SECÇÃO REGIONAL DO NORTE DA ORDEM DOS ENFERMEIROS | **Nº 12** | **ABR-JUN 2019** | ISSN 2184-2035

a+ua

A ATUA

Editorial por João Paulo Carvalho, Presidente da SRNOE

A descobrir o FUTURO

Entrevista com o Enfermeiro Miguel Pais-Vieira

FICHA TÉCNICA: Boletim Informativo da Secção Regional do Norte da Ordem dos Enfermeiros. **Diretor** João Paulo Carvalho. **Coordenação** Gabinete de Comunicação Imagem do Norte. **Redação** Rui Pinto Reis. **Conceção Gráfica** Medesign, Edições e Design de Comunicação, Lda. **Periodicidade** Trimestral.

ESTÁ FEITO!

26 **ABR** 2019
Workshop: Abordagem à criança politraumatizada

29-30 **ABR** 2019
Pelo Norte da Enfermagem
Bragança e Vila Real

09-10 **MAI** 2019
Nurs'id

12 **MAI** 2019
Entrega de Prémios Valoriza

12 **MAI** 2019
Inauguração da exposição "A Arte do Cuidar"

20-25 **MAI** 2019
Encontro Nacional de Estudantes de Enfermagem

27-29 **MAI** 2019
Pelo Norte da Enfermagem
Viana do Castelo e Braga

03 **JUN** 2019
Gestão de membros descentralizada
Bragança

03 **JUN** 2019
Suporte Básico de Vida

05 **JUN** 2019
Gestão de membros descentralizada
Vila Real

11-14 e 18 **JUN** 2019
Pelo Norte da Enfermagem
Porto

13 **JUN** 2019
Início das sessões de esclarecimento aos finalistas do curso de enfermagem

26 **JUN** 2019
Gestão de membros descentralizada
Chaves

não se esqueça!

O NORTE VALORIZA RECONHECE

Decore este logótipo! É a marca de reconhecimento que faltava.
O norte reconhece quem valoriza.
Envie-nos os projetos de enfermeiros que acrescentam valor para que os possamos ajudar a projetar através da divulgação. Independentemente da área de atuação ou do público alvo, se acrescenta, nós promovemos.

PROTOCOLOS

AquaShow
Semino E.N. 396
8125-303 Quarteira
Tel.: (+351) 289 315 129

Zoomarine
Parque Temático Zoomarine
EN 125 - Km 65
8201-864 Guia, Albufeira
Tel.: (+351) 289 560 300
Email: info@zoomarine.pt

Aqualand
Estrada Nacional 125
Sítio das Areias
8365-908 Alcantarilha, Faro
Tel.: (+351) 282 320 230
Email: comercialALG@aspro-ocio.es

Tivoli Hotels & Resorts
Site: www.tivolihotels.com/pt

Pena Aventura Park
Rua do Complexo Turístico
de Lamelas, 2
Portela de Santa Eulália
4870-129 Ribeira de Pena
Tel.: (+351) 259 498 085
Email: geral@penaaventura.com.pt

Magic Train
Rua de Saraiva de Carvalho, 8
4000-520 Porto
Tel.: (+351) 220 139 570
Tlm.: (+351) 915 150 516
Email: magictrain@magictrain.pt

Pedaços de Cacau
https://pedacosdecacau.pt/
Tlm.: (+351) 938 459 711
Email: info@pedacosdecacau.pt

Sushihana
Rua Professor Mota Pinto, 138
4100-354 Porto
Tel.: (+351) 220 421 725
Tlm.: (+351) 916 551 972
Email: sushihana.pt@gmail.com

CONSULTE AS VANTAGENS DOS PROTOCOLOS EM:
https://www.ordemenfermeiros.pt/plus-enfermeiro-mais-benef%C3%ADcios/
ou através de:

sabia que?

