saúde.

Hospital Ernesto Dornelles

Afpergs
Associação dos Funcionários Públicos do Estado do Rio Grande do Sul

Porto Alegre/RS • Ano XX Nº 78 • Setembro/Outubro/Novembro 2013



Menos ruído, mais saúde!
Conheça a Campanha do HED

Evolução constante

A dinâmica da atuação da Associação dos Funcionários Públicos do Estado do Rio Grande do Sul em inovar em produtos e serviços está bem presente nas páginas da Revista Saúde. Nesta edição, trazemos ao leitor relevantes informações sobre novos projetos em implantação, como o Verte Saúde, da Afpergs, e o novo Serviço de Hérnia, do Hospital Ernesto Dornelles.

Nossa constante evolução em serviços de saúde transparece, também, na imensa relevância da relação com a comunidade. Através dos eventos e das campanhas desenvolvidas pelo HED, a Afpergs exercita sua responsabilidade primordial de esclarecer, informar e incentivar a adoção de hábitos de vida mais saudáveis, preventivos da saúde e da qualidade de vida.

"Avançar, sempre, rumo à excelência em serviços de saúde"

Esse é o espírito que nos move: manter e evoluir em qualidade técnica, humana e gerencial, investir em capacitação e novos serviços e avançar, sempre, rumo à excelência na prestação de serviços de saúde!

Decio Francisco Scaravaglioni
Diretor Vice-Presidente da Afpergs, no exercício da Presidência



8/9 **O sistema que nos defende**

4/5 Afpergs em ação

6/7 O coração merece cuidados

10 Novos serviços no HED

12 Campanha "Silêncio em prol do bem-estar"

14 Sidi – Medicina por Imagem

saúde.
jornalsaude@hed.com.br

AFPERGS: Sede Social: Rua dos Andradas, 846 – Porto Alegre – RS – CEP 90020-006 – Telefone: (51) 3284-1500. **DIRETORIA: *Diretor Presidente:*** Waldemiro Claudino Galli; ***Diretor Vice-Presidente:*** Decio Francisco Scaravaglioni; ***Diretor Assistencial:*** Egydio Fuchs; ***Diretor Financeiro:*** Walmor de Araújo. **CONSELHO DELIBERATIVO: *Presidente:*** Ivãm Rodrigues Severo; ***Secretário:*** Alfeu Rodrigues Moreira. ***Conselheiro:*** José Carlos Martins. ***Suplentes:*** Luiz Fernando Almeida de Oliveira, Maria Tereza do Amaral Franco. **CONSELHO FISCAL: *Presidente:*** Clodoaldo José Carvalho da Silveira. ***Vice-presidente:*** Nelmo Antonio Pritsch. ***Conselheiro:*** Alfredo Cardone Gomes. ***Suplente:*** Antonio Carlos Libonatti Marchiori. **Assessor Coordenador:** Romeu Fuchs; **HOSPITAL ERNESTO DORNELLES:** Av. Ipiranga, 1801 – Porto Alegre – RS – CEP 90160-093 – Telefone (51)3217-2002 – www.hed.com.br - **Superintendentes: *Superintendente Médico:*** Ricardo Oronoz Guterres; ***Superintendente Administrativo:*** Odacir Rossato; ***Assessor das Superintendências HED:*** Everton Meyer Morais; ***Coordenadora de Comunicação e Marketing:*** Daiane Wolk; **Informativo Saúde: *Projeto e Execução Editorial:*** Grapho's Comunicação Empresarial; ***Jornalista Responsável:*** Leila Pinto – Reg. Prof. 5242; ***Projeto e supervisão gráfica:*** José Nei da Silva – Reg. Prof. 4246; ***Fotografias:*** Comunicação e Marketing HED, René Cabrales; ***Revisão:*** Press Revisão; ***Tiragem:*** 11 mil exemplares. O Saúde também está na Internet: acesse www.hed.com.br, link Jornal Saúde; ***Estratégia e Comercialização:*** Aamaros Conteúdo para Marcas; ***Para anunciar:*** adri.amaros@gmail.com

Este material foi impresso em papel CERTIFICADO FSC

Capacitação, ética e respeito ao paciente: *atributos fundamentais da Medicina*

"Ser médico, hoje, é muito mais desafiador." A observação do diretor do Corpo Clínico do Hospital Ernesto Dornelles, urologista Alexei Gobbi, demonstra, com objetividade, as mudanças e as novas exigências de uma profissão que, acima de tudo, requer constante atualização, seja ela técnica ou gerencial.

