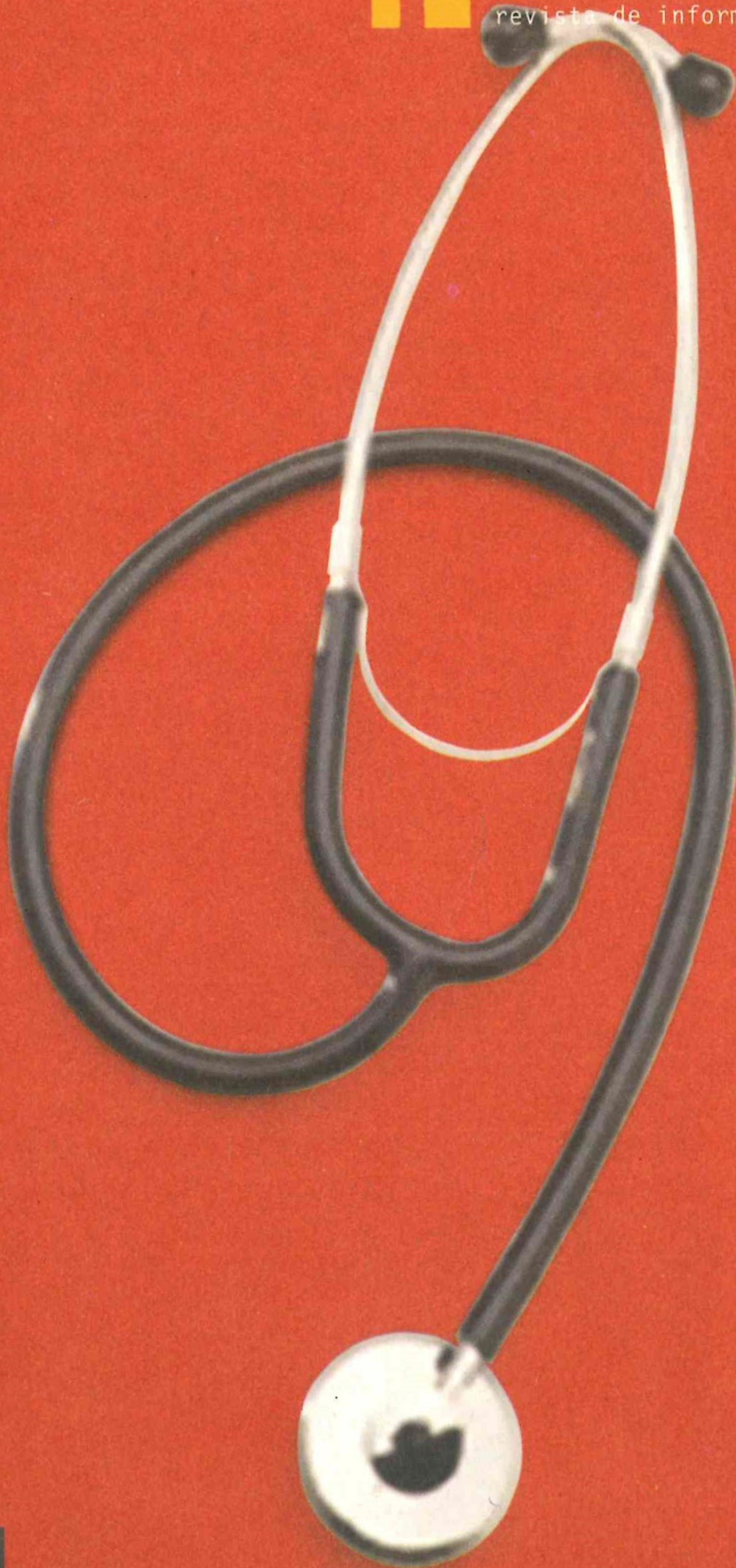


dezembro de 1998



# SAUDINHA!

revista de informação sanitária



FAVRETTA  
SMEVA

número 1



O número zero do SAUDINHA estava fresquinho a sair da tipografia. Ainda se ultimava a organização de sua distribuição e mostrava-se a colaboradores e amigos o produto final de um trabalho.

Começaram desde aí as primeiras críticas: é muito cinzenta no interior... devia ser de melhor papel, devia ser mais colorida, devia ter uma letra maior, devia preocupar-se com os acordos ortográficos mais recentes, devia ser maior, devia ter outra organização, devia..., devia..., devia....

