

#155 2019

VOCÊ COM SAÚDE

CENTRO DE INFUSÃO

Pacientes em quimioterapia ou que usam medicamentos imunobiológicos contam agora com um novo espaço para tratamento no Centro Integrado de Medicina Água Verde

P08

Check-in facial

Sistema usa biometria facial para validar consultas

P06

Comportamento

“Tã na Mesa” incentiva alimentação saudável para crianças

P11

Qualidade de Vida

Programa de Emagrecimento alcança a marca de 10 mil kg a menos

P12

Editorial

Na matéria de capa, apresentamos o novo Centro de Infusão da Paraná Clínicas. Instalado no Centro Integrado de Medicina (CIM) Água Verde, em Curitiba (PR), a estrutura foi pensada para proporcionar mais segurança assistencial, conforto e atendimento humanizado para os pacientes da oncologia, hematologia e reumatologia, além de outras especialidades. A criação de um espaço próprio e multifuncional, equipado com tecnologia avançada e protocolos eficientes para combate ao câncer, reforça o comprometimento com nossa principal missão: cuidar das pessoas.

Com foco nesse processo de modernização, seguimos investindo também em novos sistemas operacionais. Em 2018, reformulamos nosso site e ampliamos as funções do aplicativo para celular. Este ano, disponibilizamos um novo sistema de validação de consultas e exames baseado em biometria facial. Desde março, a liberação do atendimento em qualquer unidade própria é feita por reconhecimento de características da face do usuário – o que deve reduzir o tempo de espera e a burocracia.

A Revista Você com Saúde também conta casos de sucesso de nossos clientes. Nas próximas páginas, você vai conhecer a história da Giceli Taborda e a experiência dela no Programa de Emagrecimento, que faz parte do Priori da Paraná Clínicas. Com ajuda da equipe multidisciplinar, ela perdeu 44 kg e ganhou mais qualidade de vida. Ainda dentro do Priori, destacamos a importância do pré-natal para a saúde da mãe e do bebê e explicamos como funciona o Programa Gestar Bem, que acompanha as pacientes desde a descoberta da gravidez até o pós-parto.

E muito mais: você sabia que bebês também podem precisar de óculos? E que as crianças podem adotar hábitos alimentares mais saudáveis brincando? Essas e outras informações constam nas próximas páginas.

Esperamos que você goste!
Aproveite a leitura.

você COM saúde

Conselho Editorial
Dr. Carlos Morteau
Daniele Lourenço
Dr. Giovanni Targa
Juliane Potevin
Dra. Karina Grassi

Redação:
Anna Carolina Amaral
Camilla Tsubauchi
Eloisa Malheiros
Giulie Carvalho

Diagramação:
Ricardo Rezende

Revisão:
Karina Trzeciak

Tiragem:
7.500 exemplares

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

Jornalista Responsável:
Cecile Moreschi Freire Krueger (DRT-PR
1111)

8

CAPA

Novo Centro de Infusão para quimioterapia e aplicação de medicamentos imunobiológicos

Nesta Edição

3

SAÚDE DA CRIANÇA

Bebês também podem precisar de óculos

4

GESTAR BEM

A importância do pré-natal para mãe e bebê

6

TECNOLOGIA

Paraná Clínicas adota biometria facial para validação de consultas e exames

11

COMPORTAMENTO

“Tá na Mesa” promove reeducação alimentar para crianças de 06 a 12 anos

12

QUALIDADE DE VIDA

Emagrecimento saudável com apoio multidisciplinar

15

PESQUISA

Paraná Clínicas obtém avaliação máxima da ANS



Paraná Clínicas | SAÚDE

Acompanhe a Paraná Clínicas nas redes sociais:

 /paranaclinicas

 @paranaclinicas

 /company/paraná-clínicas

 /paranaclinicassaude

Bebês também podem precisar de óculos

O Teste do Olhinho é o primeiro passo para identificar alguma alteração visual e deve ser realizado ainda na maternidade



Poucas pessoas sabem, mas bebês também podem usar óculos. Você não leu errado. A oftalmologista credenciada da Paraná Clínicas, Dra. Alessandra de Athayde Cunha Gomes, diz que o problema não é tão raro como imaginamos. E o primeiro passo para identificar se o neném possui alguma alteração visual é o Teste do Olhinho. A primeira avaliação oftalmológica no recém-nascido é feita pelo pediatra ainda na maternidade e verifica o reflexo vermelho da retina para detectar alguma alteração visual.