No mês em que se comemora o Dia do Médico – 18 de outubro – homenageamos todos os médicos do Corpo Clínico, através desta conversa com o Dr. Alexei Gobbi, especialmente os que atuam no Hospital Ernesto Dornelles, com permanente atenção e cuidado à vida!

Ao ressaltar que tem longa relação com o HED, onde fez residência em Cirurgia Geral, trabalhou na Emergência e há mais de vinte anos integra o corpo clínico da instituição, Alexei Gobbi se diz "honrado em fazer parte da trajetória do Hospital, especialmente neste momento de qualificação e modernização física e de processos, que o HED está vivendo".



Alexei Gobbi, diretor do Corpo Clínico

Ele considera sua eleição como uma grande oportunidade: "Posso contribuir representando meus colegas, atuando com a vice-presidente, Dra. Gisele Lobato, junto à direção do Hospital".

Um novo paciente para um novo tipo de médico

Mas por que ser médico hoje é mais desafiador do que em outros tempos? "Porque as exigências são maiores", responde, citando algumas delas: "O perfil do paciente, hoje, é outro. O paciente hoje é mais informado, questiona e quer participar do processo de tratamento". Alexei Gobbi garante que gosta disso: "Acho interessantes as manifestações do paciente, assim podemos apresentar e discutir alternativas e, a partir daí, decidir o melhor caminho, numa interação maior e num atendimento mais personalizado, no sentido de que as decisões são compartilhadas com o paciente".

Ele cita, ainda, como desafiadoras, porém positivas, as exigências legais de maior fiscalização no exercício da profissão, através de Conselhos e instâncias externas e internas, como Comissões de Ética nas próprias instituições, além da necessidade de maior valorização da profissão através da própria atuação dos médicos.

Como atributos indispensáveis a um moderno profissional de Medicina, Gobbi aponta: "Primeiro, a capacitação técnica, e aí incluo o domínio tecnológico; é algo que deve ser perseguido a vida toda. Também é fundamental uma sólida formação moral e capacidade de relacionar-se com os diversos públicos, mas creio que isso é inerente a qualquer profissão", afirma.

Deixando uma mensagem de incentivo ao surgimento de novas lideranças médicas nas instituições, Gobbi parabeniza a todos os colegas pelo seu dia e lembra: "Nosso trabalho e nossa união são as maiores credenciais para a devida valorização da classe médica".

Sucesso total na campanha de **doação de sangue do HCSJ!**

Como já é tradição na cidade de São Jerônimo, a comunidade atendeu ao chamado do Hospital de Caridade São Jerônimo e participou ativamente da campanha anual de doação de sangue. Um gesto simples, solidário, que salva muitas vidas!



Comunidade participa em São Jerônimo

No dia 11 de setembro, a comunidade de São Jerônimo tinha um compromisso muito importante: comparecer ao HCSJ e doar sangue, em uma ação anual promovida pela instituição em parceria com o Hemocentro do Estado.

Mais de 150 voluntários atenderam ao apelo da campanha, resultando em uma coleta de 105 bolsas de 500 ml de sangue cada. Como informa o administrador do Hospital, João Batista Pozza, "estas bolsas servirão para fazer frente às nossas necessidades, e muito agradecemos à comunidade!".



competence

Aproveite os descontos especiais no convênio Panvel/Afpergs.

- 8% em medicamentos de marca.
- 35% em medicamentos genéricos.

Entrega em até 2 horas.* Compre online: PanVel.com *Acesse e saiba mais.

Afpergs inova nos planos de saúde

Cuidar da saúde, do bem-estar e viver com disposição é desejo de todos. E também é o objetivo da Afpergs, que trabalha incessantemente para sempre inovar e ampliar produtos e serviços que garantam melhor qualidade de vida a seus associados e à comunidade.

