

O GESTO



Verdadeiros Cuidados,
dentro e fora das clínicas

04

1.ª PESSOA

Entrevista à Dr.ª Catarina Meng

06

CLÍNICAS DIAVERUM

Conheça a Diaverum Vila de Conde

08

ARTIGO | FARMÁCIA

Farmácia clínica e whole person care em hemodiálise. O Modelo Diaverum

10

ARTIGO | ESG

Cuidar do Presente, proteger o Futuro: o compromisso ESG da Diaverum

14

ARTIGO | d.HOLIDAY

Vamos Viajar Juntos: uma semana de descobertas, amizade e qualidade de vida em Amarante

16

ARTIGO | ENFERMAGEM

Higiene das Mãos:
Uma ação que salva vidas

18

ARTIGO | PATIENT EXPERIENCE

Patient Experience na Diaverum: Evolução, Impacto e Reconhecimento em Portugal

19

ARTIGO | WELL-BEING

Well-being 2026: Cuidar das Pessoas, Construir Bem-Estar

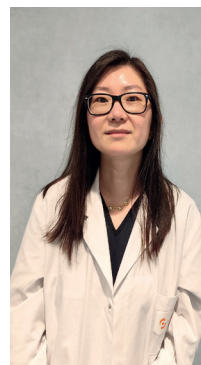
20

É NOTÍCIA

22

RECEITA

Caril de Tamboril



FICHA TÉCNICA

PROPRIEDADE: Diaverum Investimentos e Serviços, Lda.
Sintra Business Park, Zona Industrial da Abrunheira,
Edifício 1, Piso 1, Escritório 10, 2710 - 089 - Sintra

RESPONSÁVEL: Joana Cal, Elisabete Carvalho, Luís Carrasco

PUBLICAÇÃO: Semestral

TIRAGEM: 500 exemplares



Por: Joana Cal
Human Resources Director Portugal

Excelência que transforma vidas

Escrever este editorial, pela primeira vez, é para mim uma oportunidade especial de parar, olhar para o caminho que fizemos no primeiro semestre de 2026 e reconhecer aquilo que verdadeiramente sustenta a Diaverum Portugal: as suas pessoas. Num setor tão exigente e em permanente transformação, falar de excelência clínica, inovação e qualidade é, inevitavelmente, falar das equipas que todos os dias tornam possível cuidar melhor de quem vive com doença renal crónica.

O primeiro semestre trouxe-nos desafios relevantes – regulatórios, financeiros, operacionais e humanos – mas trouxe também muitas razões para nos orgulharmos. Continuámos a investir de forma sustentada na melhoria contínua, na inovação e na proximidade, mantendo sempre o foco na nossa missão: melhorar a qualidade de vida dos nossos pacientes através de cuidados renais de excelência, prestados com competência, paixão, inspiração e verdadeiro cuidado.

A melhoria da nossa rede de clínicas foi uma das expressões visíveis desse compromisso. A recolocação da unidade de Almada permitiu criar melhores condições para pacientes e profissionais, reforçando o conforto, a segurança e a qualidade da experiência de todos os que ali recebem ou prestam cuidados. Para mim, estes investimentos têm um significado muito concreto: representam ambientes mais humanos, mais seguros e mais adequados ao trabalho exigente e profundamente relevante que as nossas equipas realizam diariamente.

A inovação continuou igualmente a marcar o nosso percurso. A participação em iniciativas científicas internacionais, o desenvolvimento de projetos clínicos e a integração progressiva de soluções digitais mostram uma organização que não se limita a acompanhar a evolução dos cuidados renais: quer contribuir ativamente para ela. Inovar, para nós, não é apenas implementar novas ferramentas ou processos; é encontrar melhores formas de cuidar, de apoiar a decisão clínica, de simplificar o trabalho das equipas e de tornar a experiência dos pacientes cada vez mais personalizada.

Mas há uma dimensão que me toca particularmente: a experiência do paciente. As iniciativas que promovem a mobilidade, a autonomia e o bem-estar mostram que a nossa ambição vai muito além do tratamento. Cuidar é também criar condições para que cada pessoa possa viver com mais liberdade, dignidade e confiança.

Esta visão integral do cuidado é uma das marcas que mais valorizo na Diaverum e uma das razões pelas quais o trabalho das nossas equipas tem tanto impacto.

Ao longo destes meses, reforçámos também a nossa presença junto das comunidades, dos parceiros e dos diferentes stakeholders. A participação no Simpósio de Atualização em Nefrologia, no Congresso da ERA em *Glasgow*, as iniciativas do Dia Mundial do Rim e os momentos dedicados à valorização das nossas equipas demonstram uma Diaverum aberta, colaborativa e empenhada em partilhar conhecimento. São iniciativas que reforçam a literacia em saúde, promovem a prevenção da doença renal e contribuem para afirmar a nossa marca no ecossistema da saúde, sempre com sentido de responsabilidade e proximidade.

Enquanto responsável pela área de Pessoas, há uma convicção que se torna cada vez mais clara para mim: cuidar bem dos pacientes começa por cuidar bem das nossas equipas. Num contexto em que a atração, retenção e desenvolvimento de talento são desafios estruturais para o setor da saúde, continuámos a investir na valorização dos profissionais, na escuta ativa, no desenvolvimento de competências e na construção de uma cultura assente nos nossos valores. A excelência não acontece por acaso; nasce da dedicação, da liderança, da colaboração e do compromisso diário de cada pessoa.