Entre os problemas mais comuns em bebês estão a obstrução de vias lacrimais, a catarata congênita e o glaucoma congênito. A médica explica que o bom prognóstico depende do diagnóstico precoce, adesão e incentivo dos pais e responsáveis durante o tratamento.

“Há diversas patologias que, se não tratadas prontamente, comprometem a qualidade da visão de forma irreversível. Por exemplo, crianças com determinado grau de hipermetropia unilateral podem desenvolver ambliopia no lado afetado. O problema resulta na queda da capacidade visual permanente, mesmo com o uso de óculos”, comenta.

Os pais podem ficar atentos aos principais sintomas que vão indicar que uma ida ao oftalmologista é necessária. Independentemente da idade da criança, situações como lacrimejamento, irritabilidade, dor de cabeça, olho vermelho, coceira ocular, desvio do olhar, pupila esbranquiçada e sensibilidade à luz, exigem uma visita ao especialista. Na dúvida, é importante pedir ao pediatra o encaminhamento ao oftalmologista.

Escolhendo os óculos

Alguns detalhes ajudam a incentivar as crianças a utilizarem óculos quando necessário. “Os pais e responsáveis devem escolher ou incentivar a escolha de armações leves e coloridas que estimulem o uso. Assim a criança vai se sentir bem, alegre e confortável”, explica. Já para as crianças muito pequenas, os óculos são feitos com lentes com material especial e as armações são emborrachadas com uma espécie de elástico que o mantém seguro por trás da cabeça.

A importância do pré-natal na gravidez

O acompanhamento é fundamental para a saúde da mãe e do bebê durante a gestação

Assim que a mulher decide engravidar, surgem muitos questionamentos e preocupações sobre sua própria saúde e do bebê. Para que tudo ocorra bem, o ideal é que neste momento a mãe procure um médico ginecologista, para fazer o acompanhamento antes, durante e após a gestação.

O médico ginecologista e obstetra do grupo da Gestação de Alto Risco da Paraná Clínicas, Dr. Vinícius Pacheco Zanlorenci, explica que “o ideal é uma consulta pré-concepcional. A mulher que deseja engravidar deve procurar um atendimento médico para saber seu estado de saúde e programar a gestação da melhor maneira possível e, depois de confirmado o diagnóstico de gravidez, as consultas pré-natais devem ser iniciadas o quanto antes”, ressalta.

O pré-natal é composto por consultas clínicas, avaliações laboratoriais e exames de imagem que toda gestante deve realizar para o acompanhamento da gestação. É por meio do pré-natal que se detectam eventuais problemas de saúde que, porventura, afetem a mãe e o bebê. “As consultas regulares permitem fazer um rastreio de risco das gestantes para identificar as que estão em maior probabilidade de desenvolver processos patológicos e, com isso, propiciar um acompanhamento mais próximo e ter maior controle dos riscos”, salienta Dr. Vinícius.

Segundo o Ministério da Saúde, as gestantes devem passar por, no mínimo, seis consultas ao longo das 40 semanas de gravidez. “Dependendo de cada caso, muitas vezes as consultas podem ser mais frequentes para melhor avaliação. Geralmente as consultas são mensais até a 32ª semana de gestação, quinzenais até a 36ª semana e semanais até o término da gravidez, ou seja, até o acontecimento do parto”, explica o ginecologista.