É com esse foco que a Associação está apresentando ao mercado o Verte Saúde, um plano diferenciado, com a proposta inovadora de tratar da saúde de forma integral através do conceito de Rede Integrada de Cuidados.

"Quando nosso plano nasceu, tínhamos em mente buscar uma nova solução em saúde para a nossa gente. Somos da vertente que não vê a doença como foco, mas a saúde, no sentido mais amplo da palavra. Nosso plano é acompanhar as pessoas, conhecendo-as desde o início. Acompanhar o seu desenvolvimento, compreender a sua natureza, o que nutre o seu corpo, o que nutre o seu intelecto. Para isso, criamos uma rede integrada de serviços que convergem para cuidar das pessoas em todos os momentos da vida. Com carinho, com dedicação, em todas as dimensões da vida, e em todos os momentos", afirma o assessor coordenador da Afpergs, Romeu Fuchs.

Os planos da Verte ainda estão em evolução, mas seus benefícios já podem ser usufruídos. Hoje, dispo-



Sede da Afpergs

nibiliza assistência ambulatorial, hospitalização, obstetrícia e odontologia. Novos serviços e especialidades já estão sendo agregados ao Verte Saúde, que também contará com Clube de Benefícios.

Informações pelo fone (51) 3284-1588, por email: vendas@afpergs.com.br, ou, ainda, na sede da Afpergs - Rua dos Andradas, 846.

Conheça o Cartão de Identificação Social da Verte

Todos os beneficiários da Verte irão receber o novo Cartão de Identificação para utilização dos serviços disponíveis em seu plano e para usufruir de descontos junto à Rede de Conveniências.

Os beneficiários da Verte farão parte do Clube de Benefícios. Através dele, terão descontos em inúmeros serviços que confiram saúde e qualidade de vida. Fale com a Afpergs e saiba mais sobre o plano e sobre a rede.



Excelência na Emergência

"Me disseram que a Emergência do HED era de 1º mundo. Mas eu, que já estive em emergências de 1º mundo, discordo. Numa dessas, presenciei um caso de espera para atendimento das 16 às 23 horas, e somente após eu reclamar e dizer que ia acionar a Justiça, é que a paciente foi atendida. Por isso, a Emergência do HED não é de 1º mundo, aqui o atendimento é humanizado, sem pânico, sem agitação, em um ambiente de trabalho excelente. Com uma infraestrutura de alto padrão, com profissionais presentes, atendendo. A Emergência do HED é de excelência, que é alcançada quando se tem comprometimento e uma equipe empenhada."

Adela Luiza Bass

Acolhimento e cuidado

"Minha esposa, Hilde van Der Straeten, esteve sob os cuidados do HED, e ao me referir ao Hospital, quero dizer sua equipe que lidera, acolhe e cuida de pessoas em situações delicadas de suas vidas. No momento de internação hospitalar, a angústia, a ansiedade e a insegurança são sentimentos que assolam familiares e amigos do paciente, sendo importante receber apoio solidário e humanizado por parte daqueles que trabalham em uma instituição hospitalar. É para agradecer e parabenizar a todos que escrevi esta carta, pois fazem do HED um lugar de qualidade. Continuem na rota escolhida, parabéns!"

Otacílio Pimentel

Cartas enviadas ao Serviço de Apoio ao Cliente – SAC – sac@hed.com.br - Fone: (51) 3217-8500

Nosso coração
merece o melhor!

Que o coração é importante, ninguém duvida e todo mundo sabe. É ele que fornece, a cada batida, alimento e oxigênio às células. O dia 29 de setembro é o Dia Mundial do Coração, e o HED – como tradicionalmente acontece – foi ao encontro da comunidade em importantes ações preventivas e informativas, reforçando as atitudes que mantêm o coração saudável.

A programação relativa ao Dia Mundial do Coração foi intensa: estande no Shopping Bourbon Ipiranga contou com especialistas em cirurgia vascular, cirurgia geral, cardiologistas, psicólogos, pneumologistas conversando com a população, além de verificação de pressão e cálculo de IMC, que é o peso dividido pela altura ao quadrado, indicando o Índice de Massa Corporal.



