

38^o

Encontro Nacional

Medicina Geral e Familiar

Workshops



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

Braga

4ª Feira, 29 de setembro

WORKSHOPS
(inscrição prévia)

14:00 – 15:30

Deliberação ética em fim de vida

Coordenação: Grupo Estudos Cuidados Paliativos APMGF - GEsPal

Dinamizadores:

Helena Beça

Médica de Família. USF Espinho, ACES Espinho/Gaia, ARS Norte

Carla Lopes da Mota

Médica de Família. Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos Gaia, ACES Gaia, ARS Norte

Soraia Santos

Médica de Família. UCSP Crestuma, Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos Espinho/Gaia, ACES Espinho/Gaia, ARS Norte

As questões éticas fazem parte da prática diária de todos os médicos no exercício da sua atividade. Em cuidados paliativos, pela especificidade da assistência prestada e pela vulnerabilidade do doente e da sua família, as questões éticas surgem ainda mais frequentemente e adquirem maior relevância, constituindo-se um desafio para os profissionais de saúde, que procuram alcançar um consenso aceite por todos os intervenientes, equipa de saúde, doente e cuidadores.

Como médicos de Medicina Geral e Familiar, na realidade onde nos inserimos, cada vez com mais doentes, mais pressões e mais prazos, e, simultaneamente, menos tempo, a tendência é reagir perante os acontecimentos. O que se pretende é contrariar esta tendência, promovendo a reflexão sobre os cuidados prestados, de forma a alcançar uma decisão de forma sustentada, fundamentada e baseada na razão, eliminando, sempre que possível, o fator reação.

Por isso, na procura incessante de optar pela atitude mais prudente e ponderada, os profissionais de saúde devem estar capacitados para reconhecer os dilemas éticos que surgem na prática diária e também para refletir e deliberar sobre os mesmos. Será necessário de forma cada vez mais frequente tomar decisões referentes aquando suspender a hemodiálise, colocar sonda nasogástrica, cooperar com a conspiração do silêncio, respeitar o desejo do doente de suspender medidas avançadas de suporte, não iniciar ou suspender tratamentos, garantindo o bem-estar do doente e da sua família, a sua intimidade, autonomia e vulnerabilidade.

Esta ação de formação pretende apresentar uma breve introdução teórica, com alguns dos principais princípios éticos inerentes aos Cuidados Paliativos e, posteriormente, passando da teoria à prática, promover a resolução de casos clínicos reais baseada em métodos deliberativos reconhecidos pela comunidade científica. Os objetivos primordiais são promover a discussão e a partilha, sensibilizar para as questões éticas em fim de vida e fornecer ferramentas práticas que os participantes possam utilizar na sua atividade profissional.

Gestão da Dor no idoso – uma abordagem prática

Coordenação: Grupo de Estudos da Dor APMGF

Dinamizadores:

Mariana Carvalho
Médica de Família

Hugo Cordeiro
Médico de Família

Carolina Abreu
Médica de Família

O workshop consiste na discussão de casos clínicos para resolução em consulta de cuidados de saúde primários. O workshop terá a abordagem a um caso de dor aguda, um caso de dor crónica e um caso de dor neuropática. Os três motivos de consulta das diferentes situações de dor a discutir seriam: a lombalgia aguda, a gonartrose e a nevralgia pós-herpética.

O objetivo é que os participantes sejam divididos em 3 grupos, que discutam entre si o caso clínico atribuído (com anamnese, exame físico, aplicação de escalas de dor e meios complementares de diagnóstico) e que posteriormente apresentem a proposta terapêutica.

Os formadores farão no final uma breve apresentação teórica sobre as classes de fármacos utilizadas nas propostas terapêuticas dos grupos de forma a adequar a terapêutica farmacológica, sem esquecer o tratamento não farmacológico para cada situação clínica.

Asma vs DPOC - quem é quem?

Coordenação: Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias APMGF - GRESP

Dinamizadores:

Nuno Pina
Médico de Família

Pedro Fonte
Médico de Família

A asma e a Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) são as doenças respiratórias obstrutivas crónicas mais frequentes nos cuidados de saúde primários. A apresentação destas patologias pode ser semelhante, já que ambas caracterizam-se por sintomas como tosse, dispneia e fadiga, o que, em várias circunstâncias, torna difícil a distinção clínica entre estas duas entidades. Além disso, o processo diagnóstico destas doenças envolve a realização de espirometria, exame cuja acessibilidade e facilidade de compreensão são bastante variáveis. Tudo isto leva a que, não raras vezes, haja muitas dúvidas no momento de diagnosticar estes doentes.