“As consultas regulares permitem maior controle dos riscos”

Dr. Vinicius Pacheco Zanlorenci, ginecologista e obstetra



Informação e segurança

Desenvolvido e realizado pela Paraná Clínicas, o Programa Gestar Bem faz o acompanhamento da mãe durante seu pré-natal, visando uma gravidez saudável, com redução significativa dos nascimentos prematuros, com menos de 37 semanas.

Considerando os mais de 1.500 partos realizados, o índice de prematuridade da Paraná Clínicas é de apenas 2,09%, ficando muito abaixo da média nacional de 12% aproximadamente.

A atuação das equipes multiprofissionais e o reforço do atendimento humanizado também têm reflexos na taxa de realização de cesáreas, que se mantém abaixo da média brasileira. Esse re-

sultado vai ao encontro do que propõe a Federação Internacional de Ginecologia e Obstetrícia (FIGO), que investe em campanha permanente de conscientização sobre a necessidade de se reduzir intervenções cirúrgicas como a cesariana.

No Programa Gestar Bem, a paciente também tem a oportunidade de participar, junto com um acompanhante, do Curso de Gestantes, onde ela esclarecerá dúvidas e simulará algumas práticas com o bebê para o seu dia a dia. O acompanhamento pós-parto ainda é realizado pelo programa: a mãe recebe orientações primárias sobre o aleitamento materno, sua importância e as técnicas, para que a amamentação seja bem sucedida.

Índice de prematuridade
Paraná Clínicas



2,09%

**Mais de 1.500
partos realizados**

Índice de prematuridade
média nacional



12%

Sistema de check-in facial

Validação de atendimentos em unidades próprias passa a ser feito por biometria do rosto

Diferente da maioria das operadoras de saúde, que utiliza as digitais do paciente para autorizar consultas e exames médicos, a Paraná Clínicas optou por implementar o sistema de biometria facial. Desde dezembro de 2018, a validação dos atendimentos nos Centros Integrados de Medicina (CIMs) Água Verde, CIC, Araucária e São José dos Pinhais é feita por reconhecimento de características da face do usuário – como as distâncias entre os olhos, nariz e queixo, formato do rosto, cicatrizes e manchas. Com a nova tecnologia, será possível reduzir o tempo de espera e agregar ainda mais qualidade ao atendimento presencial.

“Não vai substituir o atendimento presencial, mas complementar o que já existe. Estamos ganhando agilidade e ainda mais qualidade dentro dos nossos CIMs”, explica o gerente de Tecnologia da Informação (TI) da Paraná Clínicas, Givanildo Costa. Para a gerente de Enfermagem e Atendimento da Paraná Clínicas, Renata Boniotti, a tecnologia está assumindo papéis rotineiros, para que as atendedoras dediquem cada vez mais tempo para ouvir, entender e solucionar as demandas dos pacientes. “Com as pessoas fica o papel de contato, de olho no olho, de humanização. Queremos que nossos clientes tenham certeza do quanto são importantes para a Paraná Clínicas”.

Passo 1

Na primeira tela do totem, clique na opção “confirmação de comparecimento”.



Passo 2

Quando a câmera for ativada, ajuste o enquadramento do seu rosto e pressione o dia do seu aniversário.



Passo 3

Na última tela, o sistema vai listar as consultas e exames agendados para o dia. Selecione apenas a primeira opção para que não ocorram desencontros na agenda e clique em confirmar.



Passo 4

Por fim, aguarde a mensagem de confirmação. Agora é só aguardar seu nome ser chamado, no painel, para a consulta ou exame.



E se minha foto não constar no banco de dados?

Logo após o passo 2, uma tela extra será mostrada solicitando o número da sua carteirinha de usuário, formado por seis dígitos. Basta digitar a sequência que a lista de consul-

tas e exames para confirmação será mostrada. Depois disso, é só seguir com os passos 3 e 4 para concluir o check-in.

E no caso das crianças?

