

DIA MUNDIAL DA SEGURANÇA DO DOENTE 30 SETEMBRO 2025



CATÁLOGO DAS ESTAÇÕES DA SEGURANÇA

Apoios:





A SEGURANÇA

COMEÇA AQUI

COMO PREVENIR OS ACIDENTES EM CRIANÇAS?

Objetivos: promover a Segurança Infantil e aumentar a literacia na prevenção de acidentes junto dos pais e cuidadores.

Atividades com crianças e pais/família: Quizz sobre a prevenção de acidentes e demonstração de cuidados para os primeiros socorros nos acidentes domésticos com crianças.



Equipa de Interlocutores Locais da Segurança do Doente da Consulta Externa de Pediatria do Hospital Dona Estefânia:

Enfermeira Panelas, Especialista em Saúde Mental e Psiquiatria; Enfermeira Anabela Dias, com Especialidade em Saúde Infantil e Pediatria; Enfermeira Célia Matos, Especialista em Saúde Infantil e Pediatria; Enfermeira Joana Pereira



MAIS HERÓIS

A INCRÍVEL MISSÃO DE SALVAR

VAMOS JOGAR E APRENDER SOBRE OS PRIMEIROS SOCORROS?

Objetivos: Capacitar a população, incluindo as crianças e jovens, deve ser uma prioridade. Diverte-te e aprende! Cidadãos mais informados são cidadãos mais conscientes e mais desportos para a comunidade e auxílio ao próximo.

A maioria dos acidentes e eventos de doença súbita ocorrem fora do alcance dos profissionais de saúde. A atuação precoce nestas situações é determinante na sua evolução, pelo que a intervenção imediata até que cheguem as equipas de saúde é fundamental para reduzir as consequências.

Atividades com crianças: Este jogo “gigante” procura, de forma lúdica e divertida, responder a desafios relacionados com os primeiros socorros. Como agir em determinada situação? O que fazer? O que está correto e o que não se deve fazer?





HISTÓRIAS DE ENCANTAR

QUE HISTÓRIAS TÊM ESTES TRÊS AUTORES PARA CONTAR?

Objetivos: Promover histórias infantis estimulando a imaginação e a criatividade das crianças

Atividades com crianças: profissionais de saúde e autores de histórias infantis irão contar as suas histórias proporcionando uma viagem com várias aventuras

ENFERMEIRA ANA SOFIA GUALDINO

Nasceu em 1983 em Lisboa, mas carrega consigo uma parte do Alentejo. Escolheu ser enfermeira de profissão e é por amor que continua a exercer. Tem uma pequena fortuna em livros, ou não fosse a leitura um dos seus maiores prazeres na vida, e dificilmente conseguiria escolher um livro ou autor preferido.

O Pequeno Simão e o Monstrinho do Não, foi a primeira história real que decidiu transformar em livro



ENFERMEIRA CRISTINA RODRIGUES

A escrita sempre a acompanhou como forma de compreender a realidade que a rodeia, sendo “A Senhora do Tempo” a primeira obra dirigida ao público infantil, que a inspira e para quem quer continuar a escrever e a contar as suas histórias. Será que a Senhora do Tempo consegue fazer com que o tempo parado volte de novo a bater?



DR. RUI PEREIRA DOMINGUES

Nasci e cresci em Vila Franca de Xira. Desde pequeno que as palavras fazem parte do meu mundo. Médico Pediatra de profissão e escritor de coração, acredito que um livro pode ser uma janela mágica para inspirar e transformar quem o lê. Em 2024, publiquei o meu primeiro livro de poesia, Um Pouco de Sal, participei em antologias e este ano estreei-me na literatura infantil com Simão – O Golfinho Agitado, uma história cheia de cor, empatia e sonho, pronta para encantar os pequenos leitores. Com este livro pretendo alertar para o ciúme e para o sofrimento que pode causar numa criança. Os animais marinhos vão mostrar como podemos lidar com o ciúme e ajudar mesmo quem pensa que não precisa de ajuda.





