

Conta lá! O que se passou?

AUTORAS: Ana Waş-Martins, Iva Svobodová

REVISÃO: Marina A. Izaki Gómez, Natalia Czopek

NÍVEL QCER: B2

ÁREA DISCIPLINAR: Medicina

DURAÇÃO: 90-120 minutos

MATERIAIS DIDÁTICOS:

1. 1x Vídeo (duração: 00:02:43 minutos)
<https://medial.phil.muni.cz/Play/26275#!>
2. 8 exercícios – 60 minutos

OBJETIVO:

O objetivo deste REA é apresentar vários tipos de atividades e exercícios práticos que visam transmitir conhecimentos sobre Medicina com base no diálogo *Conta lá! O que se passou?*, no qual duas alunas conversam sobre duas doenças: meningite e doença de Lyme. Pretendemos desenvolver, em particular, a competência lexical (aquisição de vocabulário científico, de expressões usadas na língua falada, uso contextual, descrição de significado e do objeto de estudo, derivação) mas também a discursiva (entrevista, diálogo) e geral – verificação de veracidade informacional, reflexão sobre temas abertos.

COMPETÊNCIA:

Competencia comunicativa lexical, discursiva, fonética, textual
Competência geral

CAPACIDADES:

Compreensão de texto informal.
Compreensão de texto informal.
Aquisição de vocabulário científico.
Uso de expressões usadas na linguagem corrente.
Uso de expressões de acordo com o contexto.
Definição de alguns conceitos básicos relacionados com a dita área.
Trabalho com dicionários em linha.

ATIVIDADES

I. Veja o vídeo em que duas alunas eslavas falam sobre problemas de saúde, anotando as informações essenciais e e responda às perguntas.

ACESSO:

<https://medial.phil.muni.cz/Play/26275#!>

(duração: 00:02:43 minutos)

1. Porque é que a Vera tem passado um mau bocado?
2. Qual foi a razão que levou a Vera a suspeitar da doença que tinha e a marcar uma consulta?
3. O que acha que poderia ter acontecido se a Vera não tivesse ido ao médico?
4. Que tipo de medicação foi necessária para combater a doença da Vera?
5. A Vera já está totalmente recuperada?

II. Veja o vídeo mais uma vez e preencha as lacunas. Procure o significado das palavras e expressões desconhecidas consultando, por exemplo, o dicionário Priberam.

Vera: Olá, BÁRBARA, está tudo? Há muito que não nos vemos!

Bárbara: Olá, VERA, vou indo, mas tenho passado um mau bocado. É que estive _____ . Mas já estou melhor... E tu como estás, tudo em ordem?

Vera: EU estou bem, obrigada. Mas conta lá! O que se passou? E se fôssemos tomar um café?

Bárbara: Claro! Concordo! _____ !

Vera: Então, diz lá! O que é que te aconteceu?

Bárbara: Ora, tudo começou há duas semanas, quando voltei para casa da Universidade e não me sentia muito bem. No início era só cansaço e sentia muitas dores musculares, mas depois comecei a sentir também uma insuportável dor de cabeça, fiquei sensível à luz e doíam-me as costas. Achava que pudesse ser só uma gripe ou o covid com sintomas mais graves, então decidi comprar um teste. Mas _____ .

Vera: Ainda bem! Mas afinal, porque é que foste internada?

Bárbara: Já te explico. Mais tarde pesquisei no google e descobri que podia ser a _____ , porque eu nem sequer conseguia subir as escadas. O meu namorado convenceu-me a marcar uma consulta no médico porque já andava bastante preocupado comigo.

Vera: Pronto, compreendo completamente, fico arrepiada só de ouvir tudo isto!

- Bárbara:** Então, fui ao médico e ele, quando me viu, mandou-me imediatamente para _____.
_____. Disseram-me que tinha chegado mesmo _____ e que, provavelmente, teria uma infeção de meningococo.
- Vera:** Ai que horror!
- Bárbara:** Sim, e é que tinha mesmo. Então, depois disso, fui transferida para a _____.
_____. Deram-me antibióticos muito fortes e também analgésicos. Passada uma semana fui transferida para os cuidados intermédios e depois, sim, tive alta e voltei para casa. Mas ainda sinto fadiga e não me sinto completamente recuperada.
- Vera:** Sinto muito que tenhas passado por tal coisa. Espero que rapidamente recuperes a 100%.
- Bárbara:** Obrigada pelo apoio! Duvido que seja em breve porque segundo me disseram, a recuperação pode demorar mais tempo - tipo um mês.
- Vera:** Oxalá não seja tanto... Olha, tenho de correr para as aulas. Espero ver-te de novo em breve. Mas agora recomendo-te que descanses muito. As melhoras!
- Bárbara:** Vá - Obrigada. E até breve!

