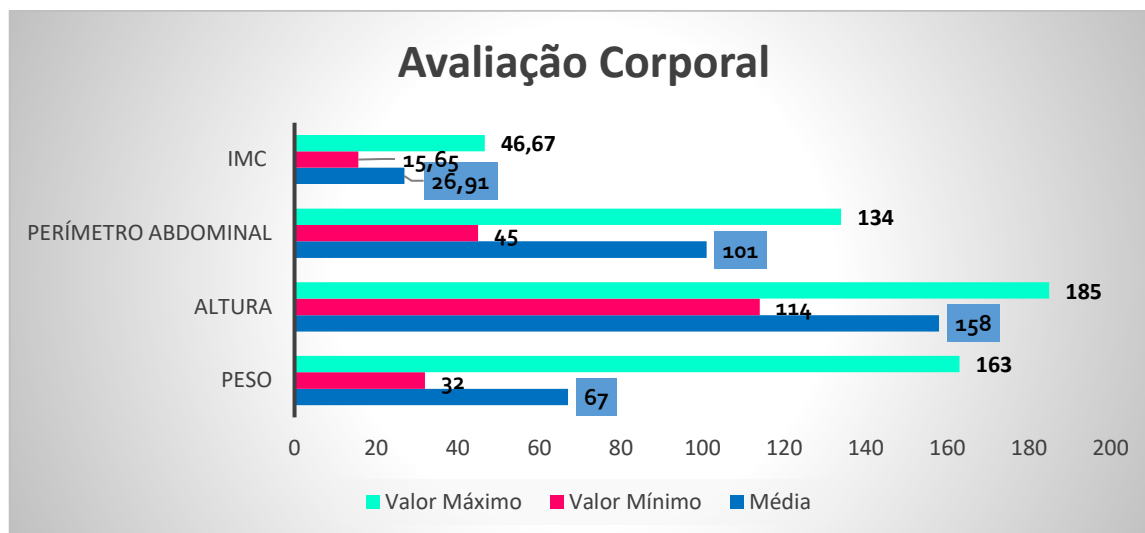


Gráfico meramente indicativo, demonstrando a enorme heterogeneidade da população do Concelho em acompanhamento na Unidade Móvel de Saúde. A amplitude de valores varia entre os 32Kg e os 163Kg para a avaliação “peso”, entre os 114cm e os 185cm para a avaliação “altura” e entre os 45cm e os 134cm de perímetro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

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).



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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

Avaliação de valores máximos, mínimos e média por volta:

1ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	42	60
Máxima	108	80
Média	73	75

2ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	50	60
Máxima	116	80
Média	73	75

3ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	45	60
Máxima	118	80
Média	73	75

4ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	49	60
Máxima	120	80
Média	73	75

5ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	47	60
Máxima	115	80
Média	73	75

6ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	40	60
Máxima	111	80
Média	73	75

7ª VOLTA

Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	45	60
Máxima	108	80
Média	73	75

8ª VOLTA

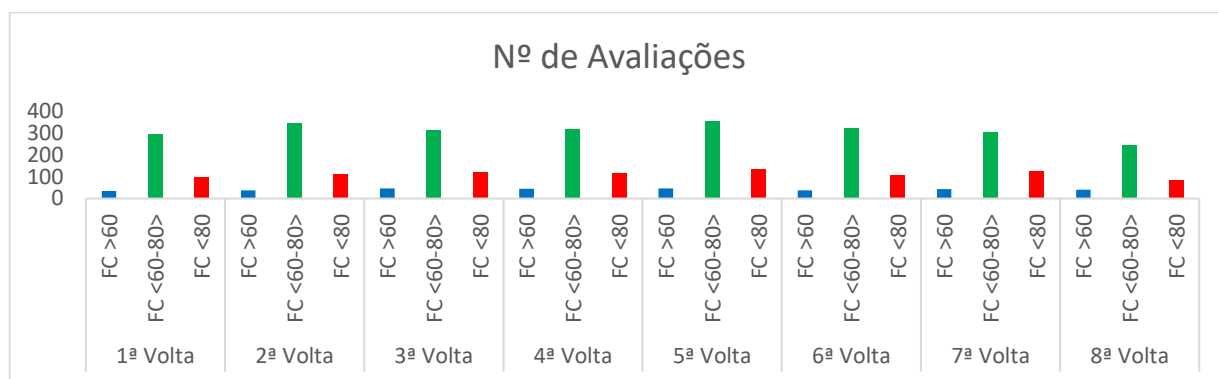
Frequência Cardíaca	Avaliada	Valores referência
Mínima	48	60
Máxima	115	80
Média	73	75