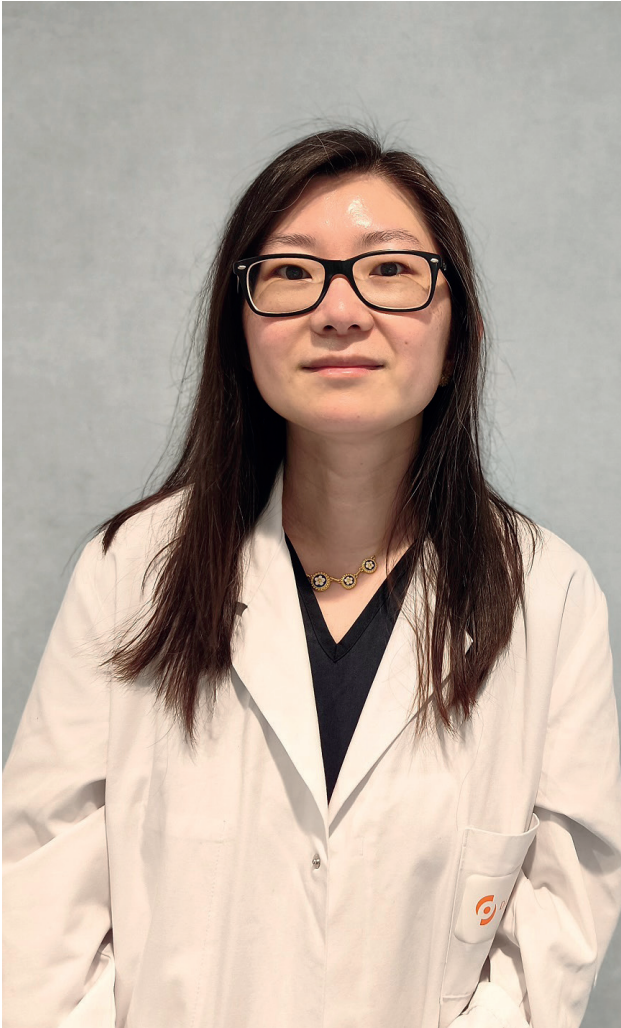
É por isso que, quando penso neste semestre, penso sobretudo nas pessoas: nos nossos pacientes, que confiam em nós em momentos tão importantes das suas vidas; nos profissionais, que dão o melhor de si todos os dias; nas lideranças, que equilibram exigência e proximidade; e nos parceiros, que nos ajudam a continuar a evoluir. São estas pessoas que dão sentido ao que fazemos e que transformam a nossa missão em realidade.

Olhando para o futuro, sei que o segundo semestre trará novos desafios. Mas sei também que temos a energia, o conhecimento e o compromisso necessários para continuar a responder com qualidade, inovação e humanidade. Continuaremos a trabalhar para sermos melhores, não apenas nos resultados que alcançamos, mas na forma como cuidamos, colaboramos e crescemos juntos.

Na Diaverum Portugal, acreditamos que “*good enough is never enough*”. Para mim, esta frase traduz muito mais do que uma ambição: traduz uma forma de estar. É a vontade de aprender, de melhorar, de desafiar o que já fazemos bem e de procurar sempre novas formas de criar impacto positivo na vida das pessoas.

É com esta ambição, e com profundo reconhecimento por todos os que fazem parte deste caminho, que continuamos juntos a transformar vidas.

**Entrevista à
Dr.ª Catarina Meng,**
37 anos, nomeada Diretora Clínica
da Unidade de Amarante,
a 1 de Maio de 2026



Qual é a sua visão global da Diaverum enquanto empresa?

Empresa de referência no setor da Hemodiálise de doentes renais crónicos, com equipamentos e profissionais de topo, na missão dos melhores cuidados de medicina de proximidade.

Há quanto tempo trabalha na Diaverum e qual foi o seu percurso?

Desde Março de 2015. Iniciei funções como Médica Residente na Diaverum de Vila do Conde. Construí todo o meu percurso na empresa, enquanto Nefrologista Coordenadora desde 2017, tendo passado pelas Unidades de Vila do Conde (a “casa-mãe” onde permaneci durante estes onze anos), Marco de Canavezes, Vila Verde, Amarante (desde a sua abertura a 5 de Janeiro de 2022).

Quais os maiores desafios que enfrenta atualmente na sua nova função? Como é o seu relacionamento com o restante staff?

A aplicação de um modelo de liderança estratégica com os desafios que enfrentamos hoje, (inteligência artificial, novas formas de criação de valor e sustentabilidade ESG) mas também a “gestão” de pessoas. Coloco gestão entre aspas, pois quando falamos em gestão focamo-nos tendencialmente na parte financeira, tangível, e as pessoas são muito mais do que isso – são a força motriz das organizações. Compete aos líderes potenciarmos o desenvolvimento, a motivação e a retenção do capital humano, que naturalmente é avesso à mudança. Cito Nadim Habib, cuja visão partilho, “Líderes mudam coisas”.

O que lhe dá mais prazer na sua função?

O desafio, visão estratégica e melhoria contínua, de fazer sempre melhor, para os nossos doentes.

Tem alguma “paixão” / hobbies de que nos queira falar?

Muitos! Sempre gostei de muitas coisas. Gosto de estudar, o que parece ser transversal a muitos colegas de profissão, com especial enfoque nas áreas do direito e fiscalidade. Cozinho muito, essencialmente pastelaria de inspiração francesa. Faço bricolage nos tempos livres, desde pintar, estucar, ladrilhar até à canalização.

Três características que a definam enquanto pessoa?

Persistência, Preserverança e (alguma, ainda) Inocência.

Qual é o seu maior sonho?

Ser muito feliz e partilhar essa felicidade.



Conheça a

Diaverum Vila do Conde

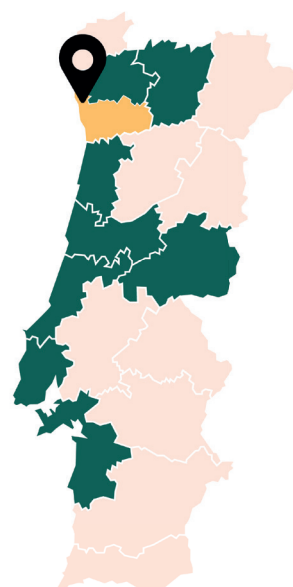
Morada: Rua Dona Maria Paes Ribeiro, n.º 53, 4480-877 - Vila do Conde

Contactos: 252 290 970 | clinic.viladoconde@diaverum.com

Sala de tratamento:

Sala 1 – 17 postos / Sala 2 – 17 postos

Turnos Abertos: 4 turnos em dias pares e 3 em dias ímpares



Capacidade

272

Doentes

Saiba mais sobre a
Diaverum Vila do Conde



Diretora Clínica
Patrícia Martins



Enfermeiro Chefe
Rafael Colares

Farmacêutica: Manuel Lascasas

Assistente Social: Joana Dantas

Nutricionista: Inês Ramião

Secretariado: Lúcia Nogueira;
João Novo

Nefrologistas: Mariana Sousa; Hugo
Ferreira; Ana Castro; Leonídio Dias;
Ana Pinho