Outros há que além da crítica, batem-nos nas costas...amigáveis e como cúmplices... A vossa revista vai longe.

No fundo foram as críticas construtivas as primeiras a recebermos. Eram por nós ansiadas e por certo as levaremos em linha de conta. Tem todo o direito de criticar aquele que quer ajudar....e será fruto delas a melhoria do nosso jornal/revista.

Mas se a crítica até agora tem sido construtiva e motivadora preparamo-nos também para a daqueles que sem pernas nos querem ensinar a correr...esses desde início nos auguravam a derrota, moviam-se com a inveja, viam em todos os nossos passos uma agressão à sua inoperância e incapacidade... "É mais fácil criticar que a arte de construir"

Mas também a estes cumpre o seu papel motivador...

Quando as críticas destes nos chegarem saberemos estar a atingir os objectivos que nos propusemos...ser lido por todos. Se quiséssemos evitar a crítica melhor faríamos o que muitos fazem:

NÃO FAZER NADA, NÃO DIZER NADA - NÃO SER NADA.

Para já tentemos ensinar a nossa revista a gatinhar...em breve ela saíra por aí com as suas próprias pernas...

*Manuel Sarmiento*

# mente de retalhos da vida de um médico

## O BANHO e a Pulga...

F. queixara-se de dores de cabeça, "só ao acordar" - dizia, "desde que mudamos para a casinha nova". A filha comia mal e parecia irritável, o marido também tinha queixas de dores de cabeça mas... "Sabe como ele é doutor... só cá vem nas últimas". Durante o dia as dores melhoravam e a criança aparentava estar tudo bem e gostar de estar na escolinha...

Descansei, não parecia haver motivos para alarme e sabia que aquela família estava a construir uma casita ao fundo do quintal dos pais... "Excesso de trabalho, talvez..." - diziamos F., e eu concordei.

Cerca de um mês mais tarde F. telefona-nos a solicitar uma consulta urgente. Tinha ido à noite ao S.Urgência - a filha vomitara toda a noite...ela também..., mas já estava melhor, ...o marido, sentira enjoos mas conseguira ainda ir trabalhar hoje. Mas a miúda...essa preocupava-a ... estava pálida, abatida, sonolenta, ... cansada, coitadinha...

Atendi-a ao fim da manhã. Colhi uma história que me pôs a pulga atrás da orelha...

Bom tudo começara após o jantar..."um jantar nada de especial...comida caseira, sabe como é doutor?! A miúda já tinha comido...o meu marido vem tarde..." -Tudo bem, F, e depois? "Dei banho à miúda e deitei-a. Já me doía um pouco a cabeça nessa altura. O meu marido saiu para tomar um cafêzito... Eu acabei por me deitar com as dores de cabeça.

A miúda acordou a chamar por mim ...tinha vomitado. Eu também estava enjoada e até senti uma vertigem. Lá a lavei e voltei a deitar. Estava branca como neve... Também eu

me sentia mal e esperei pelo meu marido. Logo que chegou falei-lhe em ir ao hospital, mas ele descansou-me... -Foi qualquer coisa que comemos...tem calma. A miúda agora está bem.

Deitamo-nos. A catraia voltou a chamar-me... vomitara de novo. Eu queixei-me das dores e o meu marido levantou-se de um rápido para assistir à filha. Não sei que lhe deu... caiu redondo no chão!?!... Agora imagine a minha angustia, que já não sabia a quem me virar. Ele lá se levantou e deitou-se na cama. Eu tentei chegar-me à miúda mas não consegui...deu-me um trespasso e lembro-me de ter perdido os sentidos. Quando me levantei só pensei em correr à casa dos meus pais que vivem ao lado no quintal como o Sr. Doutor sabe?!... Até já lá foi?!...Quando lá cheguei minha mãe e o meu pai levaram-nos a todos para o hospital.

E no Hospital....? -perguntei.

Bom lá foram muito simpáticos viram a miúda de ponta a ponta mas ela já estava melhor. A mim também já me doía menos a cabeça...e o meu marido nem quis ser consultado... Viemos embora sem medicação mas aconselharam-nos a vir falar com o Sr.Doutor...?!... Talvez umas análises?!...

Vamos lá a ver uma coisa...não havia mais nenhum sintoma, dores de barriga...diarreia, febre!?!...-insisti eu. Naquela história faltava algo...