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Quantidade de valores de Frequência Cardíaca avaliados em 2024 por volta

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
F. Cardíaca	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80
Nº Avaliações	34	297	99	37	345	110	46	313	121	45	319	117
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Sistólica	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80	>60	<60-80>	<80
Nº Avaliações	47	354	136	37	323	108	44	305	125	40	247	84



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>).



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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.

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 140mmHg.

Avaliação de valores máximos, mínimos e média por volta:

1ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	91	100
Máxima	179	140
Média	132	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	41	60
Máxima	102	90
Média	75	70



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

2ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	95	100
Máxima	181	140
Média	133	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	52	60
Máxima	100	90
Média	73	70

3ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	96	100
Máxima	178	140
Média	132	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	50	60
Máxima	99	90
Média	73	70

4ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	100	100
Máxima	168	140
Média	132	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	51	60
Máxima	98	90
Média	73	70

5ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	95	100
Máxima	168	140
Média	130	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	48	60
Máxima	98	90
Média	74	70



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

6ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	89	100
Máxima	179	140
Média	129	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	55	60
Máxima	98	90
Média	72	70

7ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	100	100
Máxima	188	140
Média	133	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	54	60
Máxima	99	90
Média	74	70

8ª VOLTA

T.A. Sistólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	95	100
Máxima	185	140
Média	136	120

T.A. Diastólica	Avaliada	Valores referência
Mínima	60	60
Máxima	102	90
Média	75	70

