

2026-04-21 16:55:04

<http://justnews.pt/noticias/a-motivacao-o-dinamismo-e-a-coesao-sao-as-pecas-essenciais-do-motor-que-faz-mover-a-usf-condense>

A motivação, o dinamismo e a coesão são as peças essenciais do motor que faz mover a USF Condense

Só mesmo o enorme dinamismo de uma enfermeira, Carla Sá, que conseguiu contaminar com a sua extraordinária motivação uma dezena de outros profissionais, que formam uma equipa manifestamente coesa, pode explicar o que sucedeu na Quinta do Conde, uma vila do concelho de Sesimbra.

De uma UCSP em desespero para sobreviver surgiu uma USF que, em breve, inaugurará novas instalações, o que irá permitir impulsionar o seu crescimento, para benefício da população que já serve e dos futuros utentes. Com início de atividade oficial a 20 de outubro último, a Quinta do Conde tem quatro microequipas de saúde familiar constituídas e deverá mudar em breve para um novíssimo espaço.



Quando Elsa Godinho chegou à Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados Quinta do Conde, em 2013, esta nem sequer tinha alguém a coordenar. E à sua espera estava apenas uma colega, que logo haveria de sair, sendo substituída por outra médica, que também acabou por ir embora. “Eu fui posteriormente coordenadora, durante três anos, mas, com seis ou sete mil utentes sem médico de família, era completamente impossível coordenar o que quer que fosse!”, exclama.

O desejo de se criar uma USF foi sempre existindo, desde logo com o objetivo de atrair médicos mais novos, mas o problema mantinha-se porque, simplesmente... não havia médicos disponíveis! “Mesmo com vagas carenciadas que foram abertas enquanto UCSP, os colegas acabavam por rescindir o contrato, chegando a ir para o estrangeiro ou para a atividade privada... E também havia falta de enfermeiros!”, recorda Elsa Godinho, coordenadora da USF Condense.



Elsa Godinho

A estabilidade em termos de equipa surgiu, finalmente, em 2025, no que respeita a médicos, enfermeiros e secretários clínicos, com o processo de constituição da USF a ter o seu desfecho a 8 de agosto. Foi nesse dia que a Equipa Nacional de Apoio (ENA), estrutura dependente da Direção Executiva do SNS e que tem como missão dinamizar e aprovar a criação de unidades modelo B, confirmou que estavam reunidas todas as condições para que o projeto da USF Condense se concretizasse.

É por isso que, embora o início oficial de atividade, por determinação da tutela, tenha sido 20 de outubro, os profissionais da Unidade – pelo menos os que a integravam no dia em que a auditoria ditou o parecer técnico positivo – nunca deixarão certamente de assinalar 8 de agosto como sendo a data associada ao nascimento da USF.

A mudança para o novo edifício, construído de raiz e que está a ser erguido no local onde funcionava o antigo Centro de Saúde da Quinta do Conde, deverá acontecer – pelo menos é o que está previsto – ainda durante o verão. Elsa Godinho faz contas e diz haver espaço suficiente para, numa primeira fase, o número de médicos e de enfermeiros poder aumentar de quatro para sete, admitindo que, em caso de necessidade – até porque a população da freguesia não para de aumentar –, “poderá provavelmente subir até aos nove”.



Tendo cada uma das atuais quatro microequipas uma lista com aproximadamente 1800 utentes, a coordenadora esclarece que, na sequência da passagem a USF da UCSP Quinta do Conde, mais de 3000 pessoas sem médico de família começaram a ser transitoriamente acompanhadas na UCSP Azeitão. Deverão vir a ser absorvidas pela USF Condense quando foram constituídas novas listas de utentes.

Importa referir que o atual edifício, inaugurado em julho de 2012, alberga também a USF Conde Saúde, que iniciou atividade nessa altura e que, sob a coordenação da médica Susana Pacheco, tem praticamente o dobro dos profissionais da USF Condense.

Para além de as duas unidades partilharem, por exemplo, a sala de reuniões, a farmácia e a copa, e para responder às necessidades de espaço tendo em conta a necessidade de reforço da equipa de Elsa Godinho, foi instalado um contentor devidamente equipado. Encontra-se acoplado ao edifício, como se pode observar numa das fotos que ilustram esta reportagem. “Foi uma solução de recurso encontrada, já com a perspetiva de se formar a USF e arranjar mais profissionais”, justifica a médica.

A coordenadora confirma que a população da Quinta do Conde “tem aumentado mesmo muito”. E acrescenta: “Inicialmente, aos casais mais idosos que tinham aqui uma segunda habitação e se mudaram para cá juntaram-se os casais mais novos que tinham dificuldade em arranjar casa em Lisboa. Agora, mais recentemente, temos os imigrantes do Brasil, do Bangladesh, da Índia, do Paquistão... de várias nacionalidades.”



Elsa Godinho possui “o ficheiro com a população mais idosa”, por ser uma lista que teve sempre um médico de família atribuído. No entanto, com o crescimento da freguesia da Quinta do Conde, a sua lista viu expandir o número de grávidas e de crianças. A esse propósito, adianta que os gabinetes “estão todos equipados de maneira a que cada médico possa realizar as consultas de Programa, como as de Saúde Infantil, Saúde Materna e Planeamento Familiar, ou os rastreios”.