Não doutor, nada... Tínhamos até tomado banho, eu... e depois o meu marido... estava tudo bem até ali !!!....

O Banho...o Banho...O BANHO ... AAAAh!?! Grande pulga que

pulaste na altura certa!...Aquela pulga que todos temos atrás da orelha...a das boas ideias?!....

-E esse esquentador?! Onde está?-perguntei.

Ah?!...não me diga doutor que é do esquentador? De facto ele estava a queimar-me o tecto todo da cozinha que eu até já tinha dito ao meu marido que íamos necessitar de pintar de novo porque está todo preto... O doutor acha...?! De facto até cheirava um pouca a gás às vezes...



Sim, F e sua família por pouco não viraram notícia no jornal diário...naquela coluna...FALECEU em tantos dos tantos.

De facto os produtos duma combustão incompleta do gás que todos temos em nossa casa liberta uma mistura de dióxido de carbono, monóxido de carbono e de butano ou propano. São tudo gases incolores, depressores do Sistema Nervoso Central (dão sonolência...- e daí também se adormecer melhor junto às lareiras ou braseiras- mas também dão desmaios, dores de cabeça, fraqueza, irritabilidade, alterações de visão e de raciocínio, e MATAM. O mais toxico deles todos, o monóxido, não tem cheiro, não é irritante não tem cor e é ligeiramente mais leve que o ar. Um tóxico que mata sem nos avisar...

Para o evitar há que não respirá-lo...tão simples como abrir umas janelas ou colocar o esquentador no/ou com tiragem para o exterior.

Vão ver como é... agora, na casa de F.

# ESTOU GRÁVIDA! E AGORA?

Sendo a gravidez, uma ocorrência natural da história da vida da mulher, é no entanto, um período particularmente vulnerável a merecer especial atenção, pelos profissionais de saúde e pela própria mulher grávida.

"... O sucesso do desenvolvimento biológico e intelectual da futura criança, é em grande parte decidido na gravidez e no parto..."

A nós, profissionais de saúde, médicos e enfermeiros, compete-nos investir cada vez mais na melhoria da vigilância pré-natal e à grávida, tornar essa vigilância praticada.

O surgir de uma gravidez, desencadeia o aparecimento de sucessivas mudanças e adaptações na vida da mulher e do casal, assim, terá que haver tempo e espaço para que todos se preparem para receber o novo ser, que pretende-se seja saudável e feliz.

## Por isso:

- Programe a sua gravidez.
- A 1ª consulta deve ocorrer o mais cedo possível.
- Siga as orientações/recomendações do seu médico(a) / enfermeiro(a).
- Atempadamente prepare o espaço que vai destinar para acolher o seu filho.
- Informe-se sobre os direitos que a lei lhe confere, nomeadamente na protecção à maternidade / paternidade.
- Prepare adequadamente a sua ida para o hospital.

E não esqueça...**AMAMENTE-O!**  
Para o seu filho que vai chegar...  
**O leite materno é o melhor alimento!**



Vou falar-vos duma amiga que só de lembrá-la me enternece o coração.

Tem 90 anos.

Que lhes parece?

- Linda idade para estar sentadinha a um canto da casa a rezar respeitosamente o "terço"?

- Não, nada disso.

É uma Senhora (ainda bonita) alta, magra, andar compassado, leve e ligeiro e sobe para os autocarros com agilidade!

Agora espantem-se! Dança lindamente, come como qualquer mortal, ri, conversa, canta a propósito do mais pequeno motivo, joga lindamente as cartas, conta anedotas com subtileza, faz rendas finíssimas ...!

É um espanto e uma companheira ideal!

Sigam-lhe o exemplo. Esqueçam-se da idade avançada.

Vivam como se fossem novos e sereis felizes.



# respeitar Os Outros é respeitar a vida

A infecção pelo Vírus da Imunodeficiência Humana (HIV) não pára de alastrar em todo o mundo. Portugal, apesar de toda a informação que circula há mais de dez anos, ocupa já uma posição de risco entre os países europeus.

É urgente compreender que para travar a epidemia da SIDA, é preciso que cada indivíduo seja capaz de manter e ver difundidos os seus direitos, assumindo, em contrapartida, as suas responsabilidades.

Na prevenção da SIDA há:

## RESPONSABILIDADES

que a sociedade deve respeitar e partilhar

Não discriminar

Ter um papel activo na prevenção

Respeitar o segredo de cada um.

