



clínica de  
são.cristovão

CSC - Associação de Socorros Mútuos  
de Empregados no Comércio de Lisboa

# notí cias

ASMECL.

nov 2015 #5

## Certificação do Sistema de Gestão da Organização

p6 »

p1 › Editorial

p2 › Opinião Médica

p8 › Comemorações  
do 143º Aniversário  
da CSC-ASMECL

p16 › Residência Medicalizada  
› Santos Populares  
› Passeio à Quinta  
Pedagógica do Magoito

p21 › Agenda Mutualismo

p27 › Eleições Órgãos Sociais  
› Novo Mandato



## CONSULTAS MÉDICAS / TRATAMENTOS

- ACUPUNCTURA
- ANDROLOGIA
- CARDIOLOGIA
- CHECK-UP
- CIRURGIA GERAL
- CIRURGIA ORTOPÉDICA
- CIRURGIA ORTOPÉDICA PEDIÁTRICA
- CIRURGIA PLÁSTICA
- CLÍNICA GERAL
- CONSULTA DA DOR
- DERMATOLOGIA
- DIETÉTICA
- ENDOCRINOLOGIA
- ESTOMATOLOGIA
- FISIATRIA
- GASTROENTEROLOGIA
- GINECOLOGIA
- IMPLANTOLOGIA
- IMUNOALERGOLOGIA
- MEDICINA DENTÁRIA
- MEDICINA INFANTIL
- MEDICINA INTERNA
- NEUROCIRURGIA
- NUTRIÇÃO
- OBSTETRÍCIA
- OFTALMOLOGIA
- ORTODONTIA
- OTORRINOLARINGOLOGIA
- OZONOTERAPIA
- PEDIATRIA
- PERITAGEM MÉDICA
- PNEUMOLOGIA
- PSICOLOGIA
- PSICOLOGIA INFANTIL
- PSIQUIATRIA
- REUMATOLOGIA
- SENOLOGIA (DOENÇA DA MAMA)
- UROLOGIA

## EXAMES COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO

- ANÁLISES CLÍNICAS
- ANATOMIA PATOLÓGICA
- CARDIOLOGIA
  - / Eletrocardiograma (E.C.G.)  
Simples com Relatório
  - / E.C.G. com Prova de Esforço
  - / E.C.G. Dinâmico Tipo Holter
  - / Ecocardiograma Bidimensional
  - / Estudo do Doppler Cardíaco
  - / Medição Ambulatória da Pressão Arterial (MAPA)
- CIRURGIA VASCULAR
  - / Doppler Vascular Colorido (Angiodinografia)
  - / Eco Doppler
  - / Esclerose de Varizes
- GASTROENTEROLOGIA
  - / Endoscopia Digestiva Alta
  - / Colonoscopia com Anestesia
  - / Videosigmoidoscopia Flexível
  - / Retosigmoidoscopia Rígida
- SERVIÇO DE IMAGIOLOGIA
  - / Radiologia Geral Digital
  - / Mamografia Digital
  - / Ecografia:
    - Mamária
    - Tiroideia
    - Partes Moles
    - Abdominal
    - Renal
    - Vesical
    - Ginecológica Suprapúbica
    - Ginecológica Endovaginal
    - Prostática Suprapúbica
    - Prostática Endoretal
    - Escroto
  - / Ortopantomografia Digital
  - / Osteodensitometria
- IMUNOALERGOLOGIA
  - / Provas de Sensibilidade Cutânea
  - / Imunoterapia
- MEDICINA FÍSICA E REABILITAÇÃO
  - / Eletromiografia
- OFTALMOLOGIA
  - / Angiografia Fluoresceínica com Retinografia
  - / Biometria
  - / Ecografia Oftalmológica
  - / Perimetria Estática Computorizada (PEC)
  - / Tomografia de Coerência Ótica (OCT)
  - / Tratamentos Laser:
    - Fotocoagulação Laser Argon
    - Fotodisrupção Laser Yag
- OTORRINOLARINGOLOGIA
  - / Audiograma
  - / Timpanograma
- REUMATOLOGIA
  - / Viscosuplementação
  - / Eco Músculo-Esquelética
- UROLOGIA
  - / Biópsia Prostática Transretal Guiada por Eco
  - / Eco Doppler Colorido (Renal, Escrotal, Peniano e Prostático)
  - / Eletrofisiologia
  - / Estudo da Disfunção Sexual
  - / Estudo Urodinâmico
  - / Uretrocistoscopia
  - / Urofluxometria



**Dr. Cassiano Calvão**  
*Presidente do Conselho de Administração*

Estamos a terminar o mandato e importa fazer uma análise dos objetivos estratégicos definidos, através do trabalho desenvolvido, assente nos princípios da ética e da boa gestão, refletido no reconhecimento do prestígio e elevada notoriedade da CSC-ASMECL.

A Clínica de São Cristóvão é uma infraestrutura moderna, com investimentos efetuados na requalificação de espaços, proteção do património cultural e em equipamentos tecnológicos – plataforma informática, central virtual, Residência Medicalizada, Cuidados Continuados, Meios de Diagnóstico de Intervenção Médica e Cirúrgica, Bloco Operatório, Recobro, Esterilização, Centro de Radiologia, Medicina Dentária, Oftalmologia, Gastreenterologia e Fisioterapia

Implementamos ao longo deste exercício, um conjunto de iniciativas, essenciais ao desenvolvimento sustentável da instituição, entre os quais, dou ênfase a três áreas:

A ANPC - Autoridade Nacional de Proteção Civil aprovou o Projeto de Segurança contra Riscos de Incêndio e as Medidas de Autoproteção das nossas instalações.

Foi-nos atribuído o certificado do Sistema de Gestão da Organização, no âmbito da Norma NP EN ISO 9001:2008, pelas atividades de Prestação de Serviços de Cuidados de Saúde na Residência Medicalizada, Cuidados Continuados de Curta Duração (Serviços Farmacêuticos, Aprovisionamento, Nutrição e Dietética, Lavandaria, Serviço de Associados e Serviço de Atendimento.

Alargamento da oferta clínica, em particular nas especialidades de Gastreenterologia, Medicina Dentária, Acupuntura Médica, Fisiatria, Imagiologia/RX, Psicologia e reestruturação da Direção Técnica e Coordenação das unidades Residência Medicalizada e Cuidados Continuados.

Elogio às equipas profissionais que trabalham diariamente na Clínica de São Cristóvão – Médicos, Enfermeiros, Técnicos, Administrativos e Auxiliares – constituem o suporte funcional dos serviços e materializam a relevância do projeto, assente nos princípios éticos, dinamismo e qualidade, com desempenho de excelência, pela aplicação das suas competências, talento e dedicação.

Uma referência significativa aos nossos parceiros estratégicos – entidades oficiais, protocoladas, prestadores de serviços e fornecedores.

Aproximando-se mais um ato eleitoral, propomo-nos continuar o modelo de gestão e da missão organizacional, desenvolver esforços de crescimento sustentável, autonomia financeira, inovação e qualidade, no âmbito do compromisso da especificidade dos valores mutualistas, fundamentos da afirmação de cidadania, no espaço da economia social.

