



Centro Clínico Gaúcho

Programa Saúde em Dia

Dra. Vanessa Cabrera

Gramado, 22 de abril de 2010



“ A saúde é um completo estado de bem estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade. ”

(Esta definição não foi modificada desde 1948)

Mudança de paradigma:

De operadoras de planos de doença para



Operadoras de Planos de Saúde

Inovação como problema?

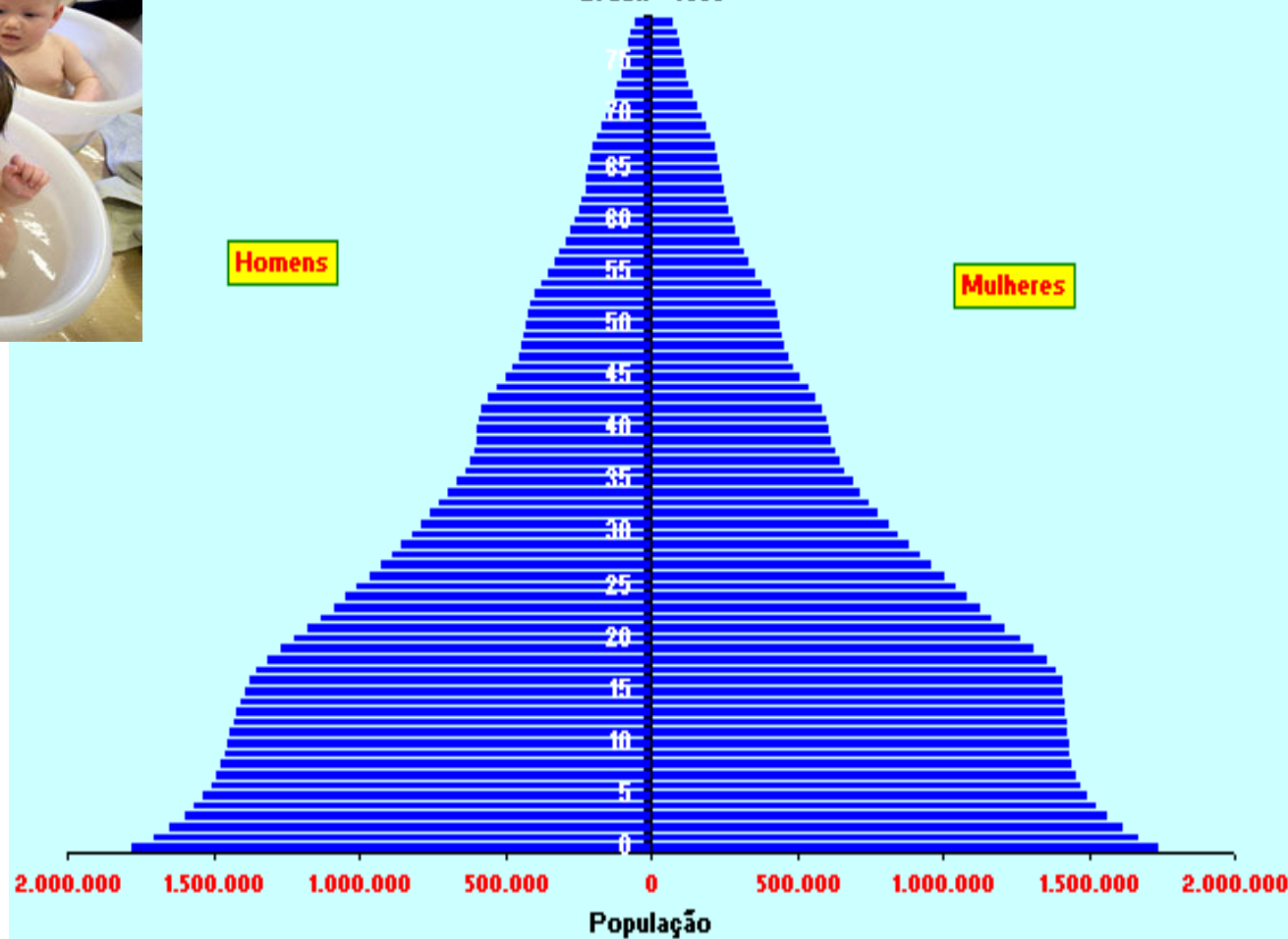
NÃO. Caminho para o sucesso!