Algumas coisas vão mudar quando a equipa se transferir para o novo edifício e vir aumentada a sua capacidade de resposta ao nível dos recursos humanos. Uma delas tem que ver com o horário de atendimento, que passará a estender-se das 8h às 20h todos os dias úteis, enquanto, por agora, isso só acontece à sexta-feira.

Um outro aspeto importante prende-se com a capacidade formativa da USF, que vai ter espaço para receber mais internos. Neste momento, existe apenas um médico a fazer a especialização, que a meio de 2025 decidiu acompanhar a sua orientadora, uma das entrevistadas nesta reportagem, deixando a UCSP Azeitão.



“Somos coesos, muito coesos!”

Segundo Carla Sá, enfermeira de família e a “a grande impulsionadora” da criação da USF Condense, a data que para si tem mais significado, no que respeita à criação da USF Condense, “é, sem dúvida, 8 de agosto de 2025, quando vimos ser aprovada pelos auditores da Equipa Nacional de Apoio toda a documentação necessária. Foi nesse dia que ficámos a saber que tínhamos conseguido”.

Admitindo ser “demasiado organizada”, reconhece que essa sua característica a ajudou não só a gerir o processo burocrático de candidatura a USF modelo B – com os processos de Gestão, Assistenciais e de Suporte, todos segundo a grelha DiOr-USF –, mas também a implementar um nível de organização interna na Unidade que poderá contribuir para no futuro se vir a procurar obter a Acreditação. Esse já é mesmo apresentado como “o próximo grande desafio”.



Carla Sá

E dá como exemplo a organização de pastas com cores específicas implementado é um exemplo do nível que se pretende atingir: “Cada profissional dispõe de um conjunto de pastas. Por exemplo, os documentos para arquivar devem ser colocados na azul, não podem ficar em cima da secretária, pondo em causa a privacidade dos dados de cada utente. Também existe uma pasta própria para circular internamente com documentos, ou uma outra para colocar os assuntos pendentes...”

Carla Sá concorda que conseguir a transição de UCSP para USF “foi um sonho tornado realidade”, mas faz questão de sublinhar que tal só foi possível com o “apoio essencial” de quatro elementos da ULS da Arrábida: “Todos eles foram importantes – o Dr. Luís Pombo, presidente do Conselho de Administração, a Dr.ª Sara André, diretora clínica para a área dos CSP, a assistente técnica Manuela Mota Agostinho, responsável pelas administrativas dos CSP, e o Dr. Miguel Marques, do Gabinete de Atendimento e Apoio ao Cidadão.”

Finalmente, no que respeita ao logótipo da USF Condense, Carla Sá diz que “nasceu de um gesto criativo partilhado”. Concebido por si, contou com a colaboração de um “grande amigo” e colega de profissão, Miguel Fernandes. “Fruto de uma visão comum e de um profundo sentido de identidade comunitária, o símbolo foi apresentado à equipa e mereceu aprovação unânime, consagrando-se como a expressão visual da unidade e dos

valores que nos representam”, conta. Equipa essa que, salienta, “é pequena, mas muito dinâmica”. E mais:

“Somos coesos, muito coesos! Não há conflitos, damo-nos bastante bem. E a nossa relação não é só profissional. Temos algumas amigas mesmo vincadas, porque já passámos por muito e temos conseguido apoiar-nos uns aos outros, o que é importante.”



Publicações justNews
www.justnews.pt
A PARTILHA DE BOAS PRÁTICAS ENTRE TODAS AS UNIDADES DO SNS

Jornal Oficial
Multidisciplinares de MCF

Psiquiatra Luís Madeira tomou posse como presidente da SPPSM
■ P. 8/9

INFORMAÇÃO
“A estabilização precoce e a melhoria funcional devem ser as prioridades clínicas para o tratamento dos doentes hospitalizados com esquizofrenia aguda”, afirma Christoph Cornell, investigador principal do estudo RESHAPE.
■ P. 10/11

FUNDAÇÃO Bial
medicação de última geração

JORNAL MÉDICO
DOS CUIDADOS DE SAÚDE MULTIDISCIPLINARES

Director: José Alberto Soares
Mensal - Abril 2026
Ano XIV - Número 145 - 3 euros
Publicação Periódica

Generalizar a intervenção precoce após um 1.º episódio psicótico é, para o psiquiatra Miguel Bajouco, uma necessidade: “A persistência dos sintomas acarreta danos”, avisa.
■ P. 12

IX JORNADAS MULTIDISCIPLINARES
DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR
11 12 13 MARÇO 2027

Luis Ferreira Vicente, presidente da SPMR, deixa o alerta:

“A qualidade embrionária também depende da condição espermática”
■ P. 6

A motivação, o dinamismo e a coesão
são as peças essenciais do motor que faz mover a USF Condense, uma unidade da ULS da Arrábida
■ P. 16/20

ESPECIAL
20.º Congresso de Hipertensão e RCG
■ P. 24/31

MGF mais sensível à doença músculo-esquelética

É esta a convicção do fisiatra Rui Vaz, coordenador do livro que há 10 anos tem ajudado os médicos de família a lidar com esta patologia
■ P. 22/23

32 Congresso Nacional de MEDICINA INTERNA
Do Algarve para o Futuro
Inovação em Medicina Interna
21 a 23 maio 2026
Centro de Congressos de Lagos

A reportagem completa pode ser consultada no Jornal Médico de abril.