Hospital
São Vicente
de Paulo

Organização Acreditada
Joint Commission International

Boletim HSVP

Março 2024

O informativo que ajuda você a cuidar da sua saúde!

Mensagem da Direção

Caros amigos e amigas do HSVP,

Este mês celebramos a Páscoa do Senhor: sua vida, morte e Ressurreição. A Igreja faz memória do amor incondicional que Deus tem por cada um de nós. Sendo amados por Deus, como filhos do mesmo pai, devemos nos reconhecer todos como irmãos e irmãs.

A vivência da Páscoa passa pelo amor concreto, pela partilha do pão e do carinho. Este é o caminho que Jesus nos ensinou. Que possamos viver no cotidiano a verdadeira Páscoa que transforma a vida e nos renova por dentro. Em cada dor que aliviamos, sorriso que plantamos, escuta e atenção que partilhamos com os nossos pacientes, tornamos concreta a Páscoa do Senhor.

Que cada um receba o nosso abraço e o desejo de uma feliz e abençoada Páscoa!

Por fim, partilhamos com vocês que, no dia 27 de março, o nosso hospital realizou sua primeira cirurgia robótica, mais um importante avanço na excelência do cuidado do HSVP. Falaremos a respeito na próxima edição do nosso Boletim.

Boa leitura a todos,

Irmã Maria Aparecida Cirico Maciel

Diretora Geral

Alerta para os ouvidos

Atenção! Se você precisa, com frequência, que os outros repitam o que foi dito, tem dificuldade de entender conversas quando há outros sons no ambiente, não consegue definir a origem dos sons e assiste TV com o som bem alto, é hora de ligar o alerta e marcar uma consulta médica! A nossa otorrinolaringologista **Monik Queiroz** explica que estes são alguns dos sintomas iniciais de que a pessoa pode estar perdendo a audição.

“A perda gradativa da audição pode ocorrer sem que o paciente perceba a gravidade da situação. Por isso, é importante ficar atento aos primeiros sinais para garantir o diagnóstico precoce e o tratamento mais adequado para cada caso”, frisa ela.

Cerca de 5% da população brasileira, algo em torno de 10 milhões de pessoas, sofre com algum grau de surdez, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, o IBGE. “A audição tem um papel de grande importância para a nossa qualidade de vida. Na primeira infância, por exemplo, ela é fundamental para garantir o correto desenvolvimento da linguagem da criança", ressalta a especialista.

"A surdez pode ser congênita ou adquirida, quando o paciente nasce com capacidade auditiva preservada e apresenta perda de audição ao longo da vida. Há alguns fatores que podem levar à surdez congênita, como o uso de alguns tipos de medicamentos pela gestante e história familiar de surdez, entre outros", ensina.

A médica enumera as causas mais comuns da surdez adquirida:

ENVELHECIMENTO

Associado a uma combinação de fatores genéticos, ambientais e de estilo de vida, é a principal causa da surdez adquirida. Essas combinações provocam alterações no ouvido interno, onde as ondas sonoras são convertidas em impulsos nervosos que são enviados para o cérebro.

INFECÇÕES NO OUVIDO MÉDIO

Geram o acúmulo de secreção na caixa timpânica e podem obstruir o movimento dos tímpanos e dos ossículos ligados a ele. Como o ouvido médio é responsável por enviar sons para o nervo auditivo, qualquer obstrução pode causar perda auditiva.

EXCESSO DE RUÍDO

Quando ficamos expostos a ruídos muito altos com frequência, as estruturas mais

PERFURAÇÃO DE TÍMPANO

Geralmente é causada por infecções, ruídos intensos, mudança na pressão atmosférica sensíveis dos ouvidos ficam comprometidas e podem levar ao desenvolvimento da surdez.

ou objetos perfurantes no ouvido que podem resultar em surdez, caso não seja tratada adequadamente.