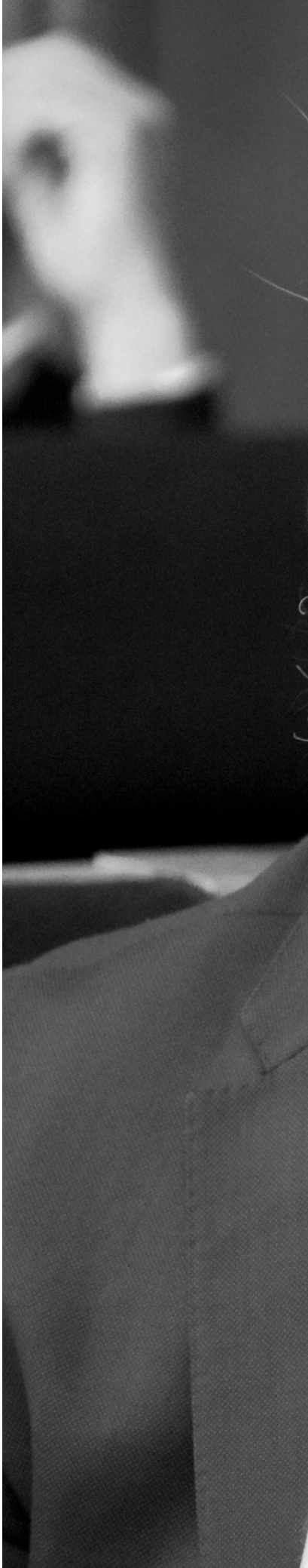
apoio jurídico

A SRNOE disponibiliza consultoria jurídica, por marcação prévia, aos seus membros.

parque grátis

Pode vir à Secção Regional do Norte da Ordem dos Enfermeiros e deixar o carro no **Parque do Bonjardim** sem custos.

https://www.ordemenfermeiros.pt/norte/a-sec%C3%A7%C3%A3o-regional/



ordem dos enfermeiros
secção regional norte

Rua Latino Coelho, n.º 352
4000-314 PORTO
Tel.: 225072710
srnorte@ordemenfermeiros.pt

A Atua

Aqui pretendemos contar histórias, mostrar o que fazemos de melhor, arrancar sorrisos, fazer soltar lágrimas, se tiver de ser. Já lá vão 12 números, é um facto, mas ainda há tanto e tão bom para contar que opto por resguardar as opiniões mais mordazes e causticantes que vão surgindo sobre a espuma dos dias para outros fóruns.
Esta é uma publicação feita para os enfermeiros e direccionada ao que há de melhor, por isso, tenho facilidade em evitar falar de política na Atua. Nem sempre tenho sucesso, porque há vezes que não existe mordaça que sustenha a indignação.

Hoje, em vez de vos apresentar Miguel Pais Vieira e Vasco Neves, o entrevistado e o participante na coluna de opinião, que terão o prazer de ler mais à frente, tenho uma ressalva a fazer, não vos falarei da atribuição de um dia de férias extra por cada dez anos de trabalho que é um exclusivo de outras profissões. Apesar de ser feio e provavelmente violar direitos fundamentais constitucionalmente previstos, temos lutado justa e dignamente pelos nossos direitos e a Ordem não se pode imiscuir nesse âmbito. Também não será sobre o encerramento do parlamento, dos tribunais ou da falta de obstetras em Lisboa. Não nos diz respeito, nem tampouco tenho a pretensão de julgar seja quem for, isso compete aos juízes, a partir de Setembro. A verdade é que os deputados podem ir de férias, os professores podem ficar a preparar o próximo ano mas os enfermeiros, apesar da carreira publicada que não serve os enfermeiros nem é do interesse dos sindicatos, estão, como sempre, prontos para o que der e vier. No verão, no inverno, de dia e de noite, os enfermeiros estão onde muitas vezes não está mais ninguém. Por isso, enquanto pai, marido e português, agradeço a todos os meus colegas por serem o garante que ninguém estará sozinho neste verão.

João Paulo Carvalho
Presidente da SRNOE

ENTREVISTA COM

MIGUEL Pais-Vieira

Miguel Pais-Vieira estudou para cuidar e hoje investiga para melhorar os cuidados.
O vencedor do primeiro Prémio Valoriza Investigação, mestrado em Filosofia e doutorado em Biologia Humana, apesar de jovem, conta com diversos artigos publicados e mais de 700 citações.
O enfermeiro que defende que os cidadãos devem poder saber mais sobre a investigação desenvolvida pelos cientistas, está a desenvolver um exoesqueleto que promete revolucionar a reabilitação de pacientes com lesão vertebromedular.

