



Agrupamento de escolas de Oliveira do Bairro
Escola Secundária de Oliveira do Bairro

Saúde em Oliveira do Bairro



Dissertação

URL do site: <http://cms.saude-esob.webnode.pt/>

URL do blog: <http://saude-esob.blogspot.com/>

Realizado por: Grupo 4 do 12^ºA - Andreia Cardoso, Carla Vidal e Cláudio Garcia.

Ano lectivo 2010/2011 – Área de Projecto

Saúde em Oliveira do Bairro

<http://cms.saude-esob.webnode.pt/>

<http://saude-esob.blogspot.com/>

Esta dissertação submete uma compilação do nosso trabalho,
desenvolvido na disciplina de Área de Projecto, na
Escola Secundária de Oliveira do Bairro, no ano lectivo de 2010/2011.

Somos o grupo nº 4 do 12º A e os elementos do grupo são:

Andreia Sofia Ferreira Cardoso nº3

Carla Patrícia Barreto Vidal nº4

Cláudio dos Santos Garcia nº6

Professor Aquiles Manuel Crespo Boiça

Índice

<u>Saúde em Oliveira do Bairro</u>	2
<u>Resumo</u>	5
<u>Introdução</u>	6
- A Saúde em Oliveira do Bairro ;	6
- Identificação da classe etária e nível mental ou físico;	7
-Estatística: ocorrência/incidência em Oliveira do Bairro;	7
-Instalações de saúde no concelho de Oliveira do Bairro;	8-9
-Objectivos gerais e intenções;	10-11
-Actividades previstas ;	12
-A estrutura do projecto;	13
<u>Enquadramento/ Contextualização teórica do projecto</u>	14
<u>Desenvolvimento do projecto:</u>	15
- Desenvolvimento da Medicina/Saúde;	15
- Breve introdução a anatomia;	16
- Doenças que mais afectam as pessoas;	17-18
- Direitos de assistência médica;	19
- Metodologia de tratamento;	20
- Postos de Saúde;	21-22
- As tecnologias que o nosso hospital possui;	23-24
- Avanços na medicina, uma nova geração;	25
-Hospitais/Clínicas do futuro;	26
<u>Avaliação do Projecto</u>	27
<u>Apresentação de resultados</u>	28-32
<u>Projectos futuros</u>	33

<u>Conclusões</u>	34
<u>Agradecimentos</u>	35
<u>Referências</u>	36
<u>Anexos</u>	37
- O Blog	37
- O Website	38-39
- Actividade Laboratorial	39-42

Resumo

O nosso projecto tem como tema “A Saúde em Oliveira do Bairro”.

É um tema de grande importância na medida que a saúde é imprescindível na sobrevivência do Ser Humano, constituindo uma base essencial.

Escolhemos este tema não só por sermos alunos do curso de Ciências e Tecnologias, mas também porque a saúde, como já foi dito anteriormente, é um bem substancial para todos. O nosso objectivo é alertar e contribuir para a prevenção da sociedade, através da informação.

Daí, criámos um WebSite (<http://cms.saude-esob.webnode.pt/>) e um blog (<http://saude-esob.blogspot.com/>), onde realizámos as actividades relacionadas com o nosso tema: desenvolvimento do projecto; realização de um inquérito à turma do 12ºB presente na mesma escola; desenvolvimento do dicionário multimédia, entre outras.

Tendo em atenção a área a que pertencemos, foi estipulado que o desenvolvimento do projecto iria conter uma parte científica. Esta, encontra-se evidenciada na actividade realizada (dissecção de um coração).

O inquérito teve como objectivo divulgar o nosso trabalho, onde concluímos que na maior parte dos alunos a quem foi feito o inquérito têm consciência do que devem ingerir ou não, de forma a terem uma alimentação equilibrada. Grande parte, demonstrou bons hábitos a nível de contribuição para a saúde.

O dia do projecto, é uma actividade que também nos irá permitir a divulgação do nosso trabalho, que irá acontecer no dia 5 de Junho de 2011, na Escola Secundária de Oliveira do Bairro, onde iremos esclarecer e informar as pessoas sobre determinados assuntos.

A nível do ano lectivo em Área de Projecto temos um balanço geral positivo, foi bastante gratificante desenvolver este projecto. O grupo também ganhou bastante conhecimento acerca dos perigos e de como prevenir certas doenças, que nos poderá servir futuramente.

*“Saúde é um estado de completo bem-estar físico,
mental e social, e não apenas a ausência de doenças”*
Organização Mundial de Saúde.

1 - Introdução

O nosso grupo tem como objectivo principal ajudar a informar e alertar as pessoas perante os riscos de contrair certas doenças, contribuindo para a **prevenção na sociedade**.

1.1 - Identificação do problema:

1.1.1- A Saúde em Oliveira do Bairro:



A nossa cidade está situada no Distrito de Aveiro, região Centro e sub-região do Baixo Vouga, com cerca de 3 077 habitantes. Relativamente à saúde, Oliveira do Bairro tem alguns serviços disponíveis em prol dos cidadãos.

É uma cidade pequena, sem um grande número de habitantes. No entanto, consideramos que a nível de Saúde, Oliveira do Bairro, está pouco desenvolvido e necessitava de mais apoio aos cidadãos que habitam na cidade e na proximidade. Visto que muitas vezes, por falta de recursos, têm que se deslocar para outros locais, para um melhor atendimento.

1.1.2- Identificação da classe etária e nível mental ou físico:

A classe etária mais afectada na nossa cidade são os idosos e as crianças devido aos seus mecanismos de defesa serem mais frágeis, tendo assim uma maior facilidade em contrair doenças.



1.1.3- Estatística: ocorrência/incidência em Oliveira do Bairro:

Este parâmetro, está ligado ao anterior. A incidência de casos ocorrentes em Oliveira do Bairro, tem como maioria as crianças e os idosos, na sua maioria.

No entanto, não significa que os adolescentes ou adultos não apresentem patologias. Como é de esperar, a saúde ou melhor, a falta dela não escolhe idades, e portanto, todas as classes etárias estão sujeitas à ocorrência de determinadas doenças.

Por sua vez, a ocorrência de acidentes é o fenómeno que pode acontecer a qualquer pessoa, e na cidade tem uma percentagem média de ocorrência.

1.1.4- Instalações de saúde no concelho de Oliveira do Bairro:

Oliveira do Bairro, tem para auxílio dos cidadãos, um **posto de Saúde** situado Rua do Hospital, número 20.

É um posto para casos primários, de situações não muito graves.



Possui também a **Clibairro**, no entanto esta clínica não é acessível a todos, devido ao seu custo.