Para as crianças com menos de 06 anos de idade, é preciso escolher a opção "confirmação de comparecimento de criança acompanhada", informar o número da carteirinha e validar os atendimentos do dia. Isso ocorre porque até os 06 anos, o processo de crescimento e de mudança da fisionomia é mais acelerado, o que dificulta a identificação por biometria facial.

IMPORTANTE!

Quando o sistema mostrar mais de um agendamento para o dia, com diferença de uma hora ou mais, é preciso fazer a confirmação da segunda consulta somente após o término da primeira. Se todas as consultas forem validadas de uma só vez, o médico vai entender que você já está na sala de espera, pode te chamar antes do horário previsto, enquanto você ainda está na primeira consulta, e registrar que você faltou.



Novo Centro de Infusão

Pacientes em quimioterapia ou que fazem uso de medicamentos imunobiológicos contam agora com um espaço moderno e especializado para realizar o tratamento

Segundo projeção da Organização Mundial da Saúde (OMS), até 2040, a incidência de câncer deve aumentar 63% em todo o mundo. No Brasil, conforme dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca), serão quase 600 mil novos casos somente em 2019. Entre os homens, os tumores de próstata terão maior prevalência, enquanto nas mulheres, os de mama serão maioria. Os números são assustadores e reforçam o grande desafio do sistema de saúde brasileiro: o diagnóstico precoce. Descobrir a doença no início é primordial para o sucesso do tratamento, por isso ações de conscientização e exames de prevenção periódicos são tão importantes. Mas e depois que a doença é identificada?

Logo após o diagnóstico, além do medo e da ansiedade, surgem muitas dúvidas sobre o tratamento – em especial quando a abordagem escolhida pelo médico envolve quimioterapia. Isso acontece, principalmente, devido aos efeitos colaterais e à incerteza de sucesso. “A quimioterapia é baseada em medicamentos que utilizam drogas citotóxicas capazes de inibir e destruir as células neoplásicas, mas que também podem atingir os tecidos saudáveis. Por isso, acontecem os efeitos colaterais”, explica o oncologista credenciado da Paraná Clínicas, Dr. Luciano Biela. Náusea, vômito, queda de cabelo e da imunidade estão entre as reações mais comuns.

Para atender os pacientes que precisam passar pelo procedimento de forma especializada e humanizada, a Paraná Clínicas construiu um moderno Centro de Infusão. A unidade própria, anexa ao Centro Integrado de Medicina (CIM) Água Verde, em Curitiba (PR), tem capacidade para atender até 400 pacientes por mês e está em operação desde o início de junho. “Criamos um espaço multifuncional que une tecnologia avançada, protocolos eficientes e atenção humanizada, porque além de vencer o câncer temos a missão de cuidar do paciente”, destaca a gerente de Enfermagem e Atendimento da operadora, Renata Boniotti.

A estrutura foi projetada para oferecer conforto e privacidade sem deixar de lado a segurança assistencial e o apoio multidisciplinar. “Contamos com uma equipe médica de referência e profissionais altamente qualificados, como enfermeiros e farmacêuticos especialistas em oncologia. Nossos pacientes ainda têm à disposição todo o suporte nas áreas de psicologia, assistência social e nutrição”, completa Renata. Na opinião

do médico hematologista credenciado da Paraná Clínicas, Dr. Eduardo Cillião Munhoz, esse cuidado especializado é essencial, principalmente em casos de linfoma ou leucemia, por exemplo.

“Quando a doença acomete a medula óssea, os pacientes ficam mais sensíveis e precisam ser acompanhados com mais frequência porque ficam mais suscetíveis a infecções. Por causa do sistema imunológico mais frágil, é de suma importância que a equipe tenha experiência com os cuidados de administração de medicamentos e uso correto de cateteres”, enfatiza Dr. Eduardo. “A equipe multidisciplinar garante um tratamento humanizado com elevado nível técnico e proporciona um tratamento oncológico de excelência para os pacientes”, completa Dr. Luciano.