Ser feliz faz bem

Você sabia que existe o Dia Internacional da Felicidade? Ele é celebrado no dia 20 de março, data criada pela ONU para reconhecer que este sentimento é prioritário para o bem-estar geral das pessoas. Isso porque ser otimista e encarar a vida de forma positiva faz bem à saúde da mente, do corpo e, principalmente, do coração, porque ajuda a reduzir os níveis de estresse.

Pesquisadores da Harvard Medical School e da Universidade de Yale, se debruçaram sobre a relação da felicidade com determinadas emoções, entre elas as responsáveis pelo estresse e ansiedade. Eles afirmam que a redução do estresse ao longo dos anos pode contribuir para a prevenção de doenças, sobretudo as cardíacas.

“Isso ocorre porque atividades que nos fazem bem, como estar com os amigos e pessoas queridas, dar boas risadas ou praticar exercícios físicos, promovem a liberação de endorfinas, que aumentam nossa sensação de bem-estar e de felicidade. Isso nos afasta do estresse, da ansiedade e da depressão, melhorando a qualidade de vida e nos deixando mais saudáveis”, explica a chefe do nosso serviço de Endocrinologia, **Ana Cristina Belsito**.

O mês é delas

Março é conhecido como o mês das mulheres, mas aqui no HSVP, todos os meses são delas! Estamos prontos para recebê-las para todos os cuidados com a saúde necessários para que possam aproveitar a vida e curtir ótimos momentos com pessoas queridas.

Para facilitar, concentramos em um só lugar atendimentos voltados para a saúde feminina, como Ginecologia, Mastologia, Endocrinologia e ainda realizamos exames laboratoriais e de imagem que ajudam a fazer diagnósticos precisos de forma mais ágil.

Conheça alguns dos exames oferecidos no HSVP para saúde da mulher:

Mamografia Digital

É indicada, a partir dos 40 anos de idade, para rastreamento do câncer de mama. A mamografia digital permite a aquisição de imagens mais precisas, com menos tempo de exposição e desconforto para a paciente.

Angiomamografia (mamografia com contraste)

Avançada técnica de diagnóstico por imagem para complemento de um diagnóstico inconclusivo e rastreamento em mulheres com alto risco de câncer. para a paciente.

Tomossíntese ou Mamografia Tridimensional ou Mamografia em 3D

Exame de alta tecnologia que permite uma visão mais detalhada dos vários níveis da mama, aumentando em cerca de 35% a possibilidade de identificação de alterações nas mamas devido a precisão e aos "cortes" da imagem mamária. Nosso equipamento de última geração permite uma imagem mais precisa das lesões.

Ultrassonografia das Mamas

É um exame diagnóstico por imagem, indolor e não invasivo comumente recomendado após a identificação de um nódulo palpável, visto na mamografia ou de um achado evidenciado na ressonância magnética.

Ressonância Magnética das Mamas com Contraste

É um exame que complementa o rastreamento em pacientes com risco intermediário e alto para a doença. Para avaliação das mamas é imprescindível o uso de contraste.

Para agendamento de consultas e exames da saúde da mulher, ligue 2563-1107 ou acesse nosso site.

Entre os melhores. De novo!

O HSVP está mais uma vez entre os melhores hospitais do Brasil, conforme a nova edição do *ranking* World's Best Hospitals, elaborado pela revista norte-americana Newsweek. Essa é a quarta vez que o nosso nome está entre os tops. De acordo com o levantamento, estamos entre os seis melhores hospitais do Rio de Janeiro.

A classificação dos hospitais segue três critérios: recomendação de *experts* da área de saúde, experiências gerais de pacientes e indicadores hospitalares, como os de qualidade e de controle de infecções.

O levantamento da Revista norte-americana Newsweek é feito em parceria com a consultoria Statista desde 2019. Este ano, foram analisados dados de 2.400 hospitais de 30 países.

