

Dia Mundial da Saúde no HSPM - 2025



Aferição de pressão arterial e teste de glicemia capilar (Uninove)



Coral da Guarda Civil Metropolitana (GCM)

O evento em homenagem ao Dia Mundial da Saúde aconteceu entre 7 e 30 de abril e contou com a presença de pacientes e funcionários do hospital, com atividades de estímulo à saúde e qualidade de vida. Houve aferição de pressão arterial e teste de glicemia capilar, com atendimento a 258 pessoas, realizada em parceria com os estudantes de Enfermagem da Universidade Nove de Julho (UNINOVE). O evento também trouxe apresentações musicais do Coral da Guarda Civil Metropolitana (GCM) e da Camerata da Polícia Militar de

São Paulo (PMSP), visita dos cães do Projeto Cinoterapia aos pacientes da Clínica de Oncologia, palestras e aula online, ministradas por especialistas do hospital, que foram assistidas por 120 profissionais do HSPM.

Paulo Paschoal, violinista da Orquestra Sinfônica de São Paulo (OSESP), tocou com a Camerata da PMSP em razão do trabalho de aprimoramento que tem realizado em parceria com o grupo. O músico comentou "o objetivo é mostrar o trabalho artístico da Polícia Militar e que, por trás da farda, há um coração pulsante".



Camerata da Polícia Militar de São Paulo

Faltômetro de Abril

HSPM

Consultas agendadas: 40.050
Faltas: 6.008

Ambulatório Desc. Santo Amaro

Consultas agendadas: 580
Faltas: 111

Ambulatório Desc. Lapa

Consultas agendadas: 702
Faltas: 208

Ambulatório Desc. Carrão

Consultas agendadas: 1.155
Faltas: 240

Ambulatório Desc. Tucuruvi

Consultas agendadas: 764
Faltas: 111

Ambulatório Desc. São Miguel

Consultas agendadas: 1.441
Faltas: 84

Para cancelar ligue: (11) 3397-8000 / 8001

Lembre-se:



ADOTE ESSA IDEIA:
CANEQUE-SE



DESCARTE CERTO!



PREVINA-SE

Ramal
Bombeiros
7952





Projeto Coren-SP Participativo

O Conselho Regional de Enfermagem (COREN), através do projeto Coren-SP Participativo, ofereceu atendimento presencial aos profissionais de Enfermagem do hospital, no anfiteatro do 9º andar, nos dias 14 e 15 de abril. Foram disponibilizados diversos serviços, como a renovação da Carteira de Identidade Profissional e o acordo de quitação de dívidas financeiras.



Reunião debateu controle das infecções hospitalares

Seguindo as diretrizes da Portaria nº 2.616/1998, do Ministério da Saúde, que define as competências dos diferentes níveis de governo e dos serviços de saúde na prevenção e controle de infecções hospitalares, foi realizada reunião no anfiteatro com 35 profissionais de diferentes categorias profissionais e unidades do hospital. O encontro, realizado pelo Serviço de Controle de Infecção Hospitalar, debateu sobre o programa de prevenção e controle das Infecções Relacionadas à Assistência à Saúde (IRAS) para 2025 no HSPM.



Ação celebrou a Páscoa de forma lúdica

Na semana que antecedeu a Páscoa, a equipe das Clínicas de Fonoaudiologia, Pediatria e Psicologia e Psiquiatria da Infância e Adolescência (PPIA) realizaram uma ação lúdica com os pacientes infantis e adolescentes, na qual foram distribuídas orelhas de coelho de papel e um doce simbólico pela Páscoa.

A iniciativa e organização partiu da funcionária Gislene, do guichê das clínicas, teve incentivo e auxílio das fonoaudiólogas, principalmente, da área infantil, e contou com o apoio dos médicos Pediatras e da Gráfica do hospital. O objetivo foi alegrar as crianças e adolescentes e trazer ainda mais leveza aos atendimentos prestados.

DESCARTE CERTO!

Jogo da força!

Lixo comum



RESPOSTA: 0pANAP00

www.hspm.sp.gov.br



Aula mensal dos médicos residentes

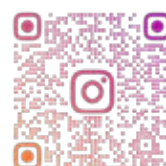
Seguindo o cronograma mensal do Programa de Residência Médica, no dia 24 de abril, os médicos residentes receberam o Dr. Danilo Zeferino de Oliveira Souza, Médico Oncologista do Hospital Santa Catarina, no anfiteatro do 9º andar, para assistirem uma apresentação sobre noções básicas de estatística. A aula teve como objetivo o aprimoramento dos conhecimentos em análise de dados e melhora na tomada de decisões clínicas.