[Atua] Estudou para cuidar, hoje trabalha para melhorar os cuidados, o que está errado?
[Enfº Miguel Pais-Vieira] Os meus estudos têm abrangido múltiplas áreas. Felizmente, estudei para Cuidar e isso trouxe-me enormes vantagens e uma perspetiva diferente, seja no ambiente de investigação laboratorial seja no ambiente académico.
Quanto ao que está errado... Vejo muita coisa errada, no entanto, tento-me concentrar em resolver os problemas para os quais sei que posso ter algum tipo de contributo positivo, ainda que pequeno.

Fez carreira no estrangeiro. Quais são as grandes diferenças entre ser investigador em Portugal e noutros países?
Tenho experiência de trabalho no estrangeiro, mas também tenho experiência no nosso país. Ambas foram importantes para mim, na medida em que cada uma delas me ensinou coisas diferentes. Em Portugal aprendi que mesmo com pouco dinheiro é possível fazer-se muito bom trabalho. Enquanto estive fora aprendi que é importante dar um certo grau de liberdade às pessoas para que elas possam fazer o seu melhor trabalho. Por exemplo, fiquei particularmente satisfeito com a sensação de "máxima liberdade, máxima responsabilidade".
A implementação deste modelo poderá não ser adequada a todos os locais ou a todas as pessoas, no entanto para o meu estilo de trabalho parece funcionar bem.

Existem, em Portugal, enfermeiros investigadores em número suficiente para que o avanço na ciência seja similar ao dos outros países?
Neste momento não tenho conhecimento de quantos enfermeiros investigadores profissionais existem, pelo que não posso comentar se são ou não suficientes.
No entanto, gostaria de acrescentar que a diferença entre investigador profissional e não profissional neste momento, reside apenas na quantidade de tempo que é despendida em cada atividade. Entenda-se, um investigador profissional dedica 100% do seu tempo à investigação enquanto o docente universitário dedica apenas uma porção do seu tempo. Há ainda os profissionais que exercem a sua profissão, e que por obrigado do serviço, por formação adicional (por exemplo, doutoramento), ou por gosto pessoal participam em trabalhos de investigação.

As verbas existentes permitem desenvolvimento dos cuidados?
A investigação em desenvolvimento dos cuidados pode sempre ser realizada. Os moldes em que é realizada é que podem variar. Na ausência de financiamento é possível fazer questões interessantes e encontrar respostas interessantes. No entanto, nem todas as questões interessantes podem ser respondidas. Algumas precisam mesmo de financiamento adequado. Assim, é claro que para alguns tipos de cuidados, que exigem muito financiamento, não será possível a um investigador realizar de forma individual. Isso não impede que, tal como se verifica na atualidade, se façam bons trabalhos de investigação em Portugal.

Se a FCT tornasse a enfermagem numa área de investigação, o que mudaria?
Para poder comentar esta questão precisaria de ter uma ideia precisa dos moldes em que tal aconteceria.
À primeira vista, é claro que um dos aspetos positivos seria o facto de que os projetos enviados por grupos de investigação em enfermagem, ou de temas que incluíssem a enfermagem, fossem avaliados por pares com conhecimentos profundos acerca do real impacto dos mesmos.
Por outro lado, há projetos que não são facilmente enquadrados numa ou noutra área de investigação e que poderiam passar a ser enviados para um painel diferente pelo simples facto de que os investigadores serem provenientes de um determinado local.