SEGURANÇA NA IDENTIFICAÇÃO

IDENTIFICAÇÃO CORRETA E SEGURA! O QUE É?

Os profissionais de saúde perguntam o teu nome completo e a tua data de nascimento, para confirmarem sempre a tua identificação. Se fores para um hospital põem-te uma pulseira com a tua identificação. Assim, antes de te darem um medicamento ou de fazerem algum tratamento, os profissionais confirmam a tua identificação na tua pulseira. É como quando tens a tua mochila com o teu nome: ninguém se engana e dá a mochila de outra pessoa! Isso ajuda a que estejas sempre seguro e bem cuidado.

Objetivos: Promover a educação das crianças, pais/família para a segurança na identificação inequívoca da pessoa quando recebe cuidados de saúde.

Atividades com crianças e pais/família: vamos colocar uma pulseira de identificação e ensinar quais os dados de identificação que devem estar sempre visíveis para os profissionais.

Equipa do Gabinete de Segurança do Doente: Enfermeira Ana Marinho; Terapeuta Ana Palma; Enfermeira Anabela Nogueira; Enfermeira Carina Branquinho; Enfermeira Catarina Mendes; Enfermeira Dina Ferreira; Assistente Técnica Isabel Viais; Enfermeira Marta Nunes; Enfermeira Susana Ramos.





SEGURANÇA DO MEDICAMENTO

PORQUE É TÃO IMPORTANTE TER CUIDADO COM OS MEDICAMENTOS?

Os medicamentos ajudam-nos a ficar melhores quando estamos doentes, mas só são seguros se usados da forma certa. No hospital ou em casa, apenas os adultos devem dar o remédio, sempre na dose indicada pelo médico. Nunca devemos tomar medicamentos sozinhos nem partilhar com outras pessoas. Assim, garantimos que o remédio funciona bem e não nos faz mal.

Equipa do Gabinete de Segurança do Doente: Enfermeira Ana Marinho; Enfermeira Carina Branquinho; Enfermeira Dina Ferreira; Técnica Farmácia Joana Grilo; Enfermeira Marta Nunes; Enfermeira Susana Ramos.



COM A COLABORAÇÃO DE:

ENFERMEIRA ANA SOFIA JESUS

Mestre em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica.
Enfermeira na Unidade de Ortopedia 5 do HDE.



ENFERMEIRA CECÍLIA DIAS

Enfermeira na Cardiologia Pediátrica desde 2008.
Enfermeira especialista em Reabilitação desde 2019.
Interlocutora do Gabinete Segurança do Doente e
Dinamizadora da UL-PPCIRA.



ENFERMEIRA TERESA PEDRO

Enfermeira na Cardiologia Pediátrica desde 1997
Enfermeira especialista em Saúde Infantil e
Pediátrica desde 2007. Interlocutora Interlocutora
dos PQCE - Dor e Dinamizadora da UL-PPCIRA.





SUPORTE BÁSICO DE VIDA



O SUPORTE BÁSICO DE VIDA PEDIÁTRICO (SBV) O QUE É?

É um conjunto de gestos simples mas muito importantes que qualquer pessoa pode aprender e que podem salvar a vida de uma criança em situação de emergência. Saber atuar rapidamente faz toda a diferença: chamar ajuda, garantir que a criança consegue respirar e iniciar compressões no peito pode manter o oxigénio a circular até chegarem os profissionais de saúde. Ter noções de SBV dá-nos confiança para agir em momentos críticos e pode ser a chave para evitar consequências graves ou mesmo para salvar uma vida.