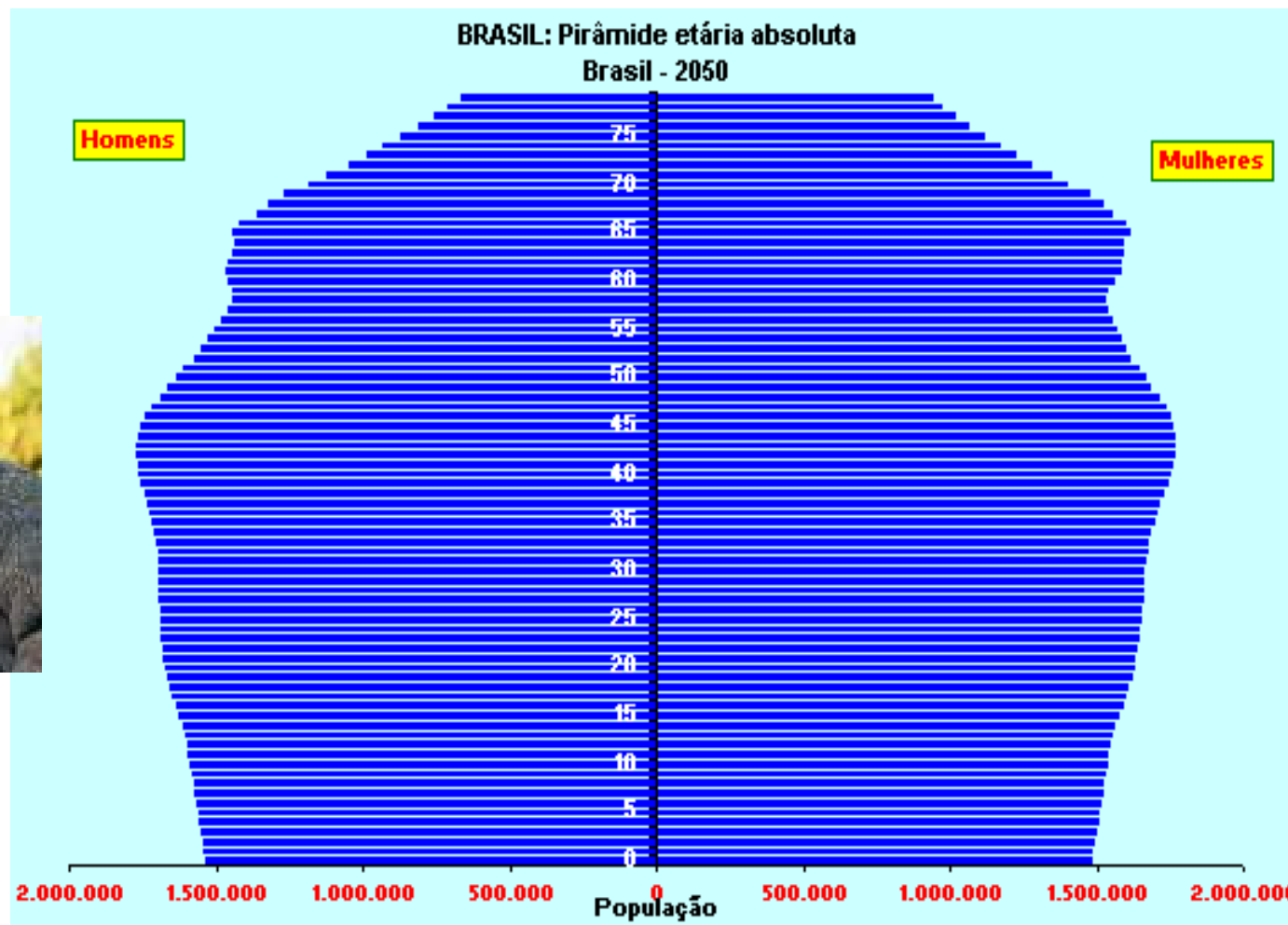
Transição Epidemiológica



BRASIL: Pirâmide etária absoluta
Brasil - 1980



Transição Epidemiológica



De onde vem os custos?

