

COMO PODE COLABORAR

Procure seguir as instruções dadas pela Equipa em relação a tratamentos, cuidados com ; alimentação, higiene, mobilizações na cama e levante, entre outras.

Tenha sempre presente que cuidar de um idoso ou de um familiar dependente, exige responsabilidade, afecto e disponibilidade.

A pessoa responsável pelos cuidados encontra-se com frequência, em situações de desgaste físico e psicológico, pelo que, precisa igualmente de atenção e de vigilância de saúde.

Solicite informações junto da Equipa sobre os cuidados necessários a ter com idosos ou pessoa dependentes, sobretudo se estão acamados ou após um internamento hospitalar.

Contacte a Equipa sempre que haja alterações no estado de saúde do seu familiar dependente, nomeadamente:

O aparecimento de lesões na pele
Alterações na alimentação ou eliminação
Estados de confusão ou de maior prostração.



COMO NOS CONTACTAR

Os pedidos de Visita Domiciliária ou de outro tipo de apoio podem chegar à Equipa por vários meios:

- **Através dos Profissionais de Saúde**

Médicos
Enfermeiros
Assistentes Sociais
Outros

- Através de contactos telefónicos ou via e-mail ,
Por solicitação directa ou telefónica do Utente,
Familiar ou outro Prestador Informal de
Cuidados, através dos seguintes números:

- 96 968463421 (Enfermeira)
- 22 422 98 29 (USF Valongo)

- **No seguinte horário:**
Equipa de Enfermagem - Segunda a Sexta feira, das
8 às 19 horas

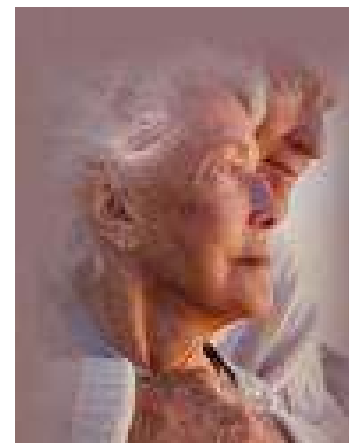
Com Quem articulamos:

- Assistente Social da Instituição;
- Rede de Cuidados Continuados;
- Equipas profissionais Hospitalares de Referencia



USF Valongo

Cuidados Domiciliários



UNIDADE DE SAÚDE FAMILIAR DE VALONGO



Cuidados Domiciliares

São Cuidados de Saúde prestados no domicílio e dirigidos aos indivíduos em situação de dependência temporária ou prolongada, decorrente de problemas de saúde ou relacionados com o envelhecimento.

- Estes cuidados são assegurados aos Utentes residentes na área abrangida pela Unidade de Saúde Familiar de Valongo (devem estar inscritos e possuir cartão de utente ou documento que o substitua.)
- Estes Cuidados de Saúde , procuram actuar em três níveis ; prevenção , educação para a saúde e tratamentos.



OBJECTIVOS

O objectivo da Equipa é apoiar, no Domicílio, os Utentes com dependência e que se encontrem impossibilitados de se deslocarem a US Familiar , investindo no ensino à Família e ao Utente (auto - cuidado), com a finalidade de os tornar o mais autónomos possível.

Para atingir os seus objectivos, a Equipa , desenvolve a sua actuação em várias vertentes :

Visitas Domiciliárias de Enfermagem e Médicas, para avaliação da situação e identificação de problemas/necessidades;

Prestação directa de cuidados no domicílio pelas Enfermeiras da Equipa;

Ensino ao Familiar e/ou outro prestador de cuidados, sobre as intervenções necessárias, relativamente ao estado de saúde do Utente;

Atendimento telefónico ao Utente e Família (telemóvel no exterior);

SEJA SOLIDARIO

Esteja atento aos problemas sociais graves, que se encontram frequentemente associados à dependência, tais como a solidão, a exclusão social ou condições precárias de vida.

Participe como cidadão a nível individual e como elemento de uma comunidade, em várias iniciativas que podem contribuir para a melhoria dos cuidados a este nível:

**INFORME-SE SOBRE OS SEUS DIREITOS E DEVERES
SEJA SOLIDÁRIO E TOLERANTE
COLABORE EM ASSOCIAÇÕES OU GRUPOS DE VOLUNTÁRIOS**

