

Dia Nacional do Doador de Sangue

A tecnologia avança, dia a dia, na área de saúde, mas ainda não foi descoberto nenhum substituto artificial para o sangue humano. Diariamente hospitais realizam cirurgias de alto risco e necessitam de sangue para a recuperação de seus pacientes. A única maneira para repor o sangue perdido é através da solidariedade das pessoas, com a doação. Por isso, a reposição de sangue é um problema enfrentado em todos os hospitais e por todos os bancos de sangue, pois depende de uma ação voluntária e que, cada vez mais, se faz necessária.

Para lembrar da importância deste ato voluntário, instituiu-se o dia 25 de novembro no Brasil como o Dia Nacional do Doador de Sangue, para homenagear os doadores voluntários de sangue. A Cabergs não poderia deixar a data passar "em branco", já que conta com 446 beneficiários cadastrados como doadores do Prosangue – Programa de Doação de Sangue. Entre janeiro e outubro deste ano, foram realizadas 61 doações de sangue a 15 beneficiários que necessitaram de transfusão.



O Prosangue visa estimular doações voluntárias através de campanhas educativas, cadastrando os doadores, visando propiciar o suprimento de sangue dos beneficiários dos planos de Assistência à Saúde, quando necessário. Ele foi implantado em agosto de 1992, é executado pela Cabergs Saúde em parceria com o Serviço Especializado em Engenharia de Segurança e em Medicina do Trabalho-SESMT/ Banrisul

Saiba mais:

Para ser doador é preciso: estar em boas condições físicas, ter entre 16 e 67 anos, pesar mais de 50 kg e medir no mínimo 1,50m. A periodicidade mínima permitida para fazer a doação é de 90 dias para as mulheres e 60 dias para os homens.

Como ser voluntário do PROSANGUE: Entre em contato com a Gerência de Prevenção e Promoção da Saúde do telefone (51)3210.9986 ou pelo e-mail prevencao@cabergs.org.br.

Como solicitar: Em caso de necessidade de sangue ou hemoderivados, contate com os serviços acima

"A sensação de que se está ajudando uma pessoa é maravilhosa"

A beneficiária Andreia Zílio é doadora há 9 anos, não somente através da Cabergs e sim para outros bancos de sangue. O hábito começou quando um amigo precisou. Mas na primeira vez não pode doar, pois apresentava anemia. Para alcançar as condições de doadora, Andreia ajustou a dieta, conforme orientação

médica e passou a doar sangue periodicamente. "A sensação de que se está ajudando uma pessoa é maravilhosa. Quando vemos o desespero de famílias que têm um integrante precisando, sentimos realmente que é uma questão de vida ou morte", relata a doadora. A doação é totalmente indolor, destaca

Andreia e a necessidade de estar em condições adequadas de saúde para doar até estimula o cuidado com a boa alimentação, conta a doadora que fez sua última doação no início do ano, pois logo depois ficou grávida e, durante a gestação, não é possível doar sangue.



NOVIDADES E MODERNIZAÇÃO NO AMBULATÓRIO MÉDICO

Procurando se adequar às novas tendências do mercado da saúde suplementar, a Cabergs Saúde passou a implantar a partir do mês de Novembro de 2012, um novo modelo de atendimento em seu Ambulatório Médico, baseado na Medicina de Família. Fazem parte das ações de modernização e aprimoramento do espaço de atendimento aos beneficiários a contratação de três novas médicas.

Atualmente o Ambulatório Médico é responsável pela realização, em média, de mais de 500 atendimentos médicos ao mês, divididos em consultas, atestados e receitas. Além disso, acontecem em torno de 400 atendimentos de enfermagem, divididos em curativos, exames de glicose, colesterol, triglicerídeos, medição de pressão arterial, eletrocardiograma e aplicação de medicamentos.

Até então, o ambulatório contava com o atendimento das médicas Lidia Puricelli Faccini (aposentada em Setembro/2012) e Sônia Elisabete Soares Kunzler (que se aposentará em Janeiro/2013), as quais dedicaram mais de 35 anos de sua vida profissional ao atendimento dos associados da Cabergs Saúde. Para os seus lugares foram contratadas três novas médicas, todas com experiência e especialidades que agregarão para a adoção de um modelo baseado na atenção primária. Além delas, o Ambulatório continua contando com uma Nutricionista e uma Técnica de Enfermagem.