É este o nosso caminho.

Obrigado por nos acompanharem.

Continuem connosco.

*Cassiano Calvão* +

ACOMPANHE-NOS:



ficha técnica

**PROPRIEDADE:**  
Clínica de São Cristóvão®,  
CSC – Associação de Socorros  
Mútuos de Empregados no  
Comércio de Lisboa, IPSS

**COORDENAÇÃO**  
Lúcia Neves  
Departamento  
de Comunicação  
Dr. Alexandre Barata  
Vogal do Conselho  
de Administração

**DESIGN, TEXTOS E IMPRESSÃO**  
Barca de São Vicente

**GRAFISMO**  
Susana Moreira

**TIRAGEM**  
25.000 Exemplares

**PERIODICIDADE**  
Anual



**Dr. Ramiro Sá Carvalho**  
*Médico Coordenador de Cardiologia*

Foi com enorme prazer que recebi o convite para escrever algumas palavras aos associados e utentes da Clínica de São Cristóvão.

Quero começar por referir que nasci nesta casa e que posso dizer que cresci sempre a ouvir boas referências sobre os serviços que prestava.

Há alguns anos atrás, por acaso do destino, foi-me feito o convite para coordenar a cardiologia, tendo como objetivo desenvolver a cardiologia de ambulatório. Esta área da cardiologia engloba não só a atividade assistencial em consulta, mas também a realização dos exames complementares mais comuns e necessários em cardiologia (eletrocardiograma, ecocardiograma, provas de esforço, Holter e MAPA). Quando este desafio me foi proposto, não hesitei e aceitei de imediato, sabendo que a responsabilidade era grande. Tenho-me empenhado para que tudo dê certo, não só por brio profissional, como também pelos laços afetivos que me ligam a esta casa.

A cardiologia é a especialidade que se ocupa do diagnóstico e tratamento das doenças que afetam o coração e o sistema circulatório. Deve-se consultar um cardiologista, principalmente, em três situações: para orientação preventiva, para esclarecimento de algum sintoma e para tratamento/acompanhamento de alguma doença. Sendo as doenças cardiovasculares uma das principais causas de morte em Portugal, a sua prevenção deve de ser o principal objetivo.

É importante deixar bem claro que, a maioria das complicações podem ser evitadas quando o diagnóstico é precoce e o paciente investe na prevenção. O diagnóstico precoce e o tratamento dos principais fatores de risco cardiovasculares, como a diabetes,

## O Coração na Clínica de São Cristóvão

a hipertensão arterial, o colesterol elevado, o tabagismo e o sedentarismo, podem trazer grandes benefícios e evitar problemas no futuro. Os sintomas principais que podem indicar algum problema cardiológico são: cansaço excessivo, dor no peito, “falta de ar”, palpitações e desmaios. O aparecimento de qualquer um destes sintomas, deve ser um sinal de alerta e deve de ser investigado.

Na Clínica de São Cristóvão, os profissionais que trabalham no departamento de cardiologia encontram-se motivados e empenhados em servir os associados e utentes com competência, assegurando os mais altos padrões de qualidade e eficácia. É neste contexto que, temos vindo a trabalhar e a tentar progressivamente ir ao encontro das necessidades das pessoas que nos procuram.

Nestes últimos anos, com o apoio da direção da clínica e do conselho de administração da nossa Clínica, temos evoluído no sentido de melhorar a nossa atividade assistencial. Por um lado, adquirindo equipamentos mais modernos que nos têm permitido ser mais eficazes e melhorar a qualidade do serviço que prestamos, por outro lado, ampliando os horários de funcionamento.

Termino com a mensagem de agradecimento a todos os profissionais que permitem o funcionamento do departamento de cardiologia, mas principalmente a todos os associados e utentes que têm confiado em nós. +

# O Idoso, o Preconceito e a Autonomia



**Dr.ª Teresa Coucello**  
*Médica Coordenadora da Residência Medicalizada  
Diretora Técnica da Unidade de Cuidados Continuados*

As sociedades têm em geral, uma representação gerontofóbica do processo de envelhecimento, o que acarreta consequências no modo como os idosos são tratados pelos “outros”, sejam estes, a família, os profissionais de saúde ou a sociedade em geral, já para não falar nas repercussões que aquela representação tem no modo como os idosos se vêem a si próprios.

A imagem que se tem do idoso está ligada a uma perspetiva patológica da degradação biológica e cognitiva, de tal modo que, o idoso é visto como um ser dependente, improdutivo, incapaz de desempenhar de forma eficaz qualquer função, mesmo quando a consegue desempenhar na perfeição. Também a velhice é representada como um retorno à infância, razão pela qual frequentemente, os idosos são tratados com expressões infantis e de menosprezo à sua capacidade de compreensão.

Esta interpretação abusiva acerca de um grupo de pessoas, que tem em comum apenas a sua idade avançada, não passa de uma crença, uma vez que não tem qualquer fundamento racional. Mesmo assim, encontra-se profundamente radicada nas sociedades e não é raro resvalar para um comportamento agressivo, discriminatório e de intolerância para com os idosos.

Estamos a falar de estereótipos, que são o ponto de partida para os preconceitos. Estes, como o próprio nome indica, são juízos pré concebidos que geralmente se manifestam através de atitudes discriminatórias face a pessoas ou comportamentos desviados daquilo que se considera o modelo ideal, que neste caso é o modelo da juventude!

O facto de o preconceito não ser superado com o tempo, impede que se estabeleça uma verdadeira relação entre o idoso e a sociedade, que é o que se passa na atualidade.

Na realidade, o que se passa é que o ser humano, mais cedo ou mais tarde, dependendo do estilo de vida que teve e das experiências por que passou, acaba por ganhar características comuns, como sendo a fragilidade e as limitações de diversa ordem, nomeadamente físicas, cognitivas e sociais. Por si só, isto não constituiria um problema, caso fosse possível fazer uma adaptação dos modos de vida a essas limitações.

Uma sociedade como a nossa, com uma organização rígida, que em nada facilita a adaptação das pessoas aos seus diferentes ciclos de vida, acaba inexoravelmente por levar ao aparecimento de sentimentos de frustração, tristeza, depressão, apatia e inutilidade por parte dos idosos, conduzindo por sua vez à diminuição do discurso, do contacto com outras pessoas, e a uma cada vez maior falta de iniciativa. Em última instância leva à privação do controlo de si próprio e do auto respeito.

A isto chama-se, perda de autonomia, palavra derivada do grego, *autos* = próprio, eu, e *nomos* = regra, domínio, governo, lei.

Analisando com mais cuidado o *continuum* do percurso de vida do homem e da mulher, verificamos que uma boa parte da nossa vida é passada a tentar adquirir o maior grau de autonomia possível, umas vezes com sucesso e outras nem tanto, e estamos a falar não apenas da autonomia física, mas também do modo de pensar, decidir e participar na vida da sociedade, o que hoje em dia sabemos estar intimamente relacionado com a qualidade e satisfação com a vida.