Oncologia: multiprofissionais no cuidado

Cuidar de pacientes oncológicos é um grande desafio. Para além do medo e da insegurança que muitas vezes o diagnóstico traz logo no primeiro momento, podem ocorrer diversos desdobramentos: limitações, reações às medicações, depressão, falta de apetite, entre outros. Com o objetivo de ajudar o paciente a obter a melhor qualidade de vida nesse momento tão frágil, temos, aqui no HSVP, com um serviço especializado em Oncologia que oferece tratamento integral e conta com equipe multidisciplinar especializada.

“Trabalhar em conjunto com profissionais de diferentes especialidades é a forma mais eficiente de oferecer suporte aos pacientes e seus familiares. Além disso, é fundamental para que possamos discutir caso a caso para encontrar as terapias mais adequadas para cada paciente. Isso nos auxilia a tomar as melhores decisões”, explica o chefe do nosso serviço de Oncologia, o médico **Décio Lerner**.

Estudos apontam que a atuação de uma equipe multidisciplinar favorece o bom resultado do tratamento, reduzindo o risco de metástases, recidiva ou tumores secundários.

CENTRO DE
ONCOLOGIA

“Aqui no HSVP, além de todo o atendimento clínico, terapêutico e diagnóstico que um paciente oncológico necessita, oferecemos o acompanhamento com psicólogas e nutricionistas especializadas em câncer. Isso dá confiança tanto a quem está em tratamento, quanto aos familiares que se sentem acolhidos. Um dos diferenciais do nosso serviço é que os pacientes vão ser acompanhados pela mesma equipe em todas as fases do seu tratamento e isso também os deixa mais seguros”, destaca o especialista.

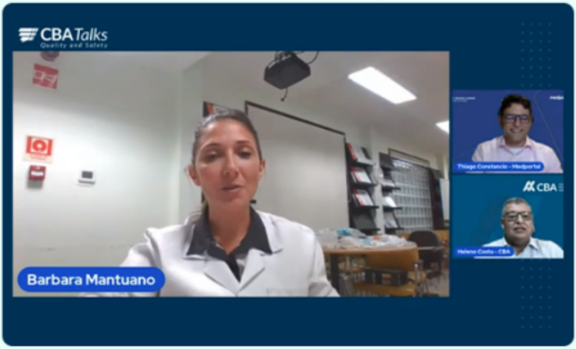
Em dia com as novidades

A chefe do nosso serviço de Nefrologia, **Deise de Boni**, que é uma das fundadoras da Associação Brasileira de Transplantes de Órgãos (ABTO) e também uma das pioneiras dos transplantes renais no país, foi homenageada em evento solene pelo Dia Mundial do Rim, no Conselho Regional de Medicina do Rio de Janeiro. Ela também marcou presença na programação da Academia Nacional de Medicina, convidada pela presidente da instituição, Eliete Bouskela, para apresentar a palestra “Transplante Renal no Rio de Janeiro”.

CONSELHO REGIONAL DE MEDICINA
DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO
HOMENAGEM

Divulgação Cremerj

E ainda no finalzinho de fevereiro, a supervisora da nossa Educação Permanente, **Bárbara Mantuano**, participou como debatedora de um importante evento online, promovido pelo Consórcio Brasileiro de Acreditação (CBA) e pelo Medportal: o webinar ‘Acreditação para Além da Conformidade: A educação como motor da mudança’.

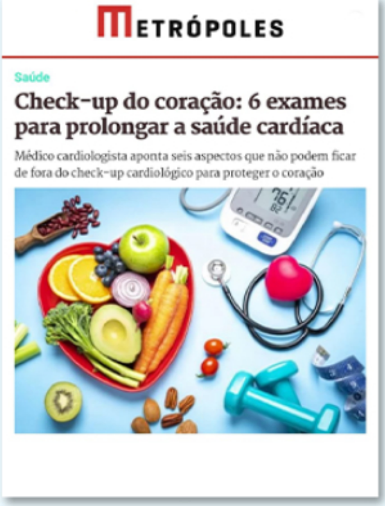


Na mídia

Você sabe quais os 6 exames imprescindíveis para a saúde do coração? O assunto foi tema de matéria do Portal Metrópoles com o nosso cardiologista **José Perrota Filho**.