Médicos Residentes: Sara Queirós;
Rafael Gonçalves; Lígia Lopes;
Rafaela Silva; Ana Cunha; Ana Rita
Costa; Ana Filipa Santos; Rafael
Figueiredo; Bernardo Fernandes
Gonçalo Gomes; Isabel Malafaya
Marcela Vasconcelos

Enfermeiros: Elisabete Araújo;
Cláudia Nogueira; Áurea Ferreira; Rita
Torres; Rita Loureiro; Ricardo Benta;
Maria Silva; Ana Raquel Brás; Ana
Moreira; Luís Reis; Francisco Ribeiro;
Mário Cerejeira; Carla Ramos; Rosa
Morais; Sofia Ferreira; Ivete Cadilhe;
Inês Magalhães; Ana Ferreira; Cátia
Martinho; Clara Oliveira; João Carmo;
Isa Novo

Auxiliares: Mara André; Paula Areias
Paula Dias; Ana Silva; Diamantina
Lago; Elisabete Gomes; Manuela Silva
Leonor Milhazes; Sofia Soares; Maria
João





Por: Alexandra Torres
Diretora dos Serviços Farmacêuticos

Farmácia clínica e whole person care em hemodiálise O Modelo Diaverum

A hemodiálise é uma terapêutica vital, mas também uma das intervenções mais exigentes da medicina. Para além do controlo bioquímico e da adequação dialítica, o sucesso clínico depende cada vez mais de uma abordagem centrada no doente, capaz de integrar sintomas, adesão, carga terapêutica, saúde mental e qualidade de vida. Neste contexto, a farmácia clínica assume um papel decisivo, não apenas na validação da medicação, mas na otimização do tratamento global do doente. Também a ASHP identificou o whole person health como uma das principais tendências estratégicas da farmácia para 2025, sinalizando uma mudança clara do foco no medicamento isolado para o cuidado integral da pessoa.

Um modelo centrado na pessoa

O conceito de whole person care parte de uma premissa simples: o doente com insuficiência renal terminal não é definido apenas pelo regime dialítico ou pelos parâmetros laboratoriais. Vive com múltiplas comorbilidades, polimedicação, restrições dietéticas, deslocações frequentes, fadiga, sintomas persistentes e, não raramente, sofrimento psicológico. Em hemodiálise, estes fatores interagem entre si e influenciam diretamente a adesão, a experiência de tratamento e os resultados clínicos. A farmácia clínica, quando integrada na equipa multidisciplinar, pode ajudar a identificar prioridades reais do doente e traduzir essas prioridades em intervenções concretas.

A literatura recente da ESCP reforça a transição para cuidados farmacêuticos individualizados, com decisão partilhada e continuidade assistencial, alinhados com uma prática centrada no doente. Esta orientação é particularmente pertinente em nefrologia, onde a complexidade terapêutica é elevada e os efeitos cumulativos da doença e do tratamento são frequentemente subestimados.

Carga terapêutica e adesão

A carga terapêutica em hemodiálise é substancial. Uma revisão sistemática recente mostrou que os doentes em hemodiálise tomam, em média, 14,57 comprimidos por dia e 9,74 medicamentos, com os anti-hipertensores e os quelantes do fósforo entre os grupos mais frequentes.

Mais importante do que o número absoluto é o impacto funcional dessa carga: maior complexidade terapêutica associa-se a pior adesão, maior burden e maior probabilidade de falhas no autocuidado.

Este é um ponto central para a farmácia clínica. A revisão da medicação deve ir além da deteção de interações ou da correção da dose. Deve procurar simplificar regimes, reduzir comprimidos desnecessários, alinhar horários com a rotina do doente e verificar se cada medicamento tem benefício clínico claro. A complexidade terapêutica pode ser, em si mesma, um fator de risco para não adesão, erro e abandono parcial do tratamento. Em hemodiálise, simplificar é frequentemente uma intervenção terapêutica com valor próprio.

Sintomas e qualidade de vida

A experiência do doente em hemodiálise é fortemente condicionada por sintomas físicos e pela sua repercussão funcional. Fadiga, prurido, câibras, hipotensão intradialítica, náuseas, dor e perturbações do sono são queixas frequentes e podem comprometer a tolerância ao tratamento, a participação social e a perceção global de saúde. Apesar disso, na prática clínica muitos destes sintomas recebem menor atenção do que os indicadores laboratoriais clássicos.

A evidência disponível mostra que as intervenções farmacêuticas em hemodiálise podem melhorar qualidade de vida, valores laboratoriais e compreensão terapêutica, sobretudo quando há revisão estruturada da medicação e acompanhamento ativo do doente. Uma revisão recente concluiu que os farmacêuticos contribuem para a resolução de problemas relacionados com medicamentos e para melhoria da qualidade de vida, embora o impacto em mortalidade e utilização global de cuidados permaneça inconclusivo. Isto é clinicamente relevante: mostra que o valor da farmácia não está apenas em desfechos “duros”, mas também em desfechos que importam diretamente ao doente.

Saúde mental e literacia em saúde

A componente psicológica é inseparável do cuidado em hemodiálise. Ansiedade, humor deprimido, sobrecarga emocional e sensação de perda de controlo são frequentes e influenciam a adesão e a forma como o doente vive a terapia. Um modelo de whole person care reconhece esta realidade e promove uma resposta integrada, com articulação entre nefrologia, enfermagem, farmácia, psicologia e assistência social.

A literacia em saúde também merece destaque. O doente em hemodiálise é frequentemente confrontado com instruções complexas: restrição hídrica, dieta, múltiplos horários de medicação, vigilância de sinais de alarme e alterações terapêuticas repetidas. O farmacêutico tem um papel essencial na tradução da linguagem técnica para mensagens claras, práticas e consistentes. Esta função educativa é particularmente importante para reforçar autonomia, prevenir erros e apoiar a tomada de decisão partilhada.