HSPM NA MÍDIA



A médica da Clínica de Endocrinologia do HSPM, Dra. Daniela Iguchi, falou sobre o Lipedema na Rádio CBN de Santos no dia 11 de abril. A endocrinologista explicou que se trata de uma condição de acúmulo de gordura desproporcional, principalmente na parte inferior do corpo e acomete na maioria dos casos as mulheres. Veja a entrevista apontando a câmera do seu celular para o QR Code abaixo:





Lançamento do livro sobre Práticas Integrativas

Aconteceu, no dia 4 de abril, o lançamento do livro "Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Memórias 2001 a 2024" na Faculdade de Saúde Pública da Universidade de São Paulo (USP). A Dra. Elizabete Michelete, Superintendente do HSPM e a Dra. Joseli Beatriz Suzin, Coordenadora do Ambulatório de Práticas Integrativas e Complemen-

tares do HSPM (PICS), participaram do evento. O livro apresenta um capítulo de autoria da Dra. Joseli Suzin que conta sobre a trajetória histórica das PICS no HSPM, como exemplo de equipamento pioneiro.

Acompanhe o site do HSPM para se manter informado e acesse o livro: https://bit.ly/HSPM_PIC

Visita da Comandante Elza

A Superintendente recebeu a visita da Sra. Elza Paulina Souza, Ex-Secretária de Segurança Urbana e 1ª Mulher Comandante da Guarda Civil Metropolitana de São Paulo, no dia 7 de abril, no Gabinete da Superintendência do HSPM, que veio parabenizar pessoalmente a Dra. Elizabete Michelete pelo seu aniversário.



Profissionais vacinaram-se contra a gripe

Os profissionais que atuam no HSPM puderam receber a prevenção contra a gripe por meio da campanha de vacinação realizada entre os dias 14 e 30 de abril no Núcleo Especializado em Saúde do Trabalhador (NEST), localizado no terceiro andar do hospital. As doses foram enviadas pela

Unidade de Vigilância em Saúde (UVIS) Sé e distribuídas pelo Posto de Armazenamento e Distribuição de Imunobiológicos (PADI) Centro Oeste.

Foram aplicadas 841 doses. A campanha seguirá na rede básica de saúde. A prevenção é o melhor remédio, vacine-se!



Comunicação foi tema da reunião da Qualidade

A reunião mensal da Qualidade, realizada no dia 29 de abril, no anfiteatro, apresentou a Assessoria de Relações Institucionais, mais conhecida pela maioria dos servidores como "setor de Comunicação". Daniela Avancini Pena Lima, Chefe da Assessoria de Relações Institucionais, apresentou aos participantes os processos de trabalho e atribuições da unidade, que é responsável pela comunicação interna, externa, organizacional e visual do hospital.

Um dos destaques da reunião foram as atualizações das informações relacionadas à Lei de Transparência Ativa e à Acessibilidade, serviços disponibilizados aos cidadãos no site institucional do hospital.

CAPACITAÇÃO

Humanização hospitalar, etiqueta no trabalho e implantação da ferramenta 5S foram os temas dos cursos oferecidos pelo Departamento de Gestão de Talentos (DGT), por meio da Divisão de Capacitação e Desenvolvimento, e concluídos, em abril, pelos profis-

sionais do HSPM. O primeiro curso, contou com 68 concluintes. O segundo curso teve 49 concluintes. Já o terceiro curso contou com 24 concluintes. Todos os cursos são validados para progressão de carreira dos servidores públicos do município de São Paulo.



Dieta equilibrada e movimento são bases para o controle do diabetes

Brasil está entre os países mais afetados pela doença

O diabetes é uma doença crônica na qual o corpo tem dificuldade em regular os níveis de açúcar no sangue (glicose) devido à falta de produção, ou produção insuficiente, do hormônio insulina, que é responsável por levar a glicose para dentro das células, onde é usada como fonte de energia. Segundo a Sociedade Brasileira de Diabetes, no Brasil estima-se que cerca de 20 milhões de pessoas convivem com a doença, o que representa aproximadamente 10% da população.

Segundo a Federação Internacional de Diabetes (IDF), o Brasil ocupa o 6º lugar no mundo entre os países com mais pessoas com diabetes no geral e o 3º lugar quando se fala em diabetes Tipo 1. Entrevistamos o **Dr. Carlos Guilherme Lyra Martins Pereira**, Médico da Clínica de Endocrinologia do HSPM, que nos trouxe informações sobre o diabetes.