Mais de mil pessoas passaram pelo estande nos dias 25 e 26 de setembro, conversando com os médicos, tirando dúvidas e, principalmente, demonstrando interesse e atenção às informações que salvam muitas vidas.

A cardiologista Clacir Staudt, que atendia no estande, garantiu que "é impressionante como as pessoas buscam informações", e que "é muito importante estar próximo delas, porque sempre é um incentivo a adotar novos hábitos de vida, mais saudáveis".



Detalhes que esclarecem

Ao comentar a ampliada programação, a coordenadora de Comunicação e Marketing do HED, Daiane Wolk, assegura que "percebemos que as pessoas estão muito abertas a dicas de prevenção. Por isso, oferecemos essa série de consultorias gratuitas, enfocando vários aspectos". Daiane observa que a resposta do público à iniciativa foi "excelente".

Siga os 10 mandamentos do coração saudável:

- *Não fume*
- *Controle o peso*
- *Faça exercícios regularmente; caminhar é ótimo!*
- *Controle a pressão arterial*
- *Escolha bem os alimentos: frutas, vegetais crus e cozidos, grãos integrais (arroz, pão e massa integral), proteínas saudáveis, como frango, peixe, feijão, lentilha, grão-de-bico, nozes e castanhas. Evite os embutidos!*
- *Controle o colesterol*
- *Reduza o estresse do dia-a-dia, foque o pensamento nas coisas boas*
- *Controle o diabetes*
- *Reserve tempo para o lazer, conviva com amigos, ria mais!*

Como se livrar do suor excessivo

"Suo muito na face e axilas, está se tornando um problema até no trabalho. Tem solução para isso?" Pedro Luís, Canoas.

O que você deve ter se chama "Hiperidrose", que é a presença de suor excessivo, geralmente acometendo face, mãos, axilas e pés.

Na maioria das vezes, a causa é hereditária, acometendo várias gerações. As consequências são as mais variadas, tanto do ponto de vista comportamental e social, com isolamento da sociedade, e também prejuízo no trabalho, dependendo da função executada. Muitas pessoas acabam por adaptar-se a esta situação, às vezes trocando de função ou mesmo de profissão, evitando alguns tipos de atividade física e até mesmo apresentando quadros psicológicos em decorrência desta situação.

Mas existe solução, que é tratamento cirúrgico. Este consiste em seccionar o nervo simpático, responsável pela hiperestimulação do suor nas regiões acometidas. Não é o único tratamento, pois existem algumas condutas não cirúrgicas, porém é o tratamento mais eficaz.

A recuperação é rápida, uma vez que o procedimento é realizado em caráter ambulatorial, por vídeo. Saliento, no entanto, que é imprescindível consulta prévia com o cirurgião torácico, para que possa ser explicado o tratamento em todos os seus detalhes.

Dr. Gabriel Mädke, *cirurgião torácico.*

- Para enviar sua dúvida ou pergunta, mande um e-mail para marketing@hed.com.br – Coluna ***Quero Saber.*** *As perguntas serão selecionadas conforme a linha editorial do Saúde.*



A cada edição, uma visão abrangente de saúde e vida!

Nosso defensor, o sistema imunológico!

Quando equilibrado, ele nos defende de doenças como tumores e invasão por micro-organismos, além de participar do processo de cicatrização de tecidos lesionados por traumas. É constituído por elementos que formam uma barreira contra bactérias, vírus, fungos e parasitas que podem desencadear infecções. Nem notamos que ele existe, mas nosso sistema imunológico é uma complexa rede que garante nossa saúde. Para mantê-lo sempre em dia e atuante, devemos observar situações e hábitos de vida que ajudam nosso sistema imunológico a nos proteger e a nos manter saudáveis para que nossa vida seja plena e total!

O que é sistema imunológico e como funciona? O sistema imunológico é formado por uma complexa rede de células, citocinas e anticorpos que determinam a capacidade de nos defender contra a invasão de micro-organismos (bactérias, vírus, fungos e parasitas) e contra a transformação maligna de células.