As pessoas que assistem a estas emergências fora do hospital são o elo mais importante na Cadeia de Sobrevivência Pediátrica. **Queres vir aprender? Junta-te a nós!**

CENTRO DE SIMULAÇÃO MÉDICA AVANÇADA SimPED E SALA DA NOVA MEDICAL SCHOOL: Dr.ª Inês Salva; Enf. Luís Pereira; Dr.ª Joana Faustino; Dr.ª Ana Lemos.





PREVENÇÃO DAS INFEÇÕES

LABORATÓRIO HERÓIS DA SAÚDE: MÃOS LIMPAS, CORPO SÃO

Nesta estação podes viver uma aventura no mundo dos micróbios e aprender como podes ser super-herói e salvar vidas, utilizando os teus superpoderes para os combater.

Equipa da Unidade Local de Prevenção e Controlo de Infeções e de Resistência aos Antimicrobianos: Dr.ª Liliana Dias; Enfermeira Ana Geada; Enfermeira Daniela Santos; Enfermeira Silvia Duarte; Enfermeira Rute Moreira; Enfermeira Fernanda Santos; Enfermeira Maria José Maia; Enfermeira Olinda Pereira; Enfermeira Ana Luísa Pedro.





APRENDER A CRESCER EM SEGURANÇA COM A FISIOTERAPIA



SABE COMO TRANSPORTAR O SEU BEBÉ EM SEGURANÇA?

Ensinar de estratégias para prevenir alterações posturais e de movimento, para ganho de vínculo e promoção da segurança no transporte das crianças mais pequenas. Ao colo junto ao corpo para conforto e afeto e nas cadeiras de transporte para alinhamento corporal e prevenção de assimetrias.

SABER ANDAR DE CANADIANAS TEM ALGUNS SEGREDOS, QUERES VIR CONHECÊ-LOS?

Contribuir para a correta utilização das canadianas. Ensinar corretamente o uso das canadianas, desmistificar algumas inseguranças sentidas pelas crianças e suas famílias.

CRESCER ATENTO À TUA POSTURA

Alertar para os cuidados a ter com as posturas durante o uso das mochilas, do telemóvel e dos tablets de modo a evitar alterações posturais ou desconforto musculoesquelético.

EQUIPA DE FISIOTERAPIA DA MAC: Filipa Deus; Inês Bicho; Mariana Almeida; .

EQUIPA DE FISIOTERAPIA DO HDE: Sónia Fernandes; Fátima Silva; Nádia Lourenço; Susana Silva; Dina Nunes; Sandra Crespo; Carla Baltazar e Paula Sesinando; Alexandra Neto e Teresa Pintéus.





HIGIENE E SEGURANÇA DOS ALIMENTOS

SABES O QUE DEVES FAZER PARA MANTERES OS TEUS ALIMENTOS EM SEGURANÇA?

Deves lavar bem as mãos antes de comer ou preparares os alimentos, ter atenção para que a comida esteja bem preparada e guardada no local certo. Assim, os alimentos ficam seguros, não nos fazem mal e dão-nos força para brincar e crescer saudáveis.

Vem aprender!

Equipa da Unidade de Nutrição: Dra. Elisabete Raminhos e Dra. Catarina Cruz



PREVENÇÃO DA OBESIDADE ENSINAR SAÚDE BRINCANDO

O QUE É A OBESIDADE E PORQUE É QUE É IMPORTANTE PREVENIR?

Vamos aprender brincando através da interação com flashcards, folhetos, marcador de livros e brincadeiras a prevenção da obesidade e a promoção da saúde infantil.

Pretendemos que as crianças aprendam e adotem hábitos de vida mais saudáveis, tornando-se retransmissores do conhecimento e chegando à população adulta de forma mais efetiva.

Equipa do Centro de Responsabilidade Integrado de Tratamento Cirúrgico da Obesidade (CRI-TCO): Enfermeira Gestora Teresa Branco; Enfermeira Diana Rocha; Técnico Auxiliar de Saúde Pedro Bandeira





ALEITAMENTO MATERNO: MAIS DO QUE NUTRIÇÃO, É SEGURANÇA E PROTEÇÃO

PORQUE É IMPORTANTE O ALEITAMENTO MATERNO?