A análise epidemiológica destas doenças no nosso país confirma este mesmo problema. Por um lado, não há estudos que mostrem sem dúvida os números de prevalência esperados; por outro lado, várias análises nacionais e internacionais são unânimes a demonstrar o significativo subdiagnóstico e os muitos erros de diagnóstico associados a estas doenças.

Apesar de várias semelhanças clínicas, estas duas doenças têm processos fisiopatológicos significativamente distintos, que acarretam cuidados terapêuticos necessariamente diferentes. O GRESP (Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias) tem apostado, desde sempre, na formação interpares no âmbito das doenças respiratórias, com especial destaque para a asma e DPOC pelo impacto significativo que estas doenças têm na morbimortalidade geral. Neste momento tão relevante da nossa história, em que tanta atenção tem sido prestada à saúde e à doença, parece-nos fulcral lançar esta oficina que tem como finalidade ajudar os participantes a melhorar as suas competências de diagnóstico e orientação terapêutica destas doenças. Através da apresentação e discussão de vários casos clínicos, os participantes serão levados a aprofundar conhecimentos relativos a estas duas doenças, com enfoque no diagnóstico diferencial, gestão clínica e orientação terapêutica.

Desafio da digitalização dos Cuidados de Saúde Primários

Coordenação: Bruno Heleno

Médico de Família. USF das Conchas, ACES Lisboa Norte, ARSLVT.
Professor Auxiliar de Medicina Geral e Familiar na Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.
Coordenador e formador de cursos de Investigação clínica e Curso de Avaliação de literatura médica (CALM)

Dinamizadores:

Luís Velez Lapão
Mariana Peyroteo
Margarida Gil Conde
Mélanie Raimundo Maia
Ana Rita Jesus Maria
Adelaide Belo
João Gregório
Bruno Heleno

A telemedicina e a sua integração nos sistemas de saúde pode melhorar a prestação de cuidados, a promoção de saúde e a prevenção da doença. Os principais mecanismos são um aumento da acessibilidade e o aumento da participação dos utentes nos seus próprios cuidados. Isto é particularmente valioso para os utentes com multimorbilidade, pessoas com fragilidade ou dificuldade de locomoção, e pessoas que habitam em contexto rural.

Existem também desafios. É necessário integrar as soluções digitais na carga de trabalho existente e assegurar uma adoção baseada em evidência. É necessário gerir as relações entre as equipas de cuidados de saúde e os seus utentes. Por fim, é necessário garantir que não se acentua um fosso digital entre pessoas com acesso a tecnologia e os demais.

Objetivos Pedagógicos:

No final desta oficina, os participantes serão capazes de reconhecer:

1. quais são as aplicações mais recentes da tecnologia digital aos cuidados de saúde primários;
2. quais as possibilidades para melhorar o acesso e a coordenação com os cuidados hospitalares;
3. o significado destes exemplos para o futuro dos cuidados de saúde primários;
4. as novas competências que são necessárias à transição digital dos cuidados de saúde.

Descrição do Workshop:

A oficina divide-se em duas partes. A primeira consiste em quatro apresentações sobre diferentes projetos de aplicações digitais em cuidados primários.

- 1.** No projeto METHIS/Primarycare@COVID-19 implementou-se, durante a pandemia, uma plataforma digital de telemedicina para pessoas com doença crónica. Pretende-se agora implementar um sistema de gestão clínica para pessoas com multimorbilidade.
- 2.** O projeto de gestão de caso da ULS Litoral Alentejano, que implementou um sistema de integração vertical de cuidados, envolvendo cuidados de saúde primários e secundários, apoiando-se em telemedicina.
- 3.** No projeto de teleconsulta de cardiologia do Centro, cardiologistas e médicos de família têm a possibilidade de discutir doentes em simultâneo e permite um acesso mais fácil a cuidados de cardiologia para utentes idosos que vivem em aldeias remotas.
- 4.** Por fim, falar-se-á da experiência de teledermatologia, que é o projeto de telemedicina mais disseminado em Portugal e tem sido utilizado para permitir acesso atempado a um recurso escasso no SNS.