Como explica o reumatologista Dr. Odirlei Monticielo, "esta função de defesa é fundamental contra o desenvolvimento de infecções e tumores. Dentre as células envolvidas, podemos destacar os leucócitos, também conhecidos como glóbulos brancos. As citocinas são substâncias que permitem a comunicação entre as células, e os anticorpos são moléculas produzidas por um subtipo de glóbulo branco (linfócito B) e auxiliam o nosso sistema de defesa".



O sistema imunológico compreende elementos que determinam defesa inespecífica, ou seja, não direcionada a um determinado agente invasor, tais como a pele, saliva, mucosas, lágrima, muco das vias respiratórias e ácido clorídrico do estômago. Diz o médico: "Estes elementos atuam, na verdade, como barreira à entrada de micro-organismos. Quando estas barreiras não são suficientes para impedir a entrada do invasor, existem outros mecanismos que começam a entrar em funcionamento e contam com a participação dos glóbulos brancos. Em um primeiro contato com o invasor, há uma tentativa de destruição direta do invasor e, mais tarde, a complexa rede de defesa inicia a produção de anticorpos que auxiliam no combate".

E quando o sistema desequilibra?

O médico responde que "esta complexa rede que forma o sistema imunológico atua em perfeito equilíbrio, identificando e destruindo agentes estranhos e defendendo o nosso organismo. Entretanto, quando este sistema perde este equilíbrio e começa a identificar nossas células sadias como estranhas, há o surgimento do que conhecemos como doença autoimune".

Nesta situação, nosso sistema de defesa passa a nos agredir e determinar lesão em diferentes partes do nosso corpo. Quando somente um órgão é atingido, temos as doenças autoimunes, tais como a tireoidite autoimune. Quando mais de um órgão é envolvido, temos as doenças autoimunes sistêmicas, tais como lúpus eritematoso sistêmico, artrite reumatoide, espondiloartrites, esclerose sistêmica, dermatomiosite e tantas outras.

"As causas deste desequilíbrio ainda são pouco entendidas", afirma o Dr. Odirlei. Mas assegura que "a predisposição genética é um fator importante, assim como diversos fatores ambientais, tais como: infecções, tabagismo, luz solar, exposição a agentes tóxicos e radiação e até mesmo algumas medicações".

Atitudes que nos fortalecem



Além de uma dieta saudável e evitar situações de estresse, outros hábitos, como dormir bem, praticar atividade física regularmente, evitar o abuso de bebidas alcoólicas e o uso indiscriminado de medicações, e também não fumar são fundamentais para o bom funcionamento do sistema imunológico. Isso irá diminuir o risco de desenvolvermos infecções, doenças autoimunes e, até mesmo, câncer.

Como manter o sistema que nos defende



"A alimentação é muito importante para a manutenção da saúde de uma forma global, e isto também se reflete em nosso sistema imunológico. A produção dos glóbulos brancos e dos anticorpos e todo processo de defesa imunológica dependem do bom estado nutricional relacionado a proteínas e fontes energéticas", observa o médico. Desta forma, a alimentação equilibrada que forneça uma boa variedade de vitaminas, proteínas e nutrientes é essencial para que o sistema imunológico possa cumprir sua função de proteger o organismo.

E mais: situações de estresse físico e mental podem determinar uma diminuição na função do sistema imunológico. O próprio envelhecimento faz com que nossas defesas se tornem menos eficazes.

Medicamentos conhecidos como imunossupressores que são utilizados no tratamento de diferentes doenças autoimunes e para evitar a rejeição de transplantes, assim como quimioterápicos usados no tratamento do câncer, determinam importante redução da função de defesa do nosso sistema imunológico. Até mesmo o corticoide, se utilizado em doses altas ou por tempo prolongado, pode afetar negativamente o sistema imunológico

Mais benefícios *ao cliente com novos serviços*

Segurança, qualidade e maior amplitude na oferta de serviços. O Hospital Ernesto Dornelles está cada vez mais capacitado a oferecer serviços de saúde de alto nível, como demonstra a implantação da Equipe Multiprofissional de Terapia Nutricional (EMTN) e do Serviço de Hérnia da instituição.