Quantidade de valores de Tensão Arterial Sistólica avaliados em 2024 por volta

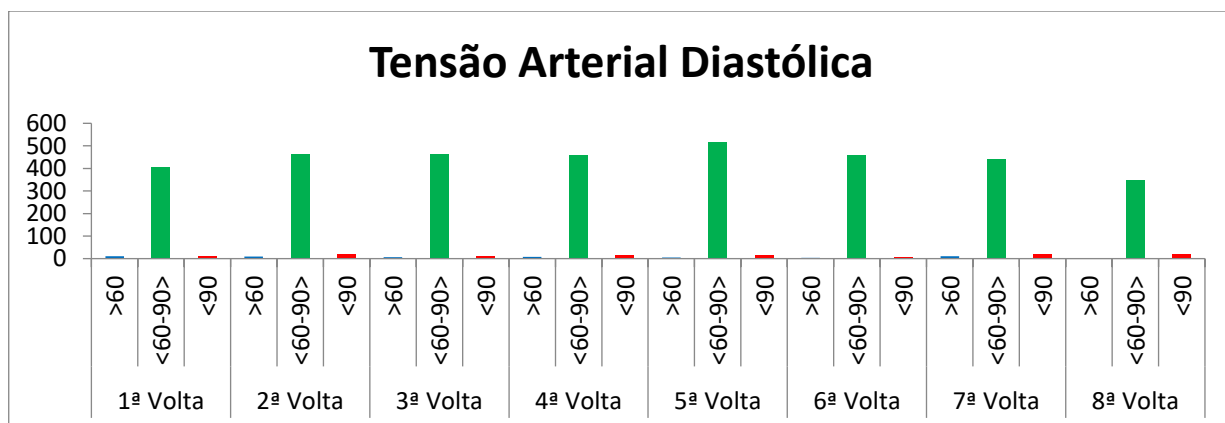
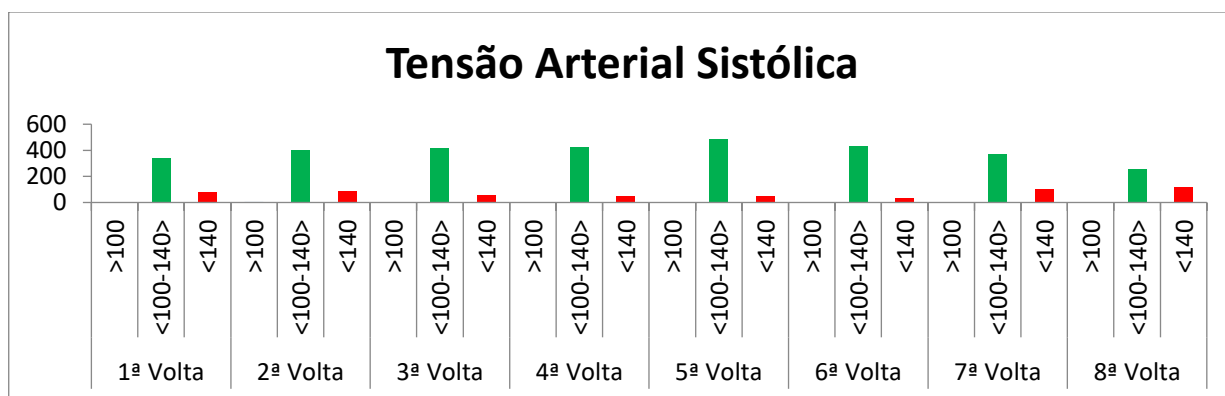
Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
T.A. Sistólica	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140
Nº Avaliações	1	340	80	4	400	88	1	421	58	0	429	52
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
T.A. Sistólica	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140	>100	<100-140>	<140
Nº Avaliações	1	489	47	2	434	32	0	371	103	1	256	115



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Quantidade de valores de Tensão Arterial Diastólica avaliados em 2024 por volta

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	10	407	12	9	464	19	7	463	10	8	459	14
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	5	518	14	4	457	7	10	443	21	0	349	22



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.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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

Avaliação de valores máximos, mínimos e média por volta:

1ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	69	70
Máxima	340	110
Média	136	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	90	70
Máxima	191	140
Média	112	120



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

2ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	72	70
Máxima	351	110
Média	136	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	73	70
Máxima	171	140
Média	111	120

3ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	69	70
Máxima	315	110
Média	131	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	84	70
Máxima	160	140
Média	106	120

4ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	70	70
Máxima	306	110
Média	125	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	76	70
Máxima	162	140
Média	103	120

5ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	76	70
Máxima	315	110
Média	124	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	88	70
Máxima	158	140
Média	107	120



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

6ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	71	70
Máxima	394	110
Média	129	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	81	70
Máxima	135	140
Média	103	120

7ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	75	70
Máxima	341	110
Média	135	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	83	70
Máxima	204	140
Média	110	120

8ª VOLTA

Glicémia Após Refeição	Avaliada	Valores referência
Mínima	85	70
Máxima	262	110
Média	130	90

Glicémia Jejum	Avaliada	Valores referência
Mínima	89	70
Máxima	148	140
Média	109	120

Quantidade de valores de Glicémia capilar após refeição, avaliados em 2024 por volta:

