

BOLETIM SAÚDE EM SUAS MÃOS



Publicação da Policlínica da FioSaúde - Ano III / Número 18 - julho/ agosto 2017

Agosto Dourado *Incentivo ao Aleitamento Materno*



Imagem: Freepik

A amamentação é um dos momentos mais importantes na construção do elo entre mãe e filho. Além disso, o leite humano é o alimento essencial para o desenvolvimento do bebê

nos seus primeiros meses de vida. O mês de agosto, instituído como “Agosto Dourado”, tem como objetivo promover, proteger e apoiar o aleitamento materno.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) recomenda que as crianças sejam alimentadas exclusivamente com leite materno nos primeiros seis meses de vida e que, a partir de então, a amamentação seja mantida por dois anos ou mais, juntamente com o uso de alimentos complementares adequados. Segundo relatório da OMS, 38,6% dos bebês brasileiros se alimentam só com o leite da mãe nos primeiros 5 meses de vida. Considerado este indicador, o país está à frente da Argentina (33%) e dos EUA (24,4%) e a intenção é buscar a constante evolução desses dados.

O Brasil tem o maior número de doadoras de leite humano do mundo. O país tem posição de destaque em relação a nações de alta renda. Dentre os 292 bancos de leite humano existentes no mundo - implantados em 21 países das Américas, Europa e África - 72,9% deles estão no Brasil (213).

Quando estão amamentando, algumas mulheres produzem um volume de leite além da necessidade do bebê, o que possibilita que sejam doadoras de Banco de Leite Humano. De acordo com a legislação que regulamenta o funcionamento dos Bancos de Leite no Brasil (RDC Nº 171), as doadoras devem ser saudáveis, apresentar excesso de leite, não usar medicamentos que impeçam a doação e ter disponibilidade para ordenhar e doar o excedente.

Muitas mães passam por dificuldades no começo, meio e fim do período de aleitamento e algumas nunca conseguem, por uma série de motivos diferentes. Como são aspectos individuais no aleitamento, só o atendimento especializado ajudará a reparar os problemas.

[O Instituto Fernandes Figueira, da Fiocruz, no bairro do Flamengo, oferece assistência gratuita a mães com dificuldade/ problemas na amamentação. O atendimento é de segunda a sexta, a partir do período da manhã. As mães devem comparecer levando seus bebês. Informações pelo tel: \(21\) 2554-1700](#)

Não falte à sua consulta! Se tiver que faltar, avise com antecedência

Assim você permite que outra pessoa possa ser atendida no seu horário.

Ligou para marcar consulta e não tem horário vago próximo? Peça para ficar na lista de espera

Quando houver desistência, você será contactado.

Não perca o prazo dos seus exames

Quando você sai do consultório do médico com um pedido de exames, a guia (ou receituário) tem validade de 30 dias.

Fique atento a esse prazo!

Combine com o profissional de saúde a data em que você deverá retornar

Quando sair da consulta, reagende seu retorno caso seja necessário.

Lembre-se: existem alguns exames/procedimentos que podem ser feitos na própria Policlínica

São eles: eletrocardiograma, testagem rápida de glicose, aferição de pressão e pesagem.

Dúvidas na realização de exames?

Se tiver dúvidas com relação aos locais para realização dos exames solicitados, procure a Central de Atendimento.

Informe todos os medicamentos que vem tomando

Às vezes um outro médico prescreveu e o profissional de saúde da Policlínica não está sabendo. Mencione também as vitaminas, suplementos etc.

Evite se atrasar para a consulta

Ao chegar alguns minutos antes da hora agendada para a sua consulta, você evita que os atrasos se acumulem na agenda diária do profissional de saúde.

Já deu seu horário e você ainda não foi chamado?

Quem sabe isso não tem a ver com um outro paciente, atendido antes de você, que tem um quadro de saúde complexo?

O médico também pode estar vindo de uma cirurgia, na qual houve intercorrência.

Ficamos felizes quando você comparece à sua consulta!

Dessa forma, você evita que horários fiquem ociosos. Veja abaixo:

(Dados de julho/2017)

Especialidade	 pacientes que compareceram às consultas	 pacientes que não puderam comparecer	percentual de pacientes que não puderam comparecer
Angiologia	52	4	7%
Cardiologia	198	72	30%
Clínica médica	81	29	31%
Dermatologia	57	15	24%
Endocrinologia	168	58	29%
Geriatria	36	12	26%
Ginecologia e Obstetrícia	169	53	27%
Neurologia	46	7	13%
Nutrição	89	40	33%
Ortopedia	192	49	23%
Psicologia	579	289	35%
Psiquiatria	132	25	22%
Urologia	43	8	17%
TOTAL	1.842	661	29%

Uma matéria importante que merece sempre destaque:

Programa FioSaúde Viver Melhor *Mais cuidado aos beneficiários*

Imagem: arquivo FioSaúde



Na Foto, a Gerente Técnica, Maura Soares, ao lado de sua equipe: Luisiane, Flávia, Camila, Miriam e Luiz.

Este mês, nosso Boletim discorre um pouco sobre a área técnica da Caixa de Assistência. Sob coordenação da Gerente Técnica, o setor conta com uma equipe de enfermagem que é responsável pela administração das linhas de cuidado do Programa FioSaúde Viver Melhor.

A Gerente Técnica, Maura Soares, dá mais detalhes do Programa e fala sobre o objetivo de cada linha de atuação:

Implantado no primeiro semestre de 2014, o **Programa FioSaúde Viver Melhor** é uma iniciativa para garantir orientações sobre prevenção e cuidados de saúde aos beneficiários e efetividade na assistência a portadores de determinadas patologias - mais cuidado a beneficiários e mais efetividade na assistência a portadores de determinadas patologias - diabetes, hipertensão arterial, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca congestiva, asma, doença pulmonar obstrutiva crônica e osteoporose.

