

Saúde do Homem

Imagem: RSC Portal

na Policlínica FioSaúde

Urologia Cardiologia

Endocrinologia

Clínica Médica

Nutrição Geriatria

Dermatologia

Ortopedia Fisioterapia

Angiologia Neurologia

Psiquiatria Psicologia

A Policlínica da FioSaúde oferece atendimento em diversas especialidades.

No caso da promoção da saúde do homem, todas as opções de atendimento descritas acima estão disponíveis para pacientes do sexo masculino.

***FioSaúde no mês de novembro com a
campanha da Saúde do Homem!***

Em novembro, divulgamos na página 3
deste informativo

textos sobre
CÂNCER DE PRÓSTATA

*(não deixe de ler para
saber mais sobre o problema)*

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!

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.

FioSaúde dá desconto em farmácia

Basta apresentar a **carteira do plano** e identidade no balcão de uma das drogarias da rede



20% em remédios genéricos e 15% nos demais medicamentos



O desconto não é acumulativo com outras promoções. Se o medicamento já estiver em oferta na data da compra, prevalecerá o maior desconto apresentado

Informe ao caixa: Convênio FioSaúde Beneficiários

Formas de pagamento através dos meios aceitos nas farmácias sem opção de desconto em folha e somente nas lojas físicas da rede



Ficamos felizes quando você comparece à sua consulta!

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

(Dados de setembro/2018)

Especialidade	pacientes que compareceram às consultas	pacientes que não puderam comparecer	percentual de pacientes que não puderam comparecer
Angiologia	62	21	26%
Cardiologia	136	68	36%
Clínica médica	67	20	27%
Dermatologia	56	43	48%
Endocrinologia	213	91	32%
Geriatria	49	11	18%
Ginecologia e Obstetrícia	109	66	41%
Neurologia	19	11	37%
Nutrição	123	60	33%
Ortopedia	208	38	19%
Psicologia	658	196	24%
Psiquiatria	186	62	31%
Urologia	37	13	28%
TOTAL	1.923	700	29%

Colunista convidada:

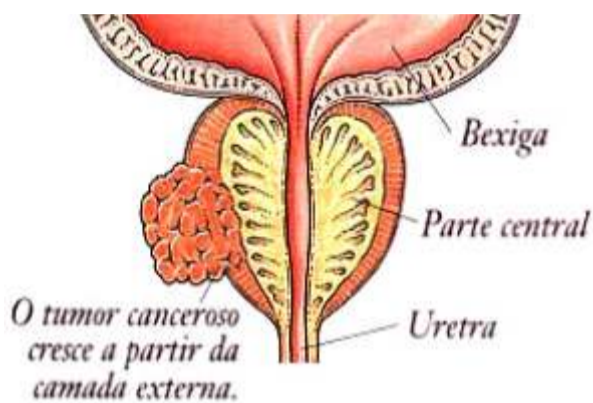
Dr. Henrique Simões

Urologista da
Policlínica FioSaúde



Imagem: arquivo FioSaúde

Conversando sobre CÂNCER DE PRÓSTATA



Acima: imagem ilustrativa da próstata

A próstata é uma glândula que faz parte do sistema reprodutor masculino. O câncer de próstata ocorre devido a uma proliferação anormal das células da próstata, sendo o tumor mais comum entre homens com mais de 50 anos. Ele é responsável por

10% de todas as mortes provocadas por câncer em pacientes do sexo masculino.

Os principais fatores de risco são idade, história familiar e raça, apresentando uma prevalência de 9,6% em pessoas negras e 5,6% entre brancos.

Na sua fase inicial, o câncer de próstata não possui sintomas. Como seus fatores de risco não podem ser alterados, a prevenção é o melhor caminho para o tratamento da doença. Quando os sintomas começam a aparecer, 95% dos casos já estão em fase adiantada. Não é possível prevenir a doença, mas é possível diagnosticá-la precocemente. Nesses casos de diagnóstico precoce, as chances de cura de um câncer de próstata podem chegar a 90%.

Estudos vêm demonstrando que uma mudança no estilo de vida é crucial para diminuir os riscos, incluindo uma alimentação saudável e a prática de atividades físicas no dia a dia.

A Sociedade Brasileira de Urologia recomenda a realização de exames de próstata de rotina anual a partir dos 50 anos, e naqueles com maiores fatores de risco, como história familiar de câncer de próstata, principalmente em pai ou irmão, o exame de rotina deve se iniciar aos 45 anos. Além da consulta com o urologista deve ser realizado o exame de sangue (PSA) e exame físico, incluindo o toque retal.

A partir do diagnóstico, existem diversas condutas terapêuticas para o tratamento da doença. O médico pode indicar, desde uma simples vigilância, até procedimentos com cirurgias de prostatectomia, radioterapia, braquiterapia e bloqueio hormonal.

Converse com o urologista – ele é o profissional indicado para fornecer orientações sobre esse problema de saúde! Previna-se.

Saúde do homem também tem a ver com alimentação saudável!



Aline B. Nery
Nutricionista
da Policlínica

Nos cuidados com a saúde da próstata, o tratamento pode ser complementado com uma dieta que inclua nutrientes presentes em determinados alimentos. Confira abaixo:

Dentre os nutrientes importantes na alimentação desses pacientes estão compostos como licopeno, fibras e antioxidantes (sulforafanos, polifenóis, ômega 3 e selênio), que devem ser consumidos de forma regular. Veja os alimentos:

Obs.: a dieta é complementar e não substitui os tratamentos e as medicações indicadas pelo urologista.

- Tomate, goiaba, cenoura, melancia: licopeno
- Brócolis, couve-flor, repolho: sulforafano
- Castanha do Brasil (do Pará): selênio
- Chá verde: isoflavonas e polifenóis
- Sardinha, salmão, linhaça, chia: ômega 3

Profissionais à disposição na Policlínica:

Equipe médica

	Alexandre Sayão Ortopedia		Aluizio P. Gonçalves Ortopedia
	Angelo Di Candia Cardiologia		Arthur Bastos Ginecologia
	Claudia Medeiros Dermatologia		Cristiane Torres Mastologia
	Daniel Hampl Urologia		Débora Ayres Endocrinologia
	Gustavo Velho Dermatologia		Henrique Balthazar Neurologia
	Henrique Simões Urologia		Jone Chebom Psiquiatria
	Luis Felipe Cordeiro Cardiologia		Marcelo Gerk Ortopedia
	Marcos Giordano Ortopedia		Maria Clície Endocrinologia
	Pedro Varanda Neurologia		Ricardo Sá Endocrinologia
			Ciro Floriani Geriatria
			Dania Cymbalista Acselrad Ginecologia
			Gilza Cristina Ginecologia
			Henrique Mussi Cardiologia
			Juliana Cruzeiro Geriatria
			Márcia Sobreiro Cirurgia Vascular
			Mauro Acselrad Psiquiatria
			Thiago Medeiros Clínica Médica

Psicólogos

	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
	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

	Vania Boechat Gerência Administrativa		Bianca Jeanne Recepção
	Yara Thathiana Administrativo		Sueli Pereira Recepção
	Kleber Recepção		Valéria Maia Recepção

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