

#154 2018

Você COM Saúde

Cuide de quem é essencial para sua empresa

Saúde da Criança

Hidratação infantil

P.04

PRIORI

Conheça o programa Bate Aqui

P.10

Especial

Benefícios da fono no tratamento do autismo

P.12

Novo site

Portal da Paraná Clínicas está renovado e mais prático

P.06



Editorial

Agilidade e sinergia são alguns dos nossos valores. A Paraná Clínicas está sempre em busca das melhores alternativas para atender os seus beneficiários. Nesta edição você vai conhecer mais sobre duas ações desenvolvidas com todo o carinho para atender a estes objetivos: o novo site e o aplicativo.

Com estas ferramentas você terá ainda mais agilidade e comodidade para usufruir dos benefícios do seu plano.

Ainda pensando em facilidade para o usuário, a revista traz também as novidades nos Centros Integrados de Medicina (CIM). O CIM Água Verde, por exemplo, agora atende aos sábados. Confira as notícias das outras unidades na seção "Novidades".

Trazemos também uma matéria especial, falando da importância da fonoaudiologia para melhorar a comunicação das crianças autistas. Você vai acompanhar a história do André e entender como as sessões ajudaram em sua socialização.

Para as crianças, a revista traz também uma dica de passeio em Curitiba-PR. O Museu da Vida é uma opção bacana, prática e interessante para passar o tempo com os pequenos.

Temos ainda dicas de qualidade de vida - com uma matéria explicando como melhorar a qualidade do seu sono, outra sobre hidratação infantil e ainda mais informações sobre o Bate Aqui, que faz parte do Priori, programa da Paraná Clínicas que busca promover qualidade de vida, informações e promoção de saúde.

Esperamos que você goste!
Boa leitura!

você COM
saúde

Conselho Editorial:
Dr. Carlos Morteau
Daniele Lourenço
Felipe Capelli
Dr. Giovanni Targa
Juliane Poitevin
Dra. Karina Grassi
Larissa Tadra

Cecile Moreschi Freire
Krueger (DRT-PR 1111)

Redação:
Anna Carolina Amaral
Camila Candal Neves
Giovana Chiquim
Marina Fam Petri

Diagramação:
Lucas Damas

Revisão:
Cíntia Mazzaro

Tiragem: 7.500

Conteúdo Editorial:
Grupo Excom
(41) 3343-7574
www.excom.com.br
Jornalista responsável:

6

CAPA
Portal da
Paraná Clínicas
está renovado e
mais prático



Nesta Edição

3

QUALIDADE DE VIDA

Os benefícios da Higiene do sono

4

SAÚDE DA CRIANÇA

Hidratação: crianças precisam criar hábito de beber água

5

LAZER

Aprender brincando no Museu Da Vida

9

FACILIDADE

Aplicativo permite que você se conecte à Paraná Clínicas de onde estiver

10

PRIORI

Conheça o Bate Aqui

11

DICAS

10 dicas práticas para você ter qualidade de vida

12

ESPECIAL

Entenda como a fonoaudiologia pode melhorar a sociabilidade de crianças autistas






14

NOVIDADES

Confira as principais notícias da Paraná Clínicas

 **Paraná Clínicas** | SAÚDE

Também estamos nas redes sociais!

-  /paranaclinicas
-  @paranaclinicas
-  /company/paraná-clínicas
-  /pclinicas
-  /paranaclinicassaudef

Higiene do sono

Noites mal dormidas podem acarretar diversos problemas à saúde. Veja como melhorar seus hábitos para dormir bem.

Estudos demonstram que, com o passar do tempo, as pessoas possuem mais dificuldade em dormir por períodos maiores de tempo. Para se ter um parâmetro, uma pessoa de 70 anos dorme, em média, uma hora a menos por noite se comparado com alguém de 20 anos. Vários fatores são responsáveis por isso, tais como disfunções cognitivas, aumento da pressão arterial, diabetes tipo 2, doenças vasculares e até mesmo a perda de alguns neurônios.