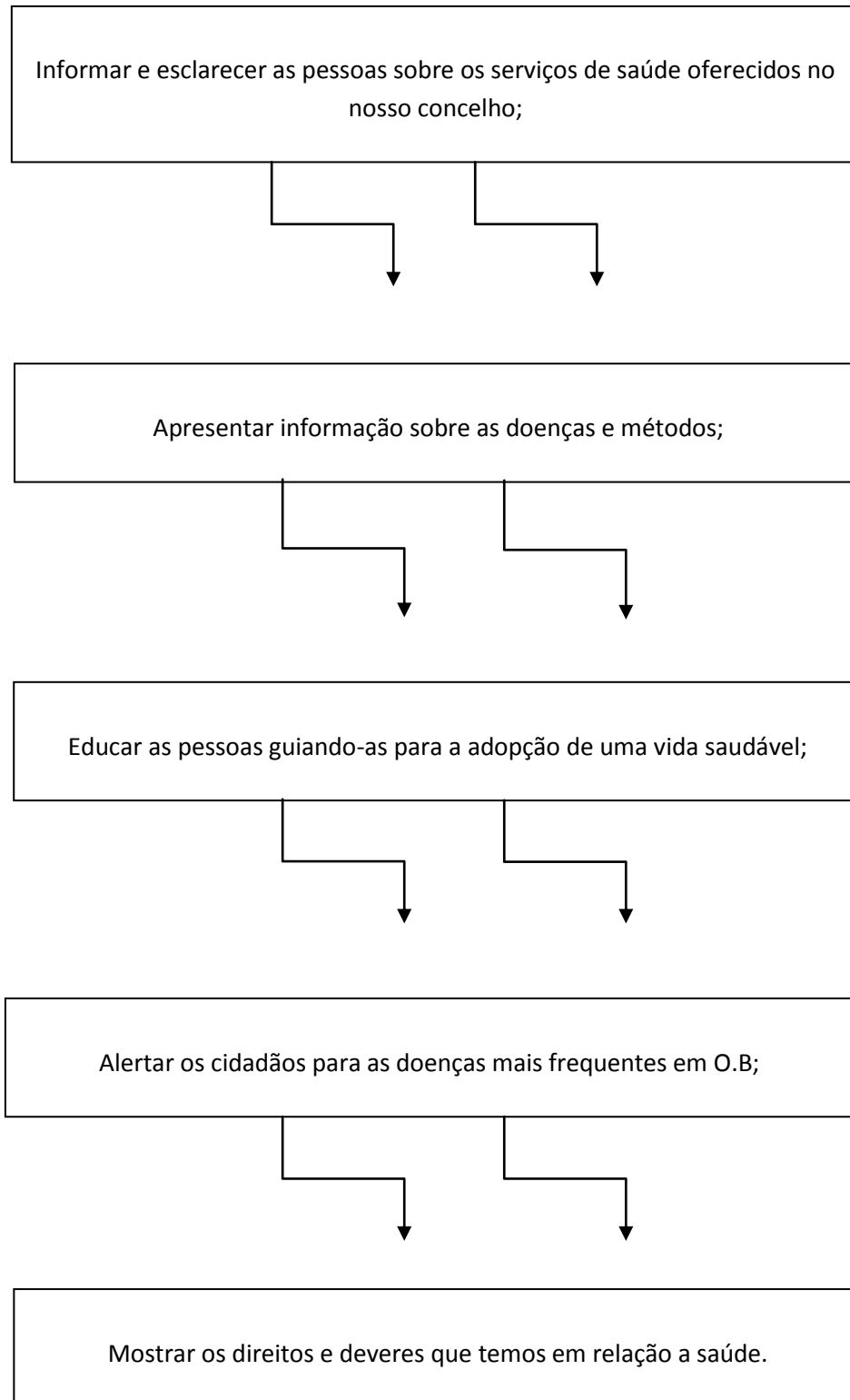
A **Clínica de São Geraldo**, onde há a possibilidade de consultas com mais especialização para os utentes:



Por fim, existem outros serviços como os **Bombeiros voluntários de Oliveira do Bairro**, disponíveis para socorrer as vítimas em caso de emergência.



1.2 - Objectivos gerais e intenções:



Os nossos objectivos com este projecto são, desde o início do ano lectivo, informar a comunidade quer escolar, quer não escolar acerca do nosso tema: “Saúde em Oliveira do Bairro”.

Com isto, elaboramos um blog e um site de forma a desenvolver o nosso tema, sendo uma forma de qualquer pessoa, a qualquer hora e em qualquer parte do mundo, poder ver o projecto que realizámos.



1.3 - Actividades previstas:

Visitar o centro de saúde de Oliveira do Bairro e fazer registo multimédia;

Fazer uma entrevista aos bombeiros de oliveira do bairro;

Entrevistar médicos para assim esclarecer dúvidas em relação ao estabelecimento onde trabalham, os horários de atendimento;

Recolher sugestões sobre “o hospital do futuro”;

Inquérito;

Dia do Projecto

Estas seis actividades representam algumas das actividades que estipulamos no início do ano lectivo.

Cumprimos com todas as tarefas atribuídas pelo professor, Aquiles Boiça, no entanto, algumas destas actividades acima referidas foram-nos impossibilitadas de realizar, devido à burocracia existente.

1.4 – A estrutura do projecto:

Enquadramento/contextualização teórica do projecto
Desenvolvimento do projecto
Avaliação do projecto desenvolvido
Apresentação de resultados
Projectos futuros
Conclusões

Esta é a estrutura base de todos os projectos de Área de Projecto. Cada grupo complementa de acordo com o seu tema e trabalho.

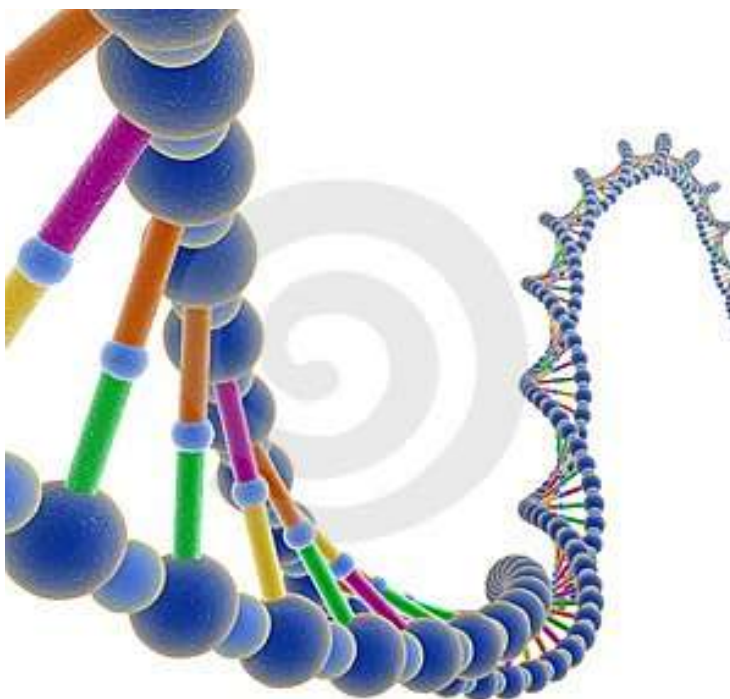
2 – Enquadramento/ Contextualização teórica do projecto:

2.1 – Biologia 10º ano:

- Módulo inicial: Diversidade na biosfera - “A célula”
- Unidade 2: Distribuição de matéria – “O transporte nos animais”
- Unidade 3: Transformação e utilização de energia pelos seres vivos.
- Unidade 4: Regulação nos seres vivos

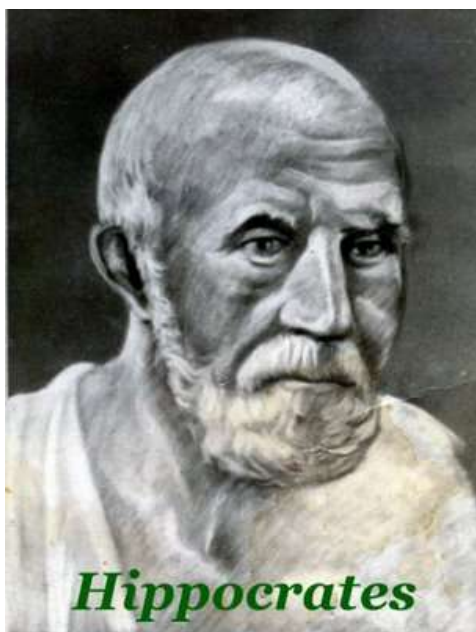
2.2 – Biologia 11º ano:

- Unidade 6: Reprodução – “Reprodução sexuada”
- Unidade 6: Reprodução – “Ciclo de vida diplonte”



3 – Desenvolvimento do projecto

3.1.1 Desenvolvimento da Medicina/Saúde:



Os povos da antiguidade, como os egípcios, já realizavam operações complexas, o que revela grande desenvolvimento e inteligência desse povo. Eles conseguiram grandes avanços na medicina graças ao processo de mumificação de corpos, pois, ao abrirem os corpos dos faraós, conseguiam muitas informações sobre a anatomia humana.

Os gregos foram os pioneiros no estudo dos sintomas das doenças. O seu mestre era Hipócrates, considerado o pai da medicina. Enquanto os romanos tiveram outro grande homem da medicina: Galeno.

Na Idade Média, os médicos utilizavam o recurso da sangria_(feito com sanguessugas) para curar praticamente todas as doenças. Neste período de tempo, os conhecimentos avançaram pouco, pois havia uma forte influência da Igreja Católica que condenava as pesquisas científicas.

No Renascentismo (séc XV e XVI), houve um grande avanço da medicina: os médicos começaram a procurar a explicação as doenças, através de estudos científicos e de testes de laboratório, com o fim de descobrir o funcionamento do corpo humano.

No século XVII, William Harvey fez uma nova descoberta: o sistema circulatório do sangue.

No século XIX, todo o conhecimento ficou mais apurado após a invenção do microscópio acromático. Com esta invenção, Louis Pasteur, conseguiu um enorme avanço para medicina, ao descobrir que as bactérias são as responsáveis pela causa de grande parte das doenças.

Actualmente, a medicina dispõe de inúmeras “drogas” capazes de curar, controlar e até mesmo de evitar inúmeras doenças. Houve uma grande evolução, havendo a criação de aparelhos electrónicos sofisticados que são capazes de fazer um diagnóstico concreto, dando informações relevantes sobre o estado do paciente. Os avanços nesta área são rápidos, o que possibilita uma vida cada vez melhor para as pessoas.

3.1.2 - Breve introdução a anatomia:

Anatomia, é o ramo da biologia que estuda a estrutura e organização dos seres vivos.

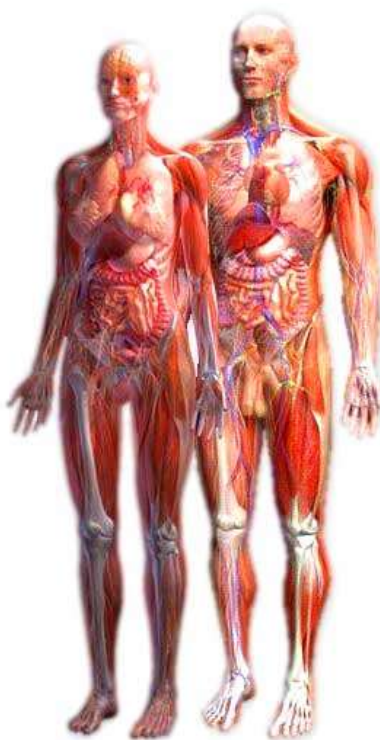
Dentro da anatomia existem inúmeras vertentes. No entanto, para o desenvolvimento do nosso projecto interessa-nos principalmente a anatomia humana.

Do ponto vista médico, a anatomia humana consiste no conhecimento da forma exacta, posição exacta, tamanho e relação entre as várias estruturas do corpo humano. Esse tipo de estudo é chamado anatomia descritiva ou topográfica;

Um conhecimento preciso de todos os detalhes do corpo humano leva anos de observação para ser adquirido, e é um conhecimento possuído por poucos. A maior parte dos anatomistas tem domínio apenas sobre uma parte do corpo (cérebro, sistema respiratório, sistema cardiovascular, etc.), ficando satisfeitos com um conhecimento médio do restante do corpo.

A anatomia topográfica é aprendida através de exercícios repetidos de dissecação e inspecção de “*partes*” (cadáveres especialmente destinados à pesquisa).

Do ponto de vista morfológico, a anatomia humana é um estudo científico que tem por objectivo descobrir as causas que levaram as estruturas do corpo humano a serem tais como são.



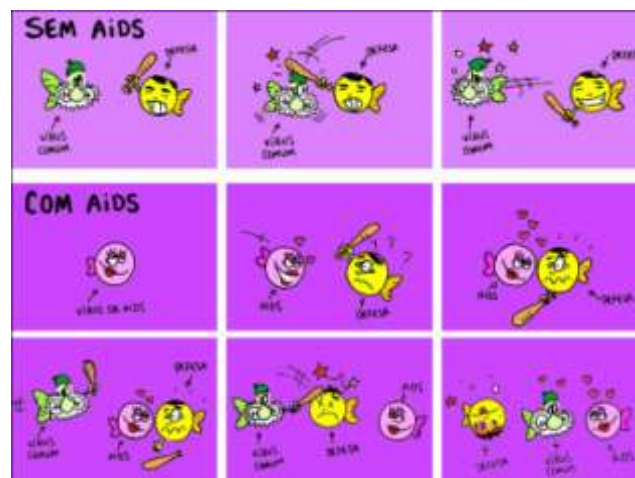
3.1.3 – Doenças que mais afectam as pessoas:

A nível nacional, as doenças que mais afectam a sociedade são inúmeras. No entanto, vamos abordar apenas as principais:

- As gripes e constipações são bastante frequentes devido à sua facilidade de serem contraídas.



- Devido à falta de precaução nas relações sexuais, e à falta de bom senso por parte das pessoas que possuem essa doença, a SIDA é uma doença cada vez mais constante na nossa sociedade. Não tem cura.



