

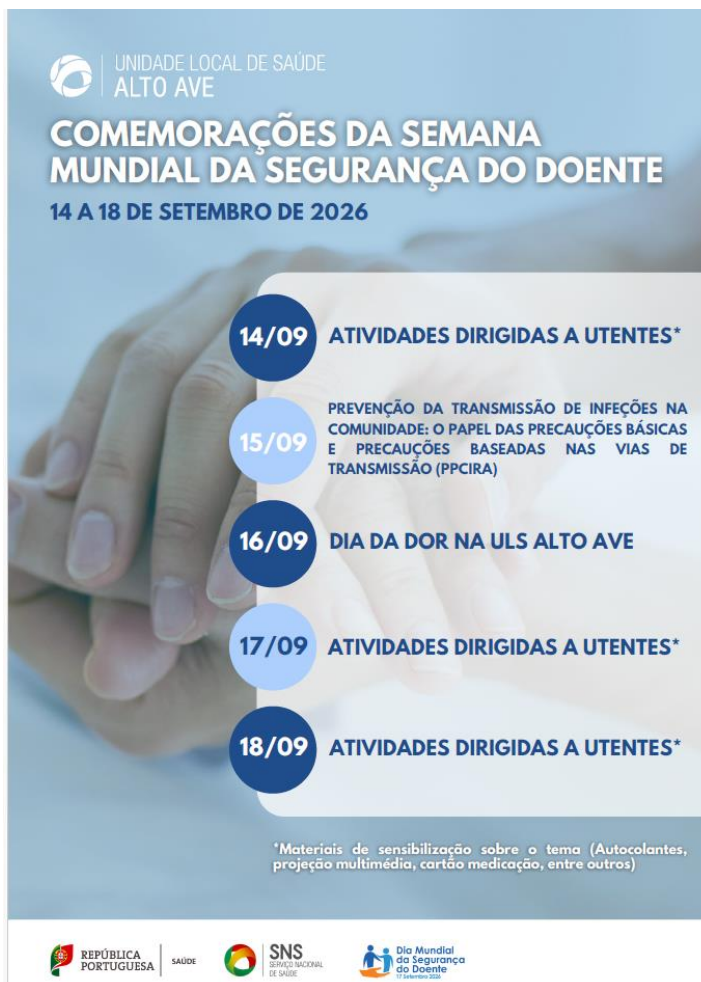
Comemoração do Dia Mundial da Segurança do Doente 2026 17 de setembro

O Dia Mundial da Segurança do Doente assinala-se todos os anos a 17 de setembro e tem por objetivo aumentar a consciencialização quanto à importância dos cuidados centrados nas pessoas e à prevenção de danos nos doentes. Este ano 2026, a OMS definiu como tema **“Cuidados seguros para a vida!”** (*Safe care for life!*), destacando a importância de garantir a segurança dos cuidados ao longo de todo o percurso assistencial das pessoas com doenças crónicas.

Enquanto instituição prestadora de cuidados de saúde, a ULS Alto Ave assume o compromisso de promover uma cultura de segurança positiva, incentivando a participação dos profissionais, dos utentes e da comunidade na construção de cuidados mais seguros.

Assim, estão previstas algumas iniciativas para a semana de **14 a 18 de setembro** dirigidas a profissionais, utentes e comunidade, alinhadas com o tema definido pela OMS, nomeadamente:

1. Divulgação do plano institucional das comemorações do Dia Mundial da Segurança do Doente na ULSAAVE



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALTO AVE

CELEBRAÇÕES DA SEMANA MUNDIAL DA SEGURANÇA DO DOENTE

14 A 18 DE SETEMBRO DE 2026

- 14/09** ATIVIDADES DIRIGIDAS A UTENTES*
- 15/09** PREVENÇÃO DA TRANSMISSÃO DE INFECÇÕES NA COMUNIDADE: O PAPEL DAS PRECAUÇÕES BÁSICAS E PRECAUÇÕES BASEADAS NAS VIAS DE TRANSMISSÃO (PPCIRA)
- 16/09** DIA DA DOR NA ULS ALTO AVE
- 17/09** ATIVIDADES DIRIGIDAS A UTENTES*
- 18/09** ATIVIDADES DIRIGIDAS A UTENTES*

*Materiais de sensibilização sobre o tema (Autocolantes, projeção multimédia, cartão medicação, entre outros)