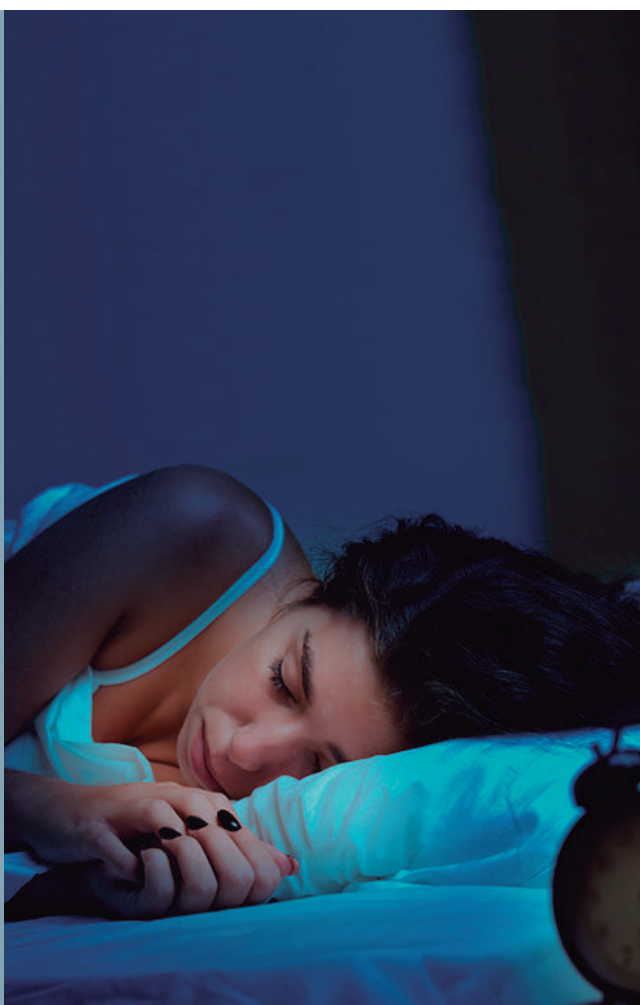
Segundo o médico clínico geral Dr. Rui Bocchino Macedo os distúrbios do sono podem causar os mais variados problemas para a saúde, entre eles: “dores de cabeça, hipertensão, AVC, distúrbios hormonais, perda de performance e cansaço, perda de capacidade de concentração, irritabilidade, envelhecimento precoce, impotência sexual, etc”, ressalta o médico credenciado da Paraná Clínicas.

Esses distúrbios podem ser causados por maus hábitos como excesso de cafeína, o uso excessivo de bebidas alcoólicas, a prática de atividade física próxima aos horários do sono, quartos com ambientes demasiadamente iluminados e desconfortáveis (colchões, arrumação, etc.), o uso de aparelhos eletrônicos ligados, entre outros. Bocchino explica que dormir bem significa adormecer em até 30 minutos, acordar no máximo uma vez durante a madrugada, dormir durante 85% do tempo em que se está na cama e passar no máximo 20 minutos acordado ao longo da noite quando se desperta do sono.

A melhora dos fatores ambientais e dos maus hábitos que prejudicam a qualidade do sono é chamada de higiene do sono. Trata-se de uma forma de prevenir possíveis distúrbios do sono e garantir noites mais tranquilas e saudáveis com simples hábitos a serem adotados em seu dia a dia.

DICAS PARA DORMIR BEM

- Desligar a televisão, computadores, telefones celulares e se desconectar de todas as redes sociais no momento de dormir;
- O uso da cafeína deve ser evitado no período anterior ao sono, uma vez que a cafeína pode ficar até 12 horas no nosso organismo;
- É importante que o ambiente seja aconchegante, com pouca ou nenhuma luminosidade e com uma temperatura agradável (estimada em 18 a 19°C);
- Evitar a prática de atividade física em horários próximos ao sono;
- O excesso de álcool é outro fator que pode atrapalhar na hora de dormir, portanto recomenda-se moderar no uso dessa substância, tendo um espaçamento ideal de 3 horas entre a ingestão da última dose e o momento do sono.