- Na população mais idosa, as doenças mais frequentes são a nível dos ossos e problemas cardiovasculares, e mentais. Alguns exemplos são: a **osteoporose**, o risco de AVC's e o Alzheimer.



- A varicela é uma doença que pode aparecer em qualquer idade. No entanto, é mais frequente em crianças com idades inferiores a 10 anos.



3.1.4 - Direitos de assistência médica:

1. Todos têm direito à protecção da saúde e o dever de a defender e promover.
2. O direito à protecção da saúde é realizado:
 - a) Através de um serviço nacional de saúde universal e geral e, tendo em conta as condições económicas e sociais dos cidadãos, tendencialmente gratuito;
 - b) Pela criação de condições económicas, sociais, culturais e ambientais que garantam, designadamente, a protecção da infância, da juventude e da velhice, e pela melhoria sistemática das condições de vida e de trabalho, bem como pela promoção da cultura física e desportiva, escolar e popular, e ainda pelo desenvolvimento da educação sanitária do povo e de práticas de vida saudável.
3. Para assegurar o direito à protecção da saúde, incumbe prioritariamente ao Estado:
 - a) Garantir o acesso de todos os cidadãos, independentemente da sua condição económica, aos cuidados da medicina preventiva, curativa e de reabilitação;
 - b) Garantir uma racional e eficiente cobertura de todo o país em recursos humanos e unidades de saúde;
 - c) Orientar a sua acção para a socialização dos custos dos cuidados médicos e medicamentosos;
 - d) Disciplinar e fiscalizar as formas empresariais e privadas da medicina, articulando-as com o serviço nacional de saúde, por forma a assegurar, nas instituições de saúde públicas e privadas, adequados padrões de eficiência e de qualidade;
 - e) Disciplinar e controlar a produção, a distribuição, a comercialização e o uso dos produtos químicos, biológicos e farmacêuticos e outros meios de tratamento e diagnóstico;
 - f) Estabelecer políticas de prevenção e tratamento da toxicodependência.
4. O serviço nacional de saúde tem gestão descentralizada e participada.

3.1.5 - Metodologia de tratamento:

Os médicos agem de acordo com leis estabelecidas que aprendem enquanto realizam a sua formação.

Eles fazem o juramento de Hipócrates que consiste em pronunciar:

"Eu, solenemente, juro consagrar minha vida a serviço da Humanidade."

Darei como reconhecimento a meus mestres, meu respeito e minha gratidão.

Praticarei a minha profissão com consciência e dignidade.

A saúde dos meus pacientes será a minha primeira preocupação.

Respeitarei os segredos a mim confiados.

Manterei, a todo custo, no máximo possível, a honra e a tradição da profissão médica.

Meus colegas serão meus irmãos.

Não permitirei que concepções religiosas, nacionais, raciais, partidárias ou sociais intervenham entre meu dever e meus pacientes.

Mantereí o mais alto respeito pela vida humana, desde sua concepção.

Mesmo sob ameaça, não usarei meu conhecimento médico em princípios contrários às leis da natureza. Faço estas promessas, solene e livremente, pela minha própria honra."



3.1.6 – Postos de Saúde:

Para melhorar a nossa condição de vida existem diversos serviços a que podemos recorrer em caso de necessidade:

Postos de Saúde

O posto de saúde é também, chamado de posto médico. É um local onde as pessoas podem receber tratamentos primários de saúde.

Os postos médicos estão localizados, principalmente, nas localidades sede da freguesia, e garantem ao utente, consultas com o seu médico de família e tratamentos de enfermagem de grau primário.



Ambulâncias



É um veículo destinado ao transporte de pessoas doentes ou feridas do, ou para o, local de tratamento. O termo ambulância é usado para descrever um veículo usado para trazer cuidados médicos a pacientes fora do hospital e, quando apropriado, para transportar um paciente ao hospital

para um tratamento ou análises complementares. Em alguns locais existe uma forma modificada de ambulância usada apenas para o transporte rápido de uma equipa médica a um local de uma ocorrência, não sendo usada para transporte de pacientes. Nestes casos, um paciente que necessite de ser transportado para o hospital sê-lo-á, numa outra ambulância com essa capacidade.

Hospitais



É um local destinado ao atendimento de doentes, para proporcionar o diagnóstico, que pode ser de vários tipos (laboratorial, clínico, cinesiológico-funcional) e o tratamento necessário.

Historicamente, os hospitais surgiram como lugares de acolhida de doentes e peregrinos, durante a Idade Média.

Actualmente há diferenciação entre hospitais públicos e privados. Os hospitais públicos são financiados e mantidos pelo estado, sendo o custo menor para os doentes em comparação com os hospitais privados.

É também um local onde se pode recorrer a cirurgias para as enfermidades das pessoas.

Farmácias



Local onde se podem adquirir medicamentos e outros materiais necessários para cuidar da saúde. Também podem ser manipulados medicamentos mediante prescrição médica ou constantes na farmacopeia. O termo drogaria, comumente

utilizado como sinónimo de farmácia, corresponde ao estabelecimento que comercializa medicamentos e correlatos (outros materiais para cuidar da saúde), porém não executa actividades de manipulação.

3.1.7 - As tecnologias que o nosso hospital possui:

Na nossa cidade, Oliveira do Bairro, já não privilegiamos da existência de um Hospital devido ao seu encerramento, embora ainda conste, no mesmo local um centro de saúde, diariamente aberto. O nosso centro de saúde não possui as condições necessárias para um atendimento completo do paciente, cirurgias, internamentos, consultas especializadas, entre outros. Este atendimento é procurado no Hospital de Aveiro ao qual os pacientes recorrem em caso de maior urgência.

A maioria da população dirige-se ao Hospital de Aveiro devido à possibilidade de mais recursos de atendimento, e de consultas de carácter mais especializado.



Centro de Saúde de Oliveira do Bairro

O Hospital de Aveiro está destinado ao atendimento de doentes, para proporcionar o diagnóstico, que pode ser laboratorial ou clínico o tratamento necessário.



Hospital de Aveiro

No Hospital trabalham profissionais de limpeza, administração, directoria, recepção, e principalmente profissionais de saúde, como médicos, cirurgiões, dentistas, enfermeiros, fisioterapeutas, etc.

Os serviços oferecidos variam muito nos hospitais e também os departamentos que esses possuem. Eles podem ter serviços de atendimento grave, tais como departamento de urgência, centro de trauma, unidade de queimados, cirurgia de emergência ou atendimento de urgência. Estes podem ser apoiados por unidades especialistas, tal como cardiologia, terapia intensiva, neurologia, ginecologia, obstetrícia, oncologia, entre muitas outras.

3.1.8 - Avanços na medicina, uma nova geração:

Através da terceira revolução industrial, ou revolução tecnocientífica, a medicina pode evoluir bastante. Foi descoberto que através das células tronco, por exemplo é possível recompor a região afectada do coração de uma pessoa que sofreu um enfarte, por ela ser a célula mais pura do nosso organismo e ter a capacidade de se transformar em outros tipos de tecidos.