A segunda parte consistirá numa mesa-redonda entre os preletores, um membro da direção da APMGF e membros do público.

16:00 – 17:30

Abordagem ao consumo de álcool nos Cuidados de Saúde Primários

Coordenação: Grupo de Estudos Comportamentos Aditivos APMGF

Dinamizadores:

Cristina Ribeiro

Professora Docente e Doutorada na Faculdade de Medicina de Lisboa.

Coordenadora do Grupo de Estudos de Comportamentos Aditivos APMGF.

Presidente da Associação Portuguesa da Medicina de Adição.

Médica no Departamento de Qualidade, da Direção Geral da Saúde

Frederico do Rosário

Médico de Família. USF, ACeS Dão Lafões, ARS Centro.

Consultor da Organização Mundial da Saúde para a área da formação e investigação em Problemas Ligados ao Álcool.

Coordenador da Equipa de Projeto Piloto em Problemas Ligados ao Álcool – ACeS Dão Lafões.

Raquel F. Castro

Médica interna de MGF. USF Reynaldo dos Santos,

ACeS Estuário do Tejo, ARS LVT

Vânia de Oliveira

Médica interna de MGF. USF S. Nicolau, ACeS Alto Ave, ARS LVT

O consumo de álcool ocupa atualmente uma posição relevante, não só como fator de risco de múltiplas patologias, mas também como importante interveniente em acidentes de viação e de trabalho, violência doméstica, criminalidade, afeção de relações conjugais, entre outros. Constitui um dos cinco principais fatores de risco de doença, incapacidade e morte no mundo, traduzindo-se num peso considerável em termos de despesas de saúde e anos potenciais de vida perdidos.

Este tema torna-se particularmente relevante no contexto atual, tendo em conta a evidência que revela uma associação entre o agravamento do consumo de álcool e crises sanitárias tais como a pandemia COVID-19.

Os cuidados de saúde primários (CSP) são habitualmente o primeiro ponto de contacto dos doentes com os cuidados de saúde, tornando-se o médico de família um elemento essencial para o correto rastreio e tratamento dos doentes com problemas ligados ao álcool (PLA).

O workshop “Abordagem do consumo de álcool nos Cuidados de Saúde Primários” tem como finalidade capacitar os Médicos de Medicina Geral e Familiar para identificar precocemente os Problemas Ligados ao Álcool (PLA).

Objetivos

- Detecção precoce de doentes com PLA e aplicação de instrumentos de avaliação;
- Identificação dos diferentes tipos de consumo (consumo nocivo, consumo de risco, dependência);
- Metodologias de abordagem aos PLA: aconselhamento simples, técnicas de intervenção breve;
- Sensibilização para os problemas relacionados com o consumo de álcool;
- Critérios de referência para consulta especializada;
- Divulgação e apresentação de trabalhos científicos desenvolvidos na área da Alcoologia.

Metodologia

Apresentação oral com introdução teórica à temática, seguida da exposição dos instrumentos de avaliação existentes e estratégias de abordagem iniciais. Serão utilizados casos clínicos para discussão e interação com os participantes, no sentido de aplicar as competências adquiridas ao longo do workshop.

Discussão

O workshop “Abordagem do consumo de álcool nos Cuidados de Saúde Primários” pretende potenciar a aquisição de competências na área da Alcoologia, capacitando os Médicos de Medicina Geral e Familiar para a identificação precoce e correta abordagem aos PLA, diminuindo assim o seu impacto biopsicossocial.

Estratégias de promoção da atividade física no local de trabalho/teletrabalho

Coordenação: Grupo de Estudos de Nutrição e Exercício Físico da APMGF - GENEFF

Dinamizadores:

Andreia Lobo

Médica de Família. UCSP Pedrogão Grande,
ACeS Pinhal Interior Norte, ARS Centro.

Elemento do Grupo de Estudos de Nutrição e Exercício Físico da APMGF

Catarina Neves dos Santos

Médica interna de MGF. USF Ramada, ACeS Loures-Odivelas, ARS LVT.

Elemento do Grupo de Estudos de Nutrição e Exercício Físico da APMGF

Marisa Barros

Médica de Família. UCSP Ribeira de Pena, ACeS Alto Trás-os-Montes,
Alto Tâmega e Barroso, ARS Norte.