Hidratação: crianças precisam criar hábito de beber água

Pais podem estimular o consumo logo após os seis meses de vida

A hidratação é importante para o organismo em qualquer fase de vida. Mas, as crianças, por serem ativas, precisam de acompanhamento para garantir que elas consumam a quantidade ideal de água diariamente.

O hábito pode começar depois dos seis meses. Até esta fase, o leite materno supre qualquer necessidade que o bebê tenha. Depois, quando frutas e papinhas entram nas refeições, a água também deve ser oferecida. E a quantidade varia conforme o tamanho, peso, atividade, temperatura do ambiente e alimentos que a criança consome.

Segundo a nutricionista credenciada da Paraná Clínicas, Dagmarcia David, “a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) indica duas formas práticas de encontrar a quantidade ideal de ingestão de água. A primeira é pelo peso da criança: 50 a 60 ml por quilo de peso/dia. Já a segunda pela idade da criança”:

- 0 a 6 meses - recomenda-se 700 ml (*bebês que tomam leite artificial*);
- 7 a 12 meses - recomenda-se 800 ml;
- 1 a 3 anos - recomenda-se 1,3 litro;
- 4 a 8 anos - recomenda-se 1,7 litro;
- 9 a 13 anos - recomenda-se 2,4 litros;
- 14 a 18 anos - recomenda-se 3,3 litros.

A água não tem macronutrientes que exijam um esforço do sistema digestivo e, por isso, é tão indicada ao organismo. “Beber água dá um descanso aos processos digestivos e ao aparelho renal, além de não fornecer calorias. Sendo assim, não causa ganho de peso, não interfere na fome dos pequenos e não causa cáries. O que também ajuda na hidratação diária é a ingestão de alimentos que complementem o papel da água, como frutas (melancia, melão, laranja, etc.) e alimentos (hortaliças, leite, carnes frescas) ricos em água”, explica Dagmarcia David.

DESIDRATAÇÃO

A desidratação dá sinais como a diminuição do volume do xixi, urina mais escura, saliva espessa, “olho fundo” - com pouco brilho, e boca seca. Tudo isso é um aviso de que os pequenos estão precisando do tão precioso líquido, que é a água. “A água corresponde a 60% do nosso organismo. Ela está como componente estrutural de todas as nossas células, atua na fluidez das articulações, é a principal constituinte do sistema sanguíneo, responsável por reações químicas, trocas gasosas e formação de energia. Sem água não há vida”, comenta Dr. Valdir Lippi Junior, cardiologista da Paraná Clínicas.

Então, como fazer a criança ingerir o necessário e não ficar desidratada?

Oferecendo várias vezes ao dia pequenas quantidades de água, porque, quando ela estiver brincando, vai se esquecer de pedir. Por isso, os pais devem ajudar para que o hábito vire rotina.



“Beber água dá um descanso aos processos digestivos e ao aparelho renal, além de não fornecer calorias.”, explica a nutricionista Dagmarcia David.

Aprender brincando no MUSEU da VIDA

Um convite para se refugiar em meio à natureza na cidade grande, para valorizar a vida, aprender e brincar. Todas essas atrações fazem parte do “menu” do Museu da Vida, que fica no bairro Mercês, em Curitiba. Inaugurado em 2014, o espaço preserva a memória da Dra. Zilda Arns, que fundou a Pastoral da Criança. A entidade estimula o trabalho voluntariado com crianças e dissemina conhecimentos básicos sobre a saúde e educação. O Museu é uma forma de perpetuar o legado de Zilda Arns e apresentar para os visitantes informações sobre a gestação e primeira infância, que contempla os primeiros 1.000 dias de vida.

A exposição “1.000 Dias” proporciona ao público a experiência de vestir uma barriga de grávida, passar por dentro de um túnel que simula o canal do parto e colocar um bebê para dormir em seu berço. A atração mostra, de forma lúdica, como os primeiros 1000 dias de vida – período que compreende a gestação (270 dias) e o primeiro (365 dias) e o segundo (365 dias) ano de vida – são importantes para a nossa saúde para sempre.