Composto por médicos nutrólogos, nutricionistas, enfermeiros, farmacêuticos, psicólogos e fonoaudiólogos, o EMTN atende à exigência da Anvisa e qualifica a assistência aos pacientes que necessitam de nutrição enteral e parenteral.

Já o novo Serviço de Hérnia prevê modelo de estrutura física, técnica e humana focado neste procedimento, de alta demanda na instituição. Realizando mais de 600 cirurgias de hérnia por ano, o Hospital passa a disponibilizar, através desse serviço, maior agilidade, mantendo qualidade e segurança nos procedimentos.



Equipe de EMTN

Atividades HED



• **O tema** "Segurança: Princípio ou Meta" balizou as palestras da VI Jornada de Enfermagem do Centro Cirúrgico e VII Encontro de Enfermagem do Centro de Material e Esterilização. Realizado em agosto, no anfiteatro Bruno Marsiaj, do HED, contou também com palestrantes de outras instituições, como Santa Casa, Hospital de Clínicas e Anvisa – Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

• **Palestra** aberta ao público sobre "Cirurgia da Obesidade" acontecerá no dia 26 de novembro, às 18h, no anfiteatro Bruno Marsiaj, do HED. Médicos, psicólogos e nutricionistas abordarão todos os aspectos deste procedimento, e mais informações podem ser obtidas pelo fone (51) 3221-5948.

• **O Serviço** de Nutrologia do HED lançou calendário de reuniões científicas. Serão quinzenais, em quartas-feiras, alternadas, sempre analisando casos e procedimentos, visando à permanente atualização e qualificação técnica.

• **Unimed** Porto Alegre e HED firmaram novo contrato em agosto, já incluindo a disponibilização, aos associados, dos serviços da nova Emergência da instituição.

Saiba tudo sobre joanetes *– e fique livre deles!*

Eles são incômodos, chatos e atrapalham nosso caminhar. São os joanetes, que tantas reclamações causam às mulheres, principalmente porque são dolorosos e antiestéticos. Como evitá-los?

O joanete é uma deformidade do primeiro dedo do pé, o dedão, no local onde o dedo se une ao restante do pé, a articulação metatarso-falangeana. Entre suas causas, pode-se listar a hereditariedade e o uso de sapatos apertados, especialmente os de bico fino ou salto alto. Além disso, o joanete pode se desenvolver a partir de alterações neurológicas, como paralisia cerebral, trauma medular e derrame ou doenças degenerativas, assim como artrite e artrose.

A informação do ortopedista João Francisco Comninos Corrêa já demonstra que joanete é coisa séria. Mas como acabar com eles?

O ortopedista esclarece que o joanete pode ser tratado aliviando a pressão sobre a calosidade, seja pela modificação do tipo de sapato usado, aumentando a largura e restringindo o uso de bicos finos, seja pelo uso de protetores e acolchoamentos. Mas alerta: "Isto pode aliviar os sintomas, porém não acaba com a deformidade".

Atualmente, existem técnicas cirúrgicas, praticamente indolores, que permitem uma reabilitação rápida e positiva.



Para que se previna o aparecimento da deformidade, recomenda-se o uso de sapatos macios, com bicos largos, sem salto, ou de salto de, no máximo, 5 centímetros de altura.

30% da população possui algum grau da deformidade do joanete, que é a doença mais comum que acomete os pés de adultos atualmente. As mulheres, por utilizarem calçados de salto alto e bico fino, são as mais propensas, apresentando dez vezes mais casos do que os homens.

Para prevenir a dor na deformidade já existente e evolução do joanete, recomenda-se deixar os pés de molho em água morna. Utilizar palmilhas (quando recomendadas pelo ortopedista) ou protetores nas calosidades doloridas.