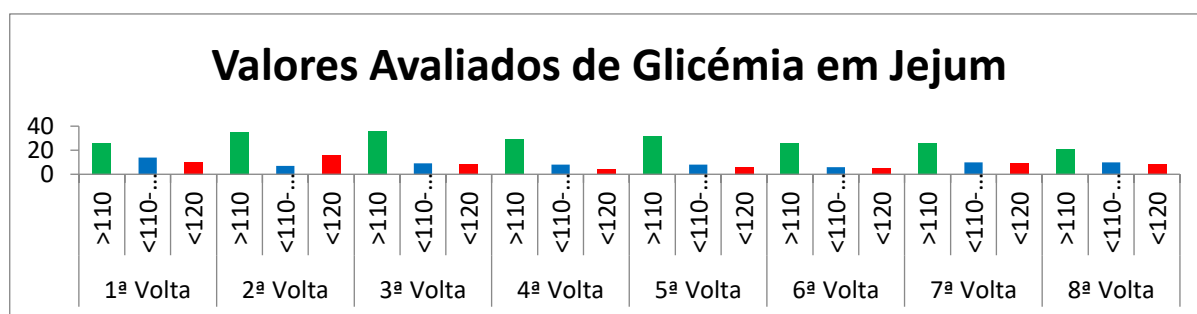
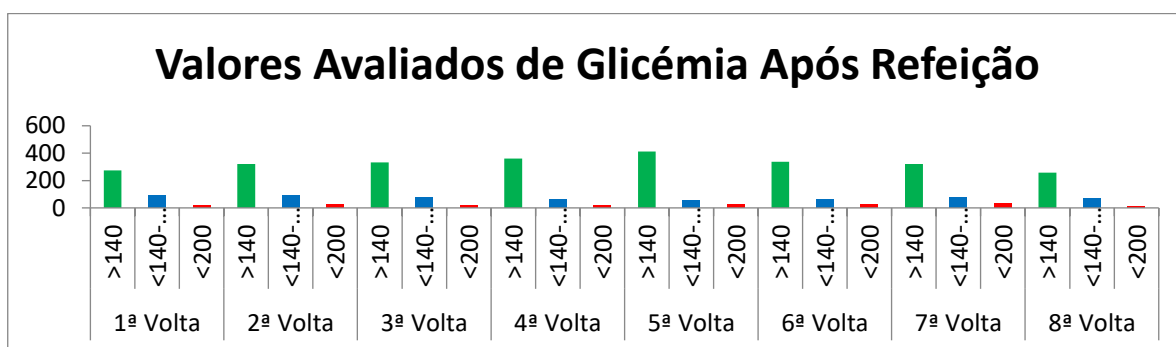
Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
Glicémia Após refeição	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200
Nº Avaliações	275	88	17	320	89	25	332	80	19	360	64	16
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
Glicémia Após refeição	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200	>140	<140-200>	<200
Nº Avaliações	411	57	23	337	65	28	321	77	30	258	67	8



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

Quantidade de valores de Glicémia capilar em Jejum, avaliados em 2024 por volta:

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
Glicémia Jejum	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120
Nº Avaliações	26	14	10	35	7	16	36	9	8	29	8	4
Nº de Voltas	5ª Volta			6ª Volta			7ª Volta			8ª Volta		
Glicémia Jejum	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120	>110	<110-120>	<120
Nº Avaliações	32	8	6	26	6	5	26	10	9	21	10	8



Da análise dos dados, observa-se que existe uma tendência de hiperglicemia, 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 consideráveis de hipoglicemia.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

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	94	90
Máxima	99	100
Média	97	95

2ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	94	90
Máxima	99	100
Média	97	95

3ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	94	90
Máxima	99	100
Média	97	95

4ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	94	90
Máxima	98	100
Média	97	95

5ª VOLTA

SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	89	90
Máxima	99	100
Média	97	95

