



dezembro 2025

Entrevista do mês

Na edição de dezembro da newsletter, os enfermeiros Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa, da Unidade de Cirurgia de Ambulatório (UCA) da Unidade Local de Saúde de Entre Douro e Vouga (ULSEDV), partilham a experiência da sua equipa na implementação de práticas mais sustentáveis em contexto cirúrgico.

"O nosso interesse pela sustentabilidade surgiu, naturalmente, ao perceber, no trabalho diário, o elevado consumo de materiais e a quantidade de resíduos gerados, e como pequenas mudanças poderiam melhorar tanto o ambiente como a eficiência dos nossos cuidados"



1. Pode falar-nos um pouco sobre a sua função na UCA e como surgiu o interesse pela sustentabilidade no contexto de trabalho?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Somos enfermeiros do bloco operatório na UCA da ULSEDV. O nosso interesse pela sustentabilidade surgiu, naturalmente, ao perceber, no trabalho diário, o elevado consumo de materiais e a quantidade de resíduos gerados, e como pequenas mudanças poderiam melhorar tanto o ambiente como a eficiência dos nossos cuidados.

2. Que pequenas alterações foram implementadas na rotina da UCA?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): As alterações introduzidas foram:

- Redução de gases anestésicos (tentámos reduzir a utilização dos gases anestésicos com maior impacto ambiental);
- Gestão de resíduos (melhorámos a triagem e reduzimos os resíduos hospitalares);
- Redução de desperdícios (implementámos medidas para minimizar os consumos desnecessários);
- Sensibilização profissional (formação e sensibilização da equipa do bloco operatório).

3. Que tipo de impacto notou na equipa, nos doentes ou nos recursos utilizados?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Notámos maior consciência na equipa, procedimentos mais organizados e uma utilização mais criteriosa dos materiais, tornando também a unidade economicamente mais sustentável.

4. Houve alguma mudança que a tenha surpreendido pela simplicidade ou pelos resultados?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): A mudança que mais nos surpreendeu foi a triagem de resíduos. É uma alteração extremamente simples de implementar, mas teve um impacto enorme: reduziu significativamente o volume de resíduos indiferenciados, aumentou a reciclagem e tornou a equipa muito mais consciente sobre o que realmente precisa de ser descartado como resíduo clínico. Foi a prova de que, mesmo em ambiente cirúrgico, pequenos gestos podem gerar grandes resultados.

5. Como é que a equipa reagiu a estas iniciativas? Foi fácil envolver todos?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Toda a equipa aderiu muito bem. Quando se mostra que pequenas ações facilitam o trabalho diário, e não o complicam, o envolvimento surge naturalmente.

6. Há dados ou observações que indiquem melhorias concretas, como redução de desperdício, menor consumo de materiais ou maior eficiência?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Quanto a dados realizámos um estudo comparativo entre 2022 (ano anterior as medidas implementadas) e 2024 (um ano após as medidas implementadas), tendo obtido como principais resultados:

- A utilização de Desflurano, um dos gases anestésicos mais poluentes, sofreu uma redução extremamente significativa, passando de 14.862€, em 2022, para apenas 1.505€ em 2024;
- Registámos um aumento expressivo na reciclagem: o vidro passou de 45 kg para 85 kg, o plástico de 547 kg para 820 kg e o papel de 912 kg para 1.980 kg;
- Adoção crescente de batas cirúrgicas reutilizáveis, que aumentou de 2.618 unidades, em 2022, para 4.308, em 2024;
- Redução notável no consumo energético, traduzindo-se numa descida de custos de 211.400€ em 2022 para 117.800€ em 2024.

Estes resultados mostram que a mudança de práticas teve impacto real, mensurável e sustentável.

7. Considera que estas mudanças também têm impacto económico positivo?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Sem dúvida. Os dados que observámos confirmam um impacto económico muito positivo. A redução drástica no consumo de Desflurano, a maior utilização de batas reutilizáveis e a descida acentuada nos custos de energia representam poupanças diretas e sustentáveis para a unidade. Além disso, o aumento da reciclagem e a diminuição de resíduos indiferenciados permitem uma gestão mais eficiente dos recursos e dos custos associados ao tratamento de resíduos. Estas mudanças mostram que práticas mais sustentáveis não só beneficiam o ambiente, como também contribuem para uma utilização mais inteligente e económica do orçamento da UCA.

8. Que conselho deixaria a outras equipas que acham que é difícil começar?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): O nosso conselho é começar com passos simples e visíveis. Não é preciso transformar tudo de uma vez: duas ou três medidas bem escolhidas já criam motivação e mostram resultados reais.

9. Há algum projeto futuro ou ideia que gostasse de ver implementada?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Neste momento, já implementámos todas as medidas que estavam ao nosso alcance sem necessidade de autorizações superiores. Para continuarmos a tornar a unidade ainda mais eficiente, é indispensável um investimento por parte do conselho de administração da ULSEDV.

As melhorias que gostaríamos de ver avançar são sobretudo de carácter estrutural: instalação de painéis fotovoltaicos, colocação de sensores de movimento para gestão automática da iluminação, aplicação de revestimento em capoto em todo o edifício e instalação de redutores de caudal mais eficientes em todas as torneiras. São intervenções que exigem investimento inicial, mas que trariam benefícios significativos em sustentabilidade e eficiência a longo prazo.

10. Como imagina o futuro da sustentabilidade nas UCAs?

Rosalina Medeiros e Miguel Barbosa (RMMB): Imagino UCAs onde a sustentabilidade faz parte natural da prática clínica: blocos mais digitais, processos mais eficientes, redução consistente de descartáveis e equipas cada vez mais envolvidas numa cultura de responsabilidade ambiental e económica.

**Siga as nossas notícias nas redes sociais e no
nosso website!**



You received this email because you are registered with APCA - Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória
[Unsubscribe here](#)