

Proteção de dados: novas regras

Regulamento Geral de Proteção de dados



O Regulamento Geral de Proteção de Dados, em vigor desde 25 de maio deste ano, é um diploma Europeu que determina as regras relativas à proteção, tratamento e circulação dos dados pessoais nos países da União Europeia, sobrepondo-se à legislação portuguesa.

Existem dois tipos de dados, os pessoais e os sensíveis. Os primeiros referem-se a toda a informação relativa a uma pessoa singular identificada ou identificável, como por exemplo, nome, data de nascimento, número de identificação, morada e correio eletrónico. Os segundos merecem um cuidado especial, uma vez que estão diretamente relacionados com os direitos e liberdades fundamentais do Homem e incluem a etnia, dados relacionados com a saúde, dados genéticos, dados relativos à vida sexual.

Melhoria da proteção de dados na USF MRP

Nos cuidados de saúde deparamo-nos diariamente com a recolha e tratamento de dados sensíveis. Com este Regulamento tornou-se necessário aprimorar alguns procedimentos na USF Manuel Rocha Peixoto, com o intuito de melhorar a segurança dos dados de cada um dos nossos utentes. Para isso precisamos também da sua colaboração, particularmente nas seguintes situações:

- Em todos os contactos com a USF, será solicitado pelo secretariado clínico o seu cartão de cidadão ou outro documento identificativo com fotografia. Este procedimento aplica-se também à renovação de receituário crónico e sempre que deixar exames para avaliação;
- Se solicitar a realização de um atestado ou declaração médica, será solicitado o preenchimento de um documento com a sua identificação e finalidade do pedido, que terá de assinar;
- Será pedido o seu consentimento informado escrito, esclarecido e livre, antes da colocação de dispositivos anticoncetivos subcutâneos e intrauterinos, da administração de gamaglobulina anti-D, da vacina anti Sarampo, Parotidite e Rubéola, da gravação imagem, da investigação científica e da realização de atos cirúrgicos e/ou anestésicos;
- O adulto ou menor incapaz de compreender a abrangência das intervenções, sempre que tenha que frequentar a consulta ou outro serviço da USF, deverá ser acompanhado pelo familiar, tutor ou representante legal, que deve ser portador do documento comprovativo.

Todos os profissionais da USF Manuel Rocha Peixoto, bem como os alunos de enfermagem e de medicina, têm o compromisso de confidencialidade. Toda a informação pessoal dos nossos utentes está cuidadosamente guardada e apenas os profissionais de saúde delegados a certa ação e o seu Médico e Enfermeiro de Família e o seu Secretário Clínico contactam com os seus dados pessoais.

Maria João Botelho, Médica de Família, Coordenadora da USF

Portal do SNS—Área do Cidadão

Registe-se na **Área do Cidadão** e explore as suas funcionalidades:

- Aceder à agenda do médico e **marcar para a data e hora que mais lhe convém**;
- Marcar **consultas para o seu agregado familiar**;
- Visualizar e cancelar os **pedidos** já efetuados
- Receber **notificações por SMS ou email** com a confirmação das consultas
- Depois de estar registado já poderá efetuar o login e aceder ao portal para marcar **consultas online**;
- Fazer pedido de **medicação crónica**.

Aceda através do link <https://servicos.min-saude.pt/utente/>



RECEITAS EMPAPEL

É um processo bastante simples e rápido!

Evite deslocações desnecessárias, filas e poupe tempo!

Carta dos Direitos e Deveres dos Doentes

Direito: à assistência religiosa, independentemente da religião. Às igrejas ou comunidades religiosas, legalmente reconhecidas, são asseguradas condições que permitam o livre exercício da assistência espiritual e religiosa aos utentes internados em estabelecimentos do SNS, que a solicitem, nos termos do DL n.º 253/2009, 23/setembro.

Dever: respeitar os direitos de outros utentes, bem como os dos profissionais de saúde com os quais se relacione.

