



Spine News Spine Center newsletter

Mês: Julho de 2019

Tema do mês:
Acidentes de Mergulho

{% if (contact.LASTNAME == "") %}

Editorial

Com o aumento das temperaturas, chega também o início do período de férias de verão dos portugueses. Praia, rio, piscina, seja qual a for a sua preferência é importante assegurar que este é um período de repouso e alegria, não deixando que fique marcado por nenhum contratempo resultante de um gesto irrefletido.

É também esta a altura do ano em que nos sentimos na obrigação de lhe falar de um tema importante: os mergulhos de verão e os cuidados que deve ter quando entra na água, assim como o que deve fazer se presenciar algum acidente neste contexto.

Queremos que o seu verão seja memorável e acima de tudo seguro.



[Aceda ao artigo completo](#)

{% endif %}
{% if (contact.LASTNAME == "") %}



Dr. Luis Teixeira em entrevista

Quais as profissões que provocam mais dores nas costas? O primeiro pensamento remete-nos para as que detêm um esforço físico mais evidenciado, mas nem sempre é assim! Esclareça as suas dúvidas na reportagem que o Dr. Luís Teixeira deu ao programa informativo da TVI 24.

[Veja a entrevista na íntegra](#)

TELE NOVELAS

O Doutor Responde...

Sinto cada vez mais dores nas costas. Passo o dia dia sentada, mas a hora de almoço e ao final da tarde, tento fazer uma pequena caminhada, nem que seja por 10 minutos. Ainda assim, durmo cada vez pior e em sofrimento. A que podem dever-se? O que posso fazer para melhorar?

[Conheça a resposta do nosso especialista em Coluna](#)

{% endif %}

"Sweet, sweet burn of sun and summer wind, and you my friend, my new fun thing, my summer fling." - K.D. Lang

Spine Center - Hospital da Luz,
Coimbra
Praceta Prof. Robalo Cordeiro
Circular Externa de Coimbra
3020 - 470 Coimbra
geral@spinecenter.pt

© 2019 Spine Center