

BOLETIM SAÚDE EM SUAS MÃOS

Publicação da Policlínica da FioSaúde - Ano VII/ Número 43 - Março 2020

Nesta edição, destaques para:

Atendimento em CLÍNICA-GERAL na POLICLÍNICA

Pág. 3



Imagem: Site GentSide

Importância da VACINAÇÃO

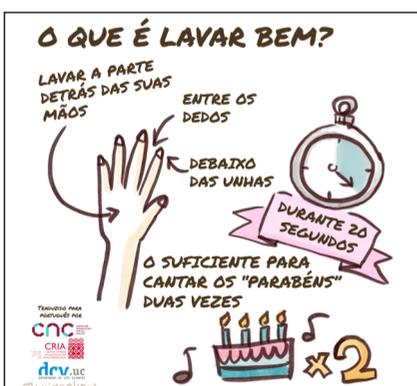
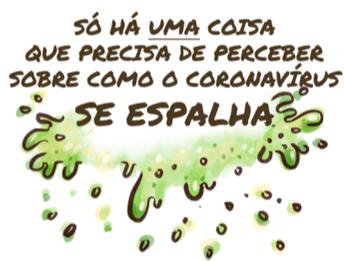
Pág. 3

Cuidados com CORONAVÍRUS

Confira dicas abaixo

No site da FioSaúde (www.fiosaude.org.br) foi disponibilizado material informativo sobre o Coronavírus, preparado com base nas referências da Direção Geral de Saúde e da OMS (2019 - NCOV)

Veja aqui alguns pontos importantes:



Acesse www.fiosaude.org.br e leia a íntegra do material

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

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

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.

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

Quando houver desistência, você será contactado.

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.

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!

Tem mais de 65 anos?

Lembre-se que você conta com um telefone especial para atendimento 24h em dúvidas sobre saúde e situações de emergência:

0800 772 8988

(disponível também para pacientes do Programa FioSaúde Viver Melhor)

Pegue folhetos e informes de saúde

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

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



Desde o dia 13 de fevereiro, os pacientes da POLICLÍNICA FIOSAÚDE passaram a contar com atendimentos em CLÍNICA-GERAL pela Dra. **Paula Monteiro**

Confira abaixo importante texto com dicas de saúde, produzido pela médica para esta coluna do Boletim:

Dra. Paula Monteiro
Lages da Silva
Clínica-Geral



Imagem: arquivo FioSaúde

Vacinação para adultos

E você, sabe se suas vacinas estão em dia?



Imagem: Arquivo FioSaúde

É muito frequente entre os indivíduos com 20 anos ou mais a busca por atendimentos médicos de rotina e a realização de “check-ups”, principalmente com o avançar da

idade. No entanto, a vacinação do adulto também faz parte das ações que promovem saúde e muitas das vezes não são lembradas como parte da prevenção de problemas futuros.

Existe uma «carteira» de vacinação do adulto?

O Ministério da Saúde dispõe de uma Carteira de Vacinação do Adulto, que pode ser solicitada em unidades de saúde. Contudo, para atualização vacinal, a mesma não se faz necessária, sendo entregue comprovante da vacinação. A vacinação do adulto é tão importante quanto a das crianças, gestantes e adolescentes, pois confere proteção contra as doenças preveníveis por vacina. Quanto mais pessoas imunizadas, menores os riscos de um novo surto (como o de Febre Amarela e, mais recentemente, o de Sarampo), que podem levar a incapacidades como adoecimento, hospitalização e até óbitos em grupos mais vulneráveis.

Não sei onde está minha carteira de vacinas, posso ser vacinado?

Mesmo que você não tenha a anotação das suas vacinas e datas, o melhor a fazer é se vacinar, ainda que repetidamente, a fim de garantir imunidade da doença contra a qual a vacina oferece proteção. Lembrando sempre que as vacinas são ainda mais seguras quando o calendário é seguido.

Quais vacinas preciso tomar?

Existe um calendário de vacinação do adulto. A orientação do Ministério da Saúde é a vacinação indicada para cada idade e o seguimento dos esquemas vacinais. Após completar corretamente o esquema, a vacina confere proteção para o indivíduo. No quadro abaixo seguem as vacinas recomendadas pelo Ministério da Saúde para adultos dos 20 aos 59 anos.

Em caso de alguma vacina atrasada, ou na dúvida sobre quais delas precisa fazer, procure uma unidade de saúde e converse com um profissional.

Atualmente, o Ministério da Saúde recomenda 4 vacinas para adultos entre 20 e 59 anos: *

- Hepatite B - Três doses, de acordo com a situação vacinal
- Febre Amarela - Uma dose se nunca tiver sido vacinado
- Tríplice Viral – Se nunca vacinado, são duas doses para quem tem 20 a 29 anos e uma dose para 30 a 49 (que abrange sarampo)
- Dupla adulto (DT) – Reforço a cada 10 anos (contra tétano e difteria)

** Atenção quanto às campanhas de vacinação promovidas pelo Ministério da Saúde, indicadas para algumas faixas etárias e grupos*

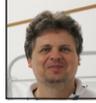
No caso de idosos, pessoas portadoras de doenças crônicas e trabalhadores em locais de

- atendimento em saúde:**
- Vacina contra Influenza (gripe)

Profissionais à disposição na Policlínica:

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

Equipe médica

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

Psicólogos

 <p>Danielle Moreira Psicologia</p>
 <p>Elisa Laranja Psicologia</p>
 <p>Georgiana Gonçalves Psicologia</p>
 <p>Giselaine La Rosa Psicologia</p>
 <p>Marina Janzen Psicologia</p>
 <p>Valquíria Cocolichio Psicologia</p>
 <p>Virgínia Valéria Vieira Psicologia</p>

Fisioterapeutas

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

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

Equipe de Enfermagem

 <p>Camila Chagas Enfermagem</p>	 <p>Luisiane Silva Enfermagem</p>
 <p>Jessica Costa Enfermagem</p>	 <p>Luiz Fernando Enfermagem</p>
 <p>Miriam Holanda Enfermagem</p>	

Nutricionistas

<p>Aline B. Nery Nutrição</p>	
<p>Danielle Cardoso Nutrição</p>	

Equipe de Apoio / Técnico e Administrativo

 <p>Vania Boechat Gerência Administrativa</p>	
 <p>Bianca Jeanne Recepção</p>	 <p>Luciana Recepção</p>
 <p>Sueli Pereira Recepção</p>	 <p>Valéria Maia Recepção</p>
 <p>Vitor Sanches Recepção</p>	

Clínica TOTAL SAÚDE

 <p>Stephany Xavier Atendimento</p>	
 <p>Maria Carolina Araripe Médica generalista</p>	 <p>Paula Monteiro Lages da Silva Médica generalista</p>
 <p>Flávia Gorni Enfermagem</p>	 <p>Camila Freitas Fisioterapia</p>
 <p>Luciana Manhães Psicóloga</p>	 <p>Naise Oliveira da Rocha Nutricionista</p>