O aperfeiçoamento das cirurgias também foi bastante importante para a evolução da medicina, cirurgias de implantes de órgãos, recuperação de sentidos, como a visão, entre outras, que aumentam bastante o auto-estima dos pacientes.

Os animais são de extrema importância para as novas conquistas médicas, além de pessoas anónimas, que voluntariamente participam de pesquisas sobre curas de doenças, e fabricação de novos medicamentos.

Mas, a evolução da medicina seria praticamente inviável se não houvesse a colaboração das máquinas, antigamente eram utilizadas além das consultas, somente máquinas bastante rústicas, e hoje em dia, pode-se ver a tecnologia aperfeiçoada na terceira revolução industrial, até mesmo nos consultórios médicos que frequentamos.

Então, a partir dessas colaborações da terceira revolução industrial para com a medicina, espera-se que aumente a expectativa de vida no mundo, e também que diminua a mortalidade infantil, devido a prevenção e aos estudos da medicina.



3.1.9 – Hospitais/Clínicas do futuro:

A necessidade de melhoria dos serviços, nos hospitais do sector público, é inegável. No futuro, os hospitais públicos terão de enfrentar uma série de desafios socioeconómicos, que, juntos, apresentarão um cargo sem precedentes, sobre o sector público.

Os cortes no orçamento vão forçar os hospitais a economizar o dinheiro sempre que possível. E os hospitais privados, com sua oferta de serviços, vão apresentar uma forte concorrência.

Graças ao equipamento de alta tecnologia e profissionais de Saúde, os Hospital do futuro irão oferecer cuidados diferenciados de forma personalizada. Os profissionais do Hospital cedem aos pacientes, um cuidado atencioso de forma a tornar a sua estadia confortável.

Estes hospitais vão estar repletos de nova tecnologia e de metodologias bastante mais eficazes.



“O descontentamento é o primeiro passo na evolução de um homem ou de uma nação.”

[Oscar Wilde](#)

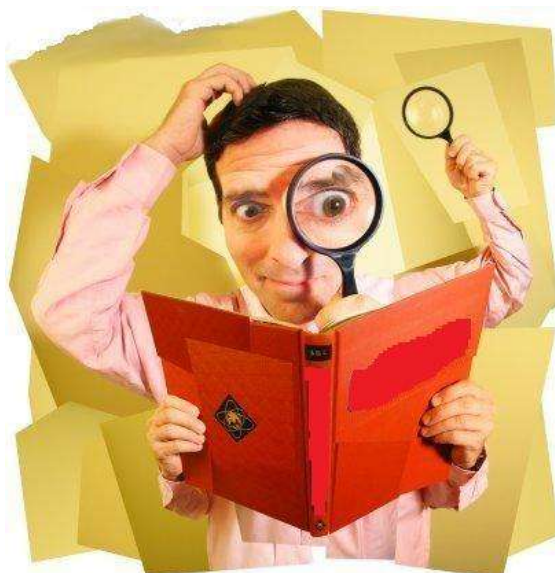
4 – Avaliação do Projecto

Do ponto de vista do nosso grupo o balanço geral do projecto desenvolvido é bastante positivo.

Este projecto requereu uma decisão pensada, e foi bem organizado. É um tema da actualidade, de interesse para toda a sociedade, porque a saúde ou aliás a falta de saúde atinge qualquer ser humano, independentemente da sua idade. Este tema é bastante dinâmico, visto que a saúde está sempre em evolução, há sempre novas descobertas.

É um projecto que se enquadra na nossa área de estudo, as Ciências e Tecnologias, o que desperta mais a atenção visto que muitas pessoas presentes neste mesmo curso irão seguir áreas relacionadas com o nosso tema.

O projecto no seu todo, necessitou de muita dedicação, tempo, trabalho, iniciativa e empenho. Trabalhámos sempre em equipa, não havendo conflitos dentro do grupo, o que resultou de um projecto bem conseguido, bem estruturado e com grande qualidade de informação.

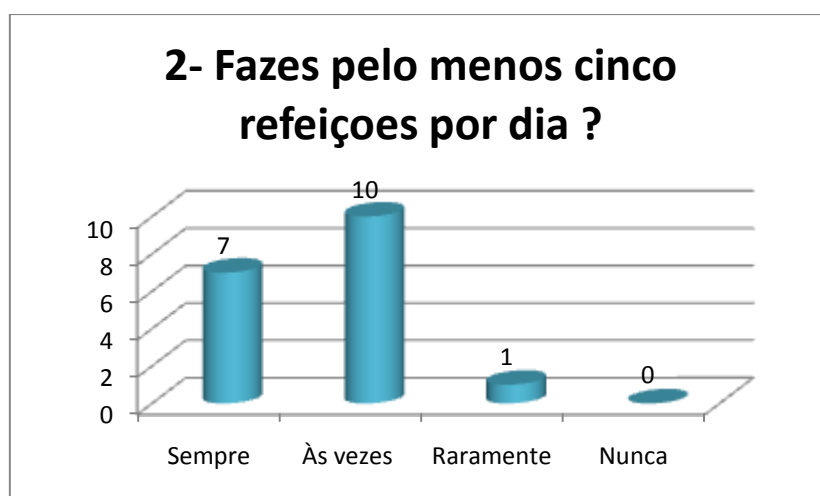
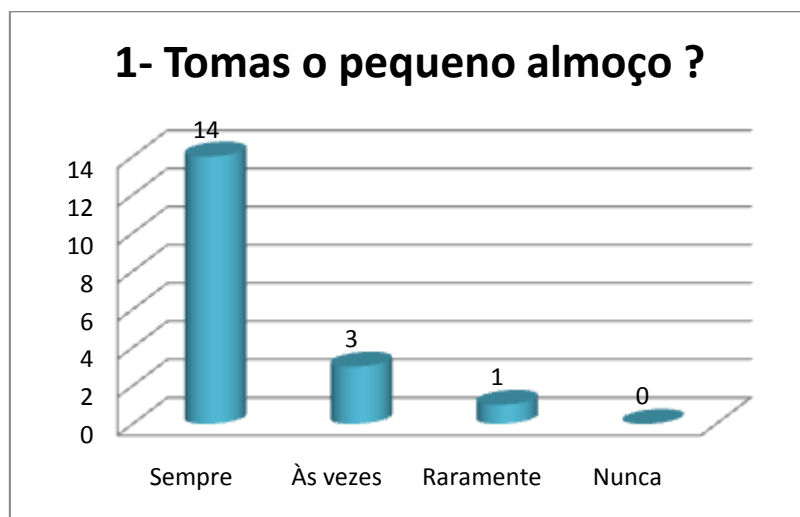