O público poderá conferir ainda mais cinco exposições permanentes. A “Pastoral da Criança em Ação” traz bonecos em tamanho real que remontam a história da entidade. O cenário é uma reprodução das comunidades que são acompanhadas pela Pastoral há mais de 35 anos. A exposição também leva os visitantes à reflexão sobre os desafios que ainda são enfrentados no Brasil no âmbito da saúde.

Na “História da Pastoral” os participantes vão conhecer os principais marcos da história da entidade. Fotografias antigas, vídeos, premiações e os primeiros materiais educativos produzidos pela Pastoral da Criança fazem parte do acervo.

O “Memorial Zilda Arns” apresenta a trajetória de vida



Divulgação

e o trabalho da médica sanitária desde sua infância e sua atuação na entidade, que a tornou conhecida em todo o mundo. O espaço traz ainda objetos pessoais, premiações, homenagens, informações sobre sua última viagem (ao Haiti, em 2010) e a reconstituição do escritório onde ela trabalhava.

O “Cantinho da Criança” incentiva a imaginação dos pequenos. No espaço, eles podem ser o que quiserem: astronautas, princesas, bruxas ou índios. Roupas e brinquedos estão à disposição para as crianças darem vida aos personagens.

Na “Rua do Brincar” os pequenos terão a oportunidade de conhecer antigas brincadeiras, que eram comuns na infância dos seus pais. O espaço simula uma “rua”, onde as crianças podem pular amarelinha, corda, jogar bola e bets, criar novas brincadeiras e fazer amiguinhos.

Com 13 mil m², a “Trilha do Bosque” é um capítulo à parte no Museu da Vida. Além de proporcionar o contato com a natureza, o público poderá fazer piquenique, observar esquilos na mata e peixes no rio que vivem no local.



Divulgação

SERVIÇO:

O Museu da Vida é aberto diariamente, inclusive nos feriados (exceto Sexta-feira Santa, Domingo de Páscoa, Natal e Ano Novo), das 8 às 19h. Rua Jacarezinho, 1691. www.pastoraldacrianca.org.br/museudavida - 41 2105 0250

A entrada é gratuita.



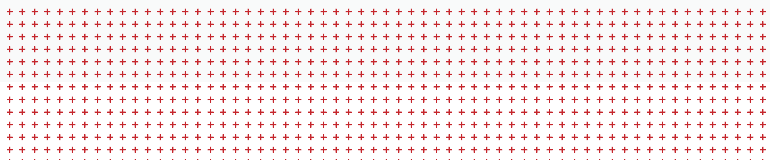
Fácil acesso

Portal da Paraná Clínicas está renovado e mais prático

Está no ar o novo site da Paraná Clínicas. O portal, renovado e dinâmico, foi desenvolvido com base nos principais pedidos dos clientes, trazendo mais conteúdo e melhor acesso às informações e serviços, mais praticidade e usabilidade para facilitar o dia a dia dos beneficiários.

A nova página traz um layout muito mais amigável, interativo e de fácil navegação. “O objetivo é que os clientes encontrem tudo o que precisam em relação aos nossos produtos e serviços, com facilidade de acesso, em poucos cliques”, afirma a Gerente de Marketing da Paraná Clínicas, Juliane Poitevin.

O novo conceito do site é mais *clean* e funcional, para que os beneficiários possam utilizar o seu plano de saúde da melhor forma. Ou seja, ficou muito mais fácil agendar e cancelar consultas, procurar pelos médicos credenciados e especialidades, encontrar informações sobre o Piori (programas de prevenção e promoção de saúde da Paraná Clínicas), pesquisar as opções de plano, acessar resultados de exames, encontrar a unidade mais próxima e muito mais!





BEM-VINDO AO NOVO SITE DA PARANÁ CLÍNICAS

Mais facilidade
e praticidade para
o seu dia a dia.



Agende sua
Consulta



Rede Credenciada



Aplicativo



Resultados de
Exames



Unidades



Priori

AGENDE SUA CONSULTA

Para sua comodidade, agora você pode agendar online
suas consultas na Paraná Clínicas.



Comodidade

Marque suas consultas sem sair de
casa.



