



LOCAL

Procedimento cirúrgico de urologia inovador no Hospital de Guimarães

O Hospital da Senhora da Oliveira Guimarães, através do seu Serviço de Urologia, está a realizar um procedimento cirúrgico inovador para o tratamento da doença Hipertrofia Benigna da Próstata (HBP).

Este tratamento, explica o Hospital de Guimarães, consiste na utilização de um tipo de laser (Greenlight – BostonScientific) para realizar a fotovaporização (destruição por vaporização) do

tecido benigno e obstrutivo da próstata, mantendo integras a ereção e a continência urinária masculinas.

A partir dos 40/50 anos de idade, explicam, dois em cada três homens podem sofrer de HBP. Esta é uma patologia que se traduz em queixas relacionadas com a micção (por exemplo, dificuldade em iniciar ou manter a micção de forma continuada ou o aumento das idas à casa de banho durante o dia ou

durante a noite).

Embora benigna, esta condição afeta imensamente a qualidade de vida de muitos homens.

Este procedimento é feito na Unidade de Cirurgia de Ambulatório do HSOG, sendo uma novidade num hospital do SNS a realização desta prática em ambulatório. Até à data de hoje já foram realizadas cerca de 50 cirurgias na instituição.

<https://maisguimaraes.pt/procedimento-cirurgico-de-urologia-inovador-no-hospital-de-guimaraes/>

Local

Guimarães Marca e duas iniciativas escolares premiadas

O Município de Guimarães acaba de ser reconhecido a nível nacional com três projetos do seu programa, o Guimarães Marca, Eco Parlamento e Orçamento Participativo Escolas.

Cerca de 50 autarquias de todo o país concorreram à segunda edição do Prémio Autarquia do Ano,

promovido pela Lisbon Awards Group e pelo grupo de comunicação social ECO. Guimarães sai deste encontro com três prémios.

O projeto que junta empresas locais numa promoção conjunta entre território e setor económico, o Guimarães Marca é o grande destaque desta edição do Prémio

Autarquia do Ano, garantindo um galardão na área da Economia.

Na área da Democracia, Igualdade e Participação Cívica foram distinguidos os projetos de participação e empoderamento juvenil Eco Parlamento e também o Orçamento Participativo Escolas.

<https://www.fpguimaraes.pt/guimaraes-marca-e-duas-iniciativas-escolares-premiadas/>



Local

70% da população pode estar vacinada até setembro

O Multiusos de Guimarães prepara o processo de vacinação em larga escala. Primeiro teste foi um êxito e vacinou 1000 professores e pessoal não-docente do concelho.

É um dos mais importantes centros de vacinação da região e quer completar o processo de duas vacinas por pessoa até setembro, atingindo assim a chamada imunidade de grupo em setembro de 2021, caso tudo corra pelo previsto.

No último fim de semana foram

cerca de 1000 os inscritos que tiveram a sua primeira dose desta fase de vacinação. O Multiusos de Guimarães deu boa resposta neste processo que contou com o olhar atento dos presidentes do Município, da ARS-Norte e ACES do Alto Ave.

Este centro de vacinação vimarense prepara-se para iniciar o processo de vacinação em massa a partir de 10 de abril, numa altura em que serão convocados mais

professores e pessoal não-docente não só do concelho de Guimarães mas também de outros concelhos vizinhos.

A completar o processo de vacinação a pessoas com mais de 80 anos, Guimarães torna-se num exemplo a norte da cooperação entre entidades públicas locais e regionais.

<https://www.fpguimaraes.pt/70-da-populacao-pode-estar-vacinada-ate-setembro/>

ECONOMIA

Portal das Finanças: Já pode simular o IRS de 2020, mas cuidado

Especialistas contactados pela Executive Digest aconselham a que os contribuintes esperem até dia 15 de abril fazer a entrega do IRS. Isto porque, a aplicação informática do fisco tem erros que só são corrigidos nas primeiras semanas, após as queixas apresentadas por estes profissionais, pelos cidadãos e pelos próprios funcionários da Autoridade Tributária, à medida que as pessoas vão entregando o IRS.

Ou seja, a aplicação da AT só estabiliza, defendem alguns contabilistas, por volta daquela data (15 de abril), dando conta que os simuladores costumam apresentar ainda erros e bugs na fase de

arranque da campanha do IRS. Estes erros podem afetar as decisões dos contribuintes sobre, por exemplo, se devem entregar o IRS em conjunto ou em separado ou se devem englobar outros rendimentos ou não.

