

GCM é homenageado na Hospedaria de Cuidados Paliativos



"Curar às vezes, aliviar muito frequentemente e confortar sempre." Essa é uma das frases mais famosas na área dos cuidados paliativos e representa qual é o foco dessa prática: cuidar acima de tudo.

Na Hospedaria de Cuidados Paliativos, o paciente Paulo Batista de Jesus, 1ª classe da GCM – SP, vivenciava isso todos os dias. No dia 14 de janeiro, além da atenção rotineira da equipe do HSPM, houve a presença de seus familiares e de cerca de 30 colegas da Inspetoria de Operações Especiais da Guarda Civil Metropolitana de São Paulo (GCM – SP) que foram homenageá-lo.

Em um momento de grande emoção, Paulo recebeu diversas honrarias: três medalhas que dizem respeito a grandes feitos como Guarda Civil Metropolitano (cada medalha se refere a um grau de ocorrência diferente), um diploma de honra ao mérito, um quadro com sua fotografia em trabalho e um certificado de sua academia de Jiu Jitsu informando que ele foi "promovido com mérito à faixa preta", sendo este al-

cance tão sonhado por ele.

Sky e Shalom, cães do projeto de cinoterapia da GCM, também estavam lá para agraciar e receber ainda melhor o Paulo, que, ao ver todos os colegas, comentou: "O mais importante é a presença de vocês, vocês são muito importantes na minha vida e para mim é uma honra ter trabalhado ao lado de vocês, obrigado!"

A Dra. Amanda Bigarelli Groblackner, Coordenadora do Serviço de Assistência Domiciliária e Cuidados Paliativos do HSPM, agradeceu à GCM pela presença e também pela parceria nas atividades mensais da casa, como as apresentações musicais do coral e a visita dos cães: "Vocês estão nos ajudando muito no cuidado, então agradeço por essa sensibilidade e parceria de vocês".

Olga Akemi Sakano Iga, Assistente Social do Serviço Social do HSPM, também comentou sobre a parceria nas atividades: "Vocês não têm ideia da diferença que isto faz para os nossos pacientes e familiares".

**O HSPM expressa seus profundos sentimentos aos familiares e amigos por conta do falecimento do paciente Paulo Batista de Jesus, 1ª classe da GCM.*

Faltômetro de Janeiro

HSPM

Consultas agendadas: 32.965
Faltas: 5.219

Ambulatório Desc. Santo Amaro

Consultas agendadas: 314
Faltas: 82

Ambulatório Desc. Lapa

Consultas agendadas: 636
Faltas: 112

Ambulatório Desc. Carrão

Consultas agendadas: 1.378
Faltas: 276

Ambulatório Desc. Tucuruvi

Consultas agendadas: 473
Faltas: 69

Ambulatório Desc. São Miguel

Consultas agendadas: 1.020
Faltas: 110

Total de faltas: 5.868

Para cancelar ligue: (11) 3397-8000 / 8001

Lembre-se:



ADOTE ESSA IDEIA:
CANEQUE-SE



DESCARTE CERTO!



PREVINA-SE

**Ramal
Bombeiros
7952**





SP AMIGO
DO IDOSO

CERTIFICADO

Certificamos que HOSP DO SERV PUB MUNICIPAL HSPM cumpriu as ações para obtenção do Selo Inicial "Instituição Amiga do Idoso" da Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo.

HSPM é Instituição Amiga do Idoso

Em janeiro de 2025 o HSPM assinou o termo de adesão ao selo "Instituição Amiga do Idoso" e formou um comitê gestor, que, ao longo de 12 meses, trabalhou para conquistarmos hoje, em janeiro de 2026, o selo inicial.

Trata-se de um reconhecimento lançado pelo Programa "Selo Estadual Amigo do Idoso", em 2012, com o objetivo de proporcionar um envelhecimento ativo a essa faixa etária. A iniciativa também visa à implantação de um processo de trabalho integrado, multidisciplinar e contínuo, seguindo os preceitos das boas prá-

ticas da Geriatria e Gerontologia.