Entre os serviços oferecidos no Ambulatório Médico da Cabergs Saúde estão consultas com agendamento prévio, controle de sinais vitais, administração de medicamentos, curativos, retirada de pontos e eletrocardiograma. Não há atendimento de urgência de qualquer natureza.



Ambulatório Médico

A reestruturação do modelo de atendimento do Ambulatório Médico, instituindo um modelo assistencial focado na atenção primária, ou seja, em ações de prevenção da saúde, baseado na Medicina de Família, vão contar com as seguintes ações:

- ampliar e melhorar a qualidade do atendimento no Ambulatório Médico, incluindo a implantação do prontuário eletrônico e agendamento de consultas através do site da Cabergs Saúde (futuramente);
- contratar equipe multiprofissional;
- identificar os beneficiários portadores de patologias como: hipertensão arterial, diabetes, cardiopatias, tabagismo, obesidade, entre outras;
- monitorar e otimizar os tratamentos médicos;
- averiguar a adequada condução, evitando repetição de exames desnecessários;
- propor, se for o caso, alternativas terapêuticas;

Saiba mais sobre as novas médicas contratadas

Dra. Patrícia Peres – experiência como estrategista de saúde de família em diversas instituições. Especialista em Medicina da Família e Comunidade e em Terapia de Família e Casal.

Dra. Sandra Gomes de Almeida – vivência como médica especialista (em enfermarias de clínica médica e geriatria) e com atendimento ambulatorial em consultório e hospitalar. Com especialidade em Medicina de Família e Comunidade. É mestranda em Saúde Coletiva.

Dra. Vivian Kath Schardong – atuação em clínica de atenção primária à saúde e em antibioticoterapia. Extensão em endocrinologia clínica, medicina interna e saúde coletiva.

CÂNCER DE PRÓSTATA

O tema era até então abordado com receio pelos homens. Mas hoje, sabe-se que, pelo menos, se antecipar a ele é uma das melhores formas de tentar prevenir seus efeitos. O mês de novembro é um período escolhido para chamar a atenção do tema. A Cabergs Saúde e a Oncotrata prepararam uma série de ações. O urologista da clínica parceira e credenciada, Renan Cabral (VRM 26850) lembra que, infelizmente, não existe ainda uma maneira ou medicamento capaz de prevenir o câncer de próstata. O que os homens podem e devem fazer são os exames de detecção precoce: toque retal e o PSA (exame de sangue). "Com isso, podemos identificar o surgimento precoce da doença e tratá-la adequadamente, antes do surgimento de complicações que possam levar à morte", alerta o urologista.

A atenção à possibilidade de desenvolver um câncer na próstata, que é uma glândula do sistema reprodutor masculino, é tão importante quanto os cuidados

à saúde da mulher frequentemente mais falados. "É uma doença muito comum em homens (é o segundo câncer que mais acomete os homens, perdendo somente para o câncer de pele) e muito grave. Mas, se detectado precocemente, a chance de cura é altíssima", segundo o especialista

Os cuidados preventivos são indicados para todo homem a partir dos 45 anos. Entretanto, aqueles com histórico familiar (pai, tios ou irmãos com câncer de próstata) e homens negros devem iniciar a partir dos 40 anos, alerta Renan Cabral.

Confira alguns sintomas que podem indicar o desenvolvimento do câncer, ou seja, eles ocorrem em estágio já avançado da doença, por isso, não é indicado esperar percebê-los para procurar um

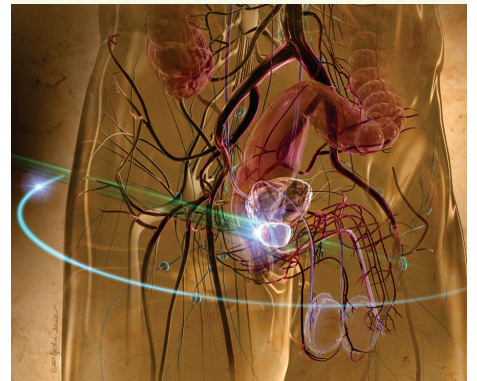
- sangramento na urina;
- dor e dificuldade para urinar;
- ardência para urinar muito intensa;
- dor óssea.