*Aos seropositivos e doentes com SIDA pede-se a responsabilidade de não infectarem outras pessoas.*



*Fátima Pereira*

*Maria do Carmo*

*Adérito*

## DIREITOS FUNDAMENTAIS

Direito à informação:

Direito à educação

Direito à reserva sobre a Intimidade da vida privada

*Pais e educadores têm um papel importante na educação dos jovens, especialmente na área da sexualidade*

Comecemos hoje já partilhando com os amigos, os vizinhos a informação que chega de fontes seguras.

É urgente Unir esforços, Partilhar responsabilidades e tornar efectivos os direitos dos cidadãos.

E para que não haja DUVIDAS, recorde-se:

**O vírus da SIDA só pode transmitir-se:**

Pelo sangue;

Por contactos sexuais com o esperma e líquidos vaginais;

De mãe para filho (durante a gravidez, parto ou leite materno).

Os actos da vida quotidiana não apresentam qualquer risco de contágio.

# O Direito à Informação

## LIVRO DE RECLAMAÇÕES

*SUA INFLUÊNCIA NOS SERVIÇOS DE SAÚDE*

Ao ler uma notícia publicada no jornal "Primeiro de Janeiro", no Dia Nacional da Desburocratização, ocorrido em 29 de Outubro de 1998, fiquei preocupado com as declarações proferidas pelo Director Geral do Secretariado para a Modernização Administrativa. Com efeito, segundo uma análise ao Livro de Reclamações, os serviços públicos hospitalares e os centros de saúde são o "cancro" da Administração Pública.

Nos tipos de reclamações apresentadas, 44% respeitam "à burocracia de procedimentos" e "desorganização dos serviços" e 40% à "falta de qualidade no atendimento".

Em relação às duas primeiras causas, têm sido dados passos importantes, com a implementação do "**Projecto do Cartão de Utente**", estando neste momento mais simplificados os procedimentos administrativos nos centros de saúde.

Preocupante é a "falta de qualidade no atendimento" e é sobre este assunto que tecerei algumas considerações.

Sempre defendi que a qualidade do "Serviço de Atendimento dos Utentes" deve ser uma aposta de todos os responsáveis pelos serviços de saúde, quer a nível hospitalar, quer a nível dos centros de saúde. Um Atendimento dos Utentes com qualidade é a imagem de marca de um serviço. Ultimamente tem-se apostado na formação nesta área com alguns resultados positivos e mudanças de atitude em profissionais de saúde com "deformação profissional" motivada por muitos anos de "balcão", e sem formação específica na área do Atendimento.

Com a finalidade de dar voz ao utente, foi criado o Livro de Reclamações, mais conhecido pelo "livro amarelo", instrumento ao dispor do cidadão para, com a sua opinião, participar na melhoria dos Serviços Públicos.

A fim de a presença do Livro de Reclamações nos serviços de saúde ou o seu pedido pelo utente não "levar a uma mudança radical no comportamento do funcionário" como foi referido pelo senhor Director Geral, indico alguns princípios que devem ser levados em conta por todos os profissionais em contacto com o utente.

CONVERSAR COM AS PESSOAS.

Não há nada tão agradável como uma simples palavra, particularmente hoje em dia, quando precisamos tanto que falem conosco.

APRENDER A SER TOLERANTE.

A tolerância não significa concessão, mas antes aceitar que o nosso interlocutor tem razão, segundo os seus pontos de vista. Aceite os outros como são, e não como gostaria que eles fossem.

CHAMAR AS PESSOAS PELO SEU NOME.

Num mundo em que a nossa identidade está cada vez mais ameaçada, nada mais gratificante do que ouvir pronunciar o nosso nome.

APRENDER A SORRIR.

Às vezes é difícil encontrar a palavra justa, a atitude indicada, o gesto apropriado. Mas sorrir! É tão fácil e resolve tanta coisa....

SABER ENFRENTAR OS CONFLITOS.

No conflito há sempre três pontos de vista; o nosso, o do outro e o de quem está mais próximo da verdade.

SABER OUVIR OS OUTROS.

Saber ouvir não é simplesmente calar-se. É uma arte tanto ou mais difícil e importante do que saber falar.

SABER PÔR-SE NO LUGAR DO OUTRO.

Cada pessoa é única e singular! Por isso cada um sabe o que sabe, porém não sabe o que os outros sabem.

SER VERDADEIRO.