Tratamento burden e avaliação centrada no doente

Uma revisão de treatment burden em diálise mostrou que este constructo inclui dimensões muito para além da medicação: impacto financeiro, administrativo, logístico, de tempo/deslocação, fatores específicos da diálise e desigualdades em saúde. O mesmo trabalho concluiu que os instrumentos atualmente disponíveis são insuficientes para captar todo o espectro da carga vivida pelos doentes em diálise. Esta observação é importante porque reforça a necessidade de avaliar não só eficácia terapêutica, mas também o custo humano do tratamento.

Na prática, uma consulta farmacêutica orientada por whole person care pode incluir perguntas simples e estruturadas sobre sintomas, dificuldades em tomar a medicação, compreensão dos objetivos terapêuticos, impacto do tratamento no trabalho ou na vida familiar e sinais de sofrimento psicológico. Ao sistematizar esta informação, o farmacêutico consegue intervir de forma mais precisa e humana. Em muitos casos, pequenas mudanças na organização da terapêutica podem melhorar de forma relevante a experiência do doente.

Como fazemos no dia a dia da Diaverum

No programa de hemodiálise da Diaverum, a farmácia clínica pode concretizar este modelo através de intervenções regulares e mensuráveis. Uma primeira etapa é a revisão da medicação com foco em indicação, dose, segurança, interações e simplificação do esquema. Uma segunda etapa é a identificação de barreiras à adesão, incluindo efeitos adversos, esquecimento, custo, crenças sobre os medicamentos e dificuldade em interpretar instruções. Uma terceira etapa é o acompanhamento dos sintomas e da qualidade de vida, com registo de problemas e intervenção coordenada com a equipa.

Também é útil monitorizar indicadores de processo e de resultado: número de problemas relacionados com medicamentos resolvidos, número de intervenções farmacêuticas aceites, número de medicamentos por doente, episódios de não adesão reportada e perceção de qualidade de vida. Estes dados permitem demonstrar valor clínico e apoiar a sustentabilidade do serviço. Em paralelo, ajudam a transformar um conceito abstrato – whole person care – numa prática auditável e reproduzível.

Conclusão

A farmácia clínica em hemodiálise na Diaverum tem uma função completamente centrada no nosso doente. A melhor evidência disponível mostra que a revisão farmacêutica melhora problemas relacionados com medicamentos e pode melhorar qualidade de vida e compreensão terapêutica, enquanto a carga medicamentosa e o treatment burden permanecem elevados e clinicamente relevantes.

Neste cenário, o whole person care não é um conceito abstrato ou “aspiracional”; é a base da nossa actividade assistencial com impacto direto na qualidade dos cuidados.

Bibliografia selecionada

- DiPiro JT, Hoffman JM, Tichy E, et al. ASHP and ASHP Foundation Pharmacy Forecast 2025: Strategic Planning Guidance for Pharmacy Departments in Hospitals and Health Systems. Am J Health Syst Pharm. 2025;82(2):17-47.
- ASHP Foundation. Pharmacy Forecast 2025.
- European Society of Clinical Pharmacy. Patient-centred pharmaceutical care / research priorities.
- Medication burden in patients with dialysis-dependent CKD: a systematic review. Ren Fail. 2024.
- Impact of pharmacist-led medication review among hemodialysis patients: a systematic review. J Pharm Policy Pract. 2025.
- Measures of treatment burden in dialysis: a scoping review. J Ren Care. 2024.





Por: Ana Dinis
 Quality Specialist

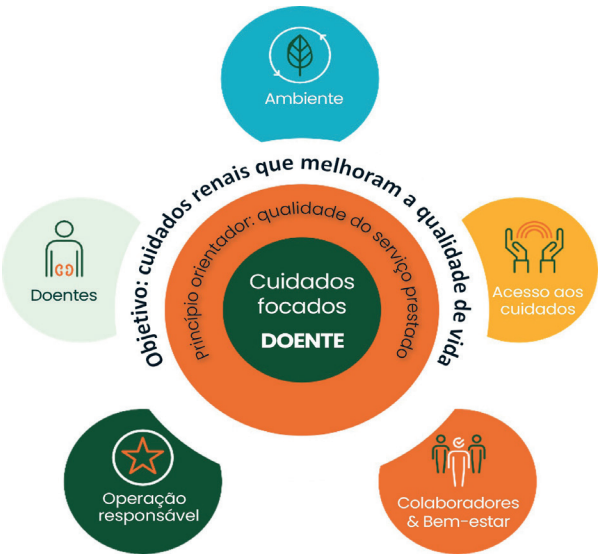
Cuidar do Presente, proteger o Futuro: o compromisso ESG da Diaverum

Uma estratégia centrada no doente que integra sustentabilidade, inovação e responsabilidade para transformar os cuidados renais

Dando continuidade ao enquadramento conceptual apresentado anteriormente sobre a importância das práticas ESG (Environmental, Social and Governance) e o seu impacto crescente nas organizações, importa evidenciar de forma mais concreta como estes princípios se materializam na realidade da Diaverum Portugal.

Mais do que uma abordagem estratégica da organização, trata-se de um compromisso traduzido na prática diária, com o objetivo de oferecer os mais elevados padrões de qualidade do serviço, através de um modelo verdadeiramente centrado no doente renal crónico. Este modelo assenta em práticas sustentáveis, na promoção de um acesso equitativo aos cuidados de saúde, na valorização contínua dos profissionais e numa gestão pautada pela responsabilidade e transparência.

Saiba mais sobre as nossas políticas de ESG



Neste percurso, a Diaverum Portugal tem vindo a implementar um conjunto consistente de iniciativas que refletem o seu alinhamento com os desafios atuais e futuros do setor da saúde. Entre os principais marcos alcançados, destacam-se:

- **A avaliação da satisfação dos colaboradores, com um resultado de 4,01 em 5**, que evidencia o compromisso com o bem-estar e o envolvimento das equipas e destas com a organização;
- A instalação de painéis solares, que permitiu, em 2025, **atingir uma autoprodução de 5,7% da energia elétrica consumida**, reforçando a aposta em fontes renováveis;
- **Um aumento de 54,8% na participação em ações de literacia em saúde**, promovendo uma maior capacitação e envolvimento da comunidade;
- **A avaliação da satisfação dos doentes, com um score de 6,35 em 7**, refletindo a qualidade e humanização dos cuidados prestados;
- O investimento na digitalização, **que contribuiu para uma redução de 34% no consumo de papel** entre 2023 e 2025, evidenciando ganhos de eficiência e sustentabilidade.

