

BOLETIM SAÚDE EM SUAS MÃOS



Publicação da Policlínica da FioSaúde - Ano VI/ Número 36 - Junho 2019

BRONQUITE



ASMA

Confira como a medicina generalista pode cuidar dessas condições de saúde

*Texto da Dra. Maria Carolina Araripe,
médica generalista da clínica Total Saúde*

Com o inverno chegando e trazendo consigo o clima seco e frio, característico desta época do ano, favorece a ocorrência e piora das doenças respiratórias. As vias aéreas ficam mais ressecadas do que o normal, facilitando a entrada de vírus e bactérias nocivos.

Além disso, devido à diminuição das temperaturas, ocorre uma mudança de hábitos nas pessoas, que preferem locais fechados a fim de evitar-se o frio, favorecendo as aglomerações, acúmulos de ácaros e aumentando o potencial de transmissão das doenças respiratórias. Portanto, ficar em ambientes fechados e sem ventilação facilita a troca de vírus, já que a contaminação ocorre, principalmente, de pessoa para pessoa.

E, para os portadores de doenças pulmonares crônicas, como bronquite e asma este é um período onde a atenção e os cuidados com a saúde devem ser redobrados.

[Leia mais na pág.3](#)

Lembre-se: nos planos

**TOTAL
SAÚDE**

Plano de Atenção Integral



Você tem um médico generalista para chamar de seu !

A unidade do Total Saúde está funcionando no fim do corredor deste andar.
Passe lá para conhecer a equipe, da qual a Dra. Maria Carolina faz parte!

*Saúde em Suas Mãos é um boletim mensal da
Policlínica FioSaúde, distribuído na recepção
deste serviço próprio / Editora Responsável: Erika Schmid Mt23782
Tiragem: impressão sob demanda - Junho 2019*

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 janeiro/2019)

Especialidade	 pacientes que compareceram às consultas	 pacientes que não puderam comparecer	percentual de pacientes que não puderam comparecer
Angiologia	91	13	13%
Cardiologia	178	42	21%
Clínica médica	22	04	16%
Dermatologia	100	31	27%
Endocrinologia	259	50	17%
Geriatria	58	09	16%
Ginecologia e Obstetrícia	173	37	19%
Neurologia	35	09	20%
Nutrição	55	17	25%
Ortopedia	206	32	16%
Psicologia	420	206	34%
Psiquiatria	178	45	28%
Urologia	49	16	26%
TOTAL	1.824	511	24%

Colunista convidada:

Dra. Maria Carolina AraripeMédica generalista da
clínica Total Saúde

Imagem: arquivo FioSaúde

Falando de ASMA e de BRONQUITE dentro da visão da medicina generalista



Imagem: Google Images

É muito comum as pessoas confundirem, ou acharem que asma e bronquite são a mesma coisa. Com isso, devemos entender a diferença entre essas doenças. Asma brônquica, bronquite aguda e bronquite crônica são três doenças diferentes,

que apresentam causas e tratamentos distintos, mas que podem provocar sinais e sintomas muito parecidos.

Entenda as diferenças:

ASMA - Em boa parte das situações a asma se inicia logo na infância, é uma das doenças crônicas mais comuns desta faixa etária. Suas principais manifestações são tosse, falta de ar e o popular “chiado” no peito.

Tanto fatores genéticos (presença da doença, ou alergias, no pai ou na mãe), como ambientais (o lugar em que a pessoa vive), podem condicionar seu aparecimento. Entre os estímulos do ambiente, é bem conhecido o papel da exposição a elementos irritantes, como fumaça de cigarro, poluição, poeira, ácaros, ar frio, gripes e resfriados.

Ao serem expostos a tais fatores, os doentes apresentam uma reação exagerada, conhecida como hiperreatividade, que se caracteriza pelo inchaço das vias aéreas e pelo aumento das secreções e contração dos pequenos músculos presentes em suas paredes (broncoespasmo). Tudo isso propicia um estreitamento das vias, o que dificulta o fluxo do ar causando muita falta de ar, tosse seca e desconforto para respirar. Este estreitamento pode ocasionar um ruído característico, semelhante a um assobio ou chiado, o tal do sibilo. Cada pessoa pode ter um desencadeante diferente. Evolui com períodos assintomáticos e períodos de crises. Dentro do tratamento da asma, quando se conhecem os fatores ambientais que estimulam o quadro, é preciso tomar os devidos cuidados com o ambiente doméstico. Entre os medicamentos receitados, existem os que ajudam a controlar a doença e prevenir as crises e aqueles que trazem alívio imediato dos sintomas.