Se a verdade, algumas vezes, faz brechas, a mentira faz sempre ruínas.

Se estes princípios forem postos em prática, não haverá razões para que os profissionais fiquem "aterrorizados" quando olham para o Livro de Reclamações ou quando algum utente, dentro do seu legítimo direito, o solicite para com a sua opinião ajudar a melhorar a qualidade dos serviços.

*Fernando Lima*

# Centro de saúde de esposende

## INFORMAÇÃO AOS UTENTES

COMO POSSO  
MARCAR AS  
CONSULTAS?

Através dos telefones:

053 **964160** Centro de Saúde de Esposende (sede)

053 **981338** Extensão de Saúde de Apúlia

053 **872800** Extensão de Saúde de Belinho

053 **981705** Extensão de Saúde de Fão

053 **871420** Extensão de Saúde de Forjães

A marcação das consultas também é feita pelo médico ou pela secretaria do módulo ou da Extensão, até ao limite previamente fixado.

Se quer obter uma informação ou um conselho médico ou de enfermagem que lhe pareça não necessitarem de consulta, telefone. O seu médico de família está disponível.

Todos os médicos reservam, na parte final da consulta, um período de tempo para atendimento de situações urgentes.

Inscreva-se  
HÁ UM MÉDICO DE FAMÍLIA À SUA ESPERA

traga sempre o seu CARTÃO DE UTENTE



O trabalho, para além de permitir a satisfação de necessidades básicas, revela-se contexto de encontro entre as pessoas e fonte de realização pessoal, assumindo-se como dimensão central de existência humana. No trabalho a pessoa sente que vive com os outros, que faz parte de uma organização faz, cria, produz. Na organização, a pessoa tem um valor.

No entanto, cada vez mais o trabalho encerra exigências que ultrapassam as competências que as pessoas percebem possuir, revelando-se um indutor de *stress*.

A vivência de situações de *stress* no trabalho acarreta várias consequências nefastas, quer para o indivíduo quer para a organização - desde irritabilidade, mal-estar, doenças cardíacas ou gastrointestinais, até absentismo, falta de pontualidade e quebras de produtividade.

Actualmente reconhece-se a necessidade imperiosa de controlar o *stress*, em favor da saúde dos trabalhadores e do bom funcionamento da organização. Contudo, não é possível erradicar o *stress* - é um processo inerente à vida das pessoas e das organizações da pós-modernidade.

Mas é possível preveni-lo.

Prevenir o *stress*, porém, é mais do que ensinar a controlá-lo - é desenvolver competências de crescimento e superação, de espontaneidade, de criatividade. Será eficaz a prevenção que promova, através do desenvolvimento de competências pessoais, a salvaguarda da saúde do indivíduo, enquanto simultaneamente possibilita a reconceptualização pessoal do mesmo, da sua história e projectos de vida.

Existe um programa de prevenção do *stress* que vem sendo desenvolvido e aplicado pelo IPSSO - Instituto de Prevenção do Stress e Saúde Ocupacional, dirigido às pessoas que constituem as organizações, uma vez que estas, enquanto unidades sociais consistentemente coordenadas, dependem da saúde de cada indivíduo, e da qualidade dos processos relacionados e psicossociais entre eles. Promovendo a pessoa, desenvolver-se-à a organização.

Maria da Luz

Ana Maria



*Aristides Sousa*

Ele foi o referendo!  
Ele foi Timor!

Este País é um amor!  
A sério! Amem-no nos seus  
contra--sensos, amem-no com  
toda a força, este País somos  
nós:

Contradições  
Maldicência  
Anedotas  
Indignações  
Regionalismos de todos os  
tamanhos

Amem-no alegremente riam-se  
dele e seremos conscientemente  
felizes para sempre.

TIMOR, nossa justíssima  
preocupação foi motivo para  
grandiosos discursos sobre a  
nossa liberdade, a nossa  
democracia e o desrespeito que  
possamos ter ou não pela falta  
de liberdade dos outros.

E a rir, se olharmos um pouco  
aò lado do nosso umbigo, talvez  
nos surjam dúvidas sobre a  
utilização que damos à nossa  
liberdade.

Quando nos alheamos da nossa  
capacidade de participação,  
quando nos esquecemos que  
liberdade implica escolher e  
decidir.

Se, por omissão, deixamos que  
outros decidam e escolham por  
nós, perdemos, moralmente, o  
direito a reclamar. Quando se  
desrespeita a própria  
liberdade, não é lícito esperar  
que a liberdade dos outros nos  
toque.