Rapidez

Sistema fácil e rápido para facilitar o
agendamento.



Agilidade

Tudo isso em poucos cliques!

PÁGINAS

Cada página foi pensada cuidadosamente para atender às necessidades dos diferentes perfis de cliente do site.

Além dos serviços e facilidades disponíveis para os beneficiários, na página Cliente, o portal traz ainda páginas direcionadas e com acesso exclusivo a outros perfis, trazendo as informações mais relevantes e específicas para cada público. Confira:

- **Empresas** - destinada aos gestores de Recursos Humanos das empresas clientes;
- **Prestador** - direcionada a todos que desejam fazer ou já fazem parte da rede credenciada da Paraná Clínicas;
- **Vendas** - para quem deseja solicitar visitas da Paraná Clínicas e fazer uma simulação para adesão dos planos;
- **Página Inicial/Home** - oferece um panorama geral do site, com acesso a todas as outras páginas. Aqui, o usuário pode baixar o Guia do Plano de Saúde, a revista Você com Saúde, ler as notícias e também conhecer melhor a Paraná Clínicas, clicando em Institucional.

O Piori, os programas da Paraná Clínicas que buscam promover qualidade de vida, informações e promoção de saúde, ganhou um *hotsite* só para ele, na qual é possível conhecer mais a fundo cada um dos programas oferecidos, além de tirar as principais dúvidas sobre agendamento, horários, como participar, entre outros.

Na página Contatos o usuário poder tirar toda e qualquer dúvida referente aos produtos e serviços da Paraná Clínicas. São vários Canais de Atendimento disponíveis.

Acesse www.paranaclinicas.com.br

Conexão direta com a sua saúde

Aplicativo permite que você se conecte à Paraná Clínicas de onde estiver.

A Além do site, a Paraná Clínicas ainda oferece outro canal digital para comodidade de seus beneficiários: o aplicativo para celular. Com ele, você pode se conectar à operadora de onde você estiver. Com o aplicativo você pode acessar a Rede Credenciada, a Carteirinha Digital, Notícias, Revistas e Manuais, Alarmes, Prescrições, Contatos, Extrato de Utilização e Agendamento e Cancelamento de Consultas.



CADASTRO

Para começar a usar o aplicativo, será necessário criar um *login* (CPF) e seguir o passo a passo:

- Ao clicar em login será apresentada a mensagem abaixo:

- 1 Caso o beneficiário já possua uma senha criada, basta inseri-la para acessar a área restrita;
- 2 Caso não possua será necessário clicar no botão *Meu Primeiro Acesso* e criar uma senha.

LEMBRE-SE:

para acessar a visualização da carteirinha é necessário realizar o *login*. A carteirinha virtual pode ser utilizada em caso de esquecimento da carteirinha física, agilizando o atendimento.

O aplicativo está disponível para download gratuito para smartphones com sistema operacional Android e IOS.



Bate Aqui



Conheça o programa de prevenção a doenças cardiovasculares do Piori

Segundo a Sociedade Brasileira de Cardiologia, as doenças cardiovasculares, afecções do coração e da circulação, representam a principal causa de mortes no Brasil. Este tipo de doença causa o dobro de mortes do que todos os tipos de câncer e duas vezes mais que causas externas, como acidentes e violência. Por isso, o alerta, a prevenção e o tratamento são as principais armas para reverter esse quadro.

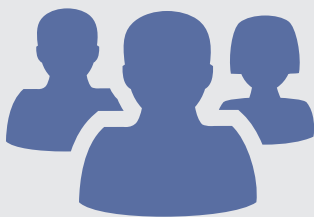
Para dar assistência aos beneficiários com histórico recente de internação em UTI cardíaca e com doença cardiovascular, a Paraná Clínicas oferece o Bate Aqui - serviço de acompanhamento médico e reabilitação. "Após estabilidade do seu quadro e recebendo a alta hospitalar, o médico responsável pelo caso irá recomendar o pa-

ciente para acompanhamento ambulatorial, permitindo o controle de seu estado de saúde e evitando reinternações", explica a Gerente Médica da Rede Preferencial e Programas Médicos da Paraná Clínicas, Dra. Karina Grassi.