- **60 a 70%** dos custos assistenciais são oriundos de 10% dos pacientes com condições crônicas
- 1 a 3% dos mais graves respondem por **20 a 40%** do total dos custos assistenciais

Uma maneira de controlar estes custos:
Gerenciamento de Condições Crônicas



Programa Saúde em Dia

Prevenção Primária

- ✓ Hábitos Saudáveis (Palestras e Identificação Perfil Saúde nas Empresas, Campanhas Vacinação, Curso Gestantes)

Prevenção Secundária

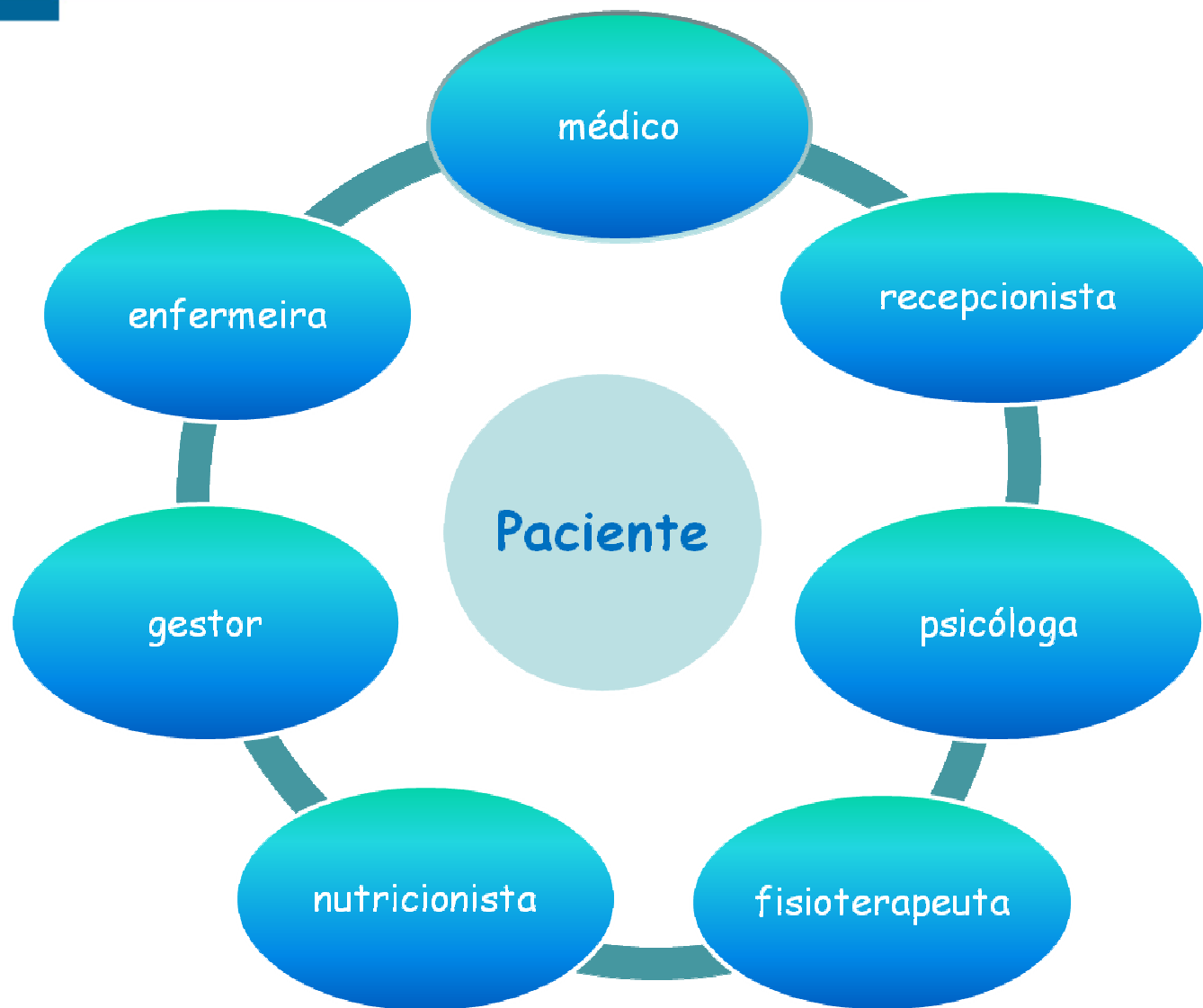
- ✓ De Bem com a Vida (Acompanhamento de Pacientes com Doenças Crônicas, Grupos de Ensino-Aprendizagem)