Com uma visão orientada para o futuro, a Diaverum mantém o seu compromisso de desenvolver soluções que respondam às necessidades do presente, sem comprometer a capacidade das gerações futuras. Este caminho implica equilibrar, de forma integrada, as dimensões ambiental, social e económica, promovendo um desenvolvimento verdadeiramente sustentável e duradouro. Com esta linha orientadora, pretendemos:

Retardar a progressão da doença	Prestar cuidados de diálise integrada e digitalizada	Utilizar práticas e tecnologias ecológicas	Promover o transplante
Promover estratégias eficazes de pré-diálise que retardem a necessidade de diálise.	Melhorar a qualidade de vida dos doentes, reduzindo a hospitalização, por exemplo.	Promover a eficiência, otimização e inovação tecnológica.	Reduzir o impacto da diálise nos sistemas de saúde e no meio ambiente.



Na Diaverum, acreditamos que cuidar vai muito além do presente. A integração dos princípios ESG na estratégia da Diaverum traduz-se num compromisso sólido com a criação de valor sustentável, refletido em práticas concretas que equilibram crescimento económico, responsabilidade ambiental e impacto social positivo. Mais do que responder a exigências atuais, esta abordagem posiciona a organização como um agente ativo na transformação do setor da saúde, assegurando cuidados de elevada qualidade enquanto contribui para um futuro mais sustentável, inclusivo e responsável para todas as partes interessadas.



Todos merecemos uma vida plena

Por este motivo, a Diaverum oferece cuidados renais que permitem melhorar a qualidade de vida das pessoas que sofrem de doença renal crónica em todo o mundo.





Por: Marta Olim
Coordenadora do Serviço Social, Responsabilidade Social
e do Programa d.HOLIDAY Portugal

Vamos Viajar Juntos: uma semana de descobertas, amizade e qualidade de vida em Amarante

Entre os dias 24 e 31 de maio, realizou-se a 4.ª edição do programa Vamos Viajar Juntos, uma iniciativa promovida pela Diaverum Portugal em parceria com a APIR Associação Portuguesa de Insuficientes Renais, que tem como principal objetivo proporcionar a pessoas com doença renal crónica a oportunidade de viajar com segurança, conforto e tranquilidade.

Este ano, Amarante foi o destino escolhido para acolher um grupo de participantes provenientes de várias regiões do país, acompanhados por familiares e cuidadores. Ao longo de uma semana, tiveram oportunidade de conhecer alguns dos locais mais emblemáticos da região, desfrutar de momentos de convívio e criar memórias que permanecerão para além da viagem.

O programa Vamos Viajar Juntos nasceu da convicção de que a doença renal crónica não deve ser um obstáculo à participação social, ao lazer ou à descoberta de novos lugares. No entanto, para muitas pessoas em hemodiálise, viajar continua a ser um desafio associado a receios, limitações logísticas e à necessidade de garantir a continuidade dos tratamentos.

É precisamente para responder a estas preocupações que este programa foi criado. Durante toda a semana, os tratamentos de hemodiálise foram assegurados pela equipa da Diaverum Amarante, permitindo aos participantes usufruir da experiência com a confiança de terem acesso a cuidados de saúde especializados e de elevada qualidade.

Mas o verdadeiro impacto desta iniciativa vai muito além da viagem. Para muitos participantes, representa uma oportunidade para voltar a sentir liberdade, confiança e ligação aos outros.

Como referiu um dos participantes:

“O Vamos Viajar Juntos permite que não nos sintamos tão sozinhos. É uma oportunidade única para partilharmos memórias, criarmos novas amizades e sentirmos que estamos vivos.”

Ao reunir participantes de diferentes pontos do país, o programa cria oportunidades de partilha, fortalece redes de apoio e demonstra que é possível continuar a viajar, descobrir e viver novas experiências, mesmo perante os desafios impostos pela doença.

A experiência é igualmente transformadora para familiares e cuidadores, que encontram neste contexto um espaço de tranquilidade e de convivência que muitas vezes não conseguem ter no dia a dia.

Uma familiar partilhou:

“Para mim, enquanto familiar, sinto que neste passeio posso descansar e, sobretudo, aproveitar com o meu marido e com os nossos amigos uma viagem tão especial. É uma oportunidade para viver momentos de normalidade que tantas vezes ficam para segundo plano.”

Ao longo desta edição, os participantes visitaram diversos locais de interesse em Amarante e nos concelhos vizinhos, partilhando momentos de amizade, convívio e descoberta. Entre conversas, passeios e experiências culturais, nasceram novas ligações e reforçou-se o sentimento de pertença a uma comunidade que compreende, apoia e inspira.

A realização desta iniciativa contou com o apoio do Município de Amarante, que colaborou na preparação de várias atividades e momentos de acolhimento, contribuindo para tornar esta experiência ainda mais especial para todos os participantes.

A Diaverum Portugal agradece à APIR, ao Município de Amarante, à equipa da Diaverum Amarante e a todos os profissionais envolvidos que, com dedicação e empenho, ajudaram a tornar possível mais uma edição deste programa. Porque acreditamos que cuidar é também criar oportunidades para viver plenamente, continuaremos a trabalhar para que cada vez mais pessoas possam descobrir que a doença renal não tem de colocar a vida em pausa.

Porque viajar é mais do que mudar de lugar. É continuar a viver.

Saiba mais sobre o
Programa Vamos Viajar Juntos





Por: Mónica Silva
Country Nursing Director

Higiene das Mãos: Uma ação que salva vidas

No âmbito do Dia Internacional da Higiene das Mãos, celebrado anualmente a 5 de maio e promovido pela Organização Mundial da Saúde, a Comissão Nacional de Controlo de Infecção da Diaverum dinamizou, em todas as clínicas de Portugal, uma semana dedicada à sensibilização para a prevenção das infeções associadas aos cuidados de saúde.