Quando se torna um câncer

Ocorre quando as células da próstata sofrem alterações genéticas e começam a se multiplicar sem controle. Estas células podem se espalhar (o que chamamos de metástase), a partir da próstata em direção a outras partes do corpo, especialmente ossos e linfonodos.

Lembre-se:

A partir dos 40 anos todos os homens devem fazer exames preventivos de câncer de próstata, anualmente.



NOVEMBRO AZUL

Circuito do Homem



O mês que terminou também foi uma oportunidade para a saúde masculina. Instituído como Novembro Azul, o movimento tem o objetivo de abordar a importância da prevenção do câncer da próstata. A Cabergs aderiu à questão e organizou um dia especial na sua sede em Porto Alegre. Em parceria com a clínica Oncotrata, desenvolveu uma série de atividades no dia 20 no terceiro andar da Fundação Banrisul.

Na ocasião, oncologistas, nutricionistas, fisioterapeutas e educadores físicos deram informações sobre os cuidados que os homens podem ter, não só para prevenir

o câncer da próstata, mas para manter a saúde ao longo dos anos. Exercícios para reduzir dores no corpo e manter o bem estar fizeram parte da programação do dia.



HOMEOPATIA

A diferença com remédios é a feitura da diluição. Os remédios mais formais são chamados de alopáticos e os fitoterápicos (são outro tipo), também não são homeopatia, porque não são diluídos. Existem remédios homeopáticos para tratar, em tese, qualquer problema de origem clínica.

O médico José Carlos Brasil Peixoto, credenciado da Cabergs Saúde, garante que tratamento homeopático é uma alternativa viável para qualquer paciente, independente da idade. "Não há restrição, desde o recém-nascido, até pessoas de 90 ou 100 anos, todos podem contar com a homeopatia, mas claro, cada um precisa passar pela avaliação de um médico homeopata", afirmou ele.

A homeopatia é uma especialidade médica reconhecida pelo Conselho Federal de Medicina e que, portanto, é importante que o paciente procure médicos especialistas. São esses profissionais que poderão indicar os tratamentos mais adequados, que na homeopatia se caracterizam pela formulação a partir de substâncias naturais (vegetais, animais ou minerais) em solução hidroalcoólica.

Porém, na prática, é mais comum que essa vertente da medicina seja usada para combater alergias, rinites, problemas de pele e doenças crônicas. Nesses últimos casos, a homeopatia é usada como recurso adicional, para aliviar os sintomas do reumatismo, dos problemas articulares e gastrointestinais, conta Peixoto.

Uma outra questão é o uso de medicamentos para quadro psiquiátrico. Segundo o especialista, esse quadro exige uma boa interpretação do especialista. "Em situações bem avaliadas, o paciente pode ter o tratamento apenas com homeopatia. A questão de substituir, nestes casos, remédios por homeopáticos, também é uma possibilidade desde que haja do profissional que está atendendo uma visão especial do quadro. Acredito que boa parte dos pacientes tem boa chance trocar", afirmou Peixoto.

Tratamento demorado é mito

O conceito popular de que homeopatia demora muito para fazer efeito, não é fidedigno. O médico José Carlos Brasil Peixoto garante que até em pacientes com quadros mais agudos, como em situações alérgicas, o tratamento feito só com homeopatia pode ter efeito muito rápido. "Uma semana, dez dias", define ele, ao ponderar que depende do quadro. "Na doença crônica, fazer efeito mais rápido ou lento é um dado mais traiçoeiro, porque envolve uma avaliação de longo prazo, e mês a mês. Varia de paciente para paciente", afirmou.



A beneficiária Iole Emilia Luvizon é adepta da homeopatia há 20 anos. Sua predileção pelo uso de remédios homeopáticos começou quando curou, em três dias, uma alergia de primavera que tomou conta de todas as partes do seu corpo. "A partir daí, passei a tratar alergias, gripes e o meu lado emocional com soluções homeopáticas". A prática agradou tanto Iole que, logo após o nascimento da filha, que hoje tem 14 anos, passou a levá-la também ao médico homeopata, o especialista José Carlos Brasil Peixoto, ouvido para esta matéria. Nestes 20 anos de uso da homeopatia, a compra dos medicamentos sempre é precedida da receita médica do especialista consultado.