

Saúde Mental



Nos dias 19 e 20/11 as colaboradoras Juliana Cataneo e Ariella de Sousa participaram do I Fórum Internacional de Novas abordagens em Saúde Mental, com o objetivo de agregar conhecimento e levantar novas ferramentas para melhorar os projetos desenvolvidos pela Medicina Preventiva da Unimed Cascavel, o método recover em grupos.



Outubro Rosa e Novembro Azul

Colaboradores dos vários setores da Unimed Cascavel encerraram o expediente de trabalho de sexta-feira (1º) participando do Pink and Blue Day, uma iniciativa que marcou a transição do movimento Outubro Rosa, mês de conscientização sobre o câncer feminino, para o Novembro Azul, período em que as ações estão concentradas na prevenção do câncer entre os homens. Durante meia hora, os colaboradores – que vieram vestidos de rosa ou azul – participaram de atividades físicas comandadas por instrutoras do Sesc. “Achei que foi bem interessante porque alinhou o bem-estar dos colaboradores à disseminação de ideias de prevenção de doenças”.



Diabetes



Estima-se que de 8% a 9% da população mundial seja diabética. A maioria (85%) tem diabetes tipo 2, quando o organismo até produz insulina, mas o corpo não reconhece. Os picos da glicemia provocam efeitos de curto, médio e longo prazos. Por isso, é preciso aprender a identificar casos de hipo (baixo) e hiperglicemia (alta taxa de açúcar no sangue). O médico José Henrique de Almeida Neto, endocrinologista da Unimed Cascavel, destaca a evolução no diagnóstico e controle do diabetes, que não tem cura: “Hoje em dia existem os sistemas de infusão contínua, chamados de ‘bombas de insulina’, que dão resultados muito positivos no controle da doença. As próprias insulinas evoluíram muito, bem como as agulhas que estão cada vez menores, evitando dor e lesões na pele. Com todo esse avanço, diminui o número de complicações, mesmo assim, é preciso monitorar sempre. Adultos devem fazer exames anuais. Crianças, assim que surgirem os sintomas.”

Rede de Cuidados Continuados

A Rede de Cuidados Continuados é um sistema composto por todas as modalidades de atendimento em cuidados paliativos (hospitalar, ambulatório e domiciliar) produzida por equipes capacitadas para lidar com as demandas físicas, psicossociais e espirituais inseridas em um sistema completo de atendimento em rede, com monitoramento, gerenciamento de risco, reabilitação de curto prazo e desospitalização moderna e segura. A rede está sendo implantada de forma piloto em novembro de 2019. Em seguida, a RCC entrará em pleno funcionamento no primeiro semestre de 2020, trazendo uma nova era de cuidados que são a marca da Unimed.



PROJETO Cegonha

As participantes do projeto Cegonha realizaram uma visita ao hospital parceiro no projeto parto adequado: Hospital São Lucas. Na oportunidade a equipe de médicos e enfermeiros do hospital explicaram a essência do momento do bebê

nascer, do parto no momento certo, os benefícios do parto normal e as indicações para o parto cesáreo. Foi uma troca de informações e dúvidas dos participantes quanto aos sinais de parto normal, período pós parto e rotinas hospitalares.



PROJETO Na Medida

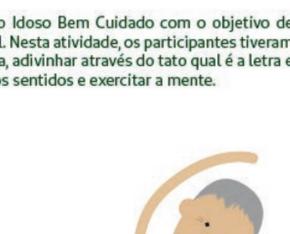
Beneficiários da Unimed Cascavel com indicação para procedimento cirúrgico (cirurgia bariátrica), são acolhidos e recebem o acompanhamento do núcleo da obesidade da Unimed Cascavel é uma ferramenta para aumentar a adesão a sucesso por meio da cirurgia, mas é preciso esforço pessoal, pois maus hábitos alimentares e falta de atividade física podem fazer a pessoa engordar novamente, mesmo após o procedimento. Segundo a nutricionista: “É por isso que a gente trabalha de

forma completa, encaminhando esses pacientes também para outros projetos de Medicina Preventiva da Unimed Cascavel, a exemplo do Na Medida, que tem foco na perda de peso sem intervenção cirúrgica, oferecendo orientações e até parceria com academia para que estas pessoas criem o hábito sempre saudável da prática de exercícios”, finaliza a nutricionista Francielle Salvatti!



PROJETO Idoso Bem Cuidado

Foi realizada uma atividade especial com os participantes do Idoso Bem Cuidado com o objetivo de estimular o raciocínio lógico, a atenção e a competição saudável. Nesta atividade, os participantes tiveram os olhos vendados e deveriam escolher uma letra em sua caixa, adivinhar através do tato qual é a letra e responder perguntas referente à ela. Uma forma de estimular os sentidos e exercitar a mente.



PROJETO Saúde Corporativa



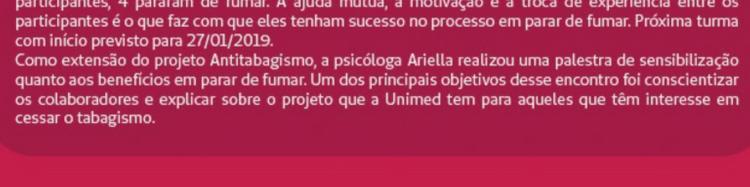
Com o intuito de promover o movimento Novembro Azul nas empresas, foram realizadas palestras voltadas ao tema. O objetivo é que os homens possam ficar atentos à prevenção de doenças e aos cuidados com a sua saúde. As palestras abordaram as principais causas de morbidade e mortalidade para a população masculina, dentre elas as doenças cardiovasculares, gastrointestinais, pulmonares e neoplasias, dando ênfase a prevenção do câncer de próstata, o qual em 2018 acometeu cerca de 68 mil homens no Brasil, segundo informações do Instituto Nacional do Câncer (INCA). O diagnóstico precoce da doença é feito através de exame físico, realizado pelo médico urologista, combinado ao exame laboratorial de PSA, que mede as dosagens sanguíneas do Antígeno Prostático Específico. Quando identificada precocemente a doença tem um percentual de cura de cerca de 90% o que reforça a importância do acompanhamento médico anual.



Grupo terapêutico do Projeto Antitabagismo

No dia 25/11 encerrou-se a última turma de 2019 do projeto Antitabagismo. Nesta turma dos 5 participantes, 4 pararam de fumar. A ajuda mútua, a motivação e a troca de experiência entre os participantes é o que faz com que eles tenham sucesso no processo em parar de fumar. Próxima turma com início previsto para 27/01/2019.

Como extensão do projeto Antitabagismo, a psicóloga Ariella realizou uma palestra de sensibilização quanto aos benefícios do parar de fumar. Um dos principais objetivos desse encontro foi conscientizar os colaboradores e explicar sobre o projeto que a Unimed tem para aqueles que têm interesse em cessar o tabagismo.



Expediente
Diretor-presidente
DANILO GALLETTO
Superintendência Administrativa e Mercado • Luciana Lazzari
Superintendência Operações • Fabiano Tykalowitz
Gerência de Promoção e Assistência à Saúde • Cristiane Ezequiel
Gerência de Mercado • Marco Rodrigues da Fonseca
Marketing e Comunicação Unimed Cascavel
Coordenação • Sandri Anderson Gonçalves