**REPÚBLICA
PORTUGUESA**

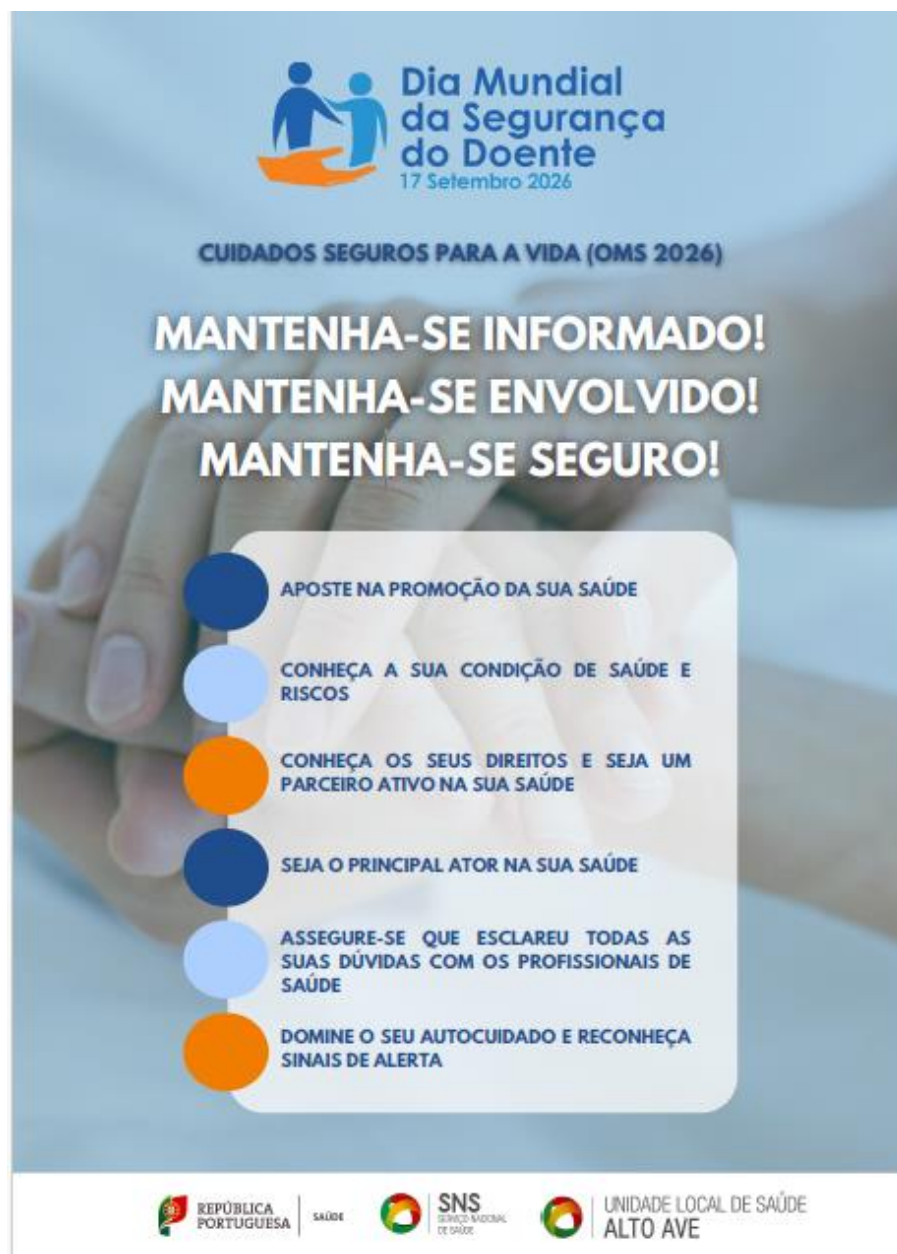

SNS SERVIÇO NACIONAL
DE SAÚDE


**Dia Mundial
da Segurança
do Doente**
17 Setembro 2026

2. Autocolantes de sensibilização "Cuidados seguros para a vida!" para profissionais e utentes



3. Cartazes A3 afixados em locais estratégicos em toda a ULSAAVE (Hospital Senhora da Oliveira e Unidades dos CSP)



4. Projeção de informação sobre Prevenção de Quedas, Prevenção de UPP e Identificação Segura no circuito de informação interno para utentes (salas de espera)

17 de setembro

SEGURANÇA DO DOENTE

PREVENÇÃO ÚLCERAS POR PRESSÃO

Pequenos cuidados fazem a diferença.

2

O que é uma úlcera por pressão?

Lesão da pele e dos tecidos.

Surto devido à pressão prolongada sobre a mesma zona do corpo.

Pode causar dor, infeção e atrasar a recuperação.

3

Quem está em maior risco?

- Pessoas acamadas
- Pessoas com mobilidade reduzida
- Idosos
- Pessoas com diminuição da sensibilidade
- Doentes com alimentação inadequada

4

Zonas do corpo mais afetadas

Sentado

Deitado de lado

Deitado de costas

5

Mude de posição regularmente

Reposicione-se, sempre que possível.

Se estiver acamado, mude de posição a cada 2 a 3 horas.

Peça ajuda ao cuidador ou aos profissionais de saúde.

6

Cuide da pele

- Mantenha a pele limpa e seca.
- Hidrate a pele.
- Observe diariamente se existe rubor, dor ou feridas.
- Informe o enfermeiro perante qualquer alteração.

7

Alimentação e hidratação

- Beba água regularmente, salvo indicação médica.
- Faça uma alimentação rica em proteínas.
- Uma boa nutrição ajuda a proteger e reparar a pele.

8

Utilize os apoios corretamente

- Almofadas
- Colchões especiais
- Protetores de calcanhar

Nunca coloque almofadas diretamente sobre a ferida.