O "Selo Instituição Amiga do Idoso" é composto por quatro níveis: adesão, inicial, intermediário e pleno.

Teremos até 22 de janeiro de 2028 para aprimorarmos ações obrigatórias, como alta segura, desospitalização precoce e articulação com a rede de atenção à saúde, e assim alcançarmos o selo intermediário.

Contamos com todos os servidores do HSPM para atingirmos mais essa conquista para o hospital e assim garantirmos um atendimento de excelência aos idosos.



Qualidade comprovada dos exames laboratoriais

A RDC 302/2005 (Resolução da Diretoria Colegiada da ANVISA) sucedida pela RDC 978/2025, estabelece requisitos rigorosos sobre o Controle de Qualidade Externo (CQE) de exames laboratoriais de Análises Clínicas, popularmente conhecido como Teste de Proficiência ou Ensaio de Proficiência, onde há exigência de uma Certificação. O HSPM é certificado desde 2017.

Em 2025, mais uma vez, o hospital recebeu, do Controle da Qualidade para Laboratórios (Controllab) o "Certificado de Proficiência em Exames Laboratoriais", uma autenticação oferecida aos laboratórios aprovados no controle de qualidade.

A avaliação acontece por meio do Ensaio de Proficiência, uma ferramenta que demonstra a confiabilidade dos resultados dos exames, além de identificar falhas e possibilitar a tomada de ações corretivas e preventivas, fundamental para um processo de melhoria contínua.

O HSPM obteve o desempenho requerido nos 150 ensaios (exames) listados. A conquista deste certificado reflete a precisão e segurança nos resultados dos exames realizados por esta instituição e oferece ainda mais credibilidade aos pacientes e corpo clínico que têm o Servidor Municipal como referência para os cuidados com a sua saúde.

Este selo de Certificação de Qualidade encontra-se nos laudos dos resultados laboratoriais.



Formada a Comissão Interna de Prevenção de Acidentes

A reunião de posse dos membros da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA) do HSPM ocorreu no dia 29 de janeiro, com a presença dos diretores do hospital e da Chefe de Gabinete, Flávia Ivana Pallinger, que parabenizou os novos membros e falou sobre a importância da comissão: "A CIPA é importante pois aponta ações necessárias para prevenir riscos e para que possamos adotar as medidas cabíveis".

Durante a posse, foram definidos os cargos de Presidente para Selma Silveira, Vice Presidente para Alan dos Santos de Jesus, Primeira Secretária para Samara Santos

Moreira e Segunda Secretária para Cássia Sampaio Moura.

Os membros eleitos foram definidos em dezembro de 2025 após votação realizada em âmbito institucional. Também foram definidos cinco suplentes (candidatos que receberam mais votos nas eleições depois dos membros titulares) e foram indicados pela Administração outros 13 membros para a composição completa da comissão.

Desejamos boa sorte aos membros da nova gestão e que a saúde e a segurança dos usuários do HSPM sejam fontes de inspiração para o desempenho e bons resultados desta comissão de trabalho.

Confira essas e outras notícias na íntegra no site do HSPM:

www.hspm.sp.gov.br



Paciente destaca e agradece atendimento recebido

Dr. Demétrio Ortega Rumi, Médico da Clínica de Psiquiatria do HSPM, foi elogiado por uma paciente que expressou sua gratidão pelo atendimento prestado em manifestação na Ouvidoria Geral do Município. O destaque foi para o acolhimento, a postura humanizada, simpática e gentil do profissional, tendo sido demonstrado real interesse em compreender os sintomas e prestar a devida assistência, conforme consideração da paciente.

