

# CelaSaúde Informativo



Saudações, caro utente!!

Este mês, falaremos sobre **Contactos Úteis** para si.

Porquê este tema?

Porque sabemos o quão difícil é, no dia-a-dia, nos deslocarmos pessoalmente nos mais variados serviços de saúde e, por vezes, saber como e por onde contactar.

E porque queremos dar a conhecer também linhas importantes de apoio e de informação em Portugal, na área da saúde.

Assim, fica aqui uma lista de contactos para sua consulta, sempre que precisar.

Importa referir que os mesmos se reportam a esta data, podendo haver atualizações posteriores a esta edição.



**CelaSaúdeInformativo**  
n. ° 10 | Outubro 2023

**Redação:**  
**Margarida Carmo**

**Colaboração**  
**Susana Sanches**  
**Emília Nina**

**Revisão:**  
**Emília Nina**

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

## USF CelaSaúde

**Telefones:** 239 488 639 \_ em alternativa: 910 711 725 ou 960 183 414

- chamada registada na plataforma: é suficiente ligar uma vez. No mesmo dia e com a brevidade possível, é contactado pelo secretário clínico da USF
- Horário de atendimento telefónico: 8:15h- 19:45h
- **E-mail geral:** [usf.celasaude@arscentro.min-saude.pt](mailto:usf.celasaude@arscentro.min-saude.pt) – deve utilizar este email, para garantir igualdade de acesso de todos os pedidos e atender às boas regras de utilização do mesmo. Consultar o nosso site <https://www.usfcelasaude.com/> para mais informações.

**Morada:** Alameda Dr. Armando Gonçalves, N° 40, 3000-059 Coimbra

## Contactos Gerais do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra

Contactos	Telefone	Fax	Email	Morada
Hospitais da Universidade de Coimbra	239 400 400	239 822 291	<a href="mailto:casec@chuc.min-saude.pt">casec@chuc.min-saude.pt</a>	Praceta Prof. Mota Pinto 3004-561 Coimbra
Hospital Geral	239 800 100 239 488 700	239 442 824	<a href="mailto:correio@chuc.min-saude.pt">correio@chuc.min-saude.pt</a>	Rua Central, Covões 3045-038 Coimbra
Hospital Pediátrico	239 800 100 239 488 700	239 717 216	<a href="mailto:correio.hpc@chuc.min-saude.pt">correio.hpc@chuc.min-saude.pt</a>	Avenida Afonso Romão 3000-602 Coimbra
Maternidade Daniel de Matos	239 403 060	239 401 624	<a href="mailto:secobstetricia@chuc.min-saude.pt">secobstetricia@chuc.min-saude.pt</a>	Rua Miguel Torga 3030-165 Coimbra
Maternidade Bissaya Barreto	239 800 100 239 488 700	239 480 304	<a href="mailto:adm.mbb@chuc.min-saude.pt">adm.mbb@chuc.min-saude.pt</a>	Rua Augusta 3000-061 Coimbra
Hospital Sobral Cid	239 796 400	239 796 499	<a href="mailto:expediente.scid@chuc.min-saude.pt">expediente.scid@chuc.min-saude.pt</a>	Conraria 3040-714 Castelo Viegas, Coimbra

Fig.1 retirada do site <https://www.chuc.min-saude.pt/contactos/contactos-gerais-do-chuc/>

## Unidade de Saúde Pública (USP) do Baixo Mondego

**Telefone:** 239802112

**Horário:** De 2ª a 6ª feira: 08:00 às 17:00

**E-mail:** geral: [usp.bm@arscentro.min-saude.pt](mailto:usp.bm@arscentro.min-saude.pt)

**Morada:** Rua Capitão Salgueiro Maia, Topo Norte - Centro Saúde Santa Clara, 3040-006 Coimbra

## LINHAS ÚTEIS DE APOIO

### **Linha Saúde SNS 24**

Responsável pela triagem, aconselhamento e encaminhamento em situações de doença,

**Contacto:** 808 24 24 24

**Horário:** Para contacto clínico, 24h por dia, todos os dias.  
Para contacto administrativo, das 8h às 22h, todos os dias.

