

# Reabilitação Respiratória

Lopes, C., M. Cristiana, Silva, D.;  
Rodrigues, J., Silva, M., Ribeiro, A.

ISAVE

Fisioterapia



## RECURSOS NA COMUNIDADE



### Tenho patologia respiratória e agora?

As pessoas com patologia respiratória, bem como os seus familiares/cuidadores, carecem de apoio médico e obtenção de conhecimentos relativamente à doença e acessos disponíveis para adquirirem uma melhor resposta em situações de risco. De seguida, apresentam-se os respetivos acessos.

# Quem contactar?

## Serviços Sociais

Os Serviços Sociais e Equipamentos Sociais estão acessíveis à comunidade através da Carta Social que consiste numa base de dados acessível através do website (<http://www.cartasocial.pt>) e baseia-se num estudo de análise da dinâmica da Rede de Serviços e Equipamentos Sociais de modo a disponibilizar à comunidade respostas sociais, no âmbito da ação social, tuteladas pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social (MTSSS), em funcionamento no Continente, a sua caracterização, localização territorial, equipamentos e entidades de suporte.



Para além da Carta Social existe também a Linha SS (Linha Segurança Social- <https://www.seg-social.pt/inicio>), que compreende um serviço de atendimento que diminui a distância entre o cidadão e a Segurança Social e dispõem de um Atendimento Personalizado (dias úteis das 09h00 às 18h00) e um Atendimento Automático (24h por dia, 7 dias por semana), através dos seguintes números: 300 502 502 ou 210 545 400.

Os programas de Reabilitação Respiratória estão disponíveis em várias regiões do nosso país, nomeadamente, região norte, centro, sul e ilhas.



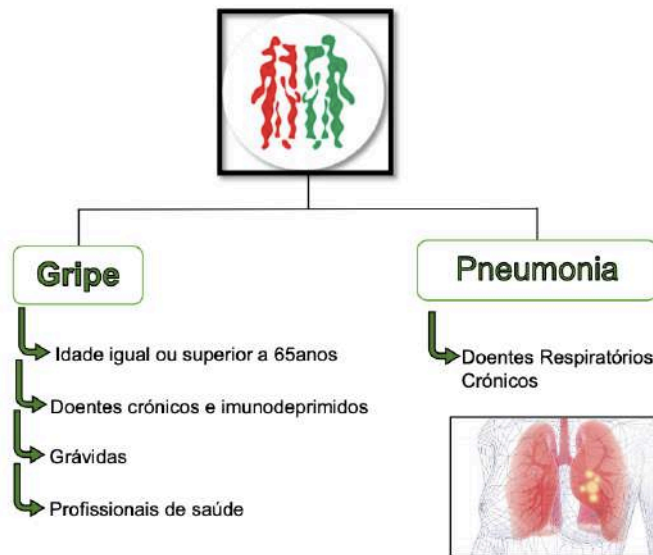
## Situações de agravamento de sintomas



O centro de saúde e o seu médico de família são a primeira opção, só depois disso deverá contactar ou seguir para o Hospital.

# Cuidados importantes a ter

A vacinação é fundamental para evitar o agravamento do quadro respiratório.



## Outra recomendação que provavelmente não se cansa de ouvir, deve deixar de fumar!