Desculpem. Isto é uma revista  
de Saúde?

É. Parte do que atrás se disse  
aplica-se à saúde de todos e  
cada um de nós.

Cada um de nós é o principal  
responsável pela sua saúde.  
Devemos cuidar do nosso corpo,  
ter consciência do que nos é  
favorável e prejudicial,  
assumir os riscos dos  
comportamentos menos saudáveis,  
por termos escolhido e decidido  
em consciência. Não esperemos  
milagres quando alguma coisa  
corre mal, nem nos indignemos  
atirando para os outros as  
culpas da nossa  
irresponsabilidade.

# Centro de saúde de barcelinhos

## Melhor Melhor Serviço Saúde!

A Equipa de Saúde disponibiliza os seguintes Serviços:

### Consulta de Clínica Geral

Atendimento continuado a situações de doença e de prevenção

### Consulta de Saúde Infantil

Vigilância de crianças

### Consulta de Saúde Materna

Vigilância a grávidas

### Consultas de Planeamento Familiar

Vigilância de mulheres em idade fértil

### Enfermagem

Pensos, injeções e outros tratamentos

### Procedimentos Administrativos

Reembolsos, transferências de processos, novas inscrições, marcação de consultas

### Visitação Domiciliária

Visitas médicas e de enfermagem

### Vacinação

### Saúde Pública

Centro Saúde de Barcelinhos

HORÁRIO: 08:00-20:00

Sede-053-839120

Linha Azul-053-832661

Gabinete do Utente-053-839128

Direcção-053-839129

Macieira

HORÁRIO: 09:00-13:00 e 14:00-18:00

052-951429

Linha Azul-052-957799

Martim

HORÁRIO: 08:00-12:00 e 14:00-18:00

053-911281

Linha Azul-053-913686

Pedra Furada

HORÁRIO: 09:00-13:00 e 14:00-18:00

052-951271

Linha Azul-052-957798

Rio Covo

HORÁRIO: 08:30-12:30 e 14:00-18:00

053-832513

Linha Azul-053-834524

Sequiade

HORÁRIO: 08:00-12:00 e 14:00-18:00

053-951275

Linha Azul-053-952623

Silveiros

HORÁRIO: 08:30-12:30 e 13:30-17:30

052-961410

Linha Azul-052-967329

Viatodos

HORÁRIO: 08:30-12:30 e 14:00-18:00

052-961405

Linha Azul-052-963950

Vila Seca

HORÁRIO: 08:00-13:00 e 14:00-18:00

053-851244

Passar a reformado foi uma coisa chata, logo para mim que nunca tive o hábito de ir ao café ao fim da tarde, ao fim do jantar. Que me lembre os meus tempos livres eram sempre ocupados a ler - os meus processos, os meus livros... nem sequer gostava de televisão, via as notícias e pouco mais.

Depois que os meus tempos ficaram todos livres, passava metade do dia a ler e a outra metade com a Marília a encher-me os ouvidos:

"E porque não desampara de casa... e porque ao menos podias ser como os outros homens e sair, ir ao café ou jogar uma sueca... e porque já nem se pode arrumar a casa em paz - começo a aspirar e tropeço sempre nos teus pés, vou limpar o pó no escritório e lá estás tu que nem um bibelot tamanho gigante - caramba Zéca, não podes ir arejar um bocadinho?"

(Coitada. Tinha-se habituado durante anos a ter um marido a horas certas e suportava mal a minha presença constante).

E eu? Como é que ela pensa que eu me sentia? Passar de Sr. Director Geral José S. para o Zéca lá de casa não teve graça nenhuma. Como não tinha graça nenhuma

encontrar-me com os amigos no café, aturar aqueles velhos amigos cada vez mais velhos, caquéticos e chatos.

Pois é, a Marília cheia de me aturar, eu cansado de a ouvir e há três semanas quando voltou a chamar-me bibelot tamanho gigante, ESTOUREI!; atirei com o Inferno de Dante, espalhei a papelada toda da secretária para o chão, gritei: "Queres arrumar? Então arruma!". E saí. Furioso.

Passei no Banco para levantar dinheiro e quando reparei no caixa a amontoar as notas com um ar muito sério, de ruga funda na testa e ar de massacrado competente tive vontade de rir.