Para o diretor da operadora que também é cirurgião oncológico, Dr. Giovanni Targa, a nova unidade reflete a missão da Paraná Clínicas de cuidar com excelência de empresas e pessoas. “Investindo em unidades e equipes próprias, reforçamos a qualidade e a segurança dos nossos atendimentos e também ganhamos eficiência na gestão de recursos”, pontua.

Imunobiológicos

A nova unidade também será utilizada pela reumatologia para tratamento de doenças como artrite reumatoide, artrite psoriásica, espondilite anquilosante e lúpus eritematoso sistêmico. Essas patologias não são malignas como o câncer, mas podem ser controladas com o uso de medicamentos imunobiológicos que são administrados via injetável no Centro de Infusão, ou seja aplicados na veia do paciente ou no tecido que fica embaixo da pele. “Diferentemente dos tratamentos tradicionais, que agem em múltiplos locais do sistema inflamatório, os imunobiológicos atingem as moléculas específicas do sistema imunológico que são responsáveis pelo surgimento das doenças”, explica a médica reumatologista credenciada da Paraná Clínicas, Dra. Sinara Freitas.

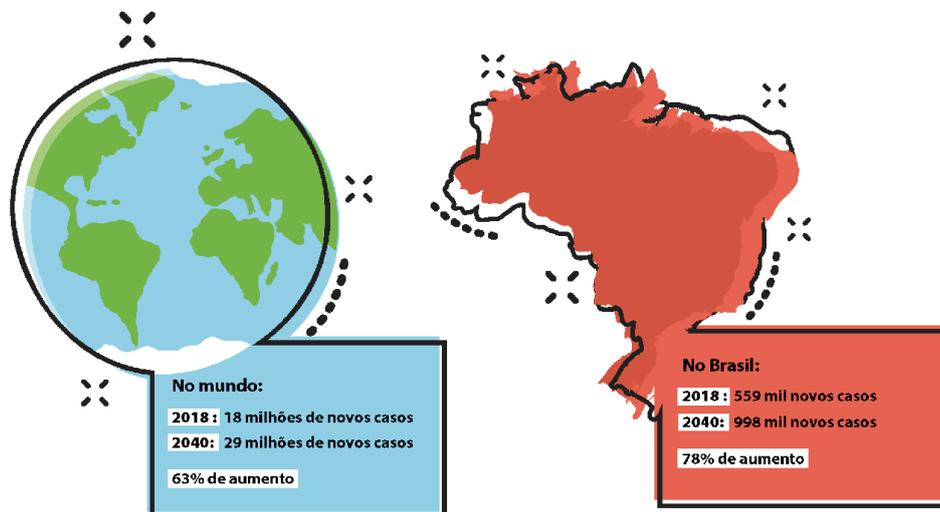
Segundo ela, por se tratarem de medicamentos de última geração, os imunobiológicos contribuem para a melhora da qualidade de vida do paciente, pois proporcionam um bom controle do processo inflamatório. Mas, como todo remédio, apresenta potencial risco de efeitos colaterais, portanto não

é indicado para todos os pacientes. Na avaliação médica, é preciso levar em consideração os riscos e os benefícios”, aconselha a reumatologista.

A imunoterapia é ainda uma aliada no combate ao câncer e pode ser uma alternativa à quimioterapia convencional. Em 2018, por exemplo, o Prêmio Nobel de Medicina foi concedido a dois pes-

quisadores pioneiros no uso dessa abordagem no combate a tumores malignos. “Representa um grande avanço no tratamento oncológico para diversos tipos de tumores. Essa modalidade de tratamento estimula o próprio sistema imunológico do paciente a combater a doença, aumentando as chances de controle e curabilidade”, completa Dr. Luciano.