Ao ter o reconhecimento de seu trabalho, Dr. Demétrio disse que "ouvir o paciente para melhor entendê-lo" é uma prática que vem desde a sua formação e ressaltou a importância da escuta para o tratamento no âmbito da saúde global:

"Se não houver informação clara e bom acolhimento dificilmente haverá confiança e corremos o risco de o paciente não aderir ao tratamento. Boa parte da recidiva em Psiquiatria se deve à falta de aderência: quanto mais vezes a pessoa deixa de aderir ao tratamento, mais difícil o mesmo vai se tornando".

Ao discorrer suas palavras, o Dr. Demétrio reflete a missão do HSPM que é "Atender, Cuidar e Ensinar com excelência" e finaliza considerando que todos se beneficiam com o resultado de um bom tratamento: "precisamos buscar a raiz do problema, a causa das coisas. Isso é melhor para todos, pois o paciente tem suas queixas resolvidas, não precisando retornar ao hospital".

CAPACITAÇÃO



Curso ofereceu instruções sobre a prevenção de quedas

A prevenção do risco de quedas foi o tema apresentado em um treinamento realizado por uma equipe multidisciplinar do hospital nos dias 19, 20, 21 e 22 de janeiro. Profissionais dos setores de Educação Continuada, Geriatria e Fisioterapia reforçaram junto aos colaboradores das enfermarias, UTIs, Pediatria, Hemodiálise e Pronto-Socorro, as principais medidas de prevenção de

quedas.

Durante as instruções, foram abordados temas como a definição de queda, identificação de pacientes suscetíveis, fatores predisponentes, avaliação de risco e estratégias de prevenção.

A importância em oferecer este curso se deve à ocorrência de quedas acidentais que podem acontecer com todas as pessoas, incluindo os

pacientes hospitalizados, uma vez que estes se encontram em ambientes que não lhes são familiares. Neste sentido, ações educativas como este treinamento são fundamentais para reforçar orientações, reciclar conhecimentos da equipe de saúde e fortalecer o cuidado seguro, contribuindo para a melhoria da qualidade da assistência e da segurança do paciente.



Férias: oportunidade para cuidar da saúde mental

Um tópico em alta são os hobbies. Atividades feitas no tempo livre sem cobrança que te divertem: esse é o significado. Em uma realidade que, de acordo com dados da Associação Nacional de Medicina do Trabalho (Anamt), aproximadamente 30% dos trabalhadores brasileiros sofrem com a síndrome de burnout, esses passatempos são importantes.

Considerada uma doença pela Organização Mundial da Saúde (OMS) desde 2022, esta Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultantes de situações de trabalho desgastantes.

Sabemos que algumas atividades profissionais, conforme sua natureza ou condição para a prática, podem contribuir para este quadro. Por isso, ter um *hobby* pode aliviar esses sentimentos que advêm de um trabalho excessivamente cansativo. Além de não terem uma obrigatoriedade, estimulam a criatividade, atenção, paciência e autoconheci-

mento, ajudando a regular as emoções e o estresse do dia a dia. Fazer crochê, correr, treinar, cozinhar, pintar, desenhar são algumas alternativas que existem e aquilo que é prazeroso pode diferir de uma pessoa para outra.

A alimentação também impacta no bem-estar mental, então, optar por pratos mais saudáveis e manter a hidratação também são importantes para termos um melhor raciocínio, memória e atenção.

A prática de exercícios físicos rotineiros libera hormônios que geram prazer e uma sensação boa de disposição. Por isso, mesmo nos dias de preguiça, levante e dê uma chance para o passeio com o cachorro, uma corrida pelo parque ou uma caminhada pela vizinhança.

O HSPM, cumprindo sua missão de “cuidar com excelência”, desenvolve atividades, durante todo o ano, que geram benefícios à saúde mental e física dos servidores públicos municipais, tais como: o Programa Vida Saudável, com sessões de

alongamentos e ginástica laboral; rodas de conversa entre os servidores e profissionais do Programa de Gestão Humanizada; e Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS), que disponibiliza uma diversidade de terapias alternativas. Para mais informações consulte das PICS acesse o link:

<https://bit.ly/HSPMPICS>



Colaboração: Ana Carolina Jaen Saad,
Coordenadora da Clínica de Psicologia

Adulto do HSPM

Produção: Assessoria de Relações
Institucionais





No Serviço de Atendimento (Acesso), trabalha Márcia Reis Santos. Formada em Técnico em Análises Clínicas, atualmente é Assistente de Suporte Operacional no HSPM há quase 11 anos.