Sob o mote da campanha da OMS – “Salva Vidas: Lava as tuas mãos” – foram desenvolvidas diversas iniciativas de proximidade junto de profissionais de saúde, doentes e comunidade clínica, reforçando a importância da higiene das mãos como uma das medidas mais simples, eficazes e económicas na prevenção da transmissão de microrganismos. As Infeções Associadas aos Cuidados de Saúde (IACS) continuam a representar um desafio importante em todo o mundo. Segundo a OMS, cerca de 1 em cada 10 doentes hospitalizados na Europa é afetado por uma infeção associada aos cuidados de saúde. As mãos dos profissionais constituem o principal veículo de transmissão de microrganismos, sendo a correta higienização uma ferramenta essencial para reduzir o risco de infeção e aumentar a segurança dos cuidados prestados.



Com o objetivo de promover boas práticas e reforçar a cultura de segurança clínica, a Comissão Nacional de Controlo de Infecção da Diaverum organizou um conjunto de atividades em todas as clínicas nacionais, envolvendo equipas multidisciplinares e doentes.

Entre as iniciativas realizadas destacaram-se:

- Photo Booth “Mãos de Herói”, aberto ao público;
- Sessões formativas para profissionais, adaptadas aos diferentes turnos;
- Sessões lúdico-formativas com doentes, promovendo a literacia em saúde e a participação ativa na prevenção da infeção;
- Dinâmicas visuais e educativas inspiradas na campanha internacional da OMS.



O impacto da iniciativa foi muito significativo, envolvendo 412 colaboradores e alcançando cerca de 1400 doentes, num esforço coletivo de consciencialização e promoção de comportamentos seguros.

Mais do que assinalar uma data, esta semana representou um compromisso reforçado da Diaverum com a qualidade e a segurança dos cuidados prestados. A adesão rigorosa à higiene das mãos continua a ser uma responsabilidade partilhada e uma ação fundamental para proteger profissionais, doentes e comunidades.

Porque, tal como relembra a OMS, **as suas ações salvam vidas.**



AS SUAS AÇÕES SALVAM VIDAS!



Sabia que...

- 1 em cada 10 doentes adquire uma infeção durante a hospitalização?
- Milhões de infeções podem ser evitadas com higiene das mãos.
- A falha na higiene das mãos continua a ser a principal causa evitável de infeção.



05 de Maio 2026

**Dia Mundial da
Higiene das Mãos 2026**





Por: Alexandre Gomes
Patient Experience Ambassador

Patient Experience na Diaverum: Evolução, Impacto e Reconhecimento em Portugal

A área de Patient Experience na Diaverum tem-se afirmado como um pilar estratégico essencial na prestação de cuidados, traduzindo de forma clara o compromisso da organização com um modelo verdadeiramente centrado na pessoa. Mais do que assegurar excelência clínica, esta abordagem tem evoluído no sentido de valorizar a experiência global do doente ao longo de todo o seu percurso terapêutico, promovendo uma visão integrada, humanizada e diferenciadora dos cuidados de saúde.

Em Portugal, esta evolução tem sido particularmente evidente, refletindo-se na consolidação de práticas, na maturidade do programa e, sobretudo, nos resultados alcançados. O desempenho nacional posiciona-se atualmente acima da média internacional da Diaverum, evidenciando a capacidade das equipas em traduzir a estratégia de Patient Experience em ações concretas com impacto real na vida dos doentes.

Este crescimento sustentado traduz-se igualmente num aumento significativo do número de clínicas classificadas nos níveis “Outstanding” e “Satisfying”, demonstrando uma melhoria contínua na qualidade da experiência proporcionada. Estes resultados são o reflexo direto do compromisso, dedicação e envolvimento das equipas multidisciplinares, que colocam diariamente a pessoa no centro dos cuidados.

Ao longo do último ano, em Portugal, foram dinamizadas cerca de 15 iniciativas internas e Outdoor Experiences, envolvendo mais de 800 participantes, entre doentes, familiares e colaboradores, dos quais aproximadamente 400 doentes participaram diretamente nas atividades. Estas iniciativas foram cuidadosamente desenhadas com o objetivo de promover não apenas momentos de convívio e bem-estar, mas também oportunidades de inclusão, integração social e enriquecimento cultural.

Nas clínicas, destacaram-se as 6 Clínicas Abertas, que proporcionaram espaços de proximidade e partilha entre doentes, familiares e equipas, reforçando a confiança e a comunicação. Paralelamente, as Outdoor Experiences permitiram levar os doentes para fora do contexto clínico, proporcionando experiências em museus, exposições e atividades culturais ligadas à comunidade, contribuindo para uma vivência mais positiva e integrada da doença.

Importa ainda salientar um passo estruturante no desenvolvimento do programa em Portugal: a tradução para português do manual de orientação de Patient Experience. Esta iniciativa representa um marco importante na uniformização de práticas e na capacitação das equipas, facilitando a disseminação do conhecimento e garantindo uma implementação mais consistente e alinhada com os princípios da organização.

Importa reforçar que esta evolução não resulta apenas de investimento em recursos, mas sobretudo de uma transformação cultural assente na sensibilidade, criatividade e dedicação das equipas. Cada interação, cada atividade e cada iniciativa refletem o compromisso com o verdadeiro conceito de “true care”, onde cuidar vai muito além do tratamento, assumindo-se como um processo de relação, proximidade e valorização da pessoa.

Assim, o Patient Experience na Diaverum em Portugal afirma-se hoje como uma referência interna a nível internacional, evidenciando um percurso de crescimento sólido, sustentado e orientado para a excelência na experiência do doente.



Por: Magda Dinis
Well-Being Ambassador

Well-being 2026: Cuidar das Pessoas, Construir Bem-Estar

Na Diaverum, acreditamos que o bem-estar dos colaboradores é um dos pilares fundamentais para a construção de equipas mais saudáveis, motivadas e resilientes. O conceito de well-being vai muito além da ausência de doença: engloba o equilíbrio físico, mental, emocional e social, contribuindo para uma melhor qualidade de vida e para um ambiente de trabalho mais positivo e sustentável.

Com este compromisso em mente, ao longo do primeiro semestre de 2026 promovemos diversas iniciativas integradas no Programa Well-being, reforçando a nossa cultura de cuidado e proximidade.

