



NEWSLETTER DA CLÍNICA MÉDICA DA PRAIA DA VITÓRIA

SAÚDE ATLÂNTICA

www.clinicamedicapraiaavitoria.pt

Agende online ou ligue 295 540 910



Testamento Vital: A Diretiva Antecipada de Vontade (DAV) pode ser registada no SNS

O Registo Nacional do Testamento Vital (RENTEV), gerido pelos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde, centraliza o documento para que possa ser consultado pelos profissionais de saúde quando necessário. O prazo indicado para a aprovação é de até 10 dias. O Testamento Vital é válido por cinco anos após a ativação. O SNS envia avisos por SMS e/ou email 60 e 15 dias antes do fim da validade. Pode consultar um documento ativo na área pessoal do portal ou na app SNS 24. Sempre que o Testamento Vital for consultado, recebe uma notificação. Também pode alterá-lo, renová-lo ou revogá-lo a qualquer momento, seguindo o procedimento de formalização aplicável. Convém recordar duas limitações importantes: o documento só é válido em Portugal e não substitui a avaliação clínica. **(Pág. 4)**

Infiltrações Peridurais: uma alternativa eficaz para aliviar a dor da coluna



Dr. Henrique Rodrigues, Médico Especialista em Radiologia

O Dr. Henrique Rodrigues, Médico Especialista em Radiologia, integra a equipa da Clínica Médica da Praia da Vitória. Nesta edição, o Dr. Henrique Rodrigues apresenta-nos um artigo dedicado à infiltração peridural lombar, explicando em que consiste esta técnica e quais os seus benefícios. Este é um novo tratamento disponibilizado na Clínica, que permite uma abordagem minimamente invasiva no tratamento da dor lombar e das patologias da coluna. **(Pág. 2)**

Infiltrações Peridurais: uma alternativa eficaz para aliviar a dor da coluna

As infiltrações peridurais de corticoides são uma alternativa não cirúrgica eficaz para o tratamento de dores associadas a condições da coluna vertebral, como hérnias de disco, estenose canal e ciatalgia.

Principais Vantagens

- Alívio direcionado e rápido da dor: O medicamento é depositado diretamente no espaço peridural, atuando exatamente sobre as raízes nervosas inflamadas para proporcionar alívio em poucos dias.
- Redução potente da inflamação local: Os corticoides diminuem o inchaço e a resposta inflamatória ao redor dos nervos comprimidos, quebrando o ciclo de dor contínua.
- Facilitação da reabilitação física: Ao reduzir substancialmente a dor, o procedimento permite que o paciente consiga realizar fisioterapia e exercícios de fortalecimento com maior conforto.
- Minimização do uso de analgésicos orais: Ajuda a reduzir a dependência de anti-inflamatórios sistêmicos e opioides, diminuindo o risco de efeitos colaterais renais, gástricos e cardiovasculares.
- Postergação ou eliminação da necessidade de cirurgia: Para muitos pacientes, a infiltração proporciona alívio suficiente para gerenciar a condição de forma conservadora.
- Procedimento minimamente invasivo: Realizado em regime ambulatorial (sem necessidade de internação) e com tempo de recuperação muito curto.

Dr. Henrique Rodrigues,
Médico Especialista em Radiologia



Necessita de ajuda? Fale connosco.

A criação de carreira de dentista no SNS deve ser instrumento para atrair médicos – Ordem dos Médicos Dentistas



A criação da carreira não deve traduzir-se apenas no reconhecimento formal da profissão dentro do SNS, mas constituir uma oportunidade para estabelecer um modelo de desenvolvimento profissional atrativo, assente em categorias bem definidas, progressão de carreira, valorização remuneratória e estabilidade laboral", sustentou a Ordem em comunicado.

A criação de "mecanismos que favoreçam a fixação de médicos dentistas em regiões com maiores carências de cuidados de saúde oral" é outra das recomendações. A 17 de abril, a Assembleia da República aprovou, na generalidade, dois projetos de lei de PS e PAN que criam a carreira especial de medicina dentária no SNS. A 17 de julho a Lei foi aprovada por unanimidade em plenário, sendo publicada em Diário da República a 11 do corrente. Está assim criada a carreira especial de médico dentista, a criar também nas Regiões Autónomas, nas entidades públicas empresariais integradas no SNS e nos demais serviços e organismos da Administração Pública, que desenvolvam atividades de prestação de cuidados de saúde oral, e define o respetivo regime legal, incluindo os requisitos de habilitação profissional para integração e progressão na carreira.