Prevenção Terciária

- ✓ Gerenciamento de Condições Crônicas
- ✓ Obesidade Severa (ANS/fevereiro-2010)



Equipe multiprofissional-Ações integradas



Saúde em Dia

Prevenção Primária

Programa Hábitos Saudáveis

Palestras e Identificação do Perfil de Saúde nas empresas
Campanhas de vacinação
Curso de Gestantes
Grupo de Corrida





Palestras nas Empresas





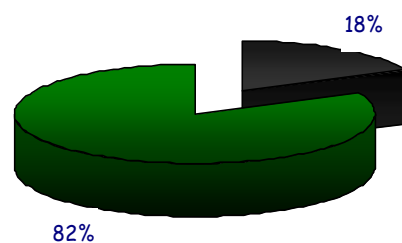
Ações Saúde Campanha Vacinação



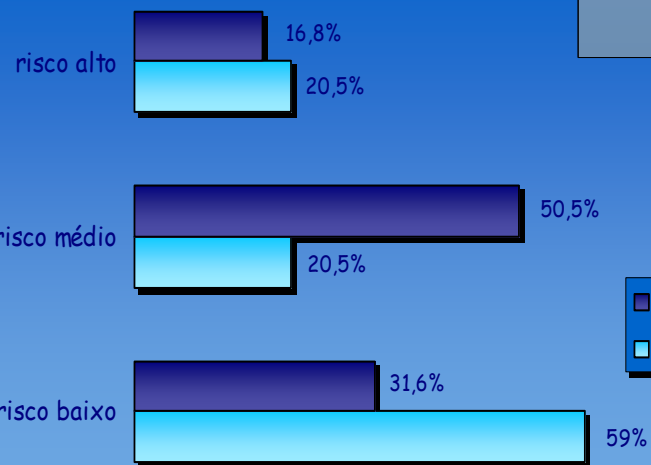
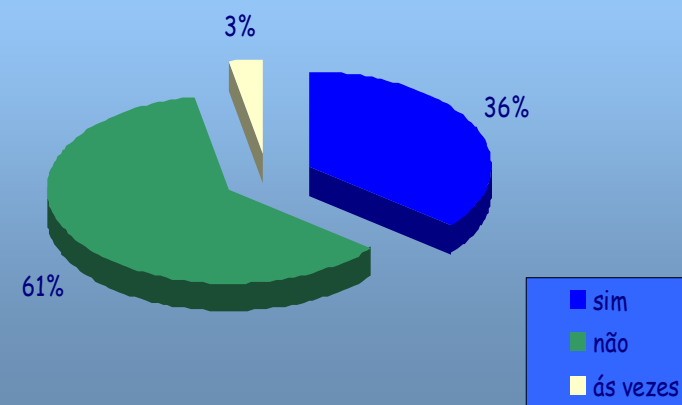
Identificação Perfil Saúde