Passatempo

Dificuldade média

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1 | | | | 9 | 4 | |
| 4 | | 7 | 8 | 3 | | 2 | 1 | |
| 9 | | 6 | 5 | | | 8 | | 3 |
| 8 | | | 6 | | | | | |
| | | | | 2 | | 1 | 3 | |
| | | | | | 3 | 5 | | |
| 5 | 7 | | | | 2 | 4 | 8 | |
| 1 | 6 | | | 9 | | | 5 | |
| | | | 4 | 1 | | | | 7 |

Difícil

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | | 8 | | | 7 | 3 | | |
| | 4 | | 8 | | | | | |
| | 7 | | | | | 9 | 6 | |
| | 6 | 5 | | | | | | |
| | 3 | 1 | | | | 6 | | 5 |
| | 2 | 9 | 6 | | | | 7 | |
| 6 | 9 | | | | | | 2 | 1 |
| | | | | | | | | |
| | | | | 5 | 1 | | | 6 |

AVISOS

A Unidade de Saúde Familiar Manuel Rocha Peixoto investe na **comunicação** com os seus utentes e na **capacitação e literacia em saúde** dos mesmos. Tem vários **panfletos** que abordam temas de interesse:

- para a **população em geral** (por exemplo, direitos e deveres do utente, testamento vital, substituição na tomada de decisão);
- para **grupos específicos** (nomeadamente diabéticos, grávidas, crianças, dependentes e seus cuidadores).

Na USF (sala de espera e corredor) pode aceder aos nossos **panfletos** e pode também pedir que enviem por e-mail ou imprimam um exemplar.

Para além disso, pode aceder aos nossos **panfletos e roteiros** (diabéticos, hipertensos, crianças e grávidas) através do **blog**, onde é possível visualizar e imprimir os mesmos.

Joana Oliveira, Médica Interna de Medicina Geral e Familiar

Tabagismo

O tabagismo assume-se como um determinante de saúde comportamental de



grande impacto em termos de morbilidade e mortalidade. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) é responsável por 5,4 milhões de mortes por ano a nível mundial. Em Portugal, de acordo com o relatório do Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo, em 2016, 11843 pessoas morreram devido a doenças atribuíveis ao tabaco, 9263 homens e 2581 mulheres, o que corresponde a 10,6% do total de mortes. A cada 50 minutos morreu uma pessoa devido a uma doença associada ao tabaco ou, por outras palavras, 29 pessoas por dia. Desta forma, o tabaco é considerado a principal causa evitável de morte.

Em média, um fumador tem uma esperança média de vida 10 anos inferior a um não-fumador. Tal é explicado pelos efeitos nefastos que as substâncias presentes no fumo do cigarro causam ao serem inspiradas. Geralmente o consumo de tabaco é associado a cancro, que poderá aparecer nos pulmões, mas também na boca, na faringe e, ainda, na laringe. Contudo o tabagismo pode levar ao aparecimento de muitas outras doenças, entre as quais bronquites crónicas, enfisemas, angina de peito e enfarte do miocárdio.

Os hábitos tabágicos têm início, habitualmente, na adolescência ou no início da idade adulta, fases da vida em que a capacidade para tomar decisões ponderadas se encontra, ainda, não totalmente desenvolvida e onde a influência dos pares, dos pais e outras

pessoas significativas tem grande impacto. Segundo o Eurobarómetro (2012), 6% dos adolescentes referem ter iniciado o consumo de tabaco por terem pais fumadores. **Se és adolescente, não te deixes influenciar, antes de experimentar o cigarro, pára e pensa...**

O tabaco é responsável por uma diminuição da condição física dos adolescentes, nomeadamente diminuição da resistência. Nesta fase, o tabagismo é responsável por alterações da pele (mais áspera, sem brilho e acne), cabelo quebradiço, dentes amarelos, olheiras e mau hálito. A idade com que se começa a fumar é um fator a ter em consideração na avaliação dos efeitos deste vício nocivo, uma vez que é mais prejudicial quanto menor a idade de início.

Sendo o tabagismo responsável pela diminuição da qualidade e duração da vida, é imperativo tomar medidas junto da população fumadora. O Agrupamento de Centros de Saúde de Braga, dispõe de uma consulta especializada neste âmbito, "Consulta de Apoio Intensivo à Cessação Tabágica".

Se tenciona acabar com este hábito, que pode ser mortal, procure ajuda junto da sua equipa de saúde!



No dia 31 de maio, dia mundial sem tabaco, a Direção Geral de Saúde (DGS) associou-se às comemorações da OMS e apresentou a campanha "Deixe de fumar, opte por amar mais", que pode visualizar através do seguinte link: <https://www.youtube.com/watch?v=5uR1RF7Xb9s>

Cristina Afonso e Marla Barbosa, Enfermeiras de Família

Contactos

Largo Paulo Orósio, 2ª andar, 4700-036 Braga

Visite-nos no Facebook em **USF Manuel Rocha Peixoto**

Visite-nos no Blog <http://usfmanuelrochapeixoto.blogspot.pt/>

253 209240

Fax: 253 209 241

usf.mrpeixoto@arsnorte.min-saude.pt