III. Leia a transcrição do áudio, prestando atenção ao vocabulário destacado. Depois, preencha as frases com as palavras/expressões que se encontram na seguinte lista, adequadamente ao contexto.

As melhoras!, doença de Lyme, as urgências, Na boa!, dor de cabeça, estar internado, Unidade de Cuidados Intensivos (UCI), dar negativo, chegar a horas

1. Os pacientes que aparecem nas _____ em estado crítico são transferidos para a _____ para que possam receber todo o apoio médico necessário.
2. O Sr. Sousa _____ quase um mês neste hospital devido a uma fratura na coluna vertebral causada pela queda de um andaime.
3. A Paula pensava que estava grávida, mas fez o teste de gravidez e _____.
4. Os bombeiros conseguiram _____ e salvar as crianças do incêndio.
5. – Descobri uma carraça atrás da orelha e há uns dias que não me tenho sentido nada bem. Acho que tenho a _____ e decidi ir ao médico.
- Queres que vá contigo? - Sim, claro _____. Fazias-me companhia.
6. - Bom dia, Sra. Mónica. Hoje não vou trabalhar, estou doente. Podia avisar o diretor logo que ele saia da reunião?
– Não há problema, vou avisar. Desejo-lhe _____.
- Obrigada.

IV. Leia com atenção o texto sobre a Doença de Lyme e decida se as afirmações a seguir são verdadeiras ou falsas:

Doença de Lyme

A doença de Lyme é uma doença infecciosa, não contagiosa, transmitida pela mordedura de carrapatos. As suas manifestações iniciais são dermatológicas e podem evoluir para problemas crónicos em órgãos como o sistema nervoso central ou o coração. O maior risco de mordedura destas carrapatas ocorre em zonas de clima temperado, em florestas e matas húmidas. A doença é também caracterizada por **sazonalidade**: a maior **incidência** acontece na primavera e meses frios. Portugal é considerado um país onde a presença da carrapata responsável pela transmissão da doença de Lyme é endémica. A doença é de declaração médica obrigatória, mas observa-se **subnotificação** dos casos.

O sintoma mais comum é o eritema migrans, uma mancha arredondada e avermelhada, com uma zona clara central, em torno da mordedura da carrapata. Esta mancha na pele deve ter, pelo menos, cinco centímetros de diâmetro e é a manifestação cutânea mais comum da doença. Algumas pessoas desenvolvem linfocitoma borreliano (uma espécie de **nódulo** avermelhado na pele, mais frequente na Europa) e acrodermatite crónica atrofica (**atrofia cutânea** com vasos sanguíneos proeminentes, também associada a casos europeus). É imprescindível a avaliação médica precoce para que o tratamento seja implementado antes de os sintomas progredirem (mesmo que os sinais cutâneos pareçam ter desaparecido). No espaço de até três semanas, pode também desenvolver-se: febre, fadiga, dores de cabeça, rigidez da nuca, dores musculares, dores nas articulações, nódulos linfáticos inchados. O avanço da infeção, meses (ou mesmo anos) após a mordedura, pode afetar outros órgãos, como o coração e o sistema nervoso central, e levar a outros sintomas e complicações, como a **meningite asséptica**, nevrite craniana, encefalomielite, meningoencefalite, radiculopatias, bloqueio auriculoventricular ou miocardite.