O acompanhamento pelo Bate Aqui é individualizado, ou seja, cada caso recebe atenção especial. "Fica a critério médico a frequência de cada consulta, e quando necessário, o paciente é encaminhado aos demais especialistas, formando uma rede adequada de assistência multidisciplinar", explica o cardiologista credenciado da Paraná Clínicas, Dr. Valdir Lippi Junior. Além do cardiologista, o paciente poderá ainda contar com os cuidados de uma equipe de apoio: enfermagem, nutricionista, serviço social e psicologia.

NÚMEROS DO PROGRAMA BATE AQUI 2017

+ DE **500**
ATENDIMENTOS



167 NOVOS
BENEFICIÁRIOS INSCRITOS



Não são apenas em casos de doenças cardiovasculares que o Piori atua. Com base na importância da medicina preventiva, ele foi criado para administrar dez programas de saúde oferecidos pela Paraná Clínicas para os seus beneficiários.

CONFIRA OS OBJETIVOS DO PRIORI:

- Monitorar e controlar a saúde e o bem-estar de pacientes crônicos, complexos e idosos;
- Informar e incentivar as boas práticas para uma vida saudável e com qualidade;
- Acompanhar e monitorar a saúde e a gestação das futuras mães;
- Prevenir os cânceres de mama, colo de útero, próstata e intestino.

Mitos e Verdades Sobre a Hipertensão

A Hipertensão é uma doença bastante comum e deve ser muito bem acompanhada para evitar complicações. Apesar de frequente entre a população, a doença é cercada de alguns mitos.

Por isso, convidamos o cardiologista da Paraná Clínicas, Dr. Valdir Lippi Junior, para tirar as principais dúvidas sobre hipertensão. Confira:

A pressão alta prejudica apenas o coração?

A pressão alta é a principal causa de Acidente Vascular Cerebral (Derrame cerebral) e de outras doenças graves, como doenças da retina e doença renal crônica, com necessidade de hemodiálise.

MITO

A hipertensão raramente apresenta sintomas?

As pessoas tendem a culpar a pressão como causa de dor de cabeça, sangramento nasal, dor na nuca, entre outros. Na verdade, na maioria das vezes, a pressão se eleva em resposta a qualquer outro desconforto que o paciente venha a sentir. Ou seja, os sintomas relatados são costumeiramente a causa do aumento da pressão

VERDADE

Pressão alta não tem cura?

A pressão alta só tem cura em cerca de 5% dos casos em que há uma alteração específica onde se consegue intervir. Em 95% dos casos é possível intervir para um controle adequado, mas sem atingir a cura. Isto é, com o auxílio do médico o paciente viverá com a pressão completamente controlada, mas se interromper o tratamento, terá seus níveis pressóricos elevados em pouco tempo.

VERDADE

Quem tem caso na família terá pressão alta?

Um paciente herda geneticamente uma tendência a ser hipertenso, mas não necessariamente será. É preciso que seja exposto a fatores de risco com elevados níveis de estresse, sedentarismo, ingestão abusiva de sódio, obesidade, entre outros para que ela se desenvolva. Um paciente exposto a estes fatores poderá desenvolver hipertensão mesmo que não tenha a herança genética.

MITO

Para controlar a pressão é só cortar o sal?

O sal é rico em sódio e sua ingestão abusiva é um dos principais fatores na incidência, manutenção e piora dos níveis tensionais. Porém, não é o único fator. Estresse, sedentarismo, obesidade, privação de sono, entre outros, também são fatores de risco.

MITO



O Piori, programas de prevenção e promoção de saúde da Paraná Clínicas, oferece acompanhamento especial para os beneficiários que sofrem de Hipertensão Arterial e Diabetes: o Programa Bem Saudável. O programa apresenta orientação e atenção de profissionais de referência para um melhor acolhimento e direcionamento de cada paciente, com o objetivo da melhoria de hábitos de vida, evitando hospitalizações e o agravamento do estado de saúde.