CINECORS
CARDIOLOGIA LTDA.
ANGIOPLASTIA • CORONARIOGRAFIA
• VALVULOPLASTIA • IMPLANTE DE STENT
• FECHAMENTO DE CIA/PCA
• ARTERIOGRAFIAS
Av. Ipiranga, 1801 - 8º andar POA/RS
www.cinecors.com.br
cinecors@cinecors.com.br
32176448 e 32172318

Silêncio *em prol do bem-estar*

Buzinas, freadas, trânsito. Toque de celular, gargalhadas e conversas em voz alta. Mesmo que todos esses ruídos façam parte da vida em uma grande cidade, tornam-se problema sério quando acontecem nas proximidades de um hospital. Chegam, inclusive, a prejudicar a recuperação dos pacientes. Por isso, o HED iniciou, no dia 4 de outubro, a campanha "Silêncio em prol do bem-estar", buscando a conscientização da comunidade nas áreas interna e externa da instituição.

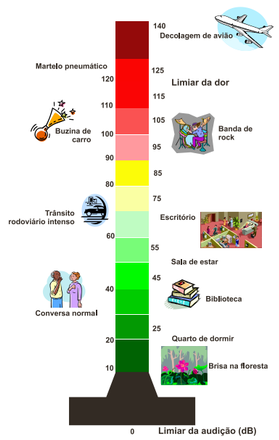


Localizado em uma das mais movimentadas avenidas de Porto Alegre, o HED decidiu realizar esta ação envolvendo a comunidade. Como explica a coordenadora de Comunicação e Marketing, Daiane Wolk, "são atitudes simples que beneficiam não só o Hospital, mas a todas as pessoas, que ficam mais atentas à importância de se ter menos ruído no dia a dia".

Em conjunto com a EPTC, o Hospital distribuiu material informativo, adesivos e também agiu nas redes sociais, com flyers relativos ao tema. Veja aqui como você também pode aderir:

Dentro do hospital:

- *Evite o uso do celular, ou deixe no modo silencioso. Fale somente o necessário, o mais baixo possível.*
- *Evite conversas nos corredores, salas de tratamento e de espera. Quando preciso, fale em voz baixa.*
- *Evite usar sapatos que façam barulho ao caminhar.*
- *Não leve crianças quando for visitar um paciente ou quando for realizar uma consulta. Elas são mais inquietas e menos sensíveis ao nosso apelo.*



Na rua:

- *Não buzine! Além de prejudicar a recuperação dos pacientes, pode levar multa e perder pontos na carteira.*
- *Ônibus e lotações não podem mudar o trajeto, mas você pode. Sempre que possível, evite transitar em frente a hospitais.*

Prevenção é o melhor
para evitar o melanoma!

O câncer de pele é responsável por um a cada quatro tumores no Brasil, e o melanoma representa 4% desse tipo de câncer. Mesmo que sua incidência esteja aumentando em todo o mundo, a boa notícia é que aumentam também as chances de cura!

Por isso, vamos ficar atentos: além do diagnóstico precoce, a prevenção, através de cuidados e hábitos de vida, é fundamental para superá-lo!

O melanoma exige muita atenção, porque é capaz de gerar lesões em outros órgãos. Mas, como esclarece o médico Gabriel dos Anjos, do Centro de Oncologia HED-Kaplan, "o melanoma também é um tipo de tumor plenamente curável, quando descoberto em estágios iniciais e quando tratado adequadamente".

Ele alerta: "Apesar dos avanços importantes no tratamento desse tumor nos últimos anos, a prevenção ainda é a medida mais adequada para controle do melanoma".

Visite o site www.institutokaplan.com.br.



O Hospital Ernesto Dornelles possui uma equipe de trabalho multidisciplinar em melanoma, que se reúne regularmente para discussão de medidas preventivas, métodos diagnósticos e tratamentos, com o objetivo de ampliar o acesso da população ao diagnóstico e ao tratamento adequado deste tumor e, consequentemente, aumentar sua curabilidade. Contate o serviço de oncologia para mais informações e marcação de consulta.