A mordedura de uma carrapata do género ixodes transmite bactérias *Borrelia burgdorferi*, *Borrelia mayonii*, *Borrelia afzelii* ou *Borrelia garinii*, sendo as duas últimas mais comuns na Europa. Para que a infeção se concretize é necessário que a carrapata se alimente da pele da pessoa em causa por um período de cerca de 24 horas - carrapatas removidas da pele antes desse período não transmitem a doença. Esta doença é característica de zonas de clima temperado, sendo considerada endémica na Europa central, no nordeste dos Estados Unidos da América, na Escandinávia, no norte do Japão e em outras regiões da Ásia. Estudos indicam que as alterações climáticas podem influenciar as áreas do globo onde a doença de Lyme tem maior incidência. Também a sazonalidade desta infeção está a ser impactada pelo aquecimento global abrangendo mais meses do ano com predominância nos meses frios de setembro e março, no caso das carrapatas adultas, e na primavera, nos casos dos animais mais jovens. O diagnóstico depende da identificação dos sintomas (dermatológicos e restantes) e o relacionamento com identificação, quando possível, de situações em risco em que a mordedura da carrapata possa ter ocorrido; nos casos em que a mordedura não é imediatamente identificada, pode ser presumida devido a história de exposição profissional, etc. Além disto, o diagnóstico pode ser laboratorial, especialmente na presença de manifestações cutâneas mais raras para a doença de Lyme. Podem ser feitas análises ao sangue, testes serológicos (que procuram a presença de anticorpos para a bactéria) e um exame histopatológico (análise microscópica dos tecidos). Ao identificar uma **carrapata** na pele, esta deve ser removida e o indivíduo deve entrar em vigilância clínica por um período de 30 dias. A terapêutica com antibióticos é eficaz. A doxicilina, quando aplicada

perante os primeiros sintomas, tem elevada eficácia e é muito baixa a probabilidade de o paciente desenvolver as formas mais graves da doença. Uma vez que a maioria das infeções ocorre em matas, florestas e ambientes semelhantes, com elevada humidade, é importante começar por identificar se se está ou não numa zona endémica. Em caso afirmativo, deve cobrir-se o máximo de superfície corporal possível - não esquecendo o couro cabeludo e os pés. A roupa deve ser clara, o que ajuda a localizar eventuais carraças, e deve ser aplicado repelente de mosquitos e carraças por todo o corpo e também na roupa e no calçado. Ao final do dia, em zonas endémicas, é essencial analisar **meticulosamente** todo o corpo (exposto pela roupa ou não) para tentar localizar qualquer carraça e removê-la. Sendo Portugal uma das zonas onde a carraça infecciosa circula endemicamente, é importante manter a atenção à sua presença, especialmente por parte de profissionais como guardas-florestais, agricultores ou praticantes de campismo e trekking.

<https://www.cuf.pt/saude-a-z/doenca-de-lyme> (12.09.2023)

		V	F
1	A doença de Lyme ocorre maioritariamente durante os meses quentes e secos.		
2	Nem todos os casos de pacientes com a doença de Lyme são registados nas estatísticas oficiais.		
3	Se os sinais da pele tiverem aparentemente desaparecido, significa que o risco de evolução da doença diminuiu.		
4	A mordedura de uma carraça tem como consequência imediata a contração da doença de Lyme.		
5	O aquecimento global está a diminuir a probabilidade do risco de contração da doença.		
6	Após encontrar uma carraça na pele é necessário retirá-la e prestar atenção a eventuais sintomas durante o mês seguinte.		
7	As profissões e atividades relacionadas com o meio ambiente florestal encontram-se mais expostas à contração da doença de Lyme.		

V. Indique a definição das seguintes palavras do texto do exercício anterior:

1.	sazonalidade	A	Designação comum, extensiva aos acarídeos da família dos Ixodídeos, ectoparasitas sugadores de sangue de diversos animais e importantes agentes transmissores de doenças
2.	incidência	B	Algo feito com cuidado e minúcia
3.	subnotificação	C	Diminuição do peso ou do volume de tecidos na pele
4.	nódulo	D	Impacto, influência, ocorrência
5.	atrofia cutânea	E	Inflamação das camadas que revestem o cérebro, mas que não é causada por bactérias piogénicas.
6.	meningite assética	F	Pequena quantidade de matéria junta e arredondada; pequeno inchaço ou saliência com a forma de um círculo
7.	carraça	G	Qualidade do que é característico de uma estação do ano

8.	meticulosamente	H	Ato ou efeito de registar dados de forma deficiente ou incompleta (em: https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa e https://pt.wikipedia.org/)
----	------------------------	---	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

VI. Para onde ligar: SNS24 ou INEM? Depois de ler as informações em <https://www.sns24.gov.pt/guia/quando-ligar-sns-24-ou-inem/#> coloque na tabela o serviço correto de acordo com os sintomas:

Situação	SNS24	INEM
1. O meu colega perdeu a força nos braços e começou a falar de maneira ininteligível.		
2. Uma senhora bateu com a cabeça no parapeito e está inconsciente.		
3. Tenho andado com uma tosse persistente e incomodativa.		
4. Queimei a mão com chá a ferver e coloquei-a debaixo de água.		
5. Um senhor revela obstrução das vias respiratórias devido a um pedaço de bolo mal mastigado e não consegue respirar.		