Márcia criou vínculos que leva até hoje, mas o setor onde mais se encontrou foi o de Acesso, que trabalha hoje em dia: "Vi que o que eu

gosto mesmo de fazer é trabalhar com o público. Aqui tenho a liberdade de colocar em prática o que eu tenho de melhor, que é o acolhimento no atendimento".

Para complementar essa paixão pelos pacientes que utilizam o HSPM, Márcia também já realizou cursos como Informática Básica que, mesmo sem relação direta com o

atendimento, ajudaram-na a crescer como profissional.

Depois de tanto tempo no hospital, a servidora acredita que fazer a diferença é algo que parte de cada trabalhador e que o HSPM é, sobretudo, um exemplo de humanização no atendimento prestado aos pacientes. "Em todas as áreas do hospital, sempre há a empatia dos profissionais com os pacientes. Em momentos difíceis, abraçamos a causa e procuramos uma solução para os problemas", diz Márcia.

Para todos que procuram o hospital, há um direcionamento. Após passarem pela recepção e serem atendidos, os pacientes são encaminhados para as consultas, retornos, exames ou cirurgias. Para Márcia, o que mais impacta seu dia a dia é o zelo que os pacientes a tratam como quando dizem "Deus te abençoe" ou "Vou orar pela sua vida e dos seus familiares".

Cada um que passa por Márcia deixa um pouco de si, mas a servidora é lembrada por todos aqueles que atende, sempre com dedicação e acolhimento: "Tem pacientes que viram amigos e, toda vez que vêm ao hospital, fazem questão de visitar, dar uma palavrinha de carinho. Eu gosto bastante", finaliza.



NA MÍDIA



Lançamento do livro "Transições: Sabedoria e Discernimento em tempos incertos"

No dia 27 de janeiro, a Dra. Karen Bomilcar, da equipe da Psicologia do Adulto do HSPM, lançou seu novo livro, "Transições: Sabedoria e Discernimento em tempos incertos".

O evento aconteceu na Livraria Drummond e teve também uma sessão de autógrafos com a psicóloga, reunindo amigos, familiares, pacientes, equipe de trabalho e leitores que já acompanham seus projetos. Somando sua experiência profissional com o mestrado em teologia, Karen escreve sobre as transições da vida.

As mudanças - sejam esperadas, abruptas, dolorosas ou suaves - são inevitáveis. O livro foca em mostrar que essas podem ser experiências de crescimento emocional e espiritual, capazes de guiar para uma vida mais integrada.



Campanha:
Meu lugar em
São Paulo



O HSPM foi destaque no vídeo produzido pela Prefeitura Municipal de São Paulo, por meio da Secretaria Municipal de Gestão, em homenagem aos 472 anos da cidade.

A Campanha Meu lugar em São Paulo valoriza as pessoas que constroem a história da cidade todos os dias. Neste vídeo, Dra. Fabiana Pelegrini, Diretora da Diretoria de Atenção em Saúde, servidora do município de São Paulo, relata que escolheu o HSPM, lugar onde cresceu profissionalmente e que simboliza acolhimento, cuidado e dedicação aos cidadãos.



Poluição e infecções respiratórias podem ocasionar a asma

Sintomas são parecidos com outras doenças

A asma é uma doença respiratória crônica que provoca inflamação e o estreitamento das vias que levam o ar inalado até os pulmões. Os sintomas mais frequentes da asma são tosse seca, chiado no peito, dificuldade para respirar, com respiração rápida e curta. Pelo fato desses sinais e sintomas serem parecidos com outras doenças, é de extrema importância que o diagnóstico seja feito por um especialista. Entrevistamos o **Dr. Thiago Bachichi**, Coordenador da Clínica de Pneumologia e Cirurgia Torácica do HSPM, que trouxe mais informações sobre o tema.