O Viver Melhor possui linha de atuação denominada **Cuidados Especiais**, na qual através da análise do histórico da utilização de serviços de saúde do plano, são identificados os beneficiários elegíveis ao programa, quais sejam, os portadores de diabetes, hipertensão arterial, doença arterial coronariana, insuficiência cardíaca congestiva, asma, doença pulmonar obstrutiva crônica.

O objetivo é manter ou melhorar o bem-estar físico e psicossocial de indivíduos portadores dessas doenças, por meio da execução de planos de cuidados personalizados. Para atingir esses objetivos, é desenhado um Plano de Cuidados composto por orientações sobre saúde, informações técnicas sobre as doenças, esclarecimentos sobre os sinais de descompensação e o que fazer nesses momentos, além de embasamento e fortalecimento para mudanças de hábitos de vida, visando a obtenção do autocontrole da condição de saúde pelo paciente. O Plano de Cuidados é executado principalmente através de contatos telefônicos periódicos - mensais, bimestrais ou trimestrais - e visitas domiciliares de enfermeiros. Os participantes podem receber também folders explicativos, emails e SMS.

Os participantes têm acesso à Central de Orientação durante as 24h do dia, composta por equipe de enfermeiros especializados, para prestar esclarecimentos de dúvidas e para situações de urgências e emergências, nas quais - após avaliação do grau de gravidade - poderá ser enviada ambulância com equipe médica para Atendimento Domiciliar de Emergência.

No caso da linha de atuação chamada de **Viver melhor Ao Seu Lado 24h**, esta teve início em abril de 2015 e consiste na prestação de serviço telefônico disponível 24 horas por dia, para tirar dúvidas de saúde e oferecer atendimento (envio de ambulância) em situações de urgência e emergência para todos os beneficiários acima de 65 anos, sem ônus para os mesmos individualmente. Durante as internações e até 30 dias após a alta hospitalar, esses participantes recebem ligações telefônicas de enfermeiros, que tiram dúvidas e orientam os cuidados após a volta para casa, período de delicada transição e de muitas dúvidas sobre curativos, medicações, nutrição e outros cuidados que buscam evitar as reinternações.

O Viver Melhor possui ainda a linha de atuação chamada de **Programa de Prevenção a Refraturas**. Iniciada em janeiro de 2015, é voltada aos pacientes que já sofreram fraturas devido à fragilidade óssea.

Esses beneficiários são convidados a realizar consulta com enfermeira e com médico ortopedista especialista em prevenção de refraturas em nossa Policlínica. Os beneficiários são avaliados clinicamente, podendo realizar exames complementares de sangue e de imagem. Recebem também orientações sobre necessidade de suplementação de cálcio e/ou vitamina D, ajuste hormonal (em pacientes do sexo feminino), necessidade de exposição ao sol, cuidados pessoais e domiciliares para prevenção de queda e medicação específica, se for indicada para o caso.

Profissionais à disposição na Policlínica:

Equipe médica

	Alexandre Sayão Ortopedia		Alice Jerusalmi Geriatría
	Aluizio P. Gonçalves Ortopedia		Angelo Di Candia Cardiologia
	Ciro Floriani Geriatría		Claudia Medeiros Dermatologia
	Daniel Hampl Urologia		Débora Ayres Endocrinologia
	Gustavo Velho Dermatologia		Henrique Balthazar Neurologia
	Henrique Simões Urologia		Jone Chebom Psiquiatria
	Marcelle Sneider Endocrinologia		Marcelo Gerk Ortopedia
	Marcos Giordano Ortopedia		Maria Clicie Endocrinologia
	Pedro Varanda Neurologia		Ricardo Sá Endocrinologia
			Arthur Bastos Ginecologia
			Cristiane Torres Ginecologia
			Gilza Cristina Ginecologia
			Henrique Mussi Cardiologia
			Luis Felipe Cordeiro Cardiologia
			Márcia Sobreiro Cirurgia Vasculár
			Mauro Acselrad Psiquiatria
			Thiago Medeiros Clínica Médica

Psicólogos

	Cristiane Macedo Psicologia
	Danielle Moreira Psicologia
	Elisa Laranja Psicologia
	Georgiana Gonçalves Psicologia
	Giselaine La Rosa Psicologia
	Marina Janzen Psicologia
	Valquíria Cocolichio Psicologia
	Virgínia Valéria Vieira Psicologia

Fisioterapeutas

	Camila Dias Freitas Fisioterapia
	Gisele Machado Fisioterapia
	Isabel Dantas Fisioterapia
	Luiz Paulo Fisioterapia
	Marcelo Alves Fisioterapia
	Natalia Pereira Fisioterapia
	Pedro Montenegro Fisioterapia
	Viviane Souza Fisioterapia

Equipe de Enfermagem

Camila Chagas Enfermagem	
Flávia Gorni Enfermagem	
Luisiane Silva Enfermagem	
Luiz Fernando Enfermagem	
Miriam Holanda Enfermagem	

Nutricionistas

Aline B. Nery Nutrição	
Fernanda Neves Pinto Nutrição	
Patrícia Rodrigues Nutrição	

Equipe de Apoio / Técnico e Administrativo

	Maura Soares Gerência Técnica		Vania Boechat Gerência Administrativa
	Yara Thathiana Administrativo		Bianca Jeanne Recepção
	Camila Angela Recepção		Sueli Pereira Recepção
	Valéria Maia Recepção		

Agende sua consulta pelo telefone:
(21) 3865-1871 (seg a sex, das 8h-17h)