Elemento do Grupo de Estudos de Nutrição e Exercício Físico da APMGF

Rita Vilaça

Médica interna de MGF. USF Vidago, ACeS Alto Trás-os-Montes,
Alto Tâmega e Barroso, ARS Norte.

Elemento do Grupo Estudos de Nutrição e Exercício Físico da APMGF

A inatividade física é considerada um dos principais fatores de risco para as doenças crónicas não transmissíveis. O sedentarismo, facilitado frequentemente pelo tipo de atividade laboral, pode ser determinante no desenvolvimento de alterações do estado de saúde, sejam elas metabólicas, osteoarticulares e até mentais. Durante a atual fase pandémica, com o aumento do recurso ao teletrabalho e o aumento da sobrecarga laboral dos profissionais de saúde, o sedentarismo associado à atividade profissional aumentou drasticamente. Importa ainda salientar que a adoção de estilos de vida saudáveis se relaciona diretamente com indicadores de bem-estar, redução do stress, melhoria das relações profissionais, motivação e produtividade laboral.

A formação e sensibilização dos profissionais de saúde para esta problemática, a distribuição de recursos para a promoção de atividade física, a adoção de instrumentos que facilitem a organização dos serviços e a criação de ambientes promotores da mesma, permitem que os profissionais reconheçam as vantagens de um estilo de vida mais ativo.

Objetivos

- Sensibilizar os profissionais de saúde para a prática de atividade física;
- Discussão de estratégias para promover ambientes laborais fomentadores de estilos de vida mais ativos;
- Fornecer estratégias que permitam a prática de exercício físico dirigido para os profissionais das unidades de saúde;
- Fornecer estratégias que permitam a prática de exercício físico, em ambiente laboral, para a generalidade da população.

Metodologia

Neste workshop convidaremos a assistência a refletir sobre os benefícios da atividade física em meio laboral, os entraves existentes à sua realização e possíveis medidas de promoção de estilos de vida laboral mais ativa. Seguir-se-á uma parte prática de exercícios físicos facilmente adaptáveis à realidade dos profissionais de saúde e à generalidade da população.

Discussão

No final deste workshop, os participantes serão capazes de reconhecer os benefícios da atividade física em ambiente laboral, sugerir e implementar medidas promotoras desta, bem como realizar e prescrever exercícios físicos passíveis de serem realizados em meio laboral.

Consulta domiciliária: a rentabilidade no ato acautelado

Coordenação: Grupo de Estudos em Medicina Rural APMGF

Dinamizadores:

Marta Matias Costa

Medicina Geral e Familiar, USF Montemuro, ACeS Dão-Lafões, ARS Centro

Tiago Sanches

Medicina Geral e Familiar, USF Grão Vasco, ACeS Dão-Lafões, ARS Centro

Inês Madanelo

Médica de Família, UCSP Vila Nova de Paiva, ACeS Dão-Lafões, ARS Centro

Inês Rosendo

Médica de Família, USF Coimbra Centro, ACeS Baixo Mondego, ARS Centro

A consulta domiciliária integra as competências do médico de família, sendo exercida em circunstância distinta e distante do nosso cenário de conforto (a unidade de saúde). Muitas vezes, o tempo para realização destes cuidados é comprometido por longos trajetos de deslocação, requerendo maior organização e proficuidade clínica neste ato.

1. Motivos: Conhecer os motivos para consulta domiciliária e suas particularidades
2. Mala de domicílios: Assimilar uma possível composição útil de uma mala de domicílios (que ferramentas? que medicamentos?)
3. Equipa de saúde: Conhecer situações onde a presença de elementos não médicos pode ser essencial (quando requisitá-la?)
4. Casa do utente: Reconhecer o que deve ser pesquisado no ambiente e como este pode ser potenciado.
5. Consulta: Saber como estruturar esta consulta e que escalas de diagnóstico e monitorização usar.
6. Cuidador informal: Saber avaliar a situação do cuidador informal e ajudar em conformidade.
7. Red flags: Reconhecer sinais de alarme no recetor de cuidados (maus tratos, ...) e no cuidador.
8. Aconselhamento: Conhecer orientações clínicas para os principais problemas apresentados.

Métodos:

Sessão fundamentalmente baseada em método ativo e interrogativo.

Breve exposição de conteúdos teóricos (método expositivo).

Resolução coletiva de casos clínicos.

Elaboração de sumário de orientações clínicas sugeridas como recurso futuro para a prática diária do médico de família.