Quais são as empresas que mais investigação produzem em Portugal?
Honestamente não sei responder. Daquilo que vou vendo quando tenho contacto

com outros colegas da minha e de outras universidades, tenho noção de que há muito boa investigação em Enfermagem em Portugal. Esta investigação de grande qualidade parece aparecer tanto em grandes como em pequenos centros de investigação, sugerindo que a falta de financiamento ou de estrutura não impede que indivíduos excelentes e que uma política educação gerem bons frutos. Claro que também fica em suspenso a questão de que se estes investigadores tivessem acesso a melhores estruturas e mais financiamento se produziriam mais e ainda melhores estudos. No entanto, não tenho resposta para esta questão.

As descobertas científicas são rentáveis a longo prazo? Se sim, porque é que não existe mais investimento?
As descobertas científicas envolvem uma grande quantidade de campos que podem ou não ser rentáveis, que podem ser rentáveis de forma direta ou indireta, e que podem ser rentáveis a curto ou a longo prazo. Creio que, se os investigadores produzirem descobertas que sejam rentáveis, então o investimento virá, seja ele público ou privado. No entanto, como há descobertas que produzem formas indiretas de retorno, ou só o fazem a longo prazo; é necessário o apoio quer estatal, quer de privados. Uma questão crucial, e que certamente gera debate, é "Sabendo que há mais problemas para resolver na sociedade, quanto do seu investimento é que deve ser feito em descobertas científicas que não se sabe se são rentáveis a curto prazo, ou que não o são de forma direta?"

Qual é o reflexo da investigação na prática clínica?
Há, pelo menos, três efeitos da investigação na prática clínica, um direto e dois indiretos. O primeiro, é aquele que eu tenho quando investigo os efeitos de uma determinada prática. Podemos pensar, por exemplo numa forma de executar uma técnica e que, através de um estudo de investigação, se demonstra que pode ser realizada de uma outra forma. O segundo reflexo, prende-se com a forma de atuação dos profissionais. Quando os profissionais são treinados a ler artigos e a distinguir a boa e a má literatura científica, tornam-se não só capazes de ir procurar informação acerca da melhor forma de proceder num determinado caso, mas também se tornam capazes de distinguir quais são as fontes em que podem ou não confiar. Note-se que este tipo de atuação em nada colide com o cumprimento das normas estabelecidas a nível governamental ou local para determinadas práticas. O terceiro reflexo, também ele indireto, é que os próprios docentes/formadores se tornam eles mesmos mais capazes de associar e explicar conceitos e conhecimentos de múltiplas áreas, contribuindo assim para um melhor processo de ensino/aprendizagem dos estudantes.

O que é preciso para ser investigador?
Não há um único tipo de investigador. No entanto, creio que as características necessárias são, em bastante medida, semelhantes àquelas que se requerem para muitos outros empregos: formação adequada, dedicação, atenção ao detalhe, capacidade de organização e comunicação, capacidade de trabalho em equipa, capacidade de iniciar e terminar uma tarefa, etc. Certamente também é verdade que, em algumas áreas, será mais necessário ter ou desenvolver uma destas capacidades em particular.

Em que projeto se encontra a trabalhar actualmente?
Neste momento encontro-me a desenvolver, em conjunto com outros investigadores da Universidade Católica Portuguesa, Universidade do Minho, Instituto Santos Dumont - Brasil, Hospital de Braga e Hospital de Guimarães um exosqueleto (i.e. pernas robóticas) controlado por atividade cerebral para reabilitação de pacientes com lesão vertebromedular.

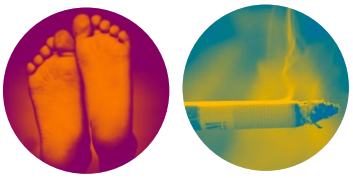
> HÁ MÚLTIPLOS PERCURSOS E O QUE FUNCIONA PARA ALGUNS PODE NÃO SER O QUE FUNCIONA PARA OUTROS

Quando estiver concluído, em que campos poderemos aplicar esta inovação?
Esta inovação poderá, numa fase inicial, ser aplicada em outras situações de redução da mobilidade dos membros superiores ou inferiores. No entanto, esperamos que os conhecimentos adquiridos ao longo deste estudo nos permitam explorar outras aplicações, tais como o controlo de dispositivos do nosso quotidiano apenas através da atividade cerebral.