O Saúde em Dia na sua Empresa

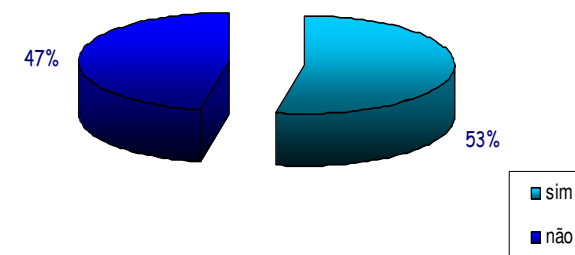
Tabagismo



Nível de Stress



Sedentarismo



Equipe de Corrida CCG



Saúde em dia

Prevenção Secundária

Programa De Bem com a Vida

Programa de acompanhamento dirigido
Grupos de apoio a pacientes portadores de
doenças crônicas



Material Educativo

ANS - nº 39.280-4



SORRISO Saudável
SAÚDE COMEÇA PELA BOCA

PARTICIPE. NÃO VAI DOER NADA.

"Sorrindo com Saúde"
Palestrante: Dr. Cauby Maluf - Administrador Odontológico do Centro Clínico Gaúcho

Data: 26/10 - 17 horas
Local: Cel. Frederico Linck, 25/9º andar - P. Alegre
Público-Alvo: Colaboradores do CCG
Inscrições pelo telefone: (51) 3287.9290
www.centroclinicogaucho.com.br



Palestra: Prevenção do Câncer de Próstata

Palestrante: Dr. Maurício Lima - Urologista do Centro Clínico Gaúcho

Data: 30/11/2009

Horário: 17h

Local: Cel. Frederico Linck, 25 / 9º andar - Auditório

Cidade: Porto Alegre

Informações e inscrições pelo fone: (51) 32879290

Grupo de Diabetes e Hipertensão



Grupo de Reeducação Alimentar



Campanhas Educativas

8 DE MARÇO DIA INTERNACIONAL DA MULHER



Nada melhor que esta data para falarmos de um assunto delicado.

São tantas as conquistas alcançadas até hoje, que uma doença como o câncer não deveria atrapalhar essa trajetória. Mas de alguns tempos pra cá, muitas mulheres mudaram seus hábitos, ficando mais expostas a essa doença. Por isso, decidimos aproveitar essa oportunidade para alertar e dar dicas mais simples do que você imagina sobre prevenção.

- Não fume
- Não exagere na ingestão de bebidas alcoólicas
- Nunca se exponha ao sol sem proteção
- Tenha uma dieta saudável
- Pratique atividades físicas com frequência
- Procure o médico regularmente, mesmo sem apresentar nenhum sintoma, para fazer os exames periódicos

ANS - nº 39.280-4

Não se esqueça: a prevenção ainda é a melhor forma de tratar o câncer.





Alimentese bem

Uma alimentação saudável, rica em fibras, com o equilíbrio entre os macronutrientes e micronutrientes (carne, arroz, massa, pão, frutas, verduras e legumes), com baixo teor de gorduras saturadas e trans, ajudará você a manter sua saúde em harmonia.

Controle seu peso

Evitar de peso pode sobrecarregar seu coração e sua coluna, além de contribuir para o desenvolvimento de diabetes, hipertensão e alguns tipos de câncer. Também dificulta as articulações do quadril, joelhos e tornozelos, e coloca um peso adicional no seu resto de vida. Evitar de peso pode também ajudar seu corpo a lutar para resistir às doenças respiratórias para manter saudável. Por isso, contribua para a alimentação é um gesto de amor próprio.

Não fume

O fumo é um dos fatores que mais contribui para doenças, como o câncer de pulmão, doenças do coração, enfisema, entre outras doenças de alto risco. Assim, se você fuma, mude suas condições de saúde. Parar de fumar irá melhorar sua qualidade de vida.

Não abuse do álcool

Para muitas pessoas, beber socialmente não é prejudicial. Porém, uma incapacidade de controlar o consumo de álcool pode causar sérios problemas de saúde, aumentar acidentes, prejudicar ou até mesmo resultar. Se você nunca que tem problemas de alcoolismo, peça ajuda profissional.