Abordagem dos doentes somatizadores

Coordenação: Grupo de Estudos de Saúde Mental APMGF

Dinamizadores:

Ana Catarino Gomes

Médica interna de MGF. USF Arandis, ACES Oeste Sul, ARS LVT.

Membro do Grupo de Estudos de Saúde Mental

Margarida Sousa Silva

Médica interna de MGF. USF Cruzeiro, ACES Loures-Odivelas, ARSLVT.

Membro do Grupo de Estudos de Saúde Mental

Nuno Florêncio

Médico de Família. Coordenador da Formação Interna

na Clínica da Amadora - Hospital da Luz e consultório particular.

Psicoterapeuta Dual e de Grupo de Orientação Psicodinâmica (SPGPAG).

Coordenador do Grupo de Estudos de Saúde Mental da APMGF

Paulo Guedes

Médico de Família. ULS Matosinhos. Membro e Dinamizador

da Divulgação/Comunicação do Grupo de Estudos de Saúde Mental

As perturbações psicossomáticas incluem um amplo espectro de distúrbios orgânicos e funcionais desencadeados e/ou agravados por fatores psíquicos, desde variações sintomáticas de doenças físicas produzidas por vivências emocionais (modulação neurológica, endócrina, imunológica), preocupação excessiva/delirante com doenças físicas (hipocondria segundo a CID-10 ou perturbação de ansiedade de doença segundo o DSM-5), até aos doentes que apresentam inúmeros sintomas físicos persistentes/recorrentes sem alterações nos exames complementares (sintomas medicamente inexplicados, perturbação somatoforme segundo a CID-10 ou perturbação de sintomas somáticos segundo o DSM-5).¹⁻³

Os sintomas de patologia psicossomática incluem patologia dolorosa (osteoarticulares, musculares, raquialgias, cefaleias, dor torácica ou abdominal), sintomas inespecíficos (astenia, síncope, tonturas), sintomas gastro-intestinais, cardíacos, respiratórios, neurológicos e sexuais.¹

Pertinência

Estima-se que a prevalência de doentes com múltiplos sintomas medicamente inexplicados ("grandes somatizadores") ronde 4-6% na população em geral e 17-22% nos utilizadores dos Cuidados de Saúde Primários.¹

Acresce que, desde 2020, a pandemia de COVID-19 tem tido forte impacto na saúde física e emocional de todos, decorrente das vivências de medo, perdas e maior isolamento social, a par de mudanças profundas nos estilos de vida, nas matrizes de relação e no acesso aos cuidados de saúde. Neste contexto, o workshop procura aperfeiçoar competências de diagnóstico diferencial e tratamento de patologias físicas, mentais e psicossomáticas.

Objetivos

Aprofundar conhecimentos e treinar competências de abordagem dos doentes somatizadores.

Metodologia

1. Revisão teórica breve;
2. Treino prático com discussão de casos clínicos e *roleplay*.

18:00 - 19:30

Síntese de Evidência

Coordenação: David Rodrigues (coordenador científico)

Médico de Família. Responsável de Conteúdos Médicos da UpHill.

Assistente Livre na Unidade Medicina Geral e Familiar - Faculdade de Ciências

Médicas da Universidade Nova de Lisboa.

Coordenador de cursos de Qualidade e cursos de avaliação de literatura médica (CALM)

Dinamizadores:

David Rodrigues

Bruno Heleno

Médico de Família. USF das Conchas, ACES Lisboa Norte, ARSLVT.

Professor Auxiliar de Medicina Geral e Familiar na Faculdade

de Ciências Médicas da Universidade Nova de Lisboa.

Coordenador e formador de cursos de Investigação clínica e

Curso de Avaliação de literatura médica (CALM)

As decisões clínicas devem integrar as preferências do doente, a experiência do médico e a melhor prova científica disponível. O volume de produção científica atual transforma o manter-se ao corrente da melhor evidência um desafio diário. As normas de orientação clínica ou guidelines tentam resumir e sintetizar informação científica de forma a providenciar recomendações diretamente aplicáveis na prática clínica.

Objetivos de aprendizagem

Pretende-se que os participantes entendam o processo de síntese de evidência que deve sustentar a elaboração de recomendações dirigidas à prática médica atual. Para isso aprenderão os fundamentos da metodologia GRADE com um exercício prático de leitura crítica de uma guideline, criticando a sua metodologia, interpretando os resultados e decidindo de que forma estes podem alterar a sua prática clínica.