Este é o grande desafio dos profissionais de saúde, principalmente quando exercem a sua profissão num serviço de internamento, que no nosso caso tem duas vertentes que são, a Residência Medicalizada e a Unidade de Reabilitação da

## opinião médica

Rede dos Cuidados Continuados, ambas vocacionadas para atender, na sua grande maioria, pessoas idosas.

Sabemos hoje em dia que, é precisamente após o internamento em meio hospitalar ou após o ingresso em lares ou residências, que a tríade explosiva, patologia, idade avançada e contexto de internamento, se juntam. É nesta altura que a qualidade de vida sentida pelos idosos sofre um declínio significativo, principalmente ao nível das suas capacidades funcionais como a mobilidade e capacidade de cuidar de si, mas também ao nível da saúde mental, no seu discurso e pensamento, e ainda ao nível social, na sua capacidade de tomar decisões.

Enquanto profissionais de saúde, ao tentar promover a recuperação da autonomia do idoso, fazemo-lo preservando os aspectos éticos da pessoa idosa, ou seja, tentamos devolver ao idoso a qualidade de vida em todas as suas dimensões.

Preferimos pensar no idoso, não como um “fardo” ou um “ser menos capaz”, o que leva invariavelmente a atitudes mais paternalistas e redutoras, mas antes como “um recurso

humano e social”, para o qual nós profissionais de saúde, contribuímos com a nossa atitude facilitadora/potenciadora da autonomia, convictos que estamos de que é uma mais valia para a sociedade em geral.

“É dever das sociedades o desenvolvimento de sistemas que promovam a participação da população idosa no maior número de atividades, potenciando a sua autonomia” (OMS).

Constatamos diariamente que entre o momento da admissão e o da alta dos idosos, existem diferenças significativas, bem visíveis e a vários níveis, tanto em termos sensoriais, como de auto cuidados, da mobilidade em geral e da saúde mental.

Tudo isto nos motiva fortemente, porque queremos pensar que somos um dos atores responsáveis por esses resultados.

Esta é a nossa Missão e para isso trabalhamos todos os dias, razão pela qual podem contar sempre connosco. +

## SERVIÇO DE ATENDIMENTO PERMANENTE

FUNCIONA TODOS OS DIAS, SEM INSCRIÇÃO PRÉVIA

2ª A 6ª FEIRA  
09H00 - 13H30  
14H00 - 19H00

FINS-DE-SEMANA  
09H00 - 13H00  
14H00 - 16H00

EXCETO FERIADOS



Dr. Filipe Roque, Médico Coordenador



## Consulta de Peritagem Médica

De forma a proporcionar um melhor e mais moderno serviço aos nossos utentes, informamos que já temos disponível uma consulta especializada em Avaliação do Dano Corporal e Incapacidade.

Esta nova consulta está vocacionada para intervir em casos de acidentes de trabalho, acidentes de viação ou qualquer outra situação, que seja necessário determinar o nível de incapacidade. A avaliação inclui a elaboração de relatórios para juntas de verificação de incapacidades temporárias (baixa) e permanente (reforma aposentação). +

*Consulta disponível:*  
Dr. Simões Fernandes – 6<sup>as</sup> feiras, às 17h00

## Eletroniografia

No âmbito do alargamento dos nossos serviços de cuidados de saúde, já temos ao seu dispor o exame complementar de diagnóstico: eletroniograma.

O eletroniograma é o estudo de fenómenos bioelétricos que acontecem nas membranas celulares de fibras musculares e nervosas.

Através deste estudo pode-se chegar ao diagnóstico de uma série de doenças, assim como analisar o comportamento de músculos e nervos em diferentes situações. +

*Marcações disponíveis:*  
Dr. Zeferino Lucas – 4<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup> feiras, das 14h00 às 17h00,  
através dos telefones: 213 530 302 / 218 813 379



## Projeto de Segurança Contra Riscos de Incêndio

A ANPC – Autoridade Nacional de Proteção Civil aprovou o Projeto de Segurança contra Riscos de Incêndio implementado nas instalações da CSC – Associação de Socorros Mútuos de Empregados no Comércio de Lisboa. Foram igualmente aprovadas as Medidas de Autoproteção.

Este projeto consiste em procedimentos de organização e gestão da segurança e tem duas finalidades principais: a garantia da manutenção das condições de segurança

definidas no projeto e a garantia de uma estrutura mínima de resposta a emergências.

Pretende também salvaguardar que os equipamentos e sistemas de segurança contra incêndios estão em condições de ser operados permanentemente e que, em caso de emergência, os ocupantes abandonam o edifício em segurança. +

## Certificação do Sistema de Gestão da Organização

A Clínica de São Cristóvão deu mais um passo no cumprimento dos seus objetivos. Durante o mês de junho finalizou o processo do Sistema de Gestão da Organização, no âmbito da Norma NP EN ISO 9001:2008, pelas atividades de: Prestação de Serviços de Cuidados de Saúde na Residência Medicalizada, Cuidados Continuados de Curta Duração (Serviços Farmacêuticos, Aprovisionamento, Nutrição e Dietética, Lavandaria, Serviço de Associados e Serviço de Atendimento).



Está ainda em desenvolvimento, a extensão da certificação aos setores de RX e do Gabinete de Comunicação e a candidatura à Responsabilidade Social – Norma SA 8000. +

## Consultas/Tratamentos Acupuntura Médica



De forma a proporcionar um melhor e mais moderno serviço aos nossos utentes, informamos que desde 17 de setembro, passámos a ter disponível Consultas/Tratamentos de Acupuntura Médica.

Esta especialidade está reconhecida pela Ordem dos Médicos desde 2003 e é considerada uma modalidade terapêutica complementar da Medicina Convencional, praticada exclusivamente por médicos. +

Dr.ª Maria da Conceição de Almeida e Sousa  
3.ªs feiras, às 15h00  
5.ªs feiras, às 14h00

notícias

## Obras de Requalificação

Existe a necessidade de modernização dos nossos serviços, num mercado mais exigente e competitivo. Executámos alguns projetos, que implicaram investimentos, nomeadamente em equipamentos e infraestruturas.

Sendo um edifício centenário, tem um desgaste natural que é necessário combater.