6ª VOLTA

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



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

7ª VOLTA

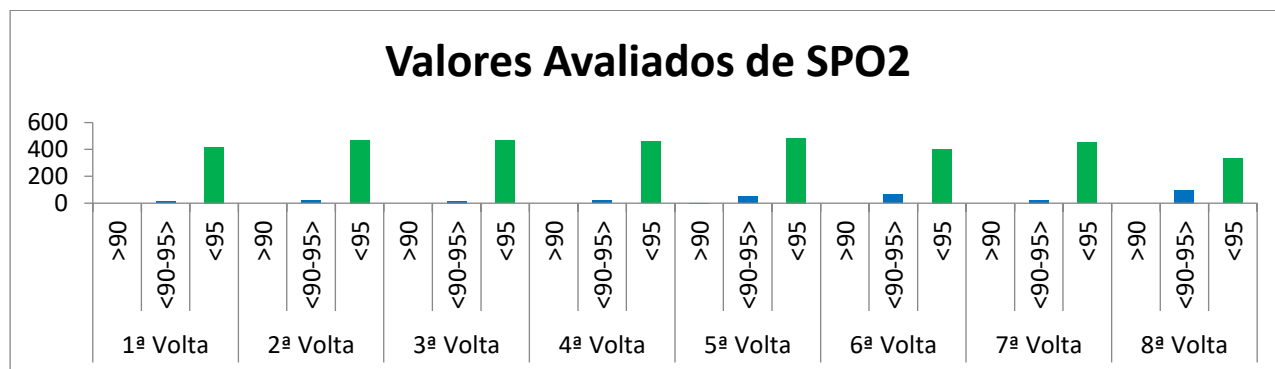
SPO ₂	Avaliada	Valores referência
Mínima	92	90
Máxima	99	100
Média	97	95

8ª VOLTA

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

Quantidade de valores de SPO₂ avaliados em 2024 por volta

Nº de Voltas	1ª Volta			2ª Volta			3ª Volta			4ª Volta		
SPO ₂	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95	>90	<90-95>	<95
Nº Avaliações	0	12	418	0	22	470	0	16	465	0	22	459
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	2	49	486	0	66	402	0	24	450	0	97	334



Da análise dos dados, observa-se que existe uma tendência de saturação de oxigénio no sangue acima dos 95%, sendo que se nota uma diminuição neste último ano, comparativamente com anos anteriores, estes valores estão em consonância com as patologias referidas pelos utentes.

Existem também alguns valores residuais de saturação de oxigénio no sangue abaixo dos 90%.



Santa Casa da Misericórdia de Macedo de Cavaleiros

N) Universidade Sénior

A Universidade Sénior de Macedo de Cavaleiros constitui-se como um projeto de apoio à população sénior, assente no princípio da visão holística do processo de envelhecimento ativo, promotora de qualidade de vida e aquisição de conhecimentos.

A valorização dos mais velhos e do seu papel na sociedade constitui um importante contributo para uma mudança de perceção que temos do envelhecimento. Nesse sentido, a Universidade Sénior de Macedo de Cavaleiros assume uma vocação pluralista, tendo como objetivo primordial fomentar atividades de envolvimento intelectual e físico, que contribuam para a atualização de conhecimentos, para a criação e manutenção de relações sociais e para a participação em iniciativas culturais e de cidadania, conduzindo a uma sociedade mais tolerante, mais solidária e, por conseguinte, mais desenvolvida.

Desde Maio de 2024, foram realizadas aulas de educação para a saúde de primeiros socorros, hipertensão arterial, diabetes e colesterol, bem como rastreios de Tensão arterial e diabetes.





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, administração de injetáveis, tais como Intramusculares e vacinas da gripe.

Este ano, também não foi possível avaliar o colesterol, havendo uma grande solicitação desse rastreio, pelos 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 autoestima 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.

Continua a verificar-se um agravamento de patologias já existentes, bem como um aumento de problemas cardíacos e saúde mental. A Unidade Móvel de Saúde ajuda a combater um pouco a solidão, depressão, tristeza e em alguns casos desespero, tendo um impacto positivo nos utentes da nossa população.

Em Maio deste ano, foi iniciada a colaboração com a Universidade Sénior de Macedo de Cavaleiros, sendo lecionada a aula de saúde uma vez por semana. Havendo uma boa adesão, por parte dos alunos da universidade sénior, na aula de saúde.

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