Acredita que a Open Science poderá favorecer o avanço da ciência?
Neste momento está-se a apostar na reutilização de dados, no acesso global ao conhecimento produzido com fundos públicos e na cooperação entre laboratórios. O objetivo geral é que não haja desperdício de resultados ou conhecimentos que foram financiados com o erário público. Esta política terá certamente alguns problemas, no entanto os benefícios parecem ser maiores do que os riscos. ◆

Vasco Neves
Enfermeiro

Como cuidamos dos ***(com)sem-abrigo*** *de hoje?!*



Nota Biográfica:
Vasco Neves é Enfermeiro Especialista em Enfermagem Médico-cirúrgica.

No dia 9 de maio de 2019 terminamos o projeto de intervenção na comunidade dos sem-abrigo, na "Casa da Mãe Clara", no Porto, obra benemérita das Irmãs da Casa de Saúde da Boavista, com apoio de alguns voluntários. Foi com algum saudosismo e com a sensação que a vida daquelas pessoas com quem contactamos, iria continuar carregada de dramas, problemas, doenças, vícios e sem soluções à vista.

Esta experiência, como enfermeiros e investigadores, decorreu durante 7 meses, uma vez por semana. Acompanhamos pessoas vulneráveis, com défice de autocuidado e grande fragilidade económica e social.

Neste trabalho de investigação de proximidade, prestamos cuidados de higiene e conforto dos pés, cortamos as unhas e fizemos massagem com creme hidratante. Substituímos meias e sapatos com apoio financeiro da Ordem dos Enfermeiros (Secção Regional Norte), a qual promoveu este projeto.

Tratamos feridas e afeções dos pés que comprometem a saúde e a qualidade de vida destas pessoas. Muito mais haveria a fazer, mas durante a hora que frequentavam a "Casa da Mãe Clara", ao almoço, tentamos elevar a sua dignidade! Os pés andavam escondidos, mas a sujidade e o odor eram evidentes; talvez por isso demonstrassem desconforto, vergonha e constrangimento.

Identificamos denominadores comuns: homens entre 40 e 60 anos, desempregados, com alguma adição (álcool, droga, tabaco), com doenças crónicas, mentais e infetocontagiosas, na sua maioria sem suporte familiar ou proximidade de amigos!!!

Não somos experts em problemas sociais, mas o que vimos permite-nos afirmar que os sem-abrigo de hoje não são os mesmos do passado!!! É verdade que alguns não têm cuidados de higiene há meses e procuram apenas uma refeição para iludirem a sensação de fome, outros, habituaram-se à convivência do almoço gratuito ou enquadram-se num tipo de "pessoas com fome envergonhada".

Deparamo-nos com indivíduos que vivem com rendimento social de inserção e têm "teto", mas podem, a qualquer momento, deixar de poder pagar o quarto onde habitam, por isso, o limiar entre a condição de ser ou não um sem-abrigo é muito ténue.

Ouvimos histórias de vida, de pessoas que "arranjam onde dormir", como nos bancos dos aeroportos, nas salas de espera das urgências hospitalares, mas que vivem à custa da solidariedade de outros, dispostos a ajudá-los durante todo o ano (e não apenas nas alturas dos peditórios e do Natal)!!!

Não sendo possível generalizar, podemos afirmar que, se a condição económica se deteriorar o suficiente, e se por alguma razão passarmos a ter os tais denominadores comuns, é provável que, qualquer um de nós, se possa tornar num (com)sem-abrigo...

Estaremos a cuidar verdadeiramente de todos?

Sossegamos ao saber que existem pessoas e instituições de um altruísmo desmesurado que vão ajudando os nossos "elos mais fracos"?

Serão estas pessoas danos colaterais dos modelos economicistas, que a reboque da saúde financeira mundial, deixam um rastilho de humilhação e comprometimento da dignidade humana?

Não temos as respostas, mas aprendemos muito com aqueles que cuidamos! ◆

A opinião expressa no presente artigo é da responsabilidade exclusiva do autor.