Incidência de Câncer



FONTE: GLOBOCAN 2018/IARC/OMS



Crédito: Bruna Sarturi

O cuidar como essência

O Centro de Infusão da Paraná Clínicas entrou em operação em junho com 58 pacientes em tratamento oncológico. Para demonstrar a importância do cuidado e o comprometimento do corpo clínico e assistencial com a luta contra o câncer, a operadora de saúde entregou um pequeno presente para cada usuário da nova unidade. “Todos os pacientes receberam uma manta com as cores da Paraná Clínicas, acompanhada das instruções sobre a mudança no local de tratamento. É um presente para mantê-los aquecidos e também para tranquilizá-los sobre a qualidade do serviço e a segurança dos procedimentos”, explica a gerente de Marketing da Paraná Clínicas, Juliane Poitevin.



Crédito: Bruna Sarturi

Durante a inauguração, o diretor da Paraná Clínicas, Dr. Giovanni Targa, e o presidente do Hospital Santa Cruz e da Paraná Clínicas, Hamilton Calderari Leal Jr, e a gerente de Enfermagem e Atendimento, Renata Boniotti, destacaram a preocupação com o conforto e a segurança dos pacientes.

Centro de infusão

- Capacidade para atender 400 pacientes por mês
- 10 pontos de aplicação simultâneos
- 06 salas de infusão privativas
- 02 quartos para acompanhamento emergencial e repouso
- Corpo clínico e assistencial especializado em Oncologia, Hematologia e Reumatologia
- Equipe multidisciplinar com nutricionista, psicólogo, farmacêutico e assistente social

“Tá na Mesa” incentiva alimentação saudável desde a infância

Programa promove, de forma lúdica, a reeducação alimentar de crianças entre 06 e 12 anos e contribui para o controle dos índices de obesidade infantil e doenças relacionadas



Os 10 formandos da primeira turma de 2019 comemoraram a conclusão das atividades com direito a beca, diploma, avental e toque de chef

Crédito: Nilton Russo

O “Tá na Mesa” tem como público alvo crianças entre 06 e 12 anos e seus pais. O objetivo principal é incentivar a construção de uma alimentação mais equilibrada e prevenir o desenvolvimento de doenças relacionadas à obesidade. “A criança tem maior capacidade de aprendizado e de absorção de informações, além de ter papel importante na transmissão de informações para os pais. Por isso, promover saúde nessa fase é mais eficiente”, explica a coordenadora do Piori da Paraná Clínicas, Dra. Caroline Caldeira.

Foi exatamente isso que aconteceu na casa da pequena Letícia Trizotte de Oliveira, de 09 anos. Depois do “Tá na Mesa”, a família trocou o açúcar e o sal refinados por opções mais saudáveis, como o demerara e os temperos desidratados. A mudança de comportamento chegou inclusive ao trabalho do pai João Maria de Oliveira, que passou a levar o novo açúcar para adoçar o café no escritório. “O João também estava com o colesterol alto e agora está controlado”, conta a mãe de Letícia, Rosângela Aparecida Trizotte de Oliveira.

Novas opções

O “Tá na Mesa” é composto por encontros mensais, realizados aos sábados, com atividades pensadas especialmente para os pequenos. “Envolvendo a criança com o lúdico, conseguimos trabalhar o lado sério e apresentar uma alimentação mais saudável, com escolhas mais inteligentes e, até mesmo, combater desperdícios”, destaca a nutricionista credenciada da Paraná Clínicas e orientadora do programa, Dagmarcia David.

Em um dos encontros, por exemplo, os pequenos aprenderam a plantar hortaliças. No mês seguinte, eles colheram, higienizaram e montaram sanduíches balanceados com a couve cultivada.

Esse foi o experimento que mais agradou o pequeno Felipe Sidor Marques, de 07 anos. “Também gostei muito do suco verde que fizemos com a couve e várias frutas”, completa. Segundo os pais de Felipe, Fabiana e Rogerio Marques, a relação do filho com os

alimentos mudou completamente após o “Tá na Mesa”.