Se você sofre com alguma destas duas doenças crônicas, participe do programa Bem Saudável. O Espaço Piori fica no CIM Água Verde (Av. República Argentina, 650, piso térreo). Mais informações: (41) 3340-3037 ou www.paranaclinicas.com.br/piori.

O poder da linguagem

Entenda como a fonoaudiologia pode melhorar a sociabilidade de crianças autistas

A fonoaudiologia tem como maior objetivo promover a comunicação humana, seja na fala, leitura ou escrita. No caso do autismo, o trabalho desse profissional vai além, uma vez que, a maior dificuldade está nessa relação de contato com o outro. Mas com o tratamento adequado, o fonoaudiólogo ajuda a criança na promoção da sua autonomia e independência através da linguagem, de modo que faça com que ela seja entendida e se faça entender.

Graziela Antunes, gerente financeira da Paraná Clínicas, teve o seu filho André, hoje com oito anos, diagnosticado com autismo ainda bebê e com dois anos já começou o acompanhamento com neurologista, psicólogo e fonoaudiólogo. “Foi apenas quando ele entrou na escola que percebemos que ele tinha muita dificuldade com a fala e a comunicação, o que acabou impactando em sua socialização. Por ele falar errado ele se segurava, ou as pessoas não entendiam e ele foi se fechando mais ainda”, afirma.

Como a apresentação dos sintomas varia em cada caso, na maioria das vezes, o diagnóstico é fechado em várias fases. “Ao mesmo tempo em que mostrava dificuldade em algumas áreas, ele também se destacava em outras. Ele tem muita facilidade com números e sempre foi bem em matemática”, explica a mãe, que lembra da importância de valorizar essas competências. “É fundamental ressaltar as coisas em que eles se saem bem”, diz.

A fonoaudióloga credenciada da Paraná Clínicas, Dra. Luana Roberta Miguez dos Passos, explica que no acompanhamento do autista, em um primeiro momento, deve-se ter um contato com os familiares para compreender a rotina do paciente, suas queixas e onde a fonoaudiologia pode auxiliar. Após esse primeiro contato a terapeuta cria um vínculo com a criança, para que essa relação seja a mais natural possível. Durante as sessões é realizada uma avaliação afim de entender as maiores dificuldades da criança e por meio de brincadeiras e interpretações essas necessidades são trabalhadas. Para Graziela, esse contato inicial foi fundamental para criar



André participa de jogo em uma das sessões de fonoaudiologia.



uma relação de confiança.” A Dra. Luana conseguiu identificar as necessidades do André e ter assertividade em seu tratamento. Ele se sentiu muito à vontade com ela e conseguiu ter um grande avanço no campo da neurolinguística. O tratamento é composto por dois momentos, tanto os exercícios quanto a interação com o profissional”, afirma a mãe.

TRABALHO EM EQUIPE

Dra. Luana dos Passos reforça que o trabalho conjunto com os pais é de extrema importância. “Como a terapia é somente uma vez por semana, a família tem papel fundamental nesse processo terapêutico, dando continuidade ao tratamento, na rotina, nas interações em casa e na escola. Cabe ressaltar também a importância da relação terapeuta- família- escola, pois a criança está inserida nesse meio e quando há troca de informações e uma parceria, o desenvolvimento terapêutico é maior”.

Para Graziela, o tratamento possibilitou que seu filho fosse autossuficiente. “A gente tem que buscar o melhor para os nossos filhos e diante da dificuldade não desistir. Eu sempre preservei que ele não se sentisse diferente dos outros amigos da escola. Eu não desisti até identificar o melhor tratamento para ele”, lembra a mãe. Entre as vantagens do tratamento fonoaudiólogo estão a melhora no aspecto social da criança e, o mais importante, fazê-la ser compreendida por todos que convivem com ela, seja por meio da fala, apontamentos ou comunicação alternativa. “Além de promover autonomia em situações corriqueiras do dia a dia, como pegar um ônibus por exemplo”, finaliza a especialista.