Assim, foram realizadas obras de requalificação, como por exemplo, na sala de espera e nas escadas de acesso ao salão



Nobre. Foram colocadas novas instalações elétricas na zona da cozinha e refeitório, foi terminada a substituição das caixilharias das janelas em todo o Piso Intermédio e R/C, implementação de estores de rolo em todos os quartos da clínica e completou-se a obra da vala perimetral. +

## Investimentos em Equipamentos Tecnológicos

Adquirimos um novo equipamento de radiologia para o bloco operatório para servir a neurocirurgia e ortopedia e um electro bisturi para a realização de exames de gastroenterologia. Foram feitos investimentos na aquisição de uma nova plataforma

informática, novos equipamentos telefónicos e também numa central telefónica virtual. A requalificação da clínica tornou-se numa mais valia, tendo em conta que contribui para o conforto, segurança e bem estar dos nossos utentes. +

## Redução de Valores

Informamos os nossos Associados e Entidades Protocoladas que, desde 1 de setembro, reduzimos os valores das Cirurgias Fechadas de Oftalmologia / Cataratas e dos tratamentos de Ozonoterapia. Para mais informações, consultar no nosso site as tabelas para Associados e Entidades Protocoladas. +



## Festejos de São Cristóvão

São Cristóvão é considerado o padroeiro dos motoristas e por extensão, dos viajantes e peregrinos. Nos festejos deste santo, é tradição que o padre abençoe as viaturas que passam pela igreja. Na foto pode ver-se o padre Bartolomeu a benzer a carrinha da Clínica de São Cristóvão. +

# Comemorações do 143º Aniversário



8

## EVENTO DE 17 DE ABRIL

A Cerimónia de entrega de Diplomas aos Associados, no âmbito das comemorações do 143º Aniversário da CSC – Associação de Socorros Mútuos de Empregados no Comércio de Lisboa, teve lugar a 17 de abril, no salão nobre.

Entre diversos convidados, estiveram presentes os Órgãos Sociais, Associados, Médicos e Quadros / Chefias.

A sessão de boas-vindas e abertura esteve a cargo do Presidente da Assembleia Geral, Dr. João Gaspar Lopes Ribeiro.

Do programa, destacou-se a entrega de Diplomas:

- Diploma de Mérito e reconhecimento pela dedicação e serviços prestados à Instituição (Dr. Luciano Matias) – o diploma foi entregue pelo Dr. João Gaspar Lopes Ribeiro (Presidente da Assembleia Geral).
- Diplomas de 75 anos de vida associativa – os diplomas foram entregues pelo Dr. Joaquim Rocha (Vice-Presidente do Conselho de Administração) e pelo Sr. Fernando Soares (Vogal do Conselho de Administração).



Dr. Lopes Ribeiro e Dr. Luciano Matias



75 anos de Associada



50 anos de Associada



50 anos de Associada



50 anos de Associado



50 anos de Associada



50 anos de Associado



• Diplomas de 50 anos de vida associativa – os diplomas foram entregues pelo Dr. Joaquim Rocha (Vice-Presidente do Conselho de Administração) e pelo Sr. Fernando Soares (Vogal do Conselho de Administração).

Concluída a cerimónia, todos os presentes foram convidados para um *cocktail* no pátio exterior. +

# 143º Aniversário



## EVENTO DE 8 DE MAIO

No âmbito das Comemorações do 143º Aniversário da CSC – Associação de Socorros Mútuos de Empregados no Comércio de Lisboa, teve lugar o evento, a 8 de Maio, no salão nobre. Entre diversos convidados, estiveram presentes: Dr. João Soares, Dr. Francisco George, Dr. Carlos Beato, Prof. José Manuel Canavarro, Dr. Miguel Coelho, Dr. António Rodrigues, Prof. Fernando Ribeiro Mendes, Dr. Gabriel Osório de Barros e Dr.ª Ana Isabel Valente.

A sessão de boas-vindas e abertura esteve a cargo do Presidente do Conselho de Administração, Dr. Cassiano Calvão.

Seguidamente foi apresentado um vídeo institucional onde se destaca a evolução da clínica nos últimos 5 anos e perspetivas futuras, com depoimentos de personalidades do espaço da economia social e da sociedade portuguesa: Dr. Pedro Mota Soares, Dr.ª Maria de Jesus Barroso, Dr. António Tomás Correia e Prof. Fernando Ribeiro Mendes.

De seguida ocorreram as excelentes intervenções do Dr. João Soares, Dr. Francisco George, Dr. Carlos Beato e Prof. José Manuel Canavarro.



Dr. Cassiano Calvão



Dr. João Soares



Dr. Francisco George



Dr. Carlos Beato



Prof. José Manuel Canavaro



1m Arquitetura Engenharia, Lda.

Procedeu-se à entrega do Diploma de Mérito ao Eng.º Mário Ferreira, gestor da empresa 1m Arquitetura Engenharia Lda., pela implementação do Projeto de Segurança contra Riscos de Incêndio e as Medidas de Autoproteção da Clínica de São Cristóvão, aprovadas pela ANPC.

Foram entregues Prémios de Mérito a Colaboradores, por anos de serviço prestados à instituição:

- Dr.ª Mafalda Branquinho, Médica Coordenadora do Serviço de Medicina Dentária e Estomatologia, pelos 20 anos de serviço.

- Maria do Céu Antunes Simão Almeida, Auxiliar de RX, pelos 30 anos de serviço.

- José Martinho de Carvalho, Cobrador, pelos 30 anos de serviço.

Concluída a cerimónia, todos os presentes foram convidados para um *cocktail*. +

# Novos Protocolos

JFSMM

Junta de Freguesia  
de Santa Maria Maior



A CSC-ASMECL celebrou a 7 de abril, um protocolo de prestação de serviços de cuidados de saúde aos funcionários da Junta de Freguesia de Santa Maria Maior. Estiveram presentes o Dr. Cassiano Calvão (Presidente do Conselho de Administração),

Dr. Joaquim Teixeira Rocha (Vice-Presidente) e Dr. Miguel Coelho (Presidente da J.F.S.M.M.), Dr. Luís Coelho (Chefe de Gabinete) e o médico, Dr. Gata Simão. +

## Cartão Família SAMS/QUADROS

A CSC-ASMECL alargou o Acordo de Prestação de Cuidados de Saúde dos SAMS/QUADROS (Sindicato Nacional dos Quadros e Técnicos Bancários) aos titulares do Cartão Família. +

## Serviço de Medicina Física e Reabilitação



Reabilitar é o que nos move, que nos guia e orienta todos os dias no nosso trabalho. O objetivo é ajudar os nossos utentes para que consigam viver o seu dia a dia com a máxima funcionalidade e qualidade.

O Serviço de Medicina Física e Reabilitação atua em várias valências, prestando serviço a utentes em regime ambulatorio (abrangendo todas as idades – desde o nascimento), na Unidade de Cuidados Continuados Integrados, regime de Convalescença e na Residência Medicalizada.

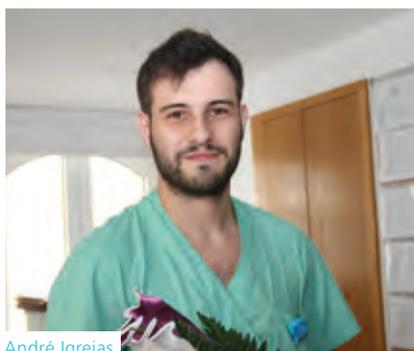
Atuamos com uma visão clínica holística, centrada no bem-estar do utente e respeitando todas as características próprias bio psicossociais de cada pessoa. Utilizamos várias

técnicas terapêuticas específicas, com base essencialmente no movimento, no exercício físico, nas terapias manipulativas e em meios físicos e naturais.