1) Quais são as causas da asma?

A doença é resultado da combinação de diversos fatores ambientais e genéticos como, por

exemplo, exposição a ambientes com muita poeira e fumaça, alergias e infecções respiratórias, além de mudanças bruscas de temperatura.

2) A asma tem cura?

Não existe cura para asma. Para que haja uma melhora dos sintomas é necessário fazer o acompanhamento com o médico e o tratamento correto.

3) Como é feito o diagnóstico?

A identificação da asma é feita por exames clínicos, mas também pode ser confirmada por meio do exame físico e de função pulmonar.

4) O que desencadeia uma crise de asma?

Os fatores que levam a crises relacionam-se à inalação de poeira,

poluição, pelos de animais, fumaça de cigarro, infecções virais e mudanças climáticas.

5) Quais são os métodos de prevenção?

Mantenha os ambientes sempre limpos, as vacinas em dia, o peso corporal saudável, evite o acúmulo de poeira e não fume.

6) Asmáticos podem praticar atividade física?

Sim. Para o asmático, além das vantagens físicas, motoras e emocionais, o exercício físico auxilia no controle das crises de asma e no melhor controle nos momentos de crise, desde que seja bem orientados e feitos com o acompanhamento de um médico.



27º Encontro USP-Escola

O Encontro USP-Escola está na 27ª edição e busca criar vínculos entre a universidade e as escolas, especialmente públicas. No dia 16 de janeiro, o Dr. Alexandre Massao Nozaki, Coordenador da Clínica de Ginecologia e Obstetrícia do HSPM, marcou presença no evento.

Junto a outros profissionais, o médico ministrou a oficina "Educação Sexual e Prevenção da Gravidez na Adolescência". Os pontos principais foram capacitar os professores da rede pública a abordarem de forma adequada o tema da saúde sexual e reprodutiva dos jovens.

Trazar informações sobre as consequências da prática sexual precoce e sem orientação correta, dados de infecções sexualmente transmissíveis e da gravidez na adolescência, bem como as repercussões a longo prazo e a questão da anticoncepção são fundamentais para abordar a problemática.



Posse na Associação Internacional de Mulheres Médicas

Em outubro, Cairo, no Egito, recebeu o 33º Congresso Trienal Internacional da Medical Women's International Association (MWIA). Nele foram oficializadas as posses da nova diretoria da organização para o triênio 2025-28, que inclui a Dra. Fátima Regina Abreu Alves, Coordenadora da Clínica de Otorrinolaringologia e Cirurgia de Cabeça e Pescoço do HSPM.

Representando os países latinos, a Dra. Fátima foi eleita para o cargo de Vice-Presidente da Região da América Latina. Com duas passagens pela presidência da Associação Brasileira de Mulheres Médicas (ABMM), a servidora busca combater a violência contra as mulheres, promover políticas públicas eficazes e garantir a equidade de gêneros.

A associação é considerada a mais antiga nessa área, existindo desde 1919, e para este triênio foi escolhido o tema "Uma só Humanidade: Soluções de Saúde por meio de Nossas Parcerias".

O que pode ser compostado?

CIRCULE OS ITENS QUE PODEM SER UTILIZADOS NA COMPOSTAGEM E TRANSFORMADOS EM ADUBO.



EXPEDIENTE Jornal do HSPM

Superintendente: **Dra. Elizabete Michelete**

Assessoria de Relações Institucionais:

Publicitária: **Daniela Avancini** | MTB 6486

Relações Públicas: **Luísa de F. Carvalho**

Estagiárias: **Alessandra Ueno**

Milena Ferreira

Fotografia: **Dayane Tavares**

Rua Castro Alves, 63/73 - 7º andar

Aclimação - São Paulo - SP

www.hspm.sp.gov.br