VII. Leia o texto e preencha as lacunas com o seguinte vocabulário:
escala / preponderante / visa / representação / vanguarda / monitorização / emblemáticos / desmaterialização / dispensa / minimização / robustez / era

A SPMS leva cinco dos seus projetos mais _____ (1.) ao simpósio sobre o futuro dos sistemas de saúde na _____ (2.) digital, que a Organização Mundial da Saúde (OMS) promove, entre 5 e 6 de setembro, no Porto. O evento _____ (3.) reunir decisores europeus na área da saúde e da tecnologia aplicada à saúde. Em _____ (4.) da SPMS estarão os seguintes projetos:

- SNS 24, estratégia omnicanal da saúde nacional, que garante ao cidadão o contacto com o Serviço Nacional de Saúde durante 24 horas por dia;
- Telemonit SNS 24, uma ferramenta que permite ao profissional de saúde personalizar o esquema de cuidados através da _____ (5.) remota de sinais biométricos, conferindo ao cidadão capacidades para a gestão da sua própria doença;
- PEM e Exames Sem Papel, sistemas que operacionalizam a _____ (6.) no SNS, assegurando medidas para a prescrição e _____ (7.) de medicamentos nas farmácias, assim como a disponibilização dos exames e relatórios médicos de forma

digital, ambos contribuindo para a _____ (8.) do recurso ao papel e promovendo a eficiência na monitorização e controlo do SNS;

- S3, sistema de informação hospitalar cuja tecnologia disruptiva pretende conferir _____ (9.) e segurança na gestão da informação.

A saúde digital assume, cada vez mais, um papel _____ (10.) na saúde europeia, e Portugal já é reconhecido como um dos países na _____ (11.) destas matérias. A parceria com a OMS materializa-se na apresentação de produtos e soluções inovadoras desenvolvidas pela SPMS, no espaço de exposição do certame, no que constitui uma oportunidade para mostrar os avanços na saúde digital portuguesa, a uma _____ (12.) europeia e internacional.

<https://www.spms.min-saude.pt/2023/08/spms-apresenta-projetos-em-evento-da-oms/>

VIII. Reflexione sobre as seguintes questões usando, se achar necessário, as fontes sugeridas:

1. SNS ou Seguro de Saúde privado? Como funcionam os serviços de saúde no seu país e qual das opções escolheria se vivesse em Portugal?

<https://www.nacionalidadeportuguesa.com.br/sistema-de-saude-publica-e-privada-em-portugal/>

<https://www.eurodicas.com.br/seguro-de-saude-em-portugal/> (19.10.2022)

2. “O que num país desenvolvido é um dia na cama e um curso de antibióticos, numa região empobrecida pode ser a morte”. Concorda com a afirmação?

<https://muysalud.com/pt/doencas/as-doencas-mais-mortais/> (14.04.2023)

IX. Aprenda o vocabulário desconhecido.

GLOSSARIO			
Português	inglês	checo	polaco
As urgências (SUH)	Emergency room (ER)	Pohotovost	Szpitalny oddział ratunkowy (SOR)
Unidade de Cuidados intensivos - UCI	critical care unit / intensive care unit / intensive therapy unit / ITU / ICU / CCU	Jednotka intenzivní péče	Oddział intensywnej terapii
Unidade de Cuidados Intermédios - UCInts	Intermediate Care Unit – IMCU	Jednotka intermediární péče	Oddział opieki pośredniej
internamento hospitalar	hospitalisation	Hospitalizace.	pobyt w szpitalu
analgésicos	painkillers	Analgetika	leki przeciwbólowe
meningite asséptica	Aseptic meningitis	aseptická meningitida	aseptyczne zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych
Fadiga	Fatigue, weariness	Únava	zmęczenie
Encefalomielite	encephalomyelitis	Encefalomyelitidamo	zapalenie mózgu i rdzenia
meningoencefalite	meningoencephalitis	meningoencefalitida	zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych
radiculopatias	radiculopathies	radikulopatie	radikulopatie
bloqueio auriculoventricular	atrioventricular block	atrioventrikulární blokáda	blok przedsionkowo-komorowy
miocardite	myocarditis	myokarditida	zapalenie mięśnia sercowego
linfocitoma borreliano	borrelian lymphocytoma	Borrelianský lymfocytomiá	chłoniak borelianski
acrodermatite crónica atrofica	chronic atrophic acrodermatitis	chronická atrofická akrodermatitida	przewlekłe zanikowe zapalenie skóry
carraça, carrapato	tick	klíště, klíště	kleszcz
testes serológicos	serological tests	sérologické testy	badania serologiczne
exame histopatológico	histopathological examination	histopatologické vyšetření	badanie histopatologiczne
endémico	endemic	endemické	endemiczny
sazonalidade	seasonality	sezónnost	sezonowość
mordedura	bite	Kousnutí	ukąszenie, ugryzienie
nódulo	nodule	Uzlina	guzek
cutâneo	cutaneous	Kožní	skórny
remoção	removal	odstranění	usunięcie
convalescência/ recuperação	convalescence/ recovery	Rekonvalescence	rekonwalescencja/ powrót do zdrowia
predominância	predominance	převaha	przewaga