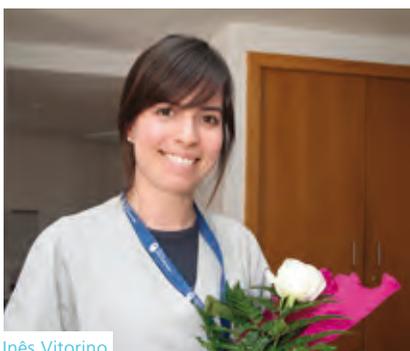
Existe um acompanhamento constante da equipa para cada caso, tentando sempre ajustar o plano de reabilitação às necessidades reais do utente.

Existe por parte da equipa uma preocupação de evolução e aperfeiçoamento, e para isso, o *feedback* dos nossos utentes é muito importante, porque “sozinhos vamos mais rápido, juntos vamos mais longe”. +

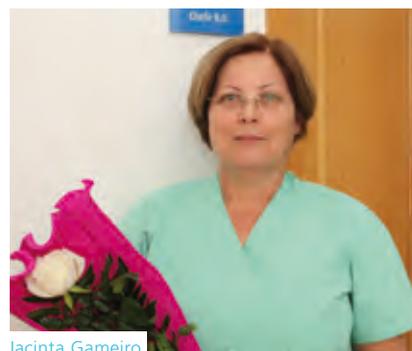
# Dia do Enfermeiro



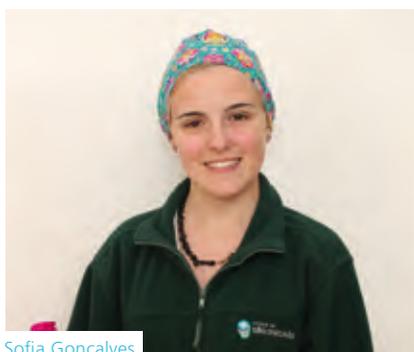
André Igrejas



Inês Vitorino



Jacinta Gameiro



Sofia Gonçalves



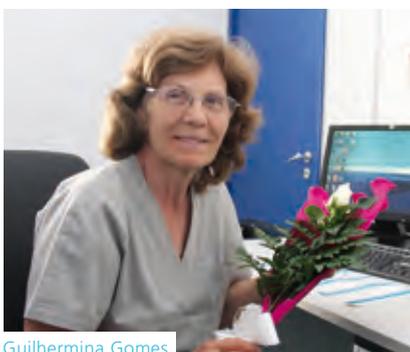
Anabela Simões



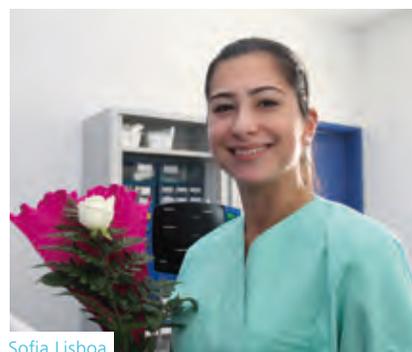
Maria José Van Zeller



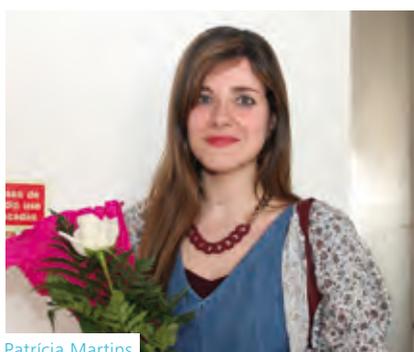
Alexandra Silva



Guilhermina Gomes



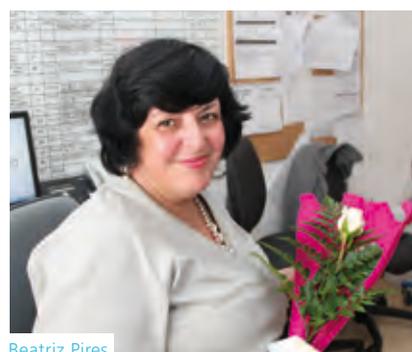
Sofia Lisboa



Patrícia Martins



Gina Gonçalves



Beatriz Pires

O Dia Internacional do Enfermeiro foi criado pelo Conselho Internacional de Enfermeiros. A data foi escolhida por assinalar o aniversário do nascimento de Florence Nightingale, a 12 de maio, que é encarada como a fundadora da enfermagem moderna.

A Administração da Clínica de São Cristóvão homenageou os seus profissionais, reconhecendo a importância destes na instituição e na prestação de cuidados de saúde. É o dia do calendário em que todos os enfermeiros do mundo estão de parabéns! +

# Workshops e Formação

Conscientes de que a valorização dos Recursos Humanos é fundamental para podermos responder de forma cada vez mais adequada às necessidades dos nossos Associados

e Utentes, durante este ano, procedemos a várias ações de valorização profissional dirigidas aos nossos colaboradores. +



## WORKSHOPS E FORMAÇÃO

DATA	TEMA	DESTINATÁRIOS	CARGA HORÁRIA	ENTIDADES FORMADORAS
jan – fev	Primeiros Socorros	Auxiliares e Administrativos	16 h	Vértica, Lda.
12 – 20 mar	Gestão de Stocks	Auxiliares	8 h	Vértica, Lda.
mar – abr	Ser um Melhor Profissional	Auxiliares	20 h	Vértica, Lda.
mai – jun	A Supervisão e os Relacionamento	Enfermeiros	12 h	Vértica, Lda.
1 – 20 out	Trabalho em Equipa	Enfermeiros e Auxiliares	16 h	Vértica, Lda.
nov	Higiene e Segurança no Trabalho	Enfermeiros, Auxiliares, Administrativos	-	Pertrab

# Residência Medicalizada

## Santos Populares

Para além dos habituais trabalhos manuais, foi com alegria que enfermeiros e auxiliares de ação médica da Clínica de São Cristóvão prepararam um arraial de Santo António para os nossos residentes. Mesmo com algumas limitações físicas, houve quem não resistisse a dar um “pezinho de dança”. +





## Passaio à Quinta Pedagógica Burros do Magoito

Consideramos importante criar condições aos nossos residentes, para que possam conviver e experienciar novas aventuras. Neste sentido e respeitando as suas limitações, foi organizada uma saída à Quinta Pedagógica Burros do Magoito.

Nesta visita realizada a 21 de setembro, os nossos residentes tiveram oportunidade de relembrar as tradições rurais convivendo

com burros, pôneis, cabras, coelhos, galinhas, ovelhas e até uma engraçada porca preta do Vietname.

No final, todos deram uma volta de charrete e terminaram a visita com um piquenique no Parque de Merendas. +



**Projectamos  
Construímos  
Remodelamos**



Qualidade, Confiança, Solidez e Segurança são os nossos alicerces, estabelecendo sólidas relações de parceria com os nossos clientes, fornecedores e colaboradores, honrando os nossos compromissos e prestando os melhores serviços.