1) Quais tipos de diabetes existem?

Existem dois tipos principais de diabetes: o tipo 1, que geralmente aparece na infância ou adolescência e acontece quando o corpo não produz insulina suficiente; e o tipo 2, que é mais comum em adultos, especialmente aqueles com fatores de risco como obesidade, sedentarismo e alimentação inadequada.

2) A que está associado o surgimento da doença?

O aparecimento do diabetes está associado a vários fatores, que podem aumentar o risco de desenvolver a doença. Entre eles estão fatores genéticos (ter familiares próximos com diabetes), sedentarismo (falta de atividade física contribui para o ganho de peso e resistência à ação da insulina, dieta inadequada e consumo excessivo de alimentos ricos em açúcar, gorduras saturadas e processados; idade (risco aumentado com o envelhecimento, especialmente após os 45 anos, síndrome metabólica (conjunto de fatores como obesidade abdominal, colesterol alto, hipertensão e resistência à insulina) e fatores hormonais.

3) Como saber se eu tenho diabetes?

É importante ficarmos atentos a sinais e sintomas como: sede excessiva, vontade frequente de urinar, cansaço persistente, visão embaçada, feridas que demoram a cicatrizar, perda de peso sem motivo aparente. O diagnóstico é realizado pelo médico, por meio de exames como a glicemia de jejum, o teste de tolerância à glicose (TTG), hemoglobina glicada (HbA1c), entre outros.

4) Como o diabetes pode comprometer o funcionamento do meu corpo?

O diabetes, quando não controlado, pode causar vários prejuízos ao nosso organismo. Sem o uso ou a produção adequada de insulina, o açúcar fica elevado no sangue e isto pode danificar diferentes órgãos e sistemas ao longo do tempo. Por exemplo, o diabetes pode afetar os olhos, levando a problemas de visão ou até à cegueira; os rins, podendo causar insuficiência renal; o aumento do risco de doenças cardíacas e acidentes vasculares cerebrais; e os nervos, que pode resultar na neuropatia diabética periférica (pé diabético), uma complicação que reduz a sensibilidade dos pés e pode levar a ferimentos e amputações. Além disso, o excesso de açúcar no sangue também prejudica a circulação e o sistema imunológico. Por isso, é tão importante manter o controle da glicemia e seguir as orientações médicas.

5) Quando é indicado e como funciona o tratamento do pé diabético na Podologia da Clínica de Endocrinologia?

Todos os pacientes portadores de diabetes mellitus são avaliados no ambulatório de pé diabético pelo menos uma vez por ano pela equipe médica. Os pacientes considerados de maior risco são encaminhados para a equipe formada por técnicas de Enfermagem com especialização na área de Podologia, para serem orientados sobre os cuidados e

procedimentos que devem ter com os pés. São realizados curativos, corte de unhas e hidratação. Essas medidas são necessárias para que não ocorra agravamento e consequente amputação do membro. Sobre o serviço, o Dr. Carlos comenta: "Graças a essa vigilância ativa, o número de amputações e lesões nos pés têm reduzido significativamente". E com relação às lesões nos pés, o Dr. Carlos recomenda "Os pés das pessoas com diabetes devem ser vistoriados diariamente em busca de alguma alteração. Os pacientes mais fragilizados, com déficit visual, por exemplo, devem solicitar ajuda de um familiar próximo e, em caso de dúvida, procurar imediatamente ajuda da equipe médica. Entre as medidas preventivas destaca-se secar bem os pés principalmente entre os dedos após o banho, uso de cremes hidratantes, meias de algodão sem costura, sapatos confortáveis e não andar descalço."

Estima-se que a cada 30 segundos uma pessoa sofre uma amputação no mundo por consequência de complicações do diabetes, principalmente por infecção e problemas circulatórios.

6) Como posso me prevenir do diabetes?

Para manter o diabetes sob controle e evitar esses prejuízos ao organismo, é importante manter uma alimentação balanceada, com frutas, verduras, legumes e grãos integrais; evitar alimentos muito açucarados, gordurosos ou processados; praticar exercícios físicos, fazer o monitoramento da glicemia com exames regulares; utilizar os medicamentos recomendados pelo seu médico; controlar o peso corporal; evitar fumar ou consumir bebidas alcoólicas. Para pacientes com diabetes, é importante ainda inspecionar os pés diariamente, mantendo-os limpos, secos, hidratados; e utilizar calçados confortáveis para evitar ferimentos ou infecções.

7) Como o HSPM acolhe os pacientes com diabetes em seu ambulatório de Endocrinologia?