A minha mulher em casa - muito séria - a brincar às casinhas, aquele à minha frente a brincar aos bancários - mais sério ainda - e súbitamente apercebi-me do ridículo de tudo, até de mim, preocupadíssimo por já não ter de me preocupar. Peguei no dinheiro e dei uma gargalhada. (Acho que o caixa não entendeu!)

Entrei no carro, fui em direcção à praia (sempre gostei da praia da Memória), estiquei-me ao comprido

# APETECE!

num banco e adormeci. Quando acordei era já noite.

Havia estrelas, estava calor e eu não tinha vontade nenhuma de sair dali.

Não me apetece.

É isso!

Descobri uma coisa formidável. Não há nada que me impeça de dizer não me apetece.! Passei a noite no banco do jardim da praia. Pelos vistos procuraram-me por todo o lado até o Jorge se lembrar da Memória.

"Vamos para casa, pai."

"Não me apetece."

E não me apetecia dizer mais nada a não ser não me apetece. Mesmo assim levaram-me com eles.

No dia seguinte continuei o jogo; Não me apetece é agradável de dizer.

Não me apetece jantar, não me apetece ouvir-te, nem tomar duche, nem aturar a família, não me apetece nada. Já nem me apetece dizê-lo. Só tenho vontade de rir de tudo. Principalmente das ridículas máscaras de massacrados que todos põem, convictos de ficarem com ar de pessoas sérias, a dar duro na vida.

Convictos que a seriedade das coisas se mede em proporção directa com o tamanho da carranca.

...

Deram-me como louco.

Falam entre eles como se eu tivesse deixado de ouvir.

"Mãezinha, vamos ter que o internar. Até parece que se está a rir de nós." Não parece - penso - estou mesmo, seus idiotas.

Desato à gargalhada de novo.

Louco? Eu? Nunca me senti tão bem na minha vida!

Hoje, por exemplo - tenho uma vontade enorme de ir dar um passeio até à Memória. E vou.

É só esperar que todos saiam, descer as escadas sem fazer barulho e tomar o caminho da praia. A pé. (Esconderam-me as chaves do carro).

Vou entrar pela areia dentro, gritar bem alto NÃO ME APETEECEE!

E rir até às lágrimas da cara daqueles coitados, para quem até apanhar sol se tornou uma obrigação.

P.S.

Não cheguei a ir à praia. o Jorge e a São encontraram-me a meio do caminho e trouxeram-me de volta a casa.

Não me agradou nada mas como também não me apeteceu falar, ninguém me deu ouvidos.

Ana Ferreira



**CENTRO DE SAÚDE DE BARCELINHOS**

Rua Custódio J.P.G. Vilas Boas, 56 / 58  
4750 Barcelinhos

SERVIÇOS GERAIS 053 839120

LINHA AZUL 053 832661

FAX 053 833604

**CENTRO DE SAÚDE DE BARCELOS**

Urbanização de S. José  
4750 Barcelos

SERVIÇOS GERAIS 053 822524

LINHA AZUL 053 823810

FAX 053 822117

**CENTRO DE SAÚDE DE ESPOSENDE**

Rua Dr. Queiroz de Faria  
4740 Esposende

SERVIÇOS GERAIS 053 964160/1/2

LINHA AZUL 053 964700

FAX 053 964163

**HOSPITAL DE SANTA MARIA MAIOR DE BARCELOS**

Campo da República  
4750 Barcelos

SERVIÇOS GERAIS 053 809200

LINHA AZUL 053 809240

FAX 053 817379

**coordenação**

Manuel Sarmento / Aristides Sousa

**colaboração**

Manuel Sarmento  
MÉDICO DE CLÍNICA GERAL

Aristides Sousa  
MÉDICO DE SAÚDE PÚBLICA

Luísa Gomes  
MÉDICA DE CLÍNICA GERAL

Fátima Pereira  
ENFERMEIRA

Maria do Carmo  
ENFERMEIRA

Adérito  
ENFERMEIRO

Fernando Lima  
VOGAL ADMINISTRATIVO DO CENTRO DE SAÚDE DE ESPOSENDE

Maria da Luz  
MÉDICA DE CLÍNICA GERAL

Ana Maria  
MÉDICA DE CLÍNICA GERAL

Amarilis Guimaraes

Ana Ferreira

**grafismo**

Paulo Cabral

**execução**

Tecnigráfica

**apoios**

ARS Norte

SRS Braga



**SAUDINHA!**