“Ele tinha muita dificuldade com texturas e para experimentar novas opções, consumia uma quantidade muito limitada de alimentos e o assunto era motivo de choro. Com o programa, ele evoluiu bastante e ganhou mais autoconfiança para provar”, explica Fabiana.

No dia 15 de junho, ocorreu a formatura da primeira turma de 2019 do Programa “Tá na Mesa”. Com direito a beca, diploma, avental e toque de chef, os 10 formandos comemoraram a conclusão das atividades ao lado de seus pais e da equipe da Paraná Clínicas. Logo após a cerimônia, os convidados participaram de um café da manhã balanceado com frutas, sanduíche natural e pão de queijo com grãos – opções mais saudáveis que as crianças conheceram durante os encontros do programa.

10 mil quilos a menos

Programa do Priori incentiva emagrecimento e qualidade de vida

Perder peso é aquela meta que muita gente estabelece no início do ano, mas na hora de cumprir acaba esbarrando em alguns obstáculos – que podem ser bem calóricos. Porém, sempre é possível encontrar alguém pelo caminho que ajude a cumprir o que foi prometido nos primeiros minutos do Réveillon.

Uma iniciativa bem bacana, que desde a sua criação já auxiliou quase duas mil pessoas a perder peso, é o Programa de Emagrecimento da Paraná Clínicas. Fundado em 2014, tem como objetivo reduzir complicações relacionadas ao peso e também propiciar melhora na qualidade de vida dos participantes. Ele faz parte do Priori, programa de prevenção e promoção de saúde formado por 11 serviços especializados.

O médico credenciado da Paraná Clínicas, Dr. Diogo Dias, afirma que o projeto “é um ótimo apoio para aqueles que procuram vencer o desafio da perda de peso”. Para ele, os pacientes obesos são, frequentemente, alvos de preconceito familiar e social, o que os desestimula a começarem ou persistirem em uma dieta.

“Sabemos que ninguém está acima do peso porque quer e que, se essas pessoas pudessem escolher, com certeza escolheriam estar em outras condições. Também temos conhecimento que o processo da perda de peso não é fácil, e por isso disponibilizamos uma equipe capacitada para suprir a necessidade do paciente nas diversas etapas do emagrecimento”, explica.

Giceli Taborda é cliente Paraná Clínicas e faz parte do programa desde que teve um mal estar. O atendimento foi realizado pelo Dr. Diogo quando ela ainda pesava 116 kg e o diagnóstico não foi muito surpreendente: um dos fatores de risco para sua saúde era, sim, o sobrepeso. “Minha vida mudou por completo após entrar no projeto e aprender o valor da nutrição. Percebi que só assim eu entenderia a importância da reeducação alimentar e da prática de exercícios físicos”, conta Giceli, que hoje pesa 72 kg, mas ainda quer emagrecer mais.





Emagrecimento saudável

Além do acompanhamento médico, os clientes podem contar com outros profissionais que ajudam a definir estratégias para que a perda de peso ocorra de maneira mais natural e efetiva. Fernanda Gularte é uma das nutricionistas que atua no Programa de Emagrecimento. A profissional leva em conta a rotina diária e alimentar do paciente, suas preferências, alergias e restrições, para que assim consiga desenvolver um cardápio com sugestões específicas ao objetivo de emagrecimento de cada um.

“Temos como protocolo a restrição de açúcares, bebidas açucaradas, lanches industrializados, e o excesso de consumo de farinha branca, mas o restante conseguimos adaptar”, diz. A meta individual de cada participante é perder entre 5 e 10% do peso inicial em seis meses. Esse valor é estipulado mundialmente por demonstrar melhora considerável na saúde, como retirada ou redução do número de medicamentos e alívio de dores.

Foi o que aconteceu com Giceli. Ela menciona ainda que com o emagrecimento passou a querer se conhecer melhor, o que foi essencial à sua autoestima e bem-estar. “Na minha rotina adaptei os horários para me alimentar e passei a fazer caminhadas e ginásticas. Quero muito vencer meu próprio peso e conseguir fazer mais exercícios. Nunca mais deixarei de ter a alimentação que aprendi. Tenho muita gratidão por todos que me fizeram acreditar em mim”, complementa.