O HSPM possui uma equipe multidisciplinar que oferece educação em saúde aos pacientes com diabetes. Para participar, os pacientes devem agendar com as enfermeiras Fátima ou Cristina na sala 11 da Clínica de Endocrinologia (5º andar), de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h.



A coluna Quem é Quem entrevistou **Marcelo Angelis de Mello**, Chefe de Equipe I da Seção de Zeladoria e Apoio Operacional, a quem agradecemos por compartilhar com os colegas fatos importantes da sua trajetória profissional no HSPM.

Iniciando por sua formação, Marcelo é Técnico de Enfermagem, qualificado em Cuidados em Geriatria e Paliativos pelo Serviço Nacional de Aprendizagem (SENAC) e, atualmente, está cursando o último ano de Administração pela Faculdade Estácio.

Exercendo suas atividades profissionais no hospital há 35 anos, o servidor tem a data da assinatura de seu contrato, aos 19 anos, como algo que o marcou: "considero estar trabalhando aqui como um presente, pois eu assinei o meu contrato de trabalho no dia 29/11/1989, dia do meu aniversário", comenta.

No início de sua trajetória no HSPM, o profissional trabalhava simultaneamente no serviço de homecare, cuidando de pacientes em clínicas ou residências. Atuava neste momento na Seção de Segurança Hospitalar (que englobava na época vários setores), e depois passou a exercer seu trabalho na Seção de Zeladoria e Apoio Operacional, sempre vinculado à atual Divisão de Apoio Operacional.

Marcelo coordena 75 funcionários nas atividades que envolvem os serviços referentes ao Centro Telefônico, elevadores, vestiários, serviços de apoio operacional (mudanças e retiradas de mobiliários nas dependências do HSPM para serem encaminhados para conserto junto ao serviço de manutenção), de zeladoria (controles das chaves das unidades do hospital), nos agendamentos e nas atividades que são

realizadas no anfiteatro e nas salas de grupos do 9º e 3º andares, nas várias vistorias preventivas que são realizadas na parte estrutural e de circulação do hospital.

O servidor também é Fiscal de Contrato de prestação dos serviços de limpeza hospitalar e manutenção das áreas verdes que atendem ao HSPM, à Hospedaria de Cuidados Paliativos e aos Ambulatórios Descentralizados. Ainda fiscaliza os contratos de manutenção e conservação dos elevadores e de Limpeza Predial, que atende ao prédio administrativo, Serviço de Gráfica, vestiários localizados na área externa, espaço de orações e depósito do patrimônio.

Quando questionado sobre um desafio que contribuiu para o seu crescimento na carreira, o profissional considera: "o desafio de ser líder de pessoas foi muito grande, principalmente por sempre trabalhar com pessoas que tinham mais idade do que eu e estavam há mais tempo na instituição, conciliado ao alinhamento das diretrizes de um órgão público, que são bem distintas das unidades privadas".

Sobre seu papel como servidor público, defende: "Sempre tive como meta mudar a visão que muitas pessoas tinham do serviço público, através do meu comprometimento com o trabalho".

Por fim, Marcelo comenta: "Me sinto parte do HSPM, independente de estar em um cargo ou não, faço o meu melhor todos os dias, estou à disposição para auxiliar no que sei e, quando não sei, tento buscar a informação necessária para poder auxiliar da melhor maneira possível. Trato com o mesmo profissionalismo a todos os funcionários e parceiros que atuam no HSPM".

ATENÇÃO!

Fique atento, porque isto é um golpe!

O HSPM não realiza contato telefônico e envio de mensagem por whatsapp pedindo depósito em conta corrente ou PIX para pagamento de serviços prestados aos pacientes do HSPM. Todos os atendimentos e exames são totalmente gratuitos.

Caso seja orientado(a) a pagar algum valor, informe imediatamente à Ouvidoria do hospital, localizada no andar térreo, e/ou à polícia.

CAMPANHA: ADOTE UMA CANECA

CANEQUE-SE

HSPM SEM COPOS

TROQUE O COPO DESCARTÁVEL POR UMA CANECA

EXPEDIENTE
Jornal do HSPM

Superintendente: **Dra. Elizabete Michelete**

Assessoria de Relações Institucionais:

Publicitária: **Daniela Avancini** | MTB 6486

Relações Públicas: **Luísa de F. Carvalho**

Estagiária: **Jessika P. Amorim**

Fotografia: **Dayane Tavares**

Rua Castro Alves, 63/73 - 7º andar
Aclimação - São Paulo - SP
www.hspm.sp.gov.br