12MAIO
dia internacional do enfermeiro

Celebrações do Dia Internacional do Enfermeiro

Decorreram, no dia 12 de Maio, na Sala de Actos do Núcleo Museológico da ESEP, as comemorações do Dia Internacional do Enfermeiro (DIE), organizadas pela Secção Regional Norte da Ordem dos Enfermeiros (SRNOE).

A entrega dos Prémios Valoriza decorreu numa tarde solarenga de Domingo, mais de uma centena de pessoas participaram nas celebrações do Dia Internacional do Enfermeiro dinamizado pela SRNOE, com a entrega dos prémios Valoriza.

A sessão teve início pelas 14h00, com a inauguração da exposição "A arte do cuidar" onde se contabilizaram trinta e cinco obras com vários estilos artísticos, sendo as obras todas da autoria de enfermeiros ou estudantes de enfermagem. Posteriormente seguiu-se a apresentação dos premiados, nas categorias Carreira, Excelência, Investigação e Mérito.

O primeiro galardão a ser atribuído foi o Prémio Carreira, que pretende distinguir pessoas que tiveram carreiras excepcionais e com largos contributos para a população, SNS ou na formação de novos enfermeiros. O galardoado foi Serafim Figueiral Rebelo, que emocionado agradeceu e fez questão de frisar que o prémio é de todos os enfermeiros, uma vez que a prática de enfermagem só é eficaz em equipa.

De seguida, Sílvia Nunes, Enfermeira a exercer funções no Reino Unido, foi chamada ao palco para receber o Prémio Mérito que procura assinalar gestos, contínuos ou ocasionais, onde profissionais se destacaram. Sílvia recordou à sala que os enfermeiros são uma grande mais valia. Mulher sem medo de arriscar, partiu para Inglaterra e exerceu outras funções antes de conseguir seguir o sonho de ser enfermeira. A dedicação e entrega desta profissional fizeram dela Vice-gerente do lar onde trabalha em apenas 18 meses.

O Serviço de Medicina Física e Reabilitação do CHUSJ foi chamado ao palco para receber o Prémio Excelência. A distinção, foi criada para promover a melhoria continua na prestação de cuidados, foi entregue a esta equipa onde todos os profissionais são especialistas em reabilitação, conseguindo assim ganhos em saúde para os doentes que cuidam.

A atribuição dos laurel culminou com a entrega do Prémio Investigação a Miguel Pais-Vieira, um jovem enfermeiro com centenas de citações dos diversos trabalhos que já publicou.

João Paulo Carvalho, referiu-se ao evento como "um elogio à memória" frisando que "temos de recordar quem tanto deu à enfermagem e ao país".

O Presidente da SRNOE declarou ainda que, "Entregar prémios a quem se destaca é justo e devia ser prática corrente. Não temos esse hábito, achamos que quem faz não faz mais do que a sua obrigação, mas isso não é de todo verdade! O que teve de dar cada um destes homenageados para exercer a sua função? Abdicaram de tempo com a família, de horas de sono e privaram-se de tanto. Nós é que não fazemos mais do que a nossa obrigação ao agraciá-los com esta simples homenagem".◆

cerimónias de vinculação 2019

Desde 2016 que a SRNOE participa nas cerimónias de fim de curso dos estudantes de enfermagem. Este ano, serão entregues cerca de 900 diplomas aos estudantes que concluem o Curso de Licenciatura em Enfermagem. A Ordem dos Enfermeiros estará ao lado dos seus membros, do primeiro ao último dia da profissão.

Parabéns a todos os recém licenciados em Enfermagem.

06 JUN | ESS Jean Piaget - Vila Nova de Gaia

12 JUN | ESS de Bragança - I.P.B.
Instituto de Ciências da Saúde da UCP

13 JUN | Escola Superior de Saúde da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro

14 JUN | Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho

20 JUN | ESE Dr. José Timóteo Montalvão Machado - Chaves

26 JUN | ESE do Porto

27 JUN | Instituto Superior de Saúde do Alto Ave
Póvoa do Lanhoso

04 OUT | Escola Superior de Saúde de Santa Maria

NOV | Escola Superior de Saúde do Vale do Ave
CESPU
Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa
CESPU