5 – Apresentação de resultados

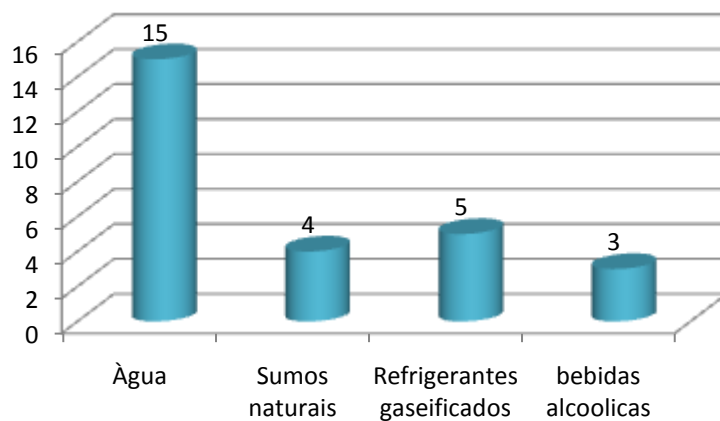
No âmbito do projecto “Saúde em Oliveira do Bairro” foi realizado um inquérito à turma do 12ºB da Escola Secundária de Oliveira do Bairro, alunos com idades compreendidas entre os 17 e 18.

Este inquérito consistiu em nove perguntas de carácter pessoal, que tinham como objectivo testar os hábitos alimentares e de saúde que estes jovens têm.

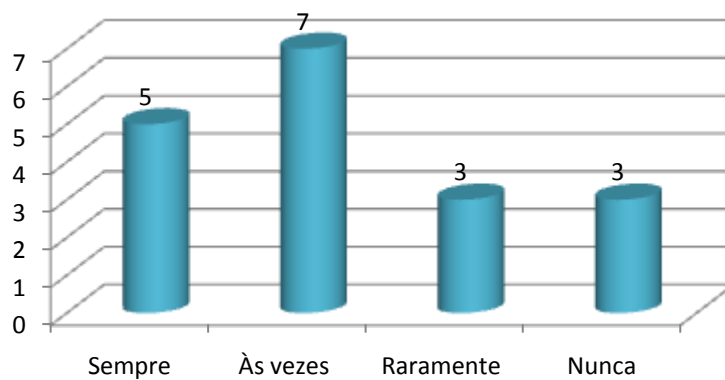
Após a realização do inquérito, a informação dos resultados foi organizada em gráficos, nos quais:



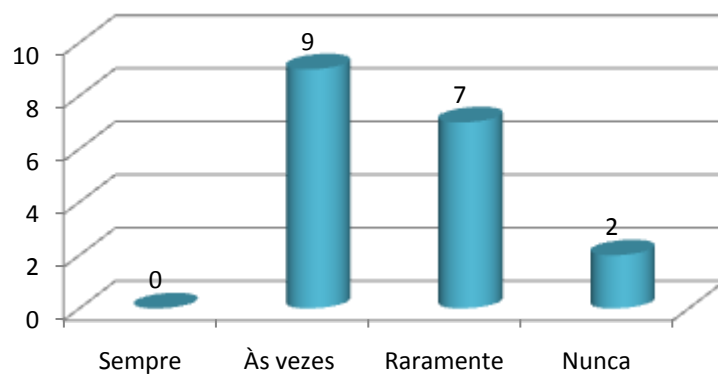
3- Quando tens sede bebes:



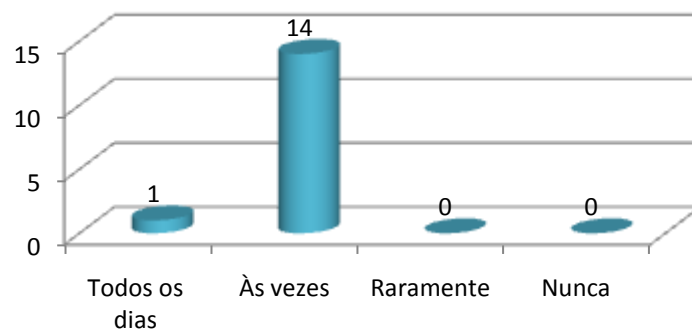
4- Bebes pelo menos 1,5 litros de água por dia ?



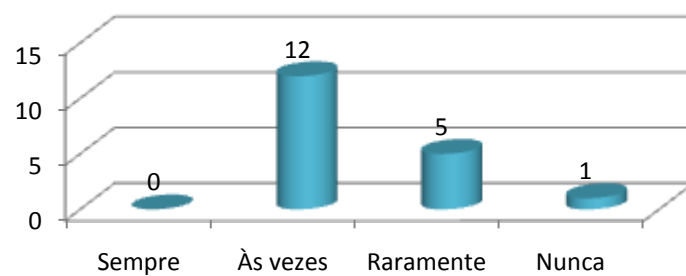
5- Comes diariamente fritos ?



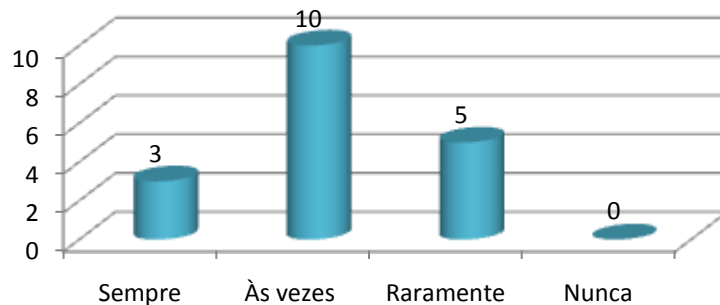
6- Comes peixe ?



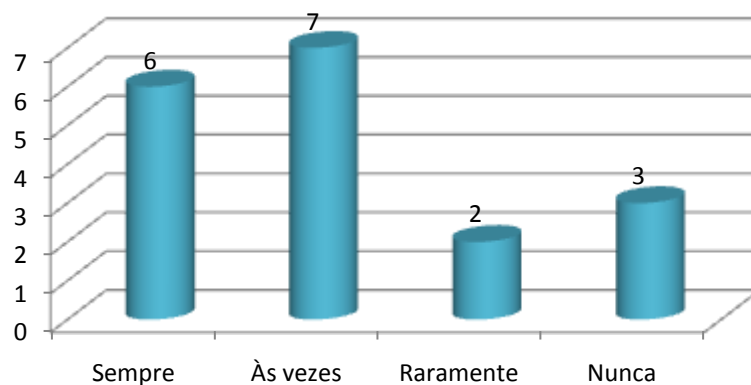
7- Comes comida do tipo "fast food" ?



8- Comes com frequencia chocolates, bolos...



9-Controlas o teu peso regularmente ?



As conclusões deste inquérito foram:

- Relativamente ao pequeno almoço, a maior percentagem de respostas foi “sempre” , o que demonstra bons hábitos na alimentação.
- A maior parte das pessoas, nem sempre faz 5 refeições diárias.
- Na maioria, as pessoas quando têm sede bebem água, o que é uma escolha bastante acertada.