SOLUÇÕES

I.

1. A Vera tem passado um mau bocado porque esteve internada.
2. A Vera pesquisou no google os sintomas que tinha e identificou semelhanças com a doença. O namorado estava preocupado com ela e conseguiu convencê-la a marcar uma consulta.
3. A Vera podia ter ficado muito pior e com consequências graves.
4. Foi necessário que a Vera tomasse antibióticos muito fortes e analgésicos.
5. Não, ela ainda se sente cansada e vai demorar mais um mês a recuperar.

II

Vera: Olá, BÁRBARA, está tudo? Há muito que não nos vemos!

Bárbara: Olá, VERA, vou indo, mas tenho passado um mau bocado. É que estive **internada**. Mas já estou melhor... E tu como estás, tudo em ordem?

Vera: EU estou bem, obrigada. Mas conta lá! O que se passou? E se fôssemos tomar um café?

Bárbara: Claro! Concordo! **Na boa!**

Vera: Então, diz lá! O que é que te aconteceu?

Bárbara: Ora, tudo começou há duas semanas, quando voltei para casa da Universidade e não me sentia muito bem. No início era só cansaço e sentia muitas dores musculares, mas depois comecei a sentir também uma insuportável dor de cabeça, fiquei sensível à luz e doíam-me as costas. Achava que pudesse ser só uma gripe ou o covid com sintomas mais graves, então decidi comprar um teste. Mas **deu negativo**.

Vera: Ainda bem! Mas afinal, porque é que foste internada?

Bárbara: Já te explico. Mais tarde pesquisei no google e descobri que podia ser a **doença de Lyme**, porque eu nem sequer conseguia subir as escadas. O meu namorado convenceu-me a marcar uma consulta no médico porque já andava bastante preocupado comigo.

Vera: Pronto, compreendo completamente, fico arrepiada só de ouvir tudo isto!

Bárbara: Então, fui ao médico e ele, quando me viu, mandou-me imediatamente para **as urgências**. Disseram-me que tinha chegado mesmo **a horas** e que, provavelmente, teria uma infeção de meningococo.

Vera: Ai que horror!

Bárbara: Sim, e é que tinha mesmo. Então, depois disso, fui transferida para **a Unidade de Cuidados Intensivos**. Deram-me antibióticos muito fortes e também analgésicos. Passada uma semana fui transferida para os cuidados intermédios e depois, sim, tive alta e voltei para casa. Mas ainda sinto fadiga e não me sinto completamente recuperada.

Vera: Sinto muito que tenhas passado por tal coisa. Espero que rapidamente recuperes a 100%.

Bárbara: Obrigada pelo apoio! Duvido que seja em breve porque segundo me disseram, a recuperação pode demorar mais tempo - tipo um mês.

Vera: Oxalá não seja tanto...Olha, tenho de correr para as aulas. Espero ver-te de novo em breve. Mas agora recomendo-te que descanses muito. As melhoras!

Bárbara: Vá - Obrigada. E até breve!

III.

1. nas urgências / a unidade de cuidados intensivos
2. esteve internado
3. deu negativo.
4. chegar a horas
5. doença de Lyme / na boa
6. - as melhoras.

IV. 1F 2 V 3F 4F 5F 6V 7V

V. 1.G / 2.D / 3.H / 4.F / 5.C / 6.E / 7.A / 8.B

VI. INEM / 2. INEM / 3. SNS24 / 4. SNS24 / 5. INEM

VII. 1.emblemáticos / 2. era / 3. visa / 4. representação / 5. monitorização / 6. desmaterialização / 7. Dispensa / 8. minimização / 9. robustez / 10. preponderante / 11. vanguarda / 12. escala

VIII. INDIVIDUAL

IX. INDIVIDUAL