BRONQUITE AGUDA - É um processo inflamatório transitório, provocado, geralmente, por uma infecção de origem viral, como a gripe. O principal sintoma da bronquite aguda é uma tosse persistente, seca ou com expectoração (catarro), que pode durar até 20 dias. Febre não é comum e serve para distinguir o quadro de outras infecções do pulmão, como a pneumonia.

Alguns pacientes podem ter sibilos pelo broncoespasmo, menos intensos que na asma, mas facilmente perceptíveis através da auscultação dos pulmões com o estetoscópio. O quadro de bronquite aguda é autolimitado e melhora espontaneamente após algumas semanas.

BRONQUITE CRÔNICA - É um quadro inflamatório persistente das vias aéreas, provocado por exposição prolongada a substâncias nocivas, como o cigarro. A fumaça do cigarro irrita e causa destruição do tecido pulmonar levando a uma redução permanente do calibre dos bronquíolos.

Os principais sintomas da bronquite crônica são uma tosse com exuberante expectoração (catarro), falta de ar, chiados (sibilos) e cansaço para executar atividades. É uma doença progressiva e com mau prognóstico, principalmente naqueles que continuam fumando.

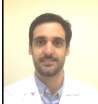
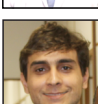
CUIDADOS A SEREM TOMADOS

- Evitar fatores desencadeantes (Fumo, aglomerações, poeira etc)
- Vacinação para os portadores dessas condições é FUNDAMENTAL nesta época do ano.
- Um bom acompanhamento médico é fundamental para diagnóstico, controle e tratamento destas doenças

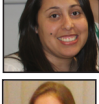
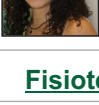
Profissionais à disposição na Policlínica:

Agende consulta com especialistas pelo tel --- (21) 3865-1871 (2ª a 6ª, de 8h-17h)

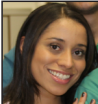
Equipe médica

 Alexandre Sayão Ortopedia	 Aluizio P. Gonçalves Ortopedia	 Angelo Di Candia Cardiologia
 Arthur Bastos Ginecologia	 Ciro Floriani Geriatria	 Claudia Medeiros Dermatologia
 Cristiane Torres Mastologia	 Dania Cymbalista Acselrad Ginecologia	 Débora Ayres Endocrinologia
 Eduardo Zarco da Câmara Cirurgia-geral	 Fábio José Teles Cirurgia-geral e proctologia	 Gilza Cristina Ginecologia
 Gustavo Velho Dermatologia	 Henrique Balthazar Neurologia	 Henrique Mussi Cardiologia
 Henrique Simões Urologia	 Jone Chebom Psiquiatria	 Juliana Cruzeiro Geriatria
 Luis Felipe Cordeiro Cardiologia	 Marcelo Gerk Ortopedia	 Márcia Sobreiro Cirurgia Vascular
 Marcos Giordano Ortopedia	 Maria Clície Endocrinologia	 Mauro Acselrad Psiquiatria
 Pedro Varanda Neurologia	 Ricardo Sá Endocrinologia	 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

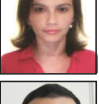
Equipe de Enfermagem

 Camila Chagas Enfermagem	 Luisiane Silva Enfermagem
 Jessica Costa Enfermagem	 Luiz Fernando Enfermagem
 Miriam Holanda Enfermagem	

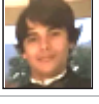
Nutricionistas

Aline B. Nery Nutrição	
Danielle Cardoso Nutrição	

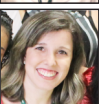
Fisioterapeutas

 Camila Dias Freitas Fisioterapia
 Danielle S. Modena Fisioterapia
 Isabel Dantas Fisioterapia
 Marcelo Alves Fisioterapia
 Pedro Montenegro Fisioterapia
 Taisa Felix Oliveira Fisioterapia
 Viviane Souza Fisioterapia

Equipe de Apoio / Técnico e Administrativo

 Vaní Boechat Gerência Administrativa	 Yara Thathiana Administrativo
 Bianca Jeanne Recepção	 Luciana Recepção
 Sueli Pereira Recepção	 Valéria Maia Recepção
 Vitor Sanches Recepção	

Clínica TOTAL SAÚDE - Expansão

 Maria Carolina Araripe Médica generalista	 Stephany Xavier Atendimento
 Flávia Gorni Enfermagem	 Camila Freitas Fisioterapia
 Luciana Manhães Psicóloga	 Naise Oliveira da Rocha Nutricionista

Quem tem TOTAL SAÚDE,
pode conferir possibilidade de
agendar sua consulta,
inclusive para o mesmo dia:
(21)3865-1889 -2ª a 6ª, de 8h-17h