- Às pessoas a quem foi feito inquérito, nem sempre bebem 1.5l de água por dia.
- Os fritos não são uma opção constante na vida das pessoas inquiridas.
- A maior parte das pessoas, nem sempre come peixe diariamente.
- Relativamente ao fast food, as pessoas não comem sempre este tipo de comida, o que mostra consciência do quanto é prejudicial para a saúde o consumo diário.
- Os doces, bolos, chocolates, etc, são uma opção nem sempre constante no quotidiano.
- Na maioria, as pessoas regulam o seu peso mas não diariamente.

Estes resultados demonstraram que estes alunos possuem a noção do que é prejudicial e não é, e grande parte deles, tem hábitos saudáveis na sua alimentação, contribuindo para a prevenção da sua saúde e bem-estar.



6 - Projectos futuros

O nosso tema consistia numa componente em constante evolução, a saúde. Portanto, é claro que seria impossível para nós realizar um site que tivesse "tudo" acerca deste tema. Além disso, este tema contém uma vasta área a nível de doenças, de métodos de cura, etc.

A ciência e a tecnologia estão em constante evolução, havendo sempre novidades e descobertas nestas áreas, o que permite uma constante actualização.

Principalmente a falta de tempo impossibilitou a realização de mais actividades ou inquéritos, assim como um maior desenvolvimento do projecto, visto que este está em permanente evolução. No entanto, consideramos que o projecto **foi bem desenvolvido e conseguido, contendo informação bastante útil.**

Visto que o dia do projecto está marcado para dia 5 de Junho de 2011, ainda irão ser acrescentadas informações acerca do mesmo, bem como a colocação da apresentação do 3º Período em power point.

O projecto foi realizado ao longo de todo o ano lectivo 2010/2011, concluindo todas as tarefas neste último período. Pensamos que o projecto não irá sofrer alterações.

7 – Conclusões

O desenvolvimento deste projecto ajudou-nos em vários sentidos, nos quais, a capacidade de resolver problemas e ultrapassar situações adversas que surgiram ao longo do ano.

A escolha do tema não foi fácil, as divergências do grupo face a gostos e preferências pouco comuns dificultaram, no entanto, conseguimos encontrar um tema útil e do agrado de todos os elementos.

Concluímos que a escolha do tema "*Saúde em Oliveira do Bairro*" seria uma boa opção, não só para falar acerca da saúde nesta cidade, mas no geral. O objectivo principal deste trabalho é informar e contribuir para a prevenção por parte das pessoas.

A execução deste projecto também não foi fácil, de todo. Foi necessário bastante esforço, dedicação, e sobretudo, colaboração entre os elementos do grupo. No início, começamos pela "investigação" recolhendo informação para o conteúdo do projecto, seleccionando-a de acordo com o mais relevante. Depois, o professor Aquiles Boiça, foi-nos orientando no trabalho, dando-nos actividades para realizar, nas quais:

- Construção/actualização do blogue;
- Construção/actualização de um website;
- Dicionário multimédia.
- Semanários;
- Realização de um vídeo;
- Inquérito;
- Actividade experimental;
- Elaboração de um dossier;
- Apresentações multimédia em cada período;
- Preparação do "Dia do Projecto"
- Dissertação;

O projecto foi bem conseguido, apesar do trabalho que o envolveu. Durante todo o ano conseguimos cumprir todos os prazos estipulados pelo professo, desenvolvendo as tarefas propostas.

Gostaríamos de agradecer ao professor **Aquiles Boiça**, pelo facto de nos ter orientado e de todo este trabalho e exigência nos ter preparado para o futuro.

Agradecimentos

Com a realização do nosso projecto, gostaríamos de manifestar os nossos mais sinceros agradecimentos a algumas pessoas, nas quais:

Agradecemos ao **Professor Aquiles Boiça**, por nos ter acompanhado e orientado ao longo de todo este ano lectivo, transmitindo as suas opiniões e conselhos, dando-nos uma mais valia na realização do nosso trabalho.

Agradecemos à professora de Biologia, **Vera Bastos**, pela disponibilidade durante uma aula que nos permitiu a realização da actividade experimental.

Agradecemos também a uma funcionária do hospital de Oliveira do Bairro que nos permitiu recolher informações e tirar fotos.

Agradecemos a todos os professores que estiveram de alguma forma ligados com o desenvolvimento do nosso projecto.

Finalmente agradecemos à escola, por todo o material cedido.

Referências

http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://radiosim.sapo.pt/images/foto2_saude-e-bem-estar.jpg&imgrefurl=http://

<http://saude.sapo.pt/>

<http://www.portaldasaude.pt/portal>

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Oliveira do Bairro](http://pt.wikipedia.org/wiki/Oliveira_do_Bairro)

<http://www.jn.pt/PaginalInicial/Tags/default.aspx?tag=sa%FAde>

<http://www.abcdasaude.com./>

Anexos

Nos anexos, decidimos colocar algumas das outras actividades que realizámos:

O Blog

O HPV (**Papiloma Vírus Humano**) é conhecido mundialmente pelos diversos factores prejudiciais que pode causar à saúde. É causador de vários casos de cancro do colo de útero e cancro no pénis.

A infecção, na maioria das vezes, não apresenta sintomas visíveis e, em alguns casos, a doença pode desaparecer naturalmente.

Geralmente, o contágio acontece através das relações sexuais, mas o vírus já está tão adaptado à espécie humana que pode ser transmitido de outras maneiras, inclusive pelo simples contacto.

“Diferentemente de outras DSTs, o HPV não precisa de fluidos ou secreções orgânicas. A transmissão pode ser pele a pele. Existe também transmissão não-sexual e a mais importante é a da mãe para o recém-nascido, que se chama transmissão vertical. A mãe com infecção na genitália pode transmitir para o filho no canal do parto”, explica Edson Duarte.

As lesões causadas pelo HPV podem aparecer em diferentes partes do corpo humano, como o colo do útero, vagina ou vulva nas mulheres, ou no ânus, pénis nos homens.

Homens e mulheres sexualmente activos, independentemente da idade podem contrair o HPV.



Esta imagem é chocante, não deixe que aconteça o mesmo consigo !

Fonte: **Diário da Saúde**

Esta é uma das inúmeras notícias que temos no nosso blog, com o intuito de alterar e informar a sociedade.

O blog pode ser consultado a partir deste link: <http://saude-esob.blogspot.com/>

O Website



Esta é a ilustração da página inicial do nosso website, que foi desenvolvido com o mesmo intuito que o blog, mas de uma forma mais alargada.

O website pode ser consultado a partir deste link: <http://cms.saude-esob.webnode.pt/>.

Como pertencemos ao curso de Ciências e Tecnologias, no nosso projecto não podia faltar uma componente laboratorial ligada ao nosso curso.