**Urgência com triagem e encaminhamento personalizado via telefone? Vamos de bem a melhor.**

Se tiver alguma urgência, ligue antes para o SNS 24 e evite filas e esperas desnecessárias.

Ligue **808 24 24 24**

Saiba mais em [sns.gov.pt](https://sns.gov.pt)

### **Número Europeu de Emergência**

Número de telefone de emergência único, disponível em todos os países da União Europeia.

**Contacto:** 112

**Horário:** 24h por dia, todos os dias.

### **Intoxicações – Centro de Informação Antivenenos (CIAV)**

Centro médico de consulta telefónica para apoio ao público e a profissionais de saúde em caso de situações de intoxicação, assegurado por médicos especializados.

**Contacto:** 800 250 250

**Horário:** 24 horas do dia, 7 dias por semana

### **Linha Cancro**

Linha de apoio à pessoa com cancro, mas também seus familiares e amigos, para informar e apoiar em várias áreas: no que respeita especificamente à doença, associações de doentes, direitos dos doentes e instituições ou centros de tratamento. Pertence à Liga Portuguesa contra o cancro.

**Contacto:** 808 255 255

**Horário:** 9h às 18h – dias úteis

### **Linha SOS Grávida**

Linha criada para esclarecer dúvidas sobre gravidez, sexualidade e planeamento familiar.

**Contacto:** 808 201 139 / 21 386 20 20

**Horário:** 10h às 18h- dias úteis

### **Linha do Cidadão Idoso**

Linha criada para informar sobre os direitos e apoios da população idosa na saúde, segurança social, habitação, equipamentos e serviços.

**Contacto:** 800 20 35 31

**Horário:** 9h30 às 17h30 – dias úteis

### **Linha de Apoio à Vítima**

Linha pertencente à Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV) que presta vários serviços de apoio à vítima de violência e ou crime, independentemente do seu género, raça ou etnia, religião, orientação sexual, idade, condição sócio económica, nível de escolaridade, ideologia ou outros. Os serviços prestados são gratuitos e confidenciais.

**Contacto:** 116 006

**Horário:** 9h às 21h – dias úteis

### **Linha SOS SIDA**

Linha nacional de aconselhamento telefónico gratuito feito por técnicos com formação específica na área do VIH/Sida e do aconselhamento telefónico.

**Contacto:** 800 201 040

**Horário:** 17h30 às 21h30 – diariamente

### **Sexualidade em Linha**

Linha, gratuita, anónima e confidencial para esclarecimento de dúvidas ou informações na área da Sexualidade e Saúde Sexual e Reprodutiva.

**Contacto:** 800 222 003

**Horário:** Dias úteis- 11h às 19h; sábados das 10h às 17h.

### **Linha Vida SOS Droga**

Linha gratuita criada para fornecer informação, aconselhamento e encaminhamentos na área da toxicodependência.

**Contacto:** 1414

**Horário:** 10h às 20h- dias úteis

### **Linha Rara**

Linha de apoio sobre doenças raras e os direitos dos seus portadores. Aconselhamento destinado às pessoas portadores de doenças raras e seus familiares, profissionais de saúde/ação social, estudantes, professores e ao público em geral.

**Contacto:** 300 505 700

**Horário:** 9h às 19h- dias úteis

### **Linha do medicamento**

Linha de informação sobre medicamentos, produtos de saúde e atividades conexas, destinada aos profissionais de saúde e agentes do setor e público em geral.

**Contacto:** 800 22 24 44

**Horário:** das 10h às 12h e das 14h às 16h.

### **Linha SOS – Deixar de fumar**

Linha composta por técnicos de saúde especializados, para informação geral sobre o tabaco e seus malefícios e aconselhamento e apoio dos fumadores que pretendam deixar fumar.