A Organização Mundial de Saúde recomenda que o aleitamento materno seja iniciado na primeira hora após o nascimento e mantido em exclusivo até aos 6 meses de idade. Após esse período, deve ocorrer a introdução de novos alimentos, mantendo o aleitamento materno até, pelo menos, aos 2 anos de idade. Estas recomendações assentam nos inúmeros benefícios da amamentação para o bebé, mãe, família e ambiente.

Nesta banca encontram-se profissionais especializados em amamentação disponíveis para esclarecer dúvidas, partilhar informações úteis e apoiar as famílias. Além disso, irão ser exibidos alguns dos benefícios do leite materno, com enfoque naqueles que contribuem para a segurança, proteção e saúde dos bebés e das crianças.



ENFERMEIRA CATARINA FONSECA

Licenciada em Enfermagem desde 2021 pela Universidade Católica Portuguesa. Pós-Graduada em Aleitamento Materno desde 2024 pela Universidade Católica Portuguesa. Certificada como IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant) com licença válida desde 1 de janeiro de 2025. Co-fundadora do Projeto "Fortalecer o Aleitamento Materno na MAC: Apoiar, Formar e Nutrir". Atualmente, é estudante do 2.º ano do Mestrado em Enfermagem de Saúde Materna e Obstétrica na Universidade de Évora.

ENFERMEIRA VICTÓRIA CANZOI

Licenciada em Enfermagem desde 2014 pela Escola Superior de Saúde de Santarém. Pós-Graduada em Aleitamento Materno desde 2024 pela Universidade Católica Portuguesa. Certificada como IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant) com licença válida desde 1 de janeiro de 2025. Co-fundadora do Projeto "Fortalecer o Aleitamento Materno na MAC: Apoiar, Formar e Nutrir".





SEGURANÇA NO TRANSPORTE DE CRIANÇAS

COMO TRANSPORTAR O BEBÉ E A CRIANÇA EM SEGURANÇA?

Objetivos:

Informar os profissionais sobre adequação e correta utilização dos sistemas de retenção para bebés e crianças.

Disponibilizar informação e apoio individualizado às famílias através de:

- Validação se o sistema de retenção é adequado, logo seguro, para a criança;
- Aconselhamento sobre o uso correto do ovo, cadeirinha ou carregador/porta-bebés, para que o bebé seja transportado em segurança;
- Verificação se o "ovo" está instalado corretamente no carrinho de passeio ou automóvel.

ENFERMEIRA INÊS CORREIA

Enfermeira Especialista em Saúde Infantil e Pediatria na Consulta Externa de Pediatria e Apoio à Amamentação da Maternidade Alfredo da Costa



COMER E COMUNICAR, É PRECISO CUIDAR

PORQUE MOTIVO É IMPORTANTE SABER COMER, FALAR E COMUNICAR? VEM SABER MAIS!

Objetivo: partilhar e refletir sobre as Necessidades de Fala, Linguagem, Comunicação e Deglutição (NFLCD), do nascimento aos 18 anos.

EQUIPA DE TERAPIA DA FALA DA ÁREA DA PEDIATRIA: Terapeuta Ana Rega; Terapeuta Cátia Costa; Terapeuta Leonor Fontes; Terapeuta Mariana Ascensão; Terapeuta Paula Vital; Terapeuta Tânia Lavra





SAÚDE MENTAL

NA INFÂNCIA E ADOLESCÊNCIA

Descrição

A OMS estima que cerca de 20% dos adolescentes possam desenvolver uma perturbação mental ao longo do seu desenvolvimento. A promoção da saúde mental surge como uma área de intervenção prioritária. Um desenvolvimento emocional saudável enfatiza uma relação segura entre os cuidadores e a criança/adolescente, onde, num equilíbrio dinâmico, se aprende a ler os sinais do próprio e do outro. Neste sentido, a estação da pedopsiquiatria pretende dinamizar atividades relacionadas com a literacia e expressão emocional. Um momento lúdico onde as emoções e a cor se podem transformar.