Mantivemos o apoio psicológico aos colaboradores através da parceria com a Team 24, disponibilizando um recurso importante para a promoção da saúde mental e emocional. Participámos também num evento dedicado à Inteligência Emocional, reforçando competências essenciais para uma melhor gestão das emoções e das relações interpessoais. No âmbito da celebração do Dia Internacional da Mulher, realizámos um webinar inspirador que contou com a participação de colaboradoras Diaverum, que partilharam os seus percursos e experiências, tornando-se exemplos de inspiração e desenvolvimento para todos.

A promoção de hábitos saudáveis esteve igualmente em destaque com o workshop “A Alimentação e a Nutrição na Promoção do Bem-Estar Mental”, onde foram abordadas estratégias práticas para uma alimentação equilibrada e o seu impacto na saúde psicológica.

Para assinalar o Dia do Trabalhador, oferecemos cabazes de pequenos-almoços saudáveis às nossas clínicas, proporcionando um momento de reconhecimento e valorização dos colaboradores. Em parceria com a Team 24, promovemos ainda o workshop de saúde emocional “Como Manter o Work-Life Balance”, dedicado à importância do equilíbrio entre a vida profissional e pessoal.

O espírito de equipa e a convivência familiar foram celebrados através dos Dias da Família Regionais. Na região Centro, organizámos uma descida de rio que reuniu 122 participantes entre colaboradores e familiares. Nas regiões Norte e Sul, os participantes desfrutaram de mega piqueniques repletos de atividades de lazer e convívio, fortalecendo os laços entre colegas e famílias.

Para encerrar este semestre de forma refrescante e descontraída, assinalámos a chegada do verão com a oferta de gelados em todas as clínicas, criando mais um momento de partilha e proximidade.

Estas iniciativas refletem a nossa convicção de que investir no bem-estar das pessoas é investir no sucesso da organização. Continuaremos a promover ações que apoiem a saúde, o equilíbrio e a felicidade dos nossos colaboradores, porque cuidar de quem cuida continua a ser uma das nossas maiores prioridades.



Leia todas as notícias da Diaverum Portugal!



Diaverum participa no XXV Simpósio de Atualização em Nefrologia



A Diaverum Portugal marcou presença no XXV Simpósio de Atualização em Nefrologia, realizado em Oeiras, reforçando o seu compromisso com a inovação, a partilha de conhecimento e a melhoria contínua dos cuidados renais.

Em destaque esteve a participação do Dr. Carlos Lucas, Vice President Medical Diaverum, que apresentou o tema “Inteligência Artificial e Big Data em Nefrologia”, contribuindo para a reflexão sobre o papel das novas tecnologias na evolução da nefrologia e na prestação de cuidados cada vez mais personalizados e eficientes.

Inauguração da nova Unidade de Almada



A Diaverum Portugal inaugurou as novas instalações da Unidade de Almada, reforçando o seu compromisso com a qualidade, a inovação e a humanização dos cuidados prestados às pessoas com doença renal crónica. A nova clínica oferece melhores condições de conforto, segurança e bem-estar para doentes e profissionais.

A cerimónia contou com a presença de representantes da Diaverum, entidades parceiras e profissionais da unidade, assinalando mais um marco na missão da organização de proporcionar cuidados renais de excelência e colocar o doente sempre no centro de tudo o que faz.

Diaverum promove iniciativas de sensibilização no Dia Mundial do Rim



Para assinalar o Dia Mundial do Rim, a Diaverum Portugal dinamizou um conjunto de iniciativas de sensibilização e prevenção em todo o país. Em colaboração com parceiros locais, foram realizados 654 rastreios gratuitos à tensão arterial e à glicemia, permitindo sensibilizar a população para a importância da deteção precoce da doença renal crónica e identificar situações de risco que motivaram o encaminhamento para acompanhamento médico.

As comemorações incluíram ainda uma iniciativa especial promovida pela Unidade da Sertã, que reuniu profissionais de saúde, doentes e comunidade numa caminhada de sensibilização para a saúde renal. A ação chegou a 215 jovens e reforçou a importância da prevenção, da adoção de estilos de vida saudáveis e da proximidade entre as equipas de saúde e a população.

Diaverum lança o kidney.com em Portugal



Conheça o kidney.com o seu assistente pessoal de saúde renal com IA

A Diaverum lançou o kidney.com, um novo assistente de saúde baseado em inteligência artificial que disponibiliza informação fiável, personalizada e gratuita sobre saúde renal. A plataforma foi desenvolvida para apoiar doentes, cuidadores e a comunidade na prevenção, literacia em saúde e gestão da doença renal crónica.

Disponível em Portugal e noutros países, o kidney.com foi desenvolvido em colaboração com especialistas internacionais e combina conhecimento clínico com tecnologia de IA para promover uma melhor compreensão da doença renal e apoiar decisões mais informadas, complementando sempre a orientação dos profissionais de saúde.

Diaverum assinala o Dia do Enfermeiro com simpósio dedicado ao papel estratégico da enfermagem



No âmbito das comemorações do Dia do Enfermeiro, a Diaverum Portugal organizou o simpósio “ESG nas Organizações de Saúde: O Papel Estratégico da Enfermagem”, reunindo profissionais de saúde, especialistas e representantes de diversas entidades para refletirem sobre o contributo da enfermagem na construção de organizações mais sustentáveis, humanas e eficientes.

Ao longo da tarde foram debatidos temas relacionados com a sustentabilidade ambiental, responsabilidade social, governança e inovação nos cuidados de saúde, destacando o papel estratégico dos enfermeiros na transformação do setor. O evento terminou com a entrega dos Prémios de Carreira, reconhecendo o percurso, a dedicação e o impacto de vários profissionais de enfermagem da Diaverum Portugal na excelência dos cuidados prestados.