**Contacto:** 808 208 888

**Horário:** 13h às 21h -dias úteis

### **Linha do Cidadão com Deficiência**

Linha informativa sobre os direitos e apoios a cidadãos com algum tipo de deficiência, nomeadamente na saúde, segurança social, habitação, equipamentos e serviços.

**Contacto:** 800 208 462

**Horário:** 9h30 às 17h30- dias úteis

## **SITES ÚTEIS**

- PORTAL DA SAÚDE <https://www.portaldasaude.pt/portal>
- FARMÁCIAS DE SERVIÇO <https://www.farmaciasdeservico.net/localidade/coimbra/coimbra>
- RECOMENDAÇÕES SOBRE MEDICAMENTOS NA AMAMENTAÇÃO <http://www.e-lactancia.org/>
- INFORMAÇÃO SOBRE MÉTODOS CONTRACETIVOS <https://www.contracecao.pt/>
- ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE NUTRIÇÃO <https://www.apn.org.pt/>
- ESCOLHAS CRITERIOSAS EM SAÚDE – PROGRAMA GLOBAL DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE <https://ordemdosmedicos.pt/choosing-wisely-portugal-escolhas-criteriosas-em-saude/sobre-choosing-wisely/>

A acessibilidade do utente aos cuidados de saúde, está também dependente da informação disponível para o mesmo. Deste modo quando identificada a necessidade de obter cuidados de saúde, ter conhecimento dos contactos úteis torna-se fundamental e necessário.

Estes contactos úteis devem estar disponíveis, acessíveis e visíveis para todos, nas condições e formatos mais conveniente e favoráveis para cada utente, a ser também definido pelo mesmo ou pelos cuidadores.

Poderá também consultar os contactos úteis através:

<https://eportugal.gov.pt/guias/cuidador-informal/contactos-linhas-de-apoio>

Dos quais se destacam:

- Associação Portuguesa de Familiares e Amigos de Doentes de Alzheimer (Alzheimer Portugal) - <https://alzheimerportugal.org/pt/>
- Associação o Dom Maior- Associação de apoio na área do ensino e reabilitação a crianças e jovens portadores de deficiência <https://www.dommaior.pt/>
- ADEB - Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares <https://www.adeb.pt/>
- APDP - Associação Protetora dos Diabéticos de Portugal <https://apdp.pt/>

A USF informa:

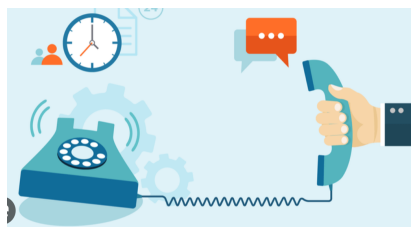


Foi realizada **auditoria à resposta do secretariado clínico aos emails** dos utentes da USF, recebidos na primeira semana de abril de 2023. Todos os e-mails foram respondidos no período de 48 horas úteis;

períodos superiores em contagem “absoluta” nunca ultrapassaram os 4 dias. 75% dos emails foram encaminhados até ao dia seguinte, mesmo ignorando dias não-úteis.

A auditoria incluiu um **Questionário de satisfação aos utentes**, enviado na resposta automática aos emails recebidos no período de 11 a 26 de junho de 2023, de resposta voluntária e maioritariamente quantitativa, que revelou:

- 88,4% muito satisfeitos e satisfeitos com a acessibilidade
- 92,3% muito satisfeitos e satisfeitos com o tempo de resposta
- 80,8 % muito satisfeitos e satisfeitos com a informação prestada



A **auditoria mensal ao atendimento telefónico** no que diz respeito ao tempo de resposta (call back) e em relação ao mês de outubro revelou:

- Média de chamadas por dia útil: 75,95

- Tempo de callback: média de 40 minutos, sendo que 56% foram realizadas em menos de 30 minutos.

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@arscentro.min-saude.pt](mailto:usf.celasaude@arscentro.min-saude.pt)

<http://usfcelasaude.ipn.pt/>