Serão também disponibilizados diferentes materiais informativos, não só sobre as emoções e regulação emocional, mas também sobre dúvidas no crescimento e construção da identidade, bem como a importância de identificar sinais de sofrimento emocional e não recluir um pedido de ajuda onde a adesão ao regime terapêutico é uma dimensão fundamental.



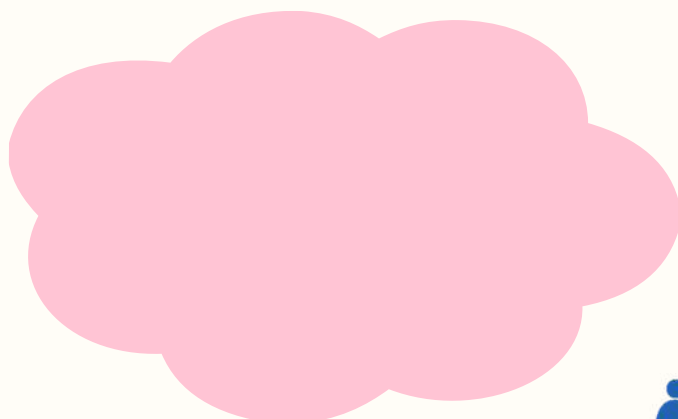
Enf. João Marques
Especialista em Saúde
Mental e Psiquiátrica



SAÚDE MENTAL

Em construção

Elementos da Clínica de Adolescentes e jovens adultos:





CUIDAR, INCLUIR E PROTEGER

A SAÚDE NA ESCOLA

A Equipa de Saúde Escolar desenvolve em conjunto com as Escolas ações de educação para a saúde abrangendo temas no âmbito da saúde mental e competências socio-emocionais, Alimentação; atividade física, prevenção de acidentes e primeiros socorros, entre outras ações. Venha conhecer mais ações!

Objetivos:

- Aumentar a consciencialização para os riscos de segurança
- Mobilizar estratégia para um ambiente seguro nas Escolas.

Elementos participantes da Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Cuidados da

Comunidade do Oriente : Enfermeira Ana Marta Jesus; Enfermeira Catarina Fernandes; Enfermeira Cristina Joaquim.



ENFERMEIRA CRISTINA JOAQUIM

Enfermeira Especialista em Saúde Infantil e Pediátrica, elemento da Equipa de Saúde Escolar da UCC Oriente de 2021 a 2025. Coordenadora da UCC Oriente. Interlocutora da Qualidade e Segurança do Doente na UCC Oriente. Coordenadora do NACJR de Lisboa Oriental. Representante da Saúde na CPCJ Lisboa Oriental.

ENFERMEIRA ANA MARTA JESUS

Mestre e Especialista em Enfermagem de Reabilitação. Responsável pela Equipa de Saúde Escolar da UCC Oriente desde 2021. Interlocutora do Estatuto do Cuidador Informal da ULS de São José.

ENFERMEIRA CATARINA FERNANDES

Mestre e Especialista em Enfermagem Médico-Cirúrgica. Elemento da Equipa de Saúde Escolar da UCC Oriente desde 2021.





TODOS JUNTOS

PELA SAÚDE ESCOLAR

Objetivos: divulgar, sensibilizar e esclarecer sobre a intervenção das equipas de saúde escolar na promoção da saúde e prevenção da doença na comunidade educativa, bem como na redução do impacto dos problemas de saúde no desempenho escolar dos alunos com necessidades de saúde especiais.