9

O cuidador tem um papel fundamental

- Ajude nas mudanças de posição.
- Observe a pele todos os dias.
- Incentive a alimentação e hidratação.
- Avise a equipa de saúde perante qualquer alteração.

10

Prevenir é cuidar!

A prevenção das úlceras por pressão é uma responsabilidade de todos.

DOENTE + CUIDADOR + PROFISSIONAIS DE SAÚDE = MAIS SEGURANÇA

PROTEJA A PELE | MUDE DE POSIÇÃO | OBSERVE DIARIAMENTE

17 de setembro

SEGURANÇA DO DOENTE

PREVENÇÃO DE QUEDAS

A sua segurança está nas nossas mãos.

2

O que é uma queda?

É a deslocação não intencional do corpo para um plano inferior à posição inicial.

Pode causar lesões graves e atrasar a recuperação.

3

Quem tem mais risco?

- Idosos.
- Pessoas com mobilidade reduzida.
- Quem toma vários medicamentos.
- Pessoas com problemas de visão.
- Pessoas com confusão ou alteração cognitiva.

4

Fatores que aumentam o risco de queda

- Iluminação insuficiente.
- Pisos escorregadios ou com obstáculos.
- Calçado inadequado.
- Idas frequentes à casa de banho.
- Fios, tubos e dispositivos.

5

O que pode fazer para se proteger

- Peça ajuda sempre que precisar de se levantar.
- Use calçado fechado e antiderrapante.
- Mantenha os objetos pessoais ao seu alcance.
- Mantenha a cama na posição mais baixa e com travões ativos.
- Use as grades da cama apenas se necessário e com orientação.

6

Antes de se levantar...

- Sente-se na cama alguns minutos.
- Coloque os pés no chão e espere um pouco.
- Se sentir tonturas, peça ajuda.
- Peça sempre ajuda se necessário.

7

Ambiente seguro, maior proteção

- Mantenha o quarto bem iluminado.
- Retire tapetes e obstáculos do chão.
- Mantenha o chão seco e limpo.
- Use a campainha para pedir ajuda.

8

Durante a marcha

- Caminhe devagar e com atenção.
- Use os corrimãos.
- Não se apoie em mobiliário.
- Se sentir cansaço, descanse.

9

A sua equipa está aqui para ajudar

Fale connosco sobre as suas dúvidas ou preocupações.

Juntos, prevenimos quedas!

10

A segurança começa em si, continua connosco!

PREVINA QUEDAS. PROTEJA-SE. CONTE SEMPRE COM A NOSSA EQUIPA.

ESTEJA ATENTO | PEÇA AJUDA | CUIDAMOS DE SI

JUNTOS POR UM CUIDADO SEGURO!



5. Dia da Dor na ULSSAAVE – Programa dirigido a profissionais no período da manhã e aos utentes e profissionais no período da tarde

UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALTO AVE

CELEBRAÇÕES DA SEMANA MUNDIAL DA SEGURANÇA DO DOENTE
DIA DA DOR NA ULS ALTO AVE
16 DE SETEMBRO DE 2026 – AUDITÓRIO DO HOSPITAL DA ULSSAAVE

PROGRAMA

Manhã - Formação a profissionais de saúde

08:30h | Receção dos participantes

09:00h | Sessão de abertura

Mesa 1 – Dor Aguda e Dor de Transição
09:30h | Dor aguda: compreender para tratar - da fisiopatologia à analgesia multimodal - Carla Hipólito e Diana Portela (Anestesiologia)

10h00 | Dor pós-operatória persistente – Importância da Unidade de Dor de Transição – Rita Cardoso e Mónica Gomes (Anestesiologia)

10h30 | Coffee-break

Mesa 2 – Dor Crónica
11:15h | Breaking the cycle: Enxaqueca Crónica e abuso medicamentoso - Inês Carvalho e Marta Miranda (Neurologia);

11:45h | Síndrome do Glúteo Profundo – do diagnóstico à prescrição de exercício terapêutico – José Vilaça e João Pereira (Medicina Física e Reabilitação);

12:15h | Quando referenciar doentes à Unidade da Dor Crónica? Joana Magalhães e Cátia Silva (Anestesiologia);

12:45h | Discussão

13h00 | Almoço

Tarde – Formação ao doente com dor crónica
14:30h | Nutrição na Dor Crónica - serviço de Nutrição

15:00h | Psicologia na Dor Crónica – Gerly Gonçalves (Psicologia)

15:30h | Exercício físico na Dor Crónica - sessão de treino funcional e pilates

16h30 | Encerramento

INSCRIÇÕES ONLINE

6. Cartão da Pessoa com Doença Crónica a disponibilizar

UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
ALTO AVE

Cartão do Utente

Nome: _____

Data de Nascimento: / /

Doenças: _____

Alergias: _____

Contacto Urgência: _____

Medicação Habitual

NOME DO MEDICAMENTO	DOSE (QUANTIDADE)	QUANTAS VEZES E QUANDO	NOME DO MEDICAMENTO	DOSE (QUANTIDADE)	QUANTAS VEZES E QUANDO