

## HISTÓRIA DA PORTO SEGURO

Eu sou a Cleide, técnica de enfermagem, formada há 15 anos, mãe do Luiz Felipe e desde que me formei escolhi como área de atuação a geriatria e o cuidado ao idoso. Conheci vários pacientes, fiz muitas amizades, entrei para muitas famílias e aprendi muito e durante muito tempo, minha atividade era de atendimento em domicílio. Num destes atendimentos, conheci o sr. Rogério Knevit. Em função do quadro de saúde deste senhor, que precisava de cuidados diários, intensos e de muitos profissionais para atendê-lo, a esposa, que também era idosa, não tinha condições de cuidar sozinha do marido. Outras opções foram procuradas, outras clínicas mas não obtiveram sucesso na busca. Neste momento surgiu a ideia de abrir a minha casa geriátrica, para receber o sr. Rogério, meu primeiro paciente e residente. Assim, os demais pacientes que eram atendidos em domicílio optaram por vir residir na Casa Geriátrica, recém aberta. No ano de 2019, a minha casa abriu-se para receber os meus queridos pacientes.

De lá para cá, com muitos desafios e sonhos, estamos em processo de construção de um ambiente familiar, agradável e saudável para acolhimento dos idosos. Hoje contamos com muitos profissionais que abraçaram a causa e se dispuseram a atender nossos residentes com diferentes atividades que vão desde capoterapia, aula de artes, educação física, fisioterapia. Temos acompanhamento de nutricionista, enfermeira, psicóloga, médico assistente, técnicos de enfermagem e cuidadores de idosos, todos capacitados no atendimento oferecido. Além de profissionais qualificados, temos uma estrutura física adequada e em evolução. Contamos com ambulância própria e carro, com motorista, disponível 24h. Tudo isto para oferecer a maior comodidade aos nossos residentes e familiares.

Visando ampliar nossos serviços, em 2020 implantamos o sistema "day care", um espaço para idosos frequentarem durante o dia a Casa Geriátrica, participando de todas as atividades do dia. Nosso objetivo é mostrar que favorecer o convívio social com outros idosos e a possibilidade de realizar atividades variadas auxilia na qualidade de vida. Idosos podem usufruir deste serviço, com segurança e qualidade, desmistificando a ideia de que Casas Geriátricas são "depósitos" de pessoas. Aqui, todas as atividades e cuidados são voltados para a qualidade de vida e bem-estar.

Estes quase três anos de funcionamento da Porto Seguro vem fortalecendo a ideia que trago desde o princípio, de tornar este espaço uma casa de família, a casa da nossa família!



## Aumenta o consumo de remédios para depressão

Uma pesquisa realizada com a base de dados da startup Medipreço e do painel de monitoramento de produtos controlados da Anvisa, mostrou que o consumo de antidepressivos na Região Sul cresceu 37,7% durante a pandemia - 61% acima da média nacional, que foi de 23,4%.

Em 2021, o aumento é de 11% comparado com o volume vendido no ano passado. Já a compra de ansiolíticos teve avanço de 12% neste ano em relação ao anterior.

A região foi considerada a segunda maior consumidora desses medicamentos, atrás apenas do Sudeste. O levantamento considerou medicamentos psiquiátricos com as seguintes substâncias: Fluoxetina, Escitalopram, Mirtazapina, Citalopram, Diazepam, Bromazepam, Alprazolam e Lorazepam.

Vale ressaltar ainda que a projeção para 2021 foi feita com base no consumo até julho. A previsão é de que neste ano sejam vendidos mais de 31 milhões de remédios antidepressivos e mais de 25 milhões de ansiolíticos no Brasil - sendo 7,7 milhões e 4,9 milhões deles, respectivamente, na Região Sul.

## Aneurisma da aorta Covid leva à descoberta de outra grave doença

O aneurisma da aorta é uma doença grave que evolui sem que a pessoa perceba. É como uma "bomba" carregada dentro do peito ou da barriga que nem se desconfia. Normalmente, esse tipo de aneurisma é descoberto quando o paciente investiga outra enfermidade com exames de imagem como raio-X, ecografia, tomografia ou ressonância.

Com a pandemia, os médicos afirmam que aumentou a detecção de aneurismas da aorta, isso porque são revelados nos exames para análise do pulmão que abrangem o tórax e o abdome. Quanto mais cedo o diagnóstico deste mal, mais crescem as chances de tratar e salvar vidas.

Eduardo Keller Saadi, cirurgião cardiovascular, professor de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e médico do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, destaca que descoberta do aneurisma traz a chance do tratamento. "É importante descobrir a di-

latação logo no início porque pode crescer e romper. A revelação não significa uma sentença de morte. Os procedimentos disponíveis, principalmente os endovasculares, minimamente invasivos, corrigem mesmo os de grande tamanho", diz o médico.

### O que é um aneurisma?

É uma dilatação permanente que acomete um determinado ponto de uma artéria, maior do que 50% do seu diâmetro normal. O aneurisma da aorta abdominal, abaixo das artérias renais, é o mais frequente. Se caracteriza por um inchaço na aorta, principal artéria do organismo que sai do coração, passa pelo tórax e vai até à barriga.

Pode ser comparado a um balão de festa que infla contínua e silenciosamente, aumentando de tamanho e enfraquecendo essa parte da aorta. Quando pequeno e médio, não manifesta sintomas e, por isso, é perigoso. Pode estourar, se não for detectado a tempo de tratar, levando à morte.



## O que pode causar um aneurisma da aorta abdominal?

A causa mais comum deste aneurisma é a degeneração da parede da artéria pela aterosclerose. Outras causas que podem ser levantadas são infecções, artrite e traumas.

Saadi lembra que o aneurisma da aorta abdominal é mais comum em homens e partir dos 65 anos. Há mais

### Conta-gotas

## Você conhece o jatobá?

O jatobá possui uma casca marrom bem dura e uma polpa esbranquiçada altamente rica em vitaminas e minerais, como cálcio, fósforo, ferro, potássio e magnésio.



Esses nutrientes auxiliam a saúde dos ossos, músculos, dentes, além do sistema nervoso e cardiovascular.

Faz bem ainda para a saúde da pele, dos cabelos e ajuda a turbinar a imunidade, por seu alto teor de vitaminas A e C e antioxidantes.

## Encontro debate a saúde emocional e o câncer

O Hospital Moinhos de Vento promove, nesta sexta-feira, dia 29, mais uma edição do Encontro Juntos. Destinado a pacientes com câncer, familiares e interessados, a palestra deste mês abordará "A perda dos cabelos em decorrência do tratamento oncológico: possibilidades e repercussões emocionais diante deste enfrentamento." O evento será às 16h e transmitido ao vivo pelo canal da instituição no Youtube. As inscrições são gratuitas e podem ser feitas no site da instituição.

O bate-papo será com a psicóloga assistencial Karine Viana Maciel, e com a enfermeira do Ambulatório de Quimioterapia, Tiani Godinho da Silva, que irá falar sobre a técnica de crioterapia. A convidada será a coordenadora do Núcleo de Relacionamento com o Paciente do Instituto da Mama do Rio Grande do Sul (Imama), Cristiane Garcia de Freitas Souza, e a mediação da enfermeira do Serviço de Mastologia, Ariane Pereira Osório.