Actividade Laboratorial

O **objectivo** desta actividade experimental é **observar o interior de um coração** e identificar as diferentes partes. Com esta experiência pretendemos perceber melhor o funcionamento deste órgão. O coração é um órgão muscular dividido em 4 cavidades: 2 cavidades superiores (aurícula direita e esquerda) e 2 cavidades inferiores (ventrículo direito e esquerdo). Cada cavidade do coração comunica com vasos sanguíneos: a aurícula direita comunica com as veias cavas superiores e inferiores; a aurícula esquerda comunica com as veias pulmonares; o ventrículo direito comunica com a artéria pulmonar e o ventrículo esquerdo comunica com a artéria aorta. Graças às artérias coronárias o sangue chega ao miocárdio, musculo cardíaco.

Com a dissecação do órgão podemos observar melhor, aspectos que não são possíveis de observar exteriormente.

Material:

- . 1 Coração de mamífero
- . 1 Tabuleiro de dissecação
- . 1 Bisturi
- . 1 Sonda canelada
- . Luvas descartáveis

Procedimento:

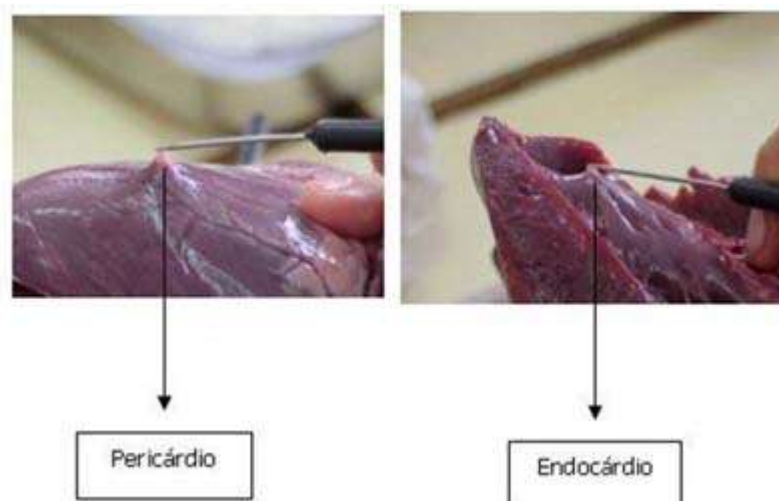
1. Colocou-se o coração no tabuleiro de dissecação já “aberto”;
2. Observou-se o aspecto externo dos órgãos e a sua textura;
3. Localizou-se e identificou-se as aurículas e os ventrículos;
4. Verificou-se a espessura do miocárdio;

5. Identificou-se as válvulas auriculoventriculares, as válvulas semilunares e o septo interventricular;
6. Inseriu-se a sonda canelada na artéria pulmonar e verificamos que a sonda ia dar ao ventrículo direito,
7. Fez-se o mesmo processo com as aurículas e com o outro ventrículo;
8. Registou-se as observações.

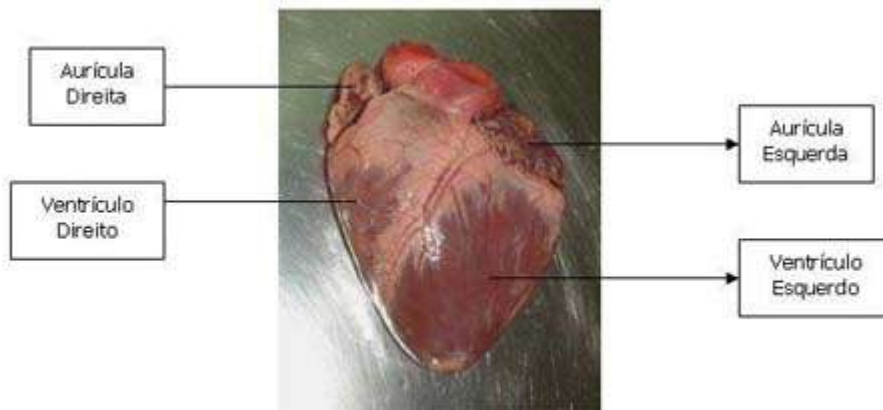


Resultados:

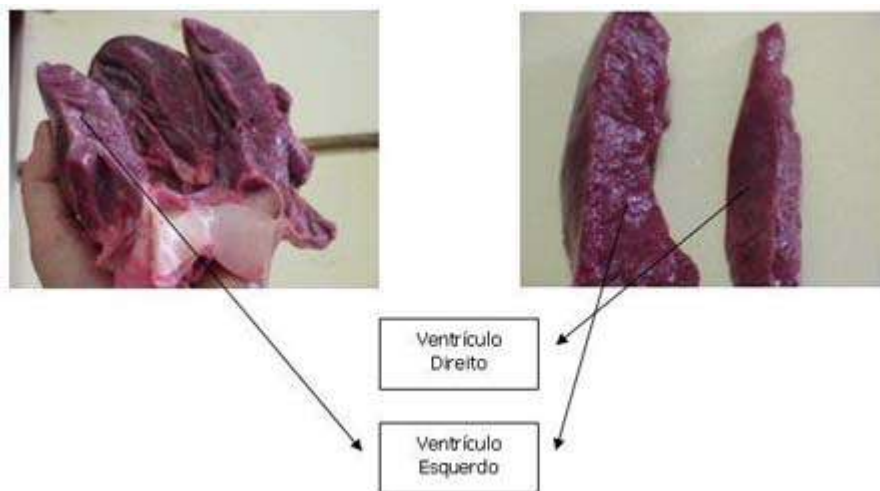
Observámos que o coração é constituído pelo miocárdio (músculo cardíaco), o pericárdio (película que existe no exterior do coração) e pelo endocárdio. (película que se encontra no interior do coração).



Ao observar o coração, detectamos quatro cavidades constituintes do coração: as aurículas (cavidades superiores) e os ventrículos (cavidades inferiores):



E ao observarmos os ventrículos, detectamos que o ventrículo esquerdo é mais espesso que o ventrículo direito. As paredes das aurículas são mais finas que as dos ventrículos.



Observamos também a artéria pulmonar, que tem ligação com o ventrículo direito, e a artéria aorta, que tem ligação com o ventrículo esquerdo. No início de cada uma das artérias existem pregas membranosas, designadas válvulas arteriais.





Válvula
Arterial

Conclusão:

Com esta actividade experimental foi possível identificarmos os ventrículos e as aurículas. Os ventrículos são maiores que as aurículas e têm um miocárdio mais espesso que estas, isto devido à actividade contractiva. Ao observarmos as válvulas auriculoventriculares que têm uma cor esbranquiçada, conseguimos ver a diferença entre a válvula bicúspide e a válvula tricúspide devido às pregas membranosas, a válvula tricúspide tem 3 e a válvula bicúspide 2, tal como indicam os seus nomes (tri – 3/ bi – 2). O septo interventricular foi difícil de observar visto que estava cortado. Para terminar no interior do coração podemos verificar a ligação que existe entre a aurícula direita e as veias cavas superiores e inferiores; entre a aurícula esquerda e as veias pulmonares; entre o ventrículo direito e a artéria pulmonar e entre o ventrículo esquerdo e a artéria aorta. Externamente foi possível observar que o Coração continha sebo à sua volta, visto que era um coração de boi.