Exercite-se

A prática regular de atividades físicas proporciona muitos benefícios à saúde, entre eles, aumento do gasto energético, maior coordenação motora, melhora da capacidade cardiorrespiratória, redução do estresse e do risco de doenças (hipertensão, obesidade, diabetes). Além disso, pode auxiliar no peso, de peso e aumento do tônus muscular quando orientados corretamente. Lembre de somar suas atividades com uma alimentação correta.

Faça exames preventivos

Converse com seu médico sobre exames preventivos. Esta atitude pode evitar sérios problemas de saúde no futuro. Os tipos de exames a serem realizados dependem de sua idade, sexo e história pessoal de doença.

Controle seu estresse

Um grau elevado de estresse - ou a incapacidade de lidar com o mesmo - pode causar acidentes e problemas de saúde. Aprender a estabelecer prioridades e dizer não sem sentimentos de culpa pode ajudá-lo a reduzir o estresse em sua vida. Proteja seu bem-estar. Tenha momentos de prazer. Gerencie seu estresse, trate episódios de depressão e ansiedade, e mantenha boas relações pessoais.

Tenha um sono tranquilo

O sono repara as energias gastas durante o dia. Uma boa quantidade e qualidade de horas de sono por noite contribui para seu bem-estar físico e emocional.

Tenha qualidade de vida

Ter qualidade de vida é uma opção pessoal. E isso tem a ver com escolhas de bem-estar. Saiba fazer as suas e vive sua vida mais saudável.

Pratiquese sexo seguro

Tome as cuidados apropriados (como o uso da camisinha) para proteger sua saúde e a de seu parceiro contra doenças sexualmente transmissíveis.

Ative www.centroclinico.org.br/escobasaudaveis, participe de um quiz e descubra o quanto você está cuidando da sua saúde.

7 de abril.
Dia Mundial da Saúde.
Tudo mundo por uma vida mais saudável.