Como a obesidade desencadeia principalmente doenças metabólicas com consequências cardiovasculares, o emagrecimento contribui de forma substancial na atenuação ou mesmo eliminação de diversas doenças como diabetes tipo 2, hipertensão, síndrome dos ovários policísticos, apneia obstrutiva do sono, asma, depressão e ansiedade.



Entenda a atuação de cada especialista do



Programa de **EMAGRECIMENTO**

Paraná Clínicas | SAÚDE



Médico: Trata possíveis alterações hormonais como distúrbios da tireóide, medicações, fatores emocionais, qualidade de sono e hábitos intestinais, que podem influenciar no ganho de peso.



Nutricionista: Identifica os possíveis “erros” alimentares, para elaboração de um planejamento de acordo com o objetivo do paciente, sua rotina, preferências, necessidades e limite financeiro.



Psicólogo: Trabalha com foco no comportamento alimentar. Comer em excesso pode estar relacionado com a dificuldade em lidar com certas situações como conflitos familiares, perdas, separações ou dificuldades de relacionamento.



Educador físico: Indica aos pacientes perda de peso com segurança, sem dores ou lesões.



Enfermeiro: Faz contato periódico, por telefone, para saber opiniões e sugestões do paciente sobre o Programa. São responsáveis pelo carinhoso “puxão de orelha” nos que faltam às consultas, e sugerem nova data de atendimento.

Quer participar?

Para se inscrever no Programa de Emagrecimento, basta ser cliente da Paraná Clínicas, ter mais de 14 anos de idade e apresentar sobrepeso, obesidade, circunferência abdominal aumentada ou presença de doença ou complicação relacionada ao peso. Para iniciar o acompanhamento, é preciso participar da palestra de entrada que ocorre duas vezes por mês conforme cronograma disponível no site (www.paranaclinicas.com.br).

Paraná Clínicas obtém avaliação máxima da ANS

Índice de Monitoramento de Garantia de Atendimento analisa facilidade de acesso aos serviços e cumprimento de prazos máximos para realização de consultas, exames e cirurgias

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) divulga, trimestralmente, o Monitoramento de Garantia de Atendimento. O indicador leva em conta as reclamações de clientes de planos de saúde registradas no órgão regulador sobre o descumprimento dos prazos máximos para realização de consultas, exames e cirurgias ou negativa de cobertura assistencial.

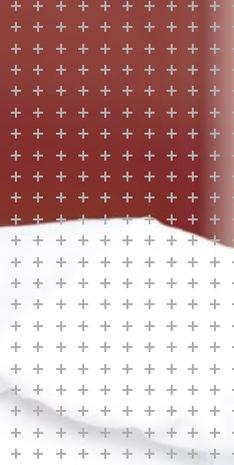
A última avaliação disponibilizada pela ANS se refere aos meses de janeiro, fevereiro e março de 2019. Nesse período, a Paraná Clínicas alcançou fator zero – o melhor índice possível. Isso significa que a operadora registrou pouca ou nenhuma reclamação relacionada aos quesitos monitorados. Os planos de saúde que obtêm pior desempenho são classificados como fator três e estão entre os líderes de queixas à Agência.

Os dados são públicos e estão disponíveis no portal da ANS na internet (www.ans.gov.br). Para acessar o índice de Monitoramento de Garantia de Atendimento, é preciso clicar em “Planos e Operadoras” no menu principal, selecionar a opção “Espaço do Consumidor” e consultar pelo nome da empresa em “Informações e Avaliações de Operadoras”.





ANS - n.º 350141



Atividades práticas, lúdicas

e orientadas
por especialistas.

O **Programa Tá na Mesa** é um
prato cheio para a manutenção
da saúde das crianças.



Programa
TÁ NA MESA



Paraná Clínicas | SAÚDE