Rua Torcato José Clavine, 19, 1º Esq. | 2800-710 Almada  
Tel. +351 212 763 163/4 | geral@kbr.pt

[www.kbr.pt](http://www.kbr.pt)



Management System  
ISO 9001:2008  
ISO 14001:2004  
OHSAS 18001:2007

www.tuv.com  
ID 9105079583

agenda de visitas institucionais

## Visita do Prof. Fernando Ribeiro Mendes Presidente da Fundação Inatel



A CSC-ASMECL recebeu a 13 de abril, a visita do Prof. Fernando Mendes (Presidente da Fundação Inatel), entidade protocolada connosco desde julho de 2010. Recebido pelo Dr. Cassiano Calvão (Presidente do Conselho de Administração), Dr. Alexandre Barata (Vogal do Conselho de Administração), Dr. José Pratas (Diretor Clínico) e Dr.ª Teresa Coucello (Diretora Técnica da Residência Medicalizada e da Unidade dos Cuidados Continuados), tendo-se inteirado das atividades da CSC-ASMECL, no âmbito do seu programa de ação. +

## Comemoração do 80º Aniversário da Fundação INATEL

A Fundação INATEL comemorou, a 13 de junho, o seu 80º Aniversário de atividade.

Por todo o país houve apontamentos a assinalar a efeméride. Em Lisboa foi lançado um postal inteiro, um carimbo comemorativo e uma medalha e inaugurado, no Teatro da Trindade, a peça

“Nhum Nhum”. A Clínica de São Cristóvão marcou presença na pessoa do Presidente do Conselho de Administração, Dr. Cassiano Calvão.

À Fundação Inatel, os nossos parabéns! +

## Inauguração da Creche da AISGRA “Era uma Vez”



A Associação de Socorros Mútuos de Empregados no Comércio de Lisboa, marcou presença na Inauguração da Creche da AISGRA “Era uma Vez”, que ocorreu no Município de Grândola, a 1 de junho, tendo estado representada pelo Dr. Cassiano Calvão – Presidente do Conselho de Administração.

A Cerimónia presidida pelo Ministro da Solidariedade, Emprego e Segurança Social, Dr. Pedro Mota Soares, contou com as intervenções do Presidente da AISGRA – Associação de Intervenção Social de Grândola, Francisco Costa e do Presidente da Câmara Municipal de Grândola, António Figueira Mendes. +

# Juntos pelo futuro da Maria.

Os mais de 600 mil associados do Montepio garantem, juntos, um papel ativo e relevante na sociedade. Prova disso é o projeto de literacia financeira Portal Ei – Educação, Informação, um exemplo entre muitos de que ao ajudarmos cada um, estamos a ajudar todos.

[montepio.org](http://montepio.org)

**175** ANOS  
  
**Associação Mutualista Montepio**

Juntos por todos

## agenda mutualismo

# O Mutualismo e os 175 Anos do Montepio Geral

No ano em que a Associação Mutualista Montepio, criada em 1840, comemora o seu 175º Aniversário, os seus Associados vão ser chamados a votos no próximo mês de dezembro.

Seriam apenas, mais umas eleições na vida desta quase bicentenária Instituição, não fossem os desafios que o Setor Mutualista hoje atravessa, não só em Portugal, mas também ao nível da própria União Europeia, para fazer face às correntes de pensamento que entendem que tudo o que é negócio, ou como tal entendido, deve ser capturado ao movimento associativo.

De facto, e não obstante cerca de um terço da população europeia usufruir da prestação da oferta de serviços mutualistas, sobretudo na área da saúde, as instâncias europeias não conseguiram, ainda, chegar a um acordo sobre o reconhecimento formal e jurídico destas Mutualidades no quadro Europeu, correndo-se o risco sério de serem absorvidas num conceito mais genérico de entidades da chamada Economia Social.

Para as Mutualidades, isso pode vir a significar a perda da sua identidade e da sua história, no quadro que, infelizmente, quer apontar-nos o caminho da desmutualização.

Os desafios que tal situação comporta implicam a mobilização de todos os Mutualistas para lhes fazer frente e o Montepio como a mais antiga e maior Associação Mutualista Portuguesa e uma das de maior dimensão europeia, tem, naturalmente, responsabilidades acrescidas nestas matérias, que não enjeitará na primeira linha deste combate, com vista ao cumprimento do que se entende como objeto central, a prestação de serviços aos seus Associados, no estrito quadro legal regulador das Associações Mutualistas em Portugal, ou seja, a previdência complementar e/ou a saúde. Só assim respeitará o trabalho sério, consistente, continuador, e responsável, de gerações de associados, dirigentes e colaboradores, ao longo dos seus 175 anos.

É certo que o grupo Montepio está a passar por um processo de reorganização, para responder ao quadro regulatório da atividade bancária, que desenvolve através da sua Caixa Económica, mas tal não implicará a alteração da sua natureza, nem o desrespeito pelos princípios Mutualistas que lhe cabe defender. Por outro lado, com a previsível próxima publicação do novo código Mutualista, e com o que dele se antevê, deverá ser inevitável



**Carlos Morais Beato**  
*Administrador*  
*Montepio Geral Associação Mutualista*

uma reestruturação da própria associação mutualista, que melhor a prepare para os novos e profundos desafios que se avizinham. Assim e sem que isso possa e pareça transparecer, as próximas eleições no Montepio serão seguramente, umas das mais importantes na sua já longa história.

A defesa dos valores mutualistas e do seu modelo de organização, no contexto nacional e europeu, os desafios decorrentes da nova regulamentação e, ao mesmo tempo, uma vontade inquebrantável de manter um rumo de modernização e reinvenção, que melhor possa servir os seus Associados e o próprio país, são tarefas que recomendam, se é que não impõem mesmo, que à frente dos destinos da Associação Mutualista Montepio, estejam pessoas de reconhecida competência, idoneidade e capacidade, profundamente conhecedoras dos problemas, das virtualidades e das potencialidades de uma Instituição Mutualista, com 175 anos de uma história partilhada e solidária, ao serviço dos mais nobres ideais.

O tempo não é, pois, de aventureirismos irresponsáveis e muito menos de ambições pessoais incontidas. O que está em causa é demasiado importante para experiências desse tipo. É bom que os Associados estejam atentos, porque é a eles que caberá sempre a última e mais importante palavra.

As eleições na Associação Mutualista Montepio vão ser decisivas e, por isso mesmo, é determinante que, a dirigir a Instituição e a contribuir para a consolidação dos valores do mutualismo, estejam dirigentes aptos e com capacitação para enfrentar as novas e complexas tarefas que o Montepio tem hoje pela frente. É imperioso que das próximas eleições, saiam Órgãos Sociais, que possam assegurar que o Montepio Geral vai continuar a honrar o passado, cuidar do presente e garantir o futuro. +

## 109º Aniversário Casa da Imprensa – Associação Mutualista

O evento teve lugar a 8 de dezembro de 2014, na sede da Casa da Imprensa e contou com a presença de diversas personalidades e da comunicação social.

A CSC-ASMECL esteve representada pelo Dr. Cassiano Calvão e Dr. Joaquim Teixeira Rocha, respetivamente Presidente e Vice-Presidente do Conselho de Administração.

Durante a sessão o jornalista Gourlat Machado, Presidente do Conselho de Administração, agradeceu a presença dos convidados, evocou a história da Instituição e das obras recentes de requalificação, que melhoraram a oferta de cuidados de saúde aos associados.

