

CelaSaúde Informativo



Caro utente,

Este mês vimos dar-lhe a conhecer como se processa a gestão de resíduos na nossa USF!



A **USF CelaSaúde** tem como compromisso não só a prestação de cuidados de saúde à sua população inscrita, mas também a preservação do meio ambiente e a proteção de todos os que visitam as nossas instalações.

A gestão de resíduos é uma prática essencial para garantir a



CelaSaúdeInformativo

n.º | janeiro 2025

Redação:
Filipa Bernardo
Esmeralda Tomás

Colaboração:
Emília Nina

Revisão:
Emília Nina

**"Reinventar o quotidiano –
a arte de superar os
objetivos."**

sustentabilidade e proteção do nosso planeta, e todos podemos contribuir com atitudes mais ecológicas e responsáveis.

Qual a importância da gestão de resíduos na USF CelaSaúde?

A USF tem implementadas medidas rigorosas para garantir a gestão adequada de resíduos, seguindo as normas ambientais e as orientações da saúde pública. A separação e o tratamento correto dos resíduos ajudam a:

- Minimizar o impacto ambiental, reduzindo a quantidade de resíduos enviados para os aterros sanitários;
- Prevenir a contaminação do meio ambiente e proteger a biodiversidade;
- Garantir que todos os resíduos produzidos na nossa unidade são tratados de forma segura e eficiente, especialmente os resíduos hospitalares, que exigem cuidados especiais.

Existem vários tipos de resíduos que são produzidos na USF CelaSaúde e devem ser separados de acordo com as suas características:

1. **Resíduos recicláveis:** são materiais que podem ser reaproveitados (papel, plástico, vidro e metal) e transformados em novos produtos. Estes materiais devem ser colocados em contentores específicos para reciclagem.
2. **Resíduos orgânicos:** são os resíduos biodegradáveis, como restos de alimentos, cascas de fruta e vegetais, e outros materiais que se decompõem naturalmente. Estes resíduos devem ser depositados em contentores específicos para bio resíduos.
3. **Resíduos não recicláveis:** são materiais que não podem ser reciclados e devem ser descartados no lixo comum, como certos tipos de plásticos, fraldas, lâmpadas, espelhos, loiças, ...
4. **Resíduos hospitalares:** incluem materiais contaminados ou perigosos para a saúde pública, como seringas, agulhas e outros objetos corto-perfurantes, que exigem cuidados especiais gestão e tratamento.
5. **Resíduos perigosos:** Baterias, pilhas, produtos químicos, medicamentos fora do prazo de validade e outros produtos que podem representar perigo para a saúde ou para o meio ambiente, devem ser colocados nos locais específicos para serem reciclados ou eliminados.

Como podemos todos ajudar na gestão de resíduos da USF CelaSaúde?

A sua participação é fundamental para a nossa missão de promover um ambiente mais sustentável.

Aqui estão algumas formas simples de colaborar:

1. Separação de resíduos recicláveis:

- a. Coloque os materiais recicláveis (plástico, metal, papel e vidro) nos recipientes disponíveis na USF.
- b. Evite misturar materiais recicláveis com resíduos não recicláveis.

2. Resíduos biológicos e corto-perfurantes:

- a. Se tiver medicamentos ou material de uso pessoal como seringas ou agulhas, informe-se com a sua equipa de saúde que lhe indicará como proceder.

3. Evite o desperdício de recursos:

- a. Ao utilizar materiais como papel, utilize ambos os lados para reduzir o desperdício.
- b. Desligue aparelhos e luzes quando não estiverem em uso.

O seu apoio e a sua ajuda são fundamentais!



De modo a contribuir para a preservação do meio ambiente, a nossa unidade disponibiliza vários pontos de recolha de resíduos.

O que são resíduos e porque devemos geri-los corretamente?

Os resíduos são todos os materiais que, após o seu uso, são descartados, sendo classificados em diferentes categorias, como resíduos comuns, resíduos hospitalares, recicláveis e não recicláveis.

No contexto da saúde, a correta gestão dos resíduos é crucial para garantir a saúde pública e evitar a contaminação ambiental.