Metodologia

Workshop assente em exercícios práticos, com recurso a auxiliares de memória, no qual se desmistifica a estatística e promove o trabalho em equipa. Os participantes são distribuídos em pequenos grupos.

Discussão

A aquisição de competências de leitura crítica adquiridas nesta oficina facilita uma discussão organizada sobre os aspetos mais relevantes na análise de uma norma de orientação clínica. O treino continuado destas competências permite uma melhor utilização da prova científica na tomada de decisão em Medicina Geral e Familiar.

Boas Práticas em Aleitamento Materno

Coordenação: Grupo de Estudos de Saúde da Mulher APMGF

Dinamizadores:

Mariana Bismarck

Médica de Família. UCSP Lapa – ACES Lisboa Central – ARSLVT.

Conselheira em Aleitamento Materno OMS/ UNICEF

Rita Cabrita

Médica de Família. UCSP Olivais – ACES Lisboa Central – ARSLVT.

Consultora internacional de Lactação pelo IBCLC

Teresa Costa Duarte

Médica interna de MGF. USF do Arco – ACES Lisboa Central - ARSLVT.

Conselheira em Aleitamento Materno OMS/ UNICEF

O Leite Materno (LM) é o alimento nutricionalmente ideal para o recém-nascido e lactente. Os seus benefícios imunológicos, psicológicos, sociais e ambientais estão largamente estudados.

A Organização Mundial de Saúde (OMS), a *American Academy of Family Physicians* (AAFP) e a *American Academy of Pediatrics* (AAP) recomendam o Aleitamento Materno (AM) exclusivo até aos 6 meses e a continuação após a introdução da alimentação complementar pelo menos até aos 2 anos. Em Portugal, estima-se que 84% das mães iniciam AM, no entanto, a sua manutenção em exclusivo até aos 6 meses ocorre em apenas 22,1% dos casos ficando aquém do objetivo de 50% da OMS. A promoção do AM pelos profissionais de saúde, assim como um apoio na resolução de problemas, aumenta a taxa de AM exclusivo e a sua duração. A AAFP, a AAP e o *American Congress of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG) recomendam que as mulheres sejam esclarecidas acerca dos benefícios do AM e recebam intervenções de suporte antes e após o parto. O médico de família (MF) encontra-se numa posição privilegiada para a promoção do AM, com início na pré-conceção, seguindo na gravidez e pós-parto e ainda nos cuidados prestados a toda a família. Este workshop tem como objetivo a atualização de conhecimentos relativamente aos benefícios do AM e à resolução dos problemas relacionados com a amamentação (ingurgitamento, fissuras mamilares, candidíase, mastite puerperal, entre outros).

Serão abordados temas como as boas práticas nas instituições de saúde, as vantagens do AM e desvantagens do leite artificial, a pega correta e posições de amamentação, abordagem do “pouco leite”, aspetos sobre legislação e comunicação, entre outros.

Serão visualizados vídeos ilustrativos das técnicas abordadas, exercícios de posicionamento, assim como discussão de casos clínicos.

Os participantes deverão no final do workshop, ser capazes de promover o AM, apoiar a sua manutenção e ajudar na resolução dos principais problemas.

Saúde Digital e o Médico de Família em 2021

Coordenação: Grupo de Estudos de Saúde Digital APMGF

Dinamizadores:

Maria João Nobre

Médica de Família. MaisDomus / Wiselife

Ana Luís Pereira

Médica de Família. Wiselife

No último ano assistimos à massificação da digitalização em saúde, com uma crescente utilização da tecnologia no dia-a-dia das populações, incluindo nos cuidados de saúde.

Muitos profissionais não tiveram formação ou mesmo espaço para discussão sobre a forma de utilização das ferramentas digitais ao seu dispor, não apenas para o diagnóstico, mas também para o seguimento e comunicação com os seus doentes.

Existem muitas soluções digitais, como aplicações de apoio à decisão clínica, registos de saúde eletrónicos, plataformas de teleconsulta, entre muitos outros; mas poucas orientações de como utilizá-las, como interagir com os doentes através das mesmas. Será que a estrutura e a dinâmica dos cuidados de saúde se pode transpor diretamente, e sem adaptações para o formato digital?

