

BOLETIM

SAÚDE EM SUAS MÃOS

Publicação da Policlínica da FioSaúde - Ano I / Número 06 - setembro/outubro de 2015

Relação médico-paciente

Sucesso depende de parceria



Imagem: arquivo FioSaúde

Vivemos um tempo de intensa globalização e avanço tecnológico, no qual aos poucos podemos notar o distanciamento entre as pessoas.

Assim como em nossa vida particular, esse distanciamento pode ocorrer no campo profissional e também nos consultórios e hospitais.

Não devemos achar comum médicos e pacientes dando lugar a números, e a comunicação - tão importante para a eficiência de uma boa relação - perder sua essência.

A relação médico-paciente é uma interação que envolve confiança e responsabilidade, caracterizada pelos compromissos e deveres de ambos. Sem esse envolvimento tão verdadeiro, é improvável uma “troca” com a devida e esperada qualidade.

É essencial que os valores do “médico de família” - termo muito utilizado para enfatizar a relação de cumplicidade - sejam resgatados e que exista compreensão quanto à importância do papel que médicos e pacientes desenvolvem nesse processo.

Dicas importantes na hora de se consultar com seu médico e fazer controle periódico de seus problemas de saúde

- Não leve dúvidas para casa;
- Traga no momento da consulta todas as informações necessárias sobre os seus sintomas e também os exames complementares já realizados;
- Pergunte ao seu médico o porquê das medicações prescritas, seus detalhes e horários a serem administrados;
- Discuta seu plano terapêutico;
- Converse sobre atividades físicas e exercícios adequados para seu acompanhamento;
- Seja generoso com a sua saúde;
- Peça orientação em relação à alimentação e/ou encaminhamento para a nutricionista.

Na página 3 deste informativo você pode conferir mais dicas de saúde da FioSaúde, com informações compartilhadas pela Dra. Maria Clície Vianna - endocrinologista da Policlínica

Se tiver que faltar a uma consulta, 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.

Fique atento:

Encaixe não deve ser considerado como hora marcada.

Nesse caso, o paciente sempre depende da disponibilidade da agenda do médico e também da anuência desse médico-assistente.

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 sua 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 tinha um caso complexo?

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

Pegue folhetos e informes de saúde

Boletins como este são úteis para quem quer cuidar da saúde.

Colunista convidada:

Maria Clície Vianna
Endocrinologista - Policlínica

Imagem: arquivo FloSaúde

Com diabetes não se brinca

A importância de seguir as orientações médicas em relação à doença

Karen Barefoot/Freeimages



- “Doutora, eu sou diabético?”

Mais e mais, essa é uma situação a qual me deparo no meu dia a dia de consultório. As pessoas normalmente nos procuram - os endocrinologistas

- indicados por profissionais generalistas, agentes básicos de saúde ou por um medo estarecedor do “fenômeno diabético”.

A palavra, por si só, já ecoa envolvendo histórias complexas de familiares, vizinhos e conhecidos. Todos sabem, ou já ouviram falar de alguém que perdeu a visão, amputou uma perna, entrou “na máquina de diálise” etc.

- “A verdade dói !!” - ouvi uma vez de um paciente. Porém, um grande número de pessoas evita até mesmo a constatação de fatos que os fariam tomar uma consciência precoce de um processo de senescência do nosso próprio organismo.

O diabetes é uma doença crônica, metabólica, caracterizada pelo aumento de glicose no sangue. Isso acontece porque o pâncreas para de produzir a quantidade suficiente de insulina para suprir as necessidades do nosso organismo. A insulina é o hormônio necessário para promover a entrada de glicose nas células - como fonte de energia. Na maioria das vezes, os sintomas aparecem sutilmente, como um cansaço inexplicável, infecções repetidas de pele, embaçamento de visão, candidíase vaginal, dores nas pernas, emagrecimento repentino, infecções urinárias, tonteiras esporádicas, astenia etc.

Essa falência pancreática vai proporcionar, em maior ou menor grau (num processo gradativo ou mais acelerado, dependendo de fatores genéticos, ambientais e constitucionais), a necessidade de o indivíduo mudar hábitos alimentares, físicos e educacionais, na medida em que o organismo não consegue mais se autorregular. Muitas vezes, quando o paciente recebe o tratamento com orientação, e aplica na hora certa, ele consegue driblar esse processo catabólico e melhorar a sua qualidade de vida.

Alarmantes são os números que englobam a EPIDEMIA chamada diabetes:

- 387 milhões de pessoas com diabetes melitus ao redor do mundo;
- 25 milhões na América Central e do Sul;
- 9 milhões no Brasil, dentre os quais:
 - 27% não diagnosticados;
 - 6,2% da população adulta;
- 60% das amputações de membros inferiores não traumáticas;
- 44% das pessoas com falência renal são diabéticas;
- 1,5% maior risco de AVC em adultos;
- 2ª maior causa de cegueira permanente em adultos;
- 71% dos pacientes diabéticos tem hipertensão;
- 1,7% maior risco de acidente coronário em relação ao adulto normal;
- Maior causa de doença renal crônica;

Profissionais à disposição na Policlínica:



Alexandre Sayão
Ortopedia



Arthur Bastos
Ginecologia

Aluizio P. Gonçalves
Ortopedia



Aline B. Nery
Nutrição



Angelo Di Candia
Cardiologia

Bianca Jeanne
Recepção



Camila Chagas
Enfermagem



Camila Dias Freitas
Fisioterapia

Camila Angela
Recepção



Cristiane Macedo
Psicologia



Daniel Hampl
Urologia

Claudia Medeiros
Dermatologia



Ciro Floriani
Geriatria



Débora Ayres
Endocrinologia

Danielle Moreira
Psicologia



Flávia Gorni
Enfermagem



Elisa Laranja
Psicologia

Fernanda Neves Pinto
Nutrição



Gilza Cristina da Silva
Ginecologia



Gisele Machado
Fisioterapia

Georgiana Gonçalves
Psicologia



Gustavo Velho
Dermatologia



Isadora Vasconcellos
Pneumologia e
Clínica Médica

Giselaine La Rosa
Psicologia



Jone Chebom
Psiquiatria



Juliana Bianchi
Ginecologia

Luiz Fernando
Enfermagem



Luis Felipe Cordeiro
Cardiologia



Marcelo Alves
Fisioterapia

Márcia Sobreiro
Cirurgia Vascular



Luisiane Silva
Enfermagem



Marina Janzen
Psicologia

Marcelo Gerk
Ortopedia



Marcos Giordano
Ortopedia



Maria Clície
Endocrinologia



Maura Soares
Gerência Técnica



Miriam Holanda
Enfermagem

Mauro Acselrad
Psiquiatria



Natalia Pereira
Fisioterapia



Pedro Varanda
Neurologia

Priscila Medeiros
Endocrinologia



Patrícia Rodrigues
Nutrição



Ricardo Sá
Endocrinologia

Ricardo de Almeida
Urologia



Thiago Medeiros
Cardiologia e
Clínica Médica



Valéria Maia
Recepção

Virgínia Valéria Vieira
Psicologia



Vania Boechat
Gerência
Administrativa

Valquíria Cocolichio
Psicologia

Yara Thathiana
Administrativo



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