Grupo de Obesidade Severa



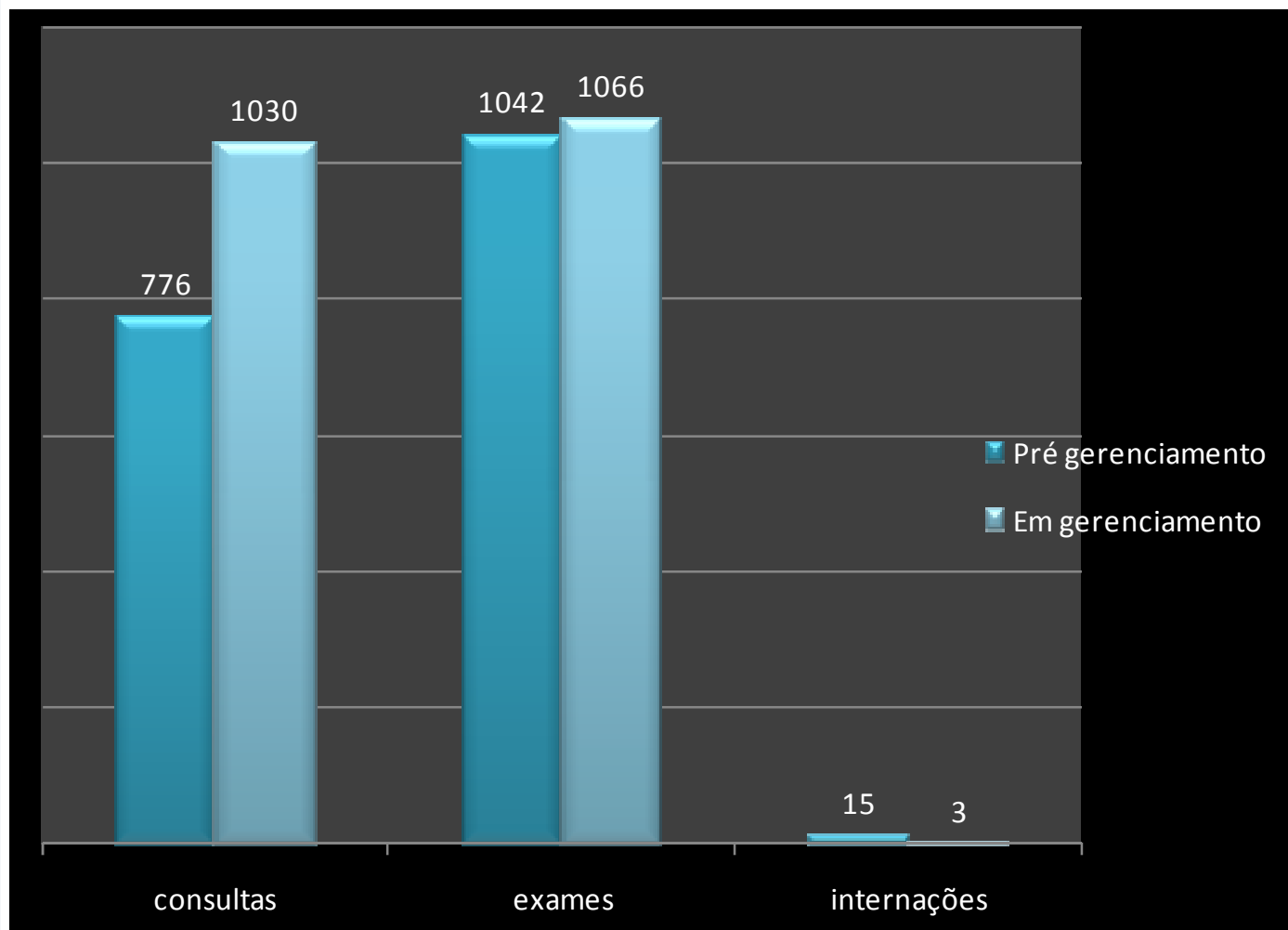
Prevenção Terciária

Programa Atenção Vital

Programa de assistência caso a caso
Gerenciamento de pacientes com doenças crônicas
Desospitalização precoce