A entrega do IRS começa no primeiro dia de Abril e prolonga-se até 30 de Junho. No ano passado, o prazo médio de reembolso foi de 21 dias, um período de tempo mais dilatado do que o registado em anos anteriores, devido ao facto de o país se encontrar nessa altura a enfrentar o seu primeiro confinamento geral.

No entanto, o secretário de Estado dos Assuntos Fiscais, António Mendonça Mendes, afirmou, em entrevista à Lusa, ser "expectável" que os reembolsos do IRS comecem este ano a ser processados mais cedo do que em 2020.

"Aquilo que posso garantir é que estamos em condições de fazer a campanha de IRS, de proceder às liquidações e de proceder aos reembolsos. É normal e é expectável que os reembolsos este ano possam ser relativamente mais rápidos do que foram no ano passado", referiu.

<https://executivedigest.sapo.pt/portal-das-financas-ja-pode-simular-o-irs-de-2020-mas>

SAÚDE

Perceber e prevenir um Acidente Vascular Cerebral? As explicações da DGS

O Dia Nacional do Doente com Acidente Vascular Cerebral (AVC) foi assinalado esta quarta-feira e a Direção-Geral da Saúde (DGS) recorreu às redes sociais para lembrar os portugueses acerca de como se pode perceber que alguém o está a sofrer, assim como dicas sobre como o prevenir. "Quando mais cedo for tratado, maior a probabilidade de não ficar com sequelas graves".

Os principais sinais de alerta a ter em conta resumem-se nos 3F's:

Fala, Face e Força. Como todo o tempo conta numa destas situações, se suspeitar que alguém possa estar a sofrer um AVC peça-lhe, explica a DGS, para fazer o seguinte:

"FACE: Peça à pessoa para sorrir. Um dos lados da cara está paralisado?;

FORÇA: Peça à pessoa para levantar os braços. Um dos braços descai?;

FALA: Peça à pessoa para repetir uma frase simples. As palavras

saem 'enroladas'? A pessoa consegue facilmente repetir a frase ou tem dificuldade em falar ou compreender?"

Se a pessoa tiver um destes sintomas, o tempo é "fundamental" e deve contactar de imediato o número de emergência nacional - 112. Faça com que esta "seja transportada imediatamente à urgência hospitalar", aponta a Autoridade para a Saúde.

<https://www.noticiasaoiminuto.com/pais/1723043/perceber-e-prevenir-um-acidente-vascular-cerebral-as-explicacoes-da-dgs>