Objetivos

Este workshop tem por objetivo apresentar o Grupo de Estudos, discutir as boas práticas e o papel do Médico de Família na Digitalização da Saúde, quais as ferramentas disponíveis, e quais as principais dificuldades e discussão de soluções.

Metodologia

Iniciaremos o workshop com uma atividade de grupo tipo *"icebreaker"*.

De seguida faremos uma breve apresentação do Grupo de Estudos e os seus objetivos.

Serão apresentadas algumas ferramentas e plataformas ao dispor dos Médicos de Família, com alguns testemunhos na primeira pessoa.

Os participantes serão divididos em pequenos grupos, onde serão discutidas questões relacionadas com o papel do Médico de Família na Saúde Digital, quais as ferramentas disponíveis, e quais as suas dificuldades.

Em vários momentos os participantes terão a oportunidade de partilhar com todos os participantes as conclusões das diversas discussões nos pequenos grupos.

Conclusões

No final deste workshop esperamos que os participantes sejam capazes de reconhecer o seu papel na digitalização da saúde, bem como estar mais confortáveis com algumas das ferramentas existentes.

O luto das famílias em tempo de pandemia

Coordenação: Grupo de Estudos da Família APMGF

Dinamizadores:

Clara Gonçalves

Médica de Família. USF Quinta das Lindas, ACES Oeiras, ARS LVT.

Membro do Grupo de Estudos da Família APMGF

Carina A. Nunes

Médica interna de MGF. USF Emergir, ACES Cascais, ARS LVT.

Membro do Grupo de Estudos da Família da APMGF

Desde o início da pandemia por COVID-19, somos diariamente invadidos com o tema da morte e do luto. Este confronto permanente leva-nos a refletir sobre a nossa própria finitude enquanto seres humanos e evocar perdas passadas e trazer “ao de cima” lutos não resolvidos. Surgiram também vários obstáculos ao processo natural do luto, uma vez que devido ao distanciamento social não houve, frequentemente, tempo de despedida dos familiares. Além das restrições dos próprios rituais fúnebres.

Em Medicina Geral e Familiar a relação com o doente e a família é longa, atravessando várias etapas da vida que incluem a morte e luto. O médico de Família deve desenvolver uma abordagem próxima não só orientada para o indivíduo, mas também para a sua família e comunidade, lidando com os problemas na sua dimensão física, psicológica, social, cultural e existencial. Deve ainda utilizar de forma eficiente os recursos de saúde existentes, numa abordagem multidisciplinar, coordenando a prestação de cuidados às famílias nesta crise do ciclo de vida familiar.

A forma como os profissionais lidam com o processo de morte é de extrema importância e irá influenciar determinantemente o modo como os utentes irão viver os seus últimos meses, semanas e dias de vida, bem como a forma como os familiares vão viver o luto.

Embora nas últimas décadas a formação académica médica se tenha debruçado sobre as várias questões relacionadas com o fim de vida, verificam-se lacunas formativas nesta área.

Daí a relevância e pertinência deste tema, sobretudo nesta nova etapa que vivemos.

Objetivos

- O luto e as famílias;
- Compreender o conceito de luto e as suas fases;
- Luto normal e luto patológico;
- Desenvolver competências de comunicação na consulta sobre como abordar o luto;
- Definir estratégias práticas de coping relativamente a luto para utentes e para os próprios profissionais de saúde;
- Identificar quais as situações que necessitam referência e abordagem multidisciplinar.

Metodologia

- Sessão formativa interativa, com suporte informático;
- Exposição de trechos de filmes inerentes ao tema e discussão de grupo.

Discussão

Com este workshop esperamos criar um espaço de discussão que venha desmistificar ideias sobre a morte e o luto e promover mais informação, sintonia emocional e consciência para estratégias de coping. Sensibilizando também para a importância do autocuidado dos profissionais.

Aceitar que a vida é transitória ajuda a enfrentar a própria mortalidade, incertezas da vida e aceitar as limitações pessoais e profissionais.

Secretariado e Informações Gerais

Secretariado Científico

Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar
Av. da República, n.º 97-1.º | 1050-190 Lisboa (Portugal)

Tel. +351 21 761 52 50 | Fax +351 21 793 31 45

E-mail: apmgf@apmgf.pt

Inscrições

Leading

Rua Diogo do Couto, 1B

2799-537 Linda-a-Velha

Tel. +351 215 870 920

E-mail: apmgf@leading.pt