Receita Caril de Tamboril



Por: Brígida Velez
Nutricionista

INGREDIENTES (4 porções)

- Tamboril em cubos (400 g)
- 1 Cebola grande (200 g)
- 1 Dente de alho (4 g)
- Tomate pelado em cubos (100 g)
- Leite de coco (200 mL)
- 2 c. de sopa de coco ralado (20 g)
- 2 c. de sopa de azeite (30 g)
- 1 Pedaco de gengibre fresco (1 cm)
- 1.5 c. de chá de açafrão das índias
- 1 c. de café de pimenta caiena

PREPARAÇÃO

1. Temperar os cubos de tamboril com o sal, o açafrão das índias e a pimenta caiena. Deixe marinar durante cerca de 15 minutos;
2. Coloque no tacho o azeite, a cebola, o alho e o gengibre picados. Adicione o coco ralado e deixe refogar;
3. Junte o tomate e o leite de coco e deixe cozinhar lentamente, em lume brando, tapado;
4. Triture tudo com a varinha mágica;
5. Junte o tamboril e deixe cozinhar;
6. Sirva com arroz basmati.

Informação de ALERGÉNICOS

- 🐟 PEIXE
- 🥥 FRUTOS DE CASCA RIJA

Faça download do Livro de Receitas
MedCook Book em:



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (por porção)

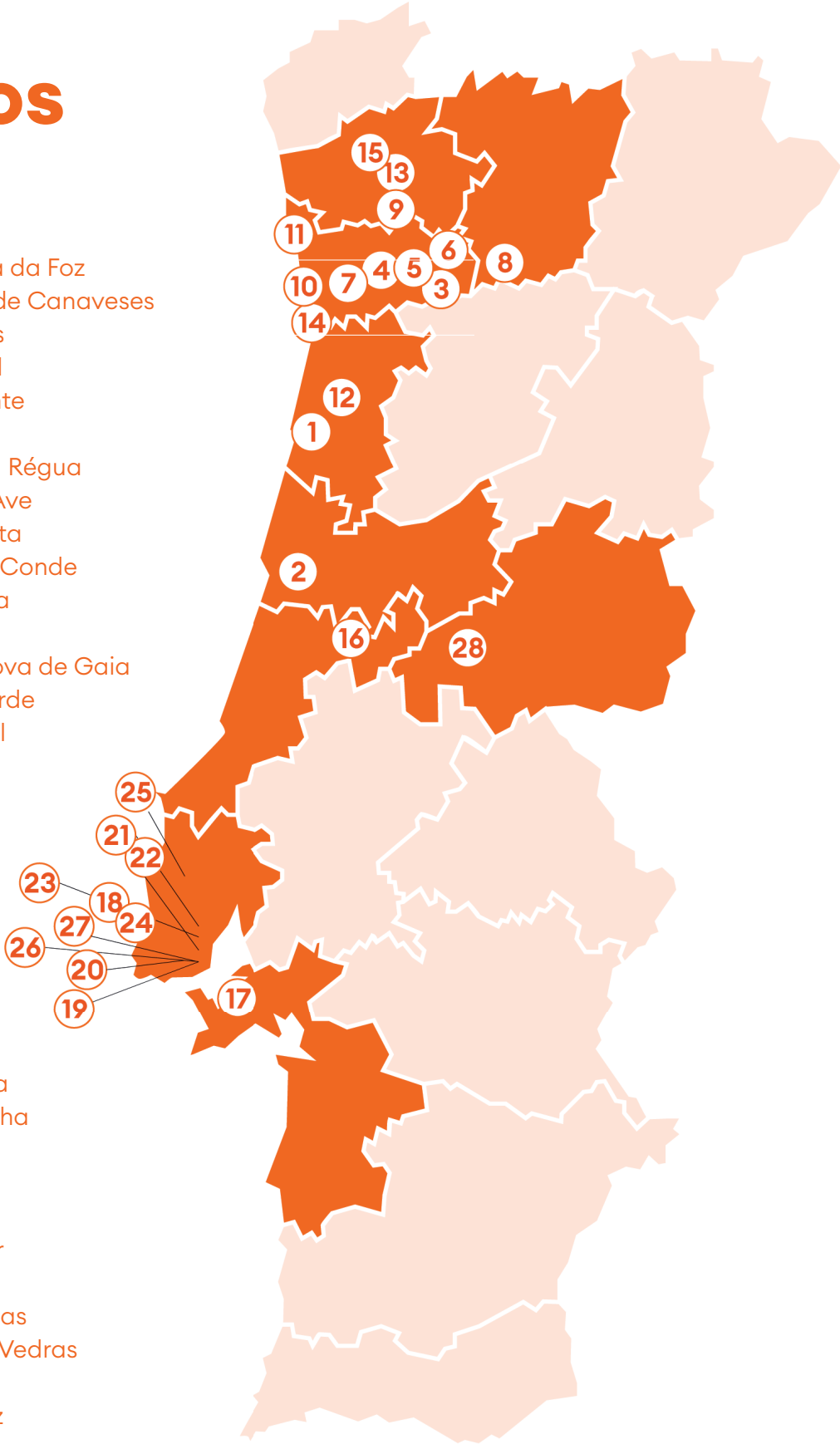
Energia	Proteína	Gordura	H. Carbono	Sódio	Fósforo	Potássio
282 kcal	20 g	20 g	4 g	102 mg	286 mg	644 mg



Onde estamos

- 1 - Unidade de Aveiro
- 2 - Unidade da Figueira da Foz
- 3 - Unidade de Marco de Canaveses
- 4 - Unidade de Paredes
- 5 - Unidade de Penafiel
- 6 - Unidade de Amarante
- 7 - Unidade da Prelada
- 8 - Unidade de Peso da Régua
- 9 - Unidade de Riba d'Ave
- 10 - Unidade da Boavista
- 11 - Unidade de Vila do Conde
- 12 - Unidade de Águeda
- 13 - Unidade de Braga
- 14 - Unidade de Vila Nova de Gaia
- 15 - Unidade de Vila Verde
- 16 - Unidade de Pombal

- 17 - Unidade de Almada
- 18 - Unidade de Saldanha
- 19 - Unidade do Estoril
- 20 - Unidade de Algés
- 21 - Unidade de Loures
- 22 - Unidade do Lumiar
- 23 - Unidade de Sintra
- 24 - Unidade de Odivelas
- 25 - Unidade de Torres Vedras
- 26 - Unidade Amadora
- 27 - Unidade de Queluz
- 28 - Unidade da Sertã





Diaverum Portugal



www.diaverum.pt