Sociedade ponto verde

VIDRO

Linha Verde: 210 102 480 www.pontoverde.pt

DEPOSITAR

garrafas, frascos, boiões

NÃO DEPOSITAR

loiças e cerâmicas, sacos de plástico, vidro plano e janelas, cristais e espelhos, lâmpadas, frascos de medicamentos

PLÁSTICO E METAL

Linha Verde: 210 102 480 www.pontoverde.pt

DEPOSITAR

embalagens de plástico, pacotes de bebida, latas, sacos de plástico

NÃO DEPOSITAR

papel e cartão, pilhas, eletrodomésticos, outros plásticos que não embalagens

PAPÉL E CARTÃO

Linha Verde: 210 102 480 www.pontoverde.pt

DEPOSITAR

caixas de cartão, revistas e jornais, papel de escrita e impressão

NÃO DEPOSITAR

sacos de plástico, papel vegetal, fraldas, papel sujo, produtos tóxicos, papel plastificado, autocolantes

SABIA QUE:

- Os copos de café devem ser colocados no contentor do plástico.
- Deve entregar nas farmácias comunitárias ou parafarmácias:
 - **medicamentos** fora de validade ou não utilizados;
 - **materiais utilizados no acondicionamento** de medicamentos e **embalagem** (cartonagens vazias, folhetos informativos, frascos, blisters, bisnagas, ampolas, etc.), mesmo que contenham restos de medicamentos, e **acessórios** utilizados para facilitar a sua administração (colheres, copos, seringas doseadoras, conta-gotas, cânulas, etc.).

A devolução de embalagens de medicamentos à farmácia contribui para a segurança dos cidadãos, pois reduz os riscos:

- **de consumo de medicamentos fora de uso ou de validade;**
- **automedicação indevida e risco de ocorrência de acidentes domésticos (especialmente com crianças).**

A devolução de embalagens e de medicamentos contribui para a defesa da saúde pública, pois evita a mistura de restos de medicamentos com os resíduos urbanos (lixo comum) ou a sua eliminação através dos esgotos domésticos.

A Associação de Farmácias de Portugal; criou o projeto, “Seringas só no Agulhão” que se encontra disponível em algumas farmácias.

Pode consultar a lista de farmácias aderentes:

<https://afp.com.pt/agulhao-lista-de-farmacias-aderentes/>

Este projeto tem como intuito criar uma resposta segura e ecológica para a recolha de seringas usadas em ambulatório (doentes que necessitam de medicamentos injetáveis), evitando a colocação destes resíduos no lixo doméstico; e as consequências humanas e ambientais decorrentes desse ato.



Compromissos da USF ao nível da gestão de resíduos:

1. Definição de metodologias adequadas ao cumprimento da legislação de resíduos, em especial de resíduos hospitalares, com atribuição de competências, definição de procedimentos, estabelecimento de circuitos, sinalização adequada e formação dos profissionais;
2. Definição de metas de redução de produção de resíduos;
3. Elaboração de procedimentos de monitorização e pesagem de frações, para redução de custos de encaminhamento;
4. Incremento da triagem e acondicionamento com segurança, no local de produção;
5. Racionalização dos circuitos de recolha e armazenagem de resíduos;
6. Redução e adequação ambiental dos circuitos da unidade;
7. Promoção da formação / informação dos intervenientes no processo
8. Implementação de programa de gestão ambiental;



Contamos consigo para uma gestão mais eficiente! Siga as indicações!



Gostou desta edição? Acha que podemos melhorar? A sua opinião conta!
Pode aceder ao formulário de satisfação desta publicação [aqui](#). Alternativas:



<https://tinyurl.com/opiniaoCSI>

USF CelaSaúde



Alameda Dr. Armando Gonçalves, N° 40
3000-059 Coimbra
Telefones: 239 488 639 _ em alternativa: 910 711 725 ou 960 183 414

E-mail: usf.celasaude@ulscoimbra.min-saude.pt
<http://usfcelasaude.ipn.pt/>