Saiba mais em: www.ond.pt/2026/08/carreira-medico-dentista-dr/

Graciosa: quase 20 mil pessoas frequentaram as Termas do Carapacho no primeiro ano após a reabertura

O complexo foi restaurado em 2025 e possui uma área médica onde são realizadas análises clínicas e algumas consultas de especialidade, tratamentos termais ao nível da utilização de banheiras de hidromassagem, duche vichy, massagens e terapias físicas (reabilitação física e aquática). As Termas do Carapacho, situadas na freguesia da Luz, são conhecidas pelas suas águas desde 1750. As águas termais são especialmente indicadas "na prevenção e tratamento de patologias do foro reumatológico, sendo utilizadas em serviços termais num conceito de saúde, lazer e bem-estar. No Carapacho as consultas abrangem especialidades como Reumatologia, Ortopedia, Ozonoterapia e Análises Clínicas.

Saiba mais em:

observador.pt/2026/08/17/termas-da-graciosa-frequentadas-por-19-mil-pessoas-no-primeiro-ano-apos-reabertura/



TESTAMENTO VITAL UM DIREITO DO CIDADÃO UMA ESCOLHA INDIVIDUAL



RENTEV

Registo Nacional do Testamento Vital

O seu direito à escolha, mesmo quando não pode decidir

O testamento vital é um documento registado eletronicamente, no qual é possível manifestar o tipo de tratamento e os cuidados de saúde que o cidadão pretende ou não receber, quando estiver incapaz de expressar a sua vontade.

Mais de 9 mil pessoas registaram o seu testamento vital em 2024.

Encontram-se ativos em Portugal mais de 40 mil testamentos vitais, sendo que mais de 14 mil foram outorgados por homens e mais de 27 mil por mulheres. Em qualquer dos géneros, as faixas etárias com maior número de registos ativos de testamento vital situam-se entre os 65 e os 80 anos e entre os 50 e os 65 anos.

2022 foi o ano com maior número de testamentos vitais registados (13062), seguindo-se 2017 com 12035. Em 2023 foram outorgados 10619.

Para o testamento vital ficar ativo, é necessário preencher o formulário da diretiva antecipada de vontade (DAV) e entregá-lo, depois na Unidade Local de Saúde (ULS) da área de residência ou num dos muitos Balcões de Registo Nacional do Testamento Vital (RENTEV) espalhados pelo país. Permite também a nomeação de um procurador de cuidados de saúde. Para o exercício deste direito, é fundamental que os profissionais de saúde esclareçam os cidadãos sobre o processo e as decisões envolvidas.

O testamento vital deixa de estar ativo quando expira a sua validade (tem uma validade de 5 anos, a contar da data da assinatura, podendo ser renovado) ou quando ocorre o óbito do utente.

Desenvolvido e gerido pela SPMS, o RENTEV é o sistema de informação que centraliza e mantém atualizadas as diretivas antecipadas de vontade, também designadas testamentos vitais.

É suportado por uma base de dados de âmbito nacional, que centraliza e mantém atualizados os testamentos vitais e os procuradores de cuidados de saúde, garantindo a sua consulta aos cidadãos (e ao respetivo procurador de cuidados de saúde, caso exista), bem como aos médicos e enfermeiros responsáveis pela prestação de cuidados de saúde.

O sistema permite a recolha, a manutenção e a gestão do acesso aos testamentos vitais e à procuração de cuidados de saúde, dos cidadãos nacionais, estrangeiros e apátridas residentes em Portugal.

Sempre que a DAV é consultada, o utente recebe uma notificação automática, através de e-mail e/ou SMS.

Saiba mais em:

www.gov.pt/servicos/registar-o-testamento-vital

www.sns24.gov.pt/pt/servico/testamento-vital/
www.spms.min-saude.pt/2016/06/rentev/



www.clinicamedicapraiaavitoria.pt



Agende online ou ligue 295 540 910