O programa integrou: Homenagem à jornalista Manuela de Azevedo, que pré-apresentou o seu novo Livro "O Pão que o Diabo Amassou". Entrega de medalhas e diplomas de vida associativa. A fechar o programa da sessão incluiu um recital de música de câmara com alunos da Escola Superior de Música de Lisboa.

Constituída a 24 de abril de 1905, tem sede nas suas instalações inauguradas há 60 anos, em Lisboa. Parabéns! +



## 110º Aniversário Liga das Associações de Socorro Mútuo de Vila Nova de Gaia



A CSC – Associação de Socorros Mútuos de Empregados no Comércio de Lisboa, esteve representada nas comemorações do 110º aniversário da Liga das Associações de Socorro Mútuo de Vila Nova de Gaia, pelo Dr. Cassiano Calvão (Presidente do Conselho de Administração) e pelo Dr. Joaquim Teixeira Rocha (Vice-Presidente do Conselho de Administração). A comemoração realizou-se a 15 de maio e contou com a presença de vários representantes de associações mutualistas de todo o país.

Os nossos parabéns! +

## Celebração dos 175 anos do Montepio



A Cerimónia de comemoração dos 175 anos do Montepio teve lugar a 25 de setembro, no Convento do Beato. Após a intervenção do Presidente do Montepio, Dr. Tomás Correia, foi servido um jantar aos 350 convidados.

A CSC-ASMECL esteve representada pelo Dr. Cassiano Calvão (Presidente do Conselho de Administração) e pelo Dr. Joaquim Teixeira Rocha (Vice-Presidente).

Ao Montepio, os nossos parabéns!+

## Dia Internacional das Pessoas Idosas



A 1 de outubro, pelas 10 horas ocorreu uma conferência no Auditório da Câmara Municipal das Caldas da Rainha, cujo tema deste ano foi “O Mutualismo e a Intervenção na Demência”.

Entre várias intervenções, destacaram-se os testemunhos de alguns cuidadores de doentes com a doença de Alzheimer.

Esta conferência foi organizada pela RedeMut e contou com a presença de várias Associações. A Clínica de São Cristovão esteve representada pelo Eng.º João Miranda (Vogal do Conselho de Administração) e pela Dr.ª Paula Silva. +



Como sabemos que nem sempre é fácil deslocar-se à farmácia, a Farmácia Internacional leva até si todos os medicamentos e produtos de saúde que necessita.

De segunda a sexta-feira, um colaborador da farmácia entrega o seu pedido num prazo máximo de 12 horas, com a mesma qualidade, profissionalismo e simpatia de sempre.

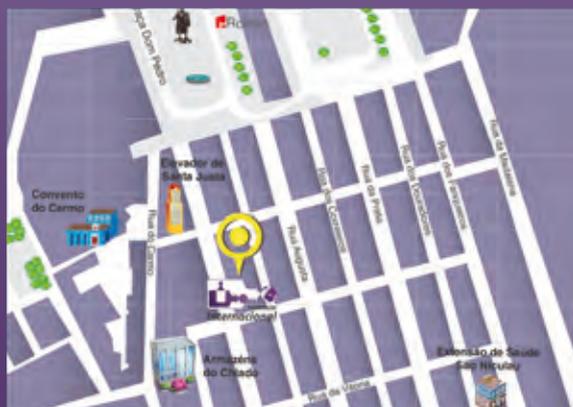
Faça o seu pedido por telefone, fax, email, ou através do nosso site [www.farmacaiinternacional.pt](http://www.farmacaiinternacional.pt)

#### DIREÇÃO TÉCNICA

Dra. Eunice Maria Marques da Cruz

#### ENTREGAS AO DOMICÍLIO

Entregas gratuitas na região de Lisboa



FARMÁCIA INTERNACIONAL  
Rua do Ouro, n.º 228-230  
1100-065 Lisboa

T 213 241 369

F 213 241 369

[farminternacional@yahoo.com](mailto:farminternacional@yahoo.com)

#### HORÁRIO

De 2ª a 6ª, das 8:30 às 20:00

Sábados e Domingos das 10:00 às 19:00

[www.farmacaiinternacional.pt](http://www.farmacaiinternacional.pt)

## Dia Nacional do Mutualismo

A Clínica de São Cristóvão esteve representada na cerimónia comemorativa do Dia Nacional do Mutualismo, ocorrido a 24 de outubro, no Auditório Atmosfera M Porto, espaço multiusos, gentilmente cedido pelo Montepio Geral.

Este ano o tema foi “Mutualismo e Cidadania”.

A RedeMut organizou uma conferência que contou com vários oradores: Carlos Salgueiral – Presidente da RedeMut; Dr. Manuel Pizarro – Vereador da Câmara Municipal do Porto; Prof. Constantino Sakellarides – Escola Nacional de Saúde Pública; Dr. Nuno Oliveira Pinto – Professor Universitário e Consultor Europeu e terminou com a intervenção do Dr. Tomás Correia – Presidente do Conselho de Administração da Associação Mutualista do Montepio.



Eng. João Miranda, Dra Paula Silva



Dr. Tomás Correia



**LABORATÓRIO**  
PATOLOGIA CLÍNICA PROF. PARREIRA

---

**ANÁLISES CLÍNICAS**

**EXPERIÊNCIA,  
QUALIDADE,  
RIGOR.**

Rua Bernardo Lima, 35 B | 1150-075 Lisboa

Telef. +351 218 297 950/51

e-mail. [geral@laboratorio.com.pt](mailto:geral@laboratorio.com.pt)

notícias

# Eleições dos Órgãos Sociais

## › Novo Mandato

### LISTA A . . . . .

#### ASSEMBLEIA GERAL

- Dr. João G. Lopes Ribeiro (Economista) › Presidente
- Dr. Paulo M. M. Lourenço (Advogado) › 1º Secretário
- Ana M. R. L. Silva (Funcionária ASMECL) › 2º Secretário

#### ADMINISTRAÇÃO

- Dr. Cassiano Cunha Calvão (Gestor) › Presidente
- Dr. Joaquim José T. Rocha (Advogado) › Vice-Presidente
- Dr. Alexandre M. G. G. Barata (Consultor de Comunicação) › Vogal
- Eng. João José Gomes Miranda (Quadro ASMECL) › Vogal
- Alberto Fernando Fróis Santos (TOC) › Vogal
- Eng. Ricardo José Alegre Pinto Torres (Engenheiro) › Suplente
- Drª Paula Maria Barros Esteves (Relações Públicas) › Suplente

#### CONSELHO FISCAL

- Dr. António Moura Rodrigues (Economista / ROC) › Presidente
- Dr. Nuno Miguel G. V. D. Barreto (Gestor / TOC) › Secretário
- Horácio Afonso Rebelo (Gestor / TOC) › Relator
- Irene Celeste M. M. Roberto (Funcionária ASMECL) › Suplente

#### CONSELHO GERAL

Integrado pelos candidatos indicados, por inerência de funções, e ainda, pelos seguintes Conselheiros:

- Drª Ana Maria Alpoim Recasens Silva Lopes (Farmacêutica)
- Albino António Zorro Baptista (Empresário)
- Alcides Costa Oliveira (Comerciante)
- António Ribeiro Abrantes (Empresário)
- Elsa Maria Garcia Carvalho (Funcionária ASMECL)
- Estrela Maria Santos Ramos Pires (Técnica de Laboratório)
- José Augusto Félix Ferreira (TOC)
- Luís Vicente (Reformado)
- Manuel Martins Mota (Reformado)
- Drª Maria de Fátima C. Lunta Costa (Professora Universitária)
- Dr. Paulo Jorge Ramalho Pereira (Bancário)

#### MANDATÁRIA

- Dr.ª Mafalda Branquinho (Médica Coordenadora de Medicina Dentária)



Dr. João Ribeiro



Dr. Paulo Lourenço



Ana Margarida Silva



Dr. Cassiano Calvão



Dr. Joaquim Rocha



Dr. Alexandre Barata



Eng.º João Miranda



Alberto Santos



Eng.º Ricardo Torres



Dra. Paula Esteves



Dr. António Rodrigues



Dr. Nuno Barreto



Horácio Rebelo



Irene Roberto



Dra. Ana Lopes



Albino Baptista



Alcides Oliveira



António Abrantes



Elsa Carvalho



Estrela Pires



José Ferreira



Luís Vicente



Manuel Mota



Dra. Maria Costa



Dr. Paulo Pereira



Dra. Mafalda Branquinho

## protocolos e convenções

No âmbito das suas atividades, a Clínica de São Cristóvão CSC – Associação de Socorros Mútuos dos Empregados no Comércio de Lisboa mantém protocolos e convenções

de cooperação com várias entidades, alargando os seus serviços anualmente a um universo superior a 750.000 utentes.

### ENTIDADES CONVENCIONADAS

SNS | Serviço Nacional de Saúde

ADM | Assistência na Doença aos Militares

ADSE | Assistência na Doença aos Servidores do Estado

SAD-GNR | Guarda Nacional Republicana

SAD-PSP | Polícia de Segurança Pública

### ENTIDADES PROTOCOLADAS

ACML | Associação dos Comerciantes nos Mercados de Lisboa

ADBP | Associação de Dinamização da Baixa Pombalina

ADHP | Associação dos Directores de Hotéis de Portugal

AHRESP - Associação da Hotelaria, Restauração e Similares de Portugal

AMA | Associação Mutualista Aduaneira

APD | Associação Portuguesa de Designers

APE | Associação Portuguesa de Escritores

ARANAV | Associação dos Reformados e Aposentados dos Aeroportos e Navegação Aérea

ARECA | Associação dos Reformados da Carris

CASA DA IMPRENSA | Associação Mutualista

CASA DE LAFÕES | Associação

CASA DO MINHO | Associação

INATEL | Fundação

JFSMM | Junta de Freguesia de Santa Maria Maior

MONTEPIO FILARMÓNICO | Associação de Socorros Mútuos

MONTEPIO GERAL | Associação Mutualista

NOVABASE CAPITAL | Sociedade de Capital de Risco

REDEMUT | Associação Portuguesa de Mutualidades

SAMS/QUADROS | Sindicato Nacional dos Quadros e Técnicos Bancários

SHELL | Associação de Reformados

SINCOTEL | Sindicato dos Correios e Telecomunicações de São Tomé e Príncipe

SINTAF | Sindicato dos Trabalhadores da Actividade Financeira

SNPL | Sindicato Nacional dos Professores Licenciados

notícias internas

O Grupo de Trabalhadores da ASMECL – O Convívio, é constituído pelos trabalhadores da nossa Instituição, pelos seus familiares e amigos. Todos os anos organiza passeios, excursões, almoços e lanches, com o intuito de promover uma saudável confraternização fora do ambiente de trabalho.

GRUPO DOS  
TRABALHADORES  
DA ASMECL



# O CONVÍVIO



29



Em dezembro de 2014 realizou-se a festa de natal na Quinta das Acácias em Rio Maior, com almoço, lanche, animação musical e no fim, presentes para os mais pequenos.

A 6 de junho de 2015 foi organizado um passeio com almoço e animação à Quinta da Gracinda Mateus, em Tomar. +

ACOMPANHE-NOS:

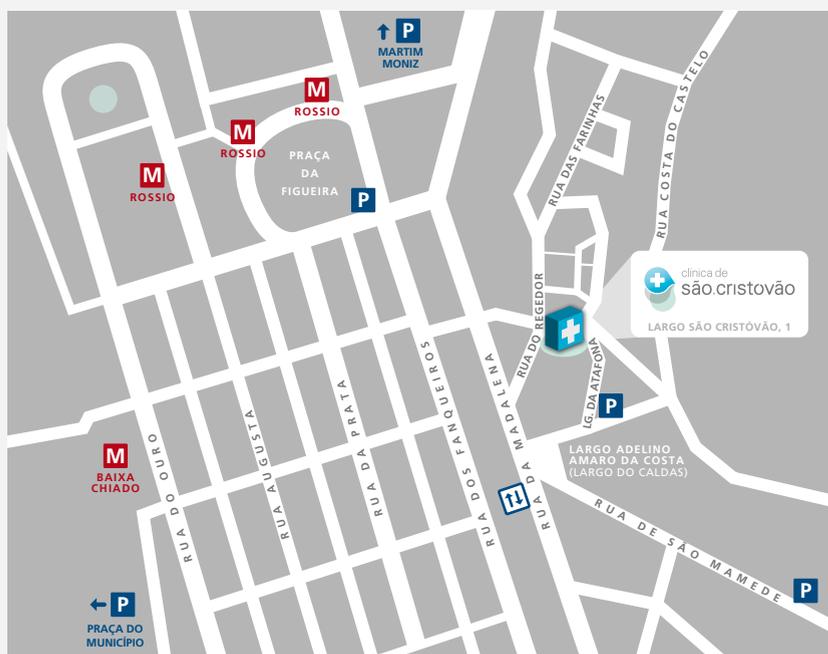


# CONSULTA / TRATAMENTOS

## ACUPUNTURA MÉDICA

3<sup>as</sup> FEIRAS, ÀS 15H00

5<sup>as</sup> FEIRAS, ÀS 14H00



Clínica de São Cristóvão®  
Associação de Socorros Mútuos  
de Empregados  
no Comércio de Lisboa – IPSS

Largo de São Cristóvão, 1  
1149-053 Lisboa

Para mais informações, contacte-nos:

tel 218 813 300  
fax 218 813 399

tel de marcações:  
218 813 355

atendimento@clinicasaocristovao.pt

[www.clinicasaocristovao.pt](http://www.clinicasaocristovao.pt)



Certificação pelas atividades de: Prestação de Serviços de Cuidados de Saúde na Residência Medicalizada e nos Cuidados Continuados de Curta Duração (Serviços Farmacêuticos; Aprovisionamento; Nutrição e Dietética; Lavandaria; Serviços de Associados; Serviços de Atendimento).