Elementos participantes da Equipa de Saúde Escolar da Unidade de Cuidados na Comunidade de Sacavém: Enfermeira Sofia Palma; Enfermeira Anabela Bailadeira; Enfermeira Marta Martins; Enfermeira Patrícia Almeida; Enfermeira Suzana Rodrigues.





SEGURANÇA

CIRÚRGICA

SABES O QUE ACONTECENTE ANTES E DURANTE UMA CIRURGIA?

Nesta estação vais encontrar enfermeiros que trabalham no bloco operatório. Eles cuidam de crianças que precisam de fazer uma operação, por exemplo, quando partem uma perna, têm muitas dores no ouvido ou ficam sempre com a garganta cheia de pintinhas.

Aqui podes ser enfermeiro: vais descobrir o que acontece antes e durante uma cirurgia, colar autocolantes, soprar balões e até vestir-te a rigor para uma cirurgia!

Mas sabias que, tal como quando atravessas a estrada, tens de usar a passadeira, esperar pelo sinal verde e olhar para os carros, também no bloco operatório existem regras importantes? Essas regras ajudam a que ninguém se engane e tudo corra bem.

E o mais importante: a tua ajuda é essencial! Hoje és tu quem vai aceitar os desafios e garantir que a cirurgia é segura!!

Equipa: Enfermeira Ana Paula Jerónimo; Enfermeiro Dário Antunes; Enfermeiro Rui Moreira; Enfermeira Sónia Morgado





MAGIA DO SORRISO

HIGIENE ORAL: VEM APRENDER O QUE SÃO SORRISOS SAUDÁVEIS!

Nesta estação vais encontrar: Higienistas orais que trabalham nos cuidados de saúde primários

Objetivo: Promover sorrisos saudáveis através de práticas eficazes e seguras, desde a erupção do primeiro dente.

EQUIPA DE HIGIENISTAS ORAIS DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS DA ULSSJOSÉ: Maria João Frusoni; Ana Salomé Cordeiro; Helena Natário; Catarina Gorrão; Cíntia Costa; Catarina Jesus; Cristina Vieira; Cristina Sousa Ferreira Inês Pereira; Carla Vicente Agostinho

Equipa de
Higienistas Oraís
- Cuidados de
Saúde Primários





NAScer E CRESCer EM SEGURANÇA

CONHECE A CLÍNICA NAScer E CRESCer?

É um espaço que visa providenciar resposta assistencial integrada no âmbito da vigilância em cuidados de saúde primários, a grupos específicos de utentes sem equipa de saúde familiar, nomeadamente, grávidas e crianças com idade igual ou inferior a 24 meses.

Para esta Clínica são encaminhados os utentes sem médico de família da área de abrangência da ULS São José, que estejam enquadrados no programa de Saúde Materna, Saúde Infantil e Juvenil e no âmbito da intervenção da Clínica Nascer e Crescer, que não tenham resposta nos Cuidados de Saúde Primários por falta de equipa de família disponível em proximidade.

Elemento participante da Equipa da Clínica Nascer e Crescer: Enf. Diana Rama



CRiANÇAS E JOVENS EM RISCO

CRiANÇAS E JOVENS EM RISCO: COMO POSSO AJUDAR?

NÚCLEO HOSPITALAR DE APOIO ÀS CRiANÇAS E JOVENS EM RISCO (NHACJR)

Tem por missão:

- Acolher e proteger as Crianças e Jovens que solicitem os cuidados desta Unidade Local de Saúde São José (ULSSJ), vítimas de maus tratos e suas respetivas Famílias.
- Elaborar Normas/ Protocolos de Boas Práticas, na abordagem dos maus tratos, para os profissionais de Saúde da ULSSJ.
- Promover medidas de reestruturação e proteção das Crianças/ Jovens e suas Famílias envolvidas nestas problemáticas.



DIA MUNDIAL DA SEGURANÇA DO DOENTE 30 SETEMBRO 2025



Organização: Equipa do Gabinete de Segurança do Doente
da ULS São José