As patologias que atingem o coração têm origens diversas. No entanto, existem alguns fatores de risco que podemos modificar, destaca o médico cardiologista José Perrota Filho, do Hospital São Vicente de Paulo (HSVP-RJ).

"Não podemos alterar características como idade, gênero e o histórico familiar. Mas temos questões que podem ser evitadas e são negligenciadas, como hipertensão, diabetes ou intolerância à glicose, aumento da cintura abdominal e o tabagismo", explica.



METRÓPOLES

Saúde

Check-up do coração: 6 exames para prolongar a saúde cardíaca

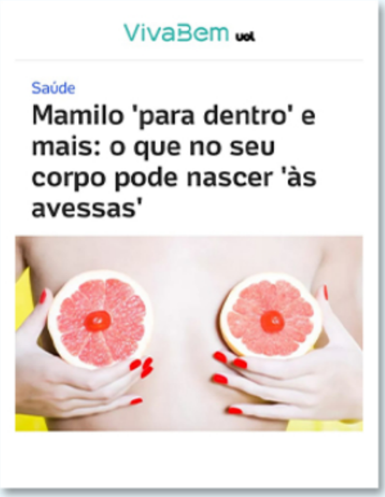
Médico cardiologista aponta seis aspectos que não podem ficar de fora do check-up cardiológico para proteger o coração

E o Portal UOL ouviu o chefe do nosso serviço de Ginecologia, **Claudio Crispi Júnior**, em uma matéria sobre partes do corpo e órgãos que podem nascer "às avessas", como, por exemplo, o útero retrovertido.

Ter o útero retrovertido não é considerado uma doença e nem algum tipo de problema de saúde, explica Claudio Crispi Jr., chefe do serviço de Ginecologia do Hospital São Vicente de Paulo (RJ).

´É apenas a posição do órgão daquela pessoa, que já nasce assim. A posição não é um fator impactante na fertilidade, como algumas mulheres podem pensar.`

—— Claudio Crispi Jr., ginecologista



VivaBem uol

Saúde

Mamilo 'para dentro' e mais: o que no seu corpo pode nascer 'às avessas'

Prato feito

Celebrado em 20 de março, o Dia Mundial sem Carne, é a dica do mês da nossa nutricionista **Laís Coutinho**:

Esta iniciativa visa a conscientização sobre os benefícios inerentes à redução do consumo de carnes, tanto para nossa saúde quanto para a sustentabilidade do planeta. O consumo excessivo de carne vermelha pode contribuir para o aumento da incidência de doenças cardiovasculares, alguns tipos de cânceres, hipertensão e diabetes, além de dificultar a gestão do controle do peso corporal.

Sabendo disso, o que você acha de iniciar um consumo mais consciente? Podemos começar substituindo a carne de alguma refeição por uma receita vegetariana. Anote a nossa sugestão:

Receita de Quibe de Abóbora

Ingredientes

- 250g de farinha para quibe
- Cebolinha, salsa e hortelã picada a gosto

- 250g de abóbora paulista ou japonesa
- 1 cebola média picada
- Sal, pimenta e noz moscada a gosto

Modo de Preparo

Em um recipiente, hidrate a farinha de quibe com água morna, sal e noz moscada, o suficiente para cobrir a farinha, por 30 minutos. Cozinhe a abóbora picada em cubos pequenos na água e sal até que ela esteja bastante amolecida.

Amasse com um garfo até obter um purê. Escorra a água da farinha e misture com o purê de abóbora. Adicione os temperos a gosto. Em um refratário untado, coloque a massa e leve para assar em forno médio (180º) até que o quibe esteja com uma casquinha crocante (aproximadamente 30 minutos).

Hospital São Vicente de Paulo

Produzido por:

SB COMUNICAÇÃO

www.sbcomunicacao.com.br