DESPORTO

Liga NOS Jornada 25

Dia 4, 17h30
VSC - Tondela
Dia 5, 21h00
Moreirense - SCP

Qualificação 2022 Mundial

Sérvia 2 - Portugal 2
Luxemburgo 1 - Portugal 3

Euro Sub 21

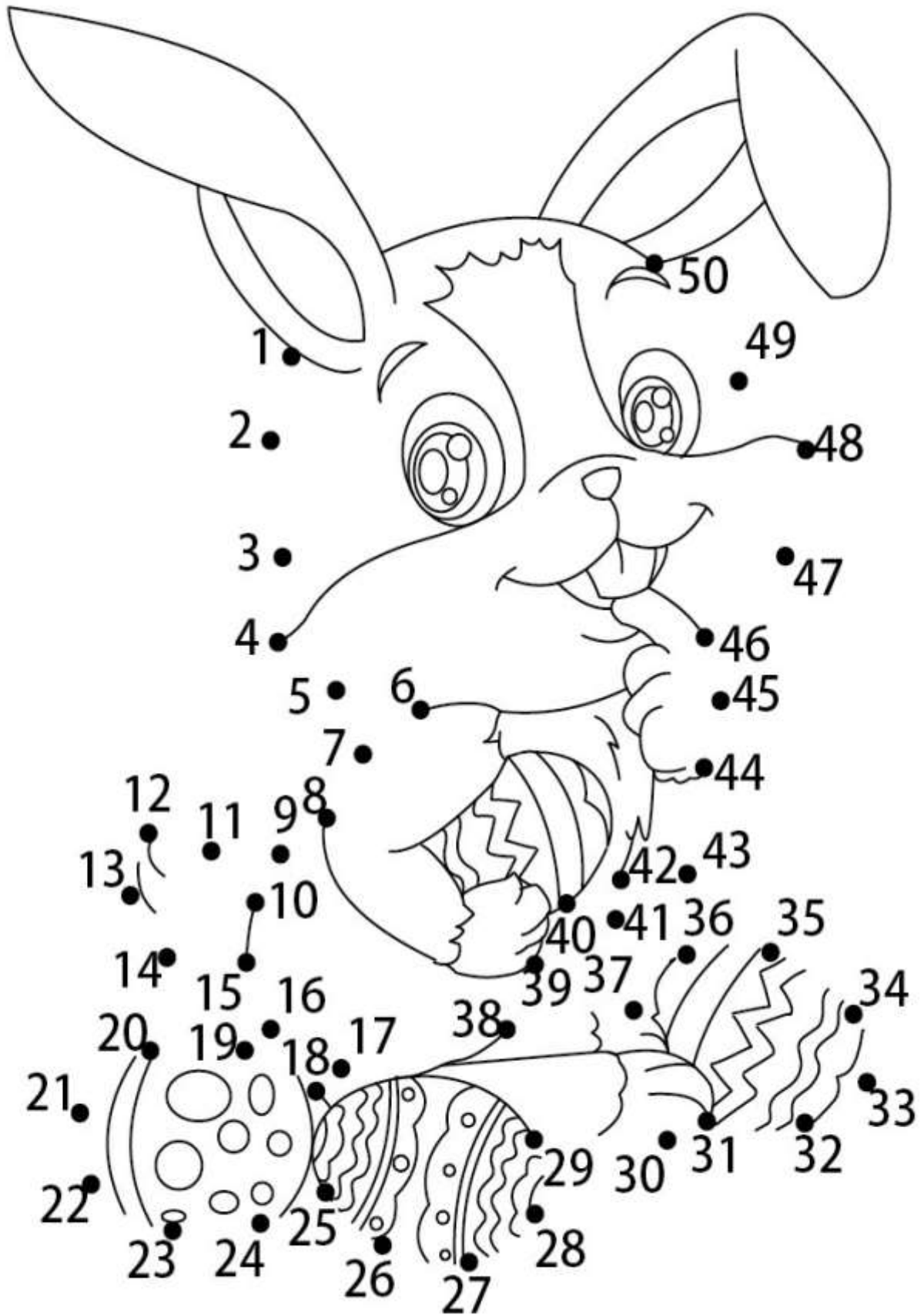
Fase de Grupos

Portugal 2 - Inglaterra 0
Suíça 0 - Portugal 3

Quartos de final

Dia 31
Espanha - Croácia
Portugal - Itália
Dinamarca - Alemanha
Holanda - França

PASSATEMPO



Ementa - SAD

Semana de 3 a 9 de abril

Sábado	Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Sopa de Couve portuguesa com feijão-vermelho		Sopa de penca	Creme de cenoura e alho-francês	Sopa de Repolho	Creme de abóbora e feijão-verde	Sopa de brócolos
Cação grelhado com arroz de cenoura e brócolos ⁴		Chili de carne com arroz e salada de alface e cenoura raspada	Pescada assada no forno com batata assada e feijão-verde ⁴	Frango estufado com massa espiral, ervilhas e couve Roxa ^{1,3}	Bacalhau à Brás com salada de tomate ^{3,4}	Coelho estufado com cenoura, batata e couve-Bruxelas
Fruta crua da época		Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época	Fruta crua da época/ Gelatina ^{1,5,6,7,8,9,12}	Fruta crua da época

Por motivos imprevistos, a ementa poderá sofrer alterações.

A refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados:

¹Cereais que contém glúten, ²Crustáceos, ³Ovos, ⁴Peixes, ⁵Amendoins, ⁶Soja, ⁷Leite, ⁸Frutos de casca rija, ⁹Aipo, ¹⁰Mostarda, ¹¹Sementes de Sésamo, ¹²Dioxido de enxofre e sulfitos, ¹³Tremoços, ¹⁴Moluscos.

Farmácias de serviço		
Data	Farmácia	Localização
03 de abril	Avenida	Av. D. João IV
04 de abril	Paula Martins	R. Teixeira de Pascoais
05 de abril	Lobo	Av. De Londres
06 de abril	Vitória	Guimarãeshopping
07 de abril	Hórus	Lg. Do Toural
08 de abril	Parque	R. Dr. Carlos Saraiva
09 de abril	Pereira	Al. S. Dâmaso

Contatos Úteis	
SOS	112
SNS	808 24 24 24
BVG	253 515 444
Hospital	253 540 230
CMG	253 421 200
PSP	253 540 660
PM	253 421 222



CENTRO COMUNITÁRIO DE SOLIDARIEDADE E INTEGRAÇÃO SOCIAL

Travessa de Vila Verde - S. Sebastião

Tel: 253 511 400

Correio eletrónico: virginia.macedo@fraterna.org  cristina.oliveira@fraterna.org

www.fraterna.org

<https://facebook.com/fraterna.org>