APOIO

Assim como Graziela, muitas mães passam por essa situação e nem sempre sabem onde buscar apoio e conhecimento. A jornalista Andrea Werner é mãe de Theo, de nove anos, autista. No blog “Lagarta Vira Pupa” (www.lagartavirapupa.com.br) ela reúne informações sobre o autismo e compartilha conteúdos sobre sua experiência pessoal. “Busco contribuir para que a sociedade aceite e entenda a diversidade como algo positivo”, diz ela no blog.

CIM Água Verde agora abre também aos sábados



O CIM Água Verde, da Paraná Clínicas, agora passa a atender também aos sábados. Estão disponíveis os serviços de coleta de exames laboratoriais, regulação de guias, serviço de raio X, mamografia e ecografia, além dos atendimentos de clínico geral, ginecologia e pediatria. “A ampliação do atendimento foi pensada para dar mais facilidade e praticidade aos nossos beneficiários”, afirma a Gerente de Atendimento da Paraná Clínicas, Renata Boniotti.

O CIM Água Verde fica na Av. República Argentina, 650. Aos sábados funciona das 7h às 13h e o estacionamento (Av. Getúlio Vargas, 3201) é gratuito neste dia. Teleconsultas:

CIM CIC tem novo serviço de fisioterapia

Os clientes do CIM CIC contam agora com uma novidade: o serviço de fisioterapia, em uma sala moderna e confortável. O agendamento das avaliações pode ser realizado através do Teleconsultas: (41) 3340-3030. Após a primeira avaliação, na própria unidade o beneficiário já pode marcar as sessões de fisioterapia.

O CIM Araucária também oferece o serviço de fisioterapia, de segunda a sexta-feira das 8h às 18h. A unidade fica na Rua Manoel Ribas, 100, Centro, em Araucária.

Atendimento por ordem de chegada



Para dar mais agilidade e eficiência ao atendimento dos beneficiários, agora, além dos horários agendados, as consultas com clínico geral, ginecologista e obstetra também serão realizadas por ordem de chegada. Confira:

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| CIM Água Verde | CIM São José dos Pinhais |
| • Clínico Geral | • Clínico Geral |
| • Ginecologia e Obstetrícia | |

Os atendimentos acontecem de segunda a sexta-feira, das 7h às 19h.

90% dos beneficiários estão satisfeitos com a Paraná Clínicas

Em pesquisa realizada em abril pela Autem Consultoria Empresarial, conforme recomendação da Agência Nacional de Saúde Suplementar - ANS, o índice geral de satisfação dos clientes com a Paraná Clínicas é de 90%.

O destaque ficou por conta da indicação da nota máxima (Muito Bom), por 40% dos clientes entrevistados. Outro ponto forte foi o índice de recomendação do plano a amigos e familiares, no qual 88% dos beneficiários indicariam a Paraná Clínicas.

Em relação à atenção em saúde recebida (Hospitais, laboratórios, clínicas, médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e outros), 84% dos usuários entrevistados avaliaram o serviço positivamente. "Este resultado mostra o comprometimento e a sinergia da nossa equipe em apresentar um serviço de excelência, que é percebido pelos nossos beneficiários" comemora o diretor geral da Paraná Clínicas, Dr. Giovanni Targa.

A pesquisa de satisfação dos beneficiários teve a metodologia baseada nas normas e requisitos exigidos pela ANS e tem como objetivo a melhoria contínua da prestação de serviços e atendimento das operadoras de saúde aos seus beneficiários.

Para conferir o relatório completo da Pesquisa, consulte:
www.paranaclinicas.com.br.



NÃO IR À CONSULTA? PODERÁ CONSULTA?

Desmarque e ajude outra
pessoa a ser atendida.

Todo mês, **cerca de 7 mil**
pacientes agendam consultas
e não comparecem. Quando você
desmarca a consulta que não
pode ir, disponibiliza seu horário
para quem precisa.

A **Jéssica** desmarcou
sua consulta hoje.

COMO DESMARCAR:

E liberou uma vaga
para o **André** ser
atendido.

PELO SITE



TELEFONE



APLICATIVO

É um gesto solidário
e muito simples de ser feito.



Paraná Clínicas | SAÚDE

Planos de saúde empresariais