Gerenciamento de pacientes crônicos

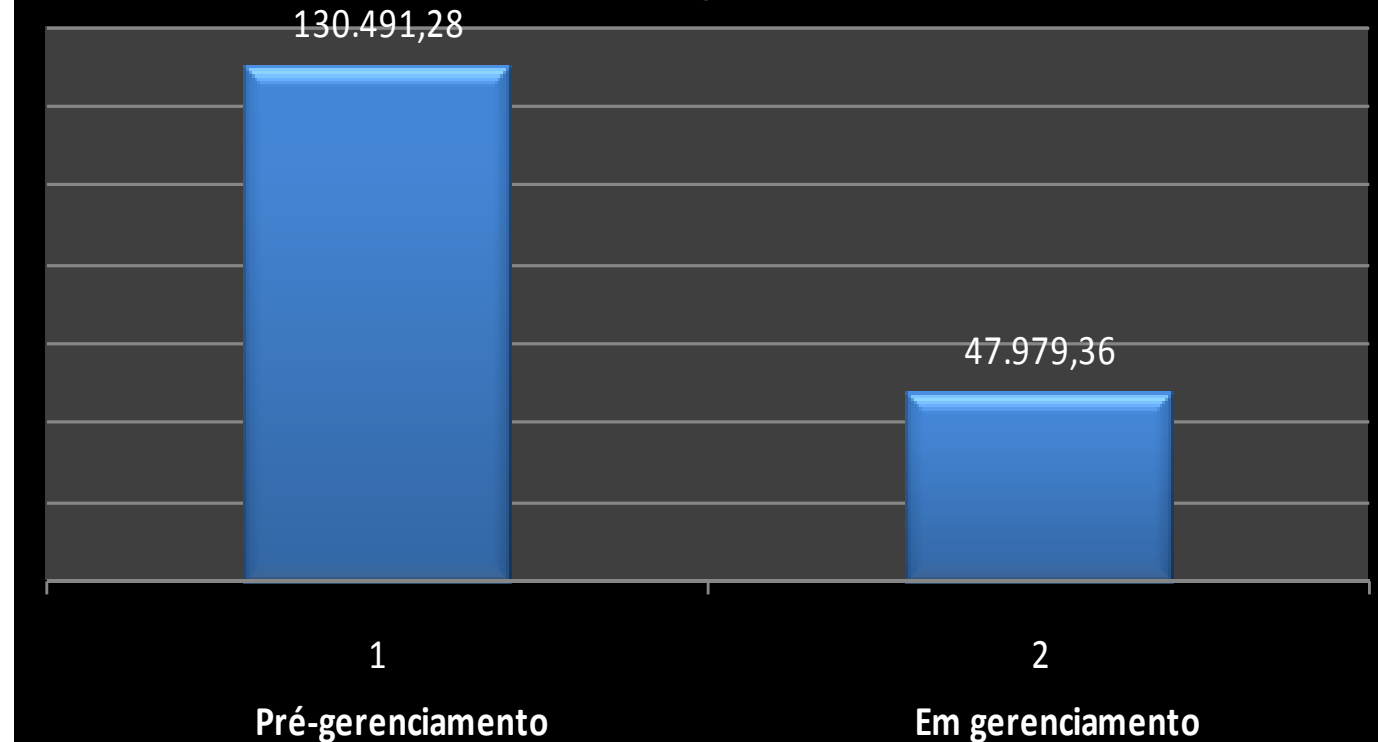


(n) = 86 pacientes

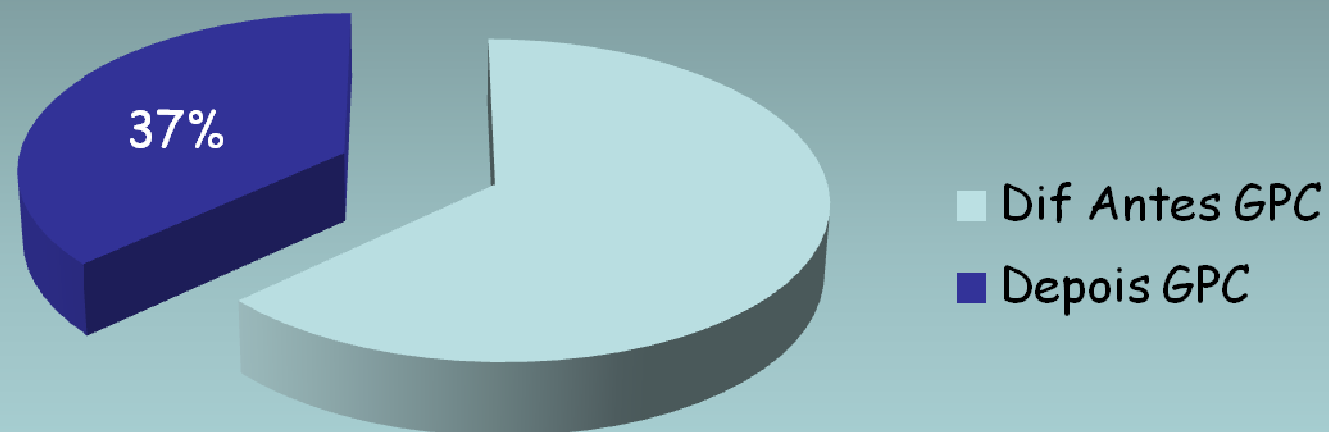


Gerenciamento de pacientes crônicos

Custos assistenciais - 6 meses de acompanhamento



Custos Assistenciais



ANS - Regulação com foco na saúde



- Estímulo ao desenvolvimento de programas de promoção e prevenção em saúde - IN n°001/2008
Programa aprovado em fevereiro 2010

“ Saúde em Dia
Tratamento da Obesidade Severa
IMC acima de 35kg/m² ”




```
ERROR: undefined
OFFENDING COMMAND: ~
STACK:
```