Saiba como prevenir:

1. *Evite contato com o sol entre 10h e 16h, quando os níveis de radiação ultravioleta estão mais elevados.*
2. *Mesmo em outros horários, use roupa adequada e chapéu para proteção.*
3. *Protetor solar deve ser usado diariamente, mesmo em dias nublados e fora dos horários de risco. O recomendado é um protetor solar com FPS 15 ou superior.*
4. *Conheça o seu corpo. Fique atento para sinais que não existiam, observe os sinais existentes na pele e alterações como mudança no tamanho, mudança na cor, sangramento ou coceira. Não hesite em procurar seu médico.*
5. *Pessoas com pintas irregulares, pele branca (especialmente a que fica vermelha com exposição solar), história familiar de melanoma e histórico pessoal de câncer de pele devem ter atenção redobrada e consultar periodicamente o dermatologista para revisão.*

SIDI adere *ao Verte Saúde*

O SIDI – Medicina por Imagem é um dos conceituados serviços de diagnóstico que integrarão o Verte Saúde, novo plano da Afpergs, focado na saúde integral.

Como afirma o diretor do SIDI, médico Wilson Madeira de Almeida, "temos alta capacidade instalada para atender a esta nova demanda advinda do Verte Saúde, que, temos certeza, terá ampla aceitação". Ele observa que, hoje, o SIDI tem infraestrutura técnica e humana de alto nível, capaz de realizar mais de 10 mil exames/mês em Porto Alegre, e três mil no Hospital de Caridade São Jerônimo, referência para 17 municípios da Região Carbonífera.



Dr. Wilson Almeida, diretor do SIDI, e Decio Scaravaglioni, vice-presidente da Afpergs

"Há mais de 20 anos, mantemos uma saudável e interessante parceria com o SIDI, que possui um serviço de diagnóstico por imagem de ponta e, não raras vezes, ostentou ser pioneiro neste Estado em exames de última geração", observa o diretor vice-presidente da Afpergs, Decio Scaravaglioni, atualmente no exercício da Presidência. "Com satisfação, portanto, registramos pronta acolhida do SIDI para atendimento dos beneficiários do plano de saúde Verte, nosso novo e recém-lançado produto", assegura.

Diferenciado pela tecnologia de ponta, o SIDI conta, por exemplo, com equipamentos como tomógrafo com dosagem reduzida de radiação; os exames são avaliados por telerradiologia, que permite análises de médicos à distância, praticamente em tempo real, sem dúvida, uma expressiva vantagem para médicos e pacientes.

"A radiologia cresceu muito em abrangência", garante o diretor. "Praticamente atende a todas as especialidades da Medicina, gerando subespecialidades para os radiologistas", observa, exemplificando: "Hoje, temos radiologistas vasculares, radiologistas neurológicos, etc". Com mais de 50 radiologistas especialistas nos diversos campos da Medicina, o SIDI está estruturado, com equipamentos e especialistas, inclusive para atender ao serviço de ginecologia e obstetrícia de alta complexidade do HED.

Toda essa experiência está disponível ao Verte Saúde, "adesão natural de uma parceria com a Afpergs de tantos anos", conclui Wilson.

Polo regional

O Hospital de Caridade São Jerônimo também é alvo da atenção e investimentos do SIDI. Até o final de janeiro de 2014 estará pronta a obra de ampliação da área física, com mais 500m² destinados a atender com mais conforto e agilidade aos pacientes da região. A capacidade de atendimento passa dos atuais três mil exames/mês para mais de sete mil, disponibilizando equipamentos de raios X, mamografia, ecografia, ressonância magnética, tomografia computadorizada e densitometria óssea. "Nosso objetivo é sermos um polo de atendimento regional, oferecendo o melhor em exames radiológicos aos clientes", assegura Wilson.



O Sidi é a maior empresa de diagnóstico por imagem do Rio Grande do Sul e um dos principais centros de referência nesta especialidade no País.

São 19 unidades instaladas em Porto Alegre e em diversas regiões do estado, inclusive no litoral.

Esta estrutura de atendimento, alidada à avançada tecnologia de equipamentos de última geração e a qualidade do corpo clínico fazem do Sidi a melhor opção em diagnóstico por imagem.

Rede de Atendimento SIDI

PORTO ALEGRE
SIDI – Hospital Ernesto Dornelles
Av. Ipiranga, 1801
Térreo e 2º andar
51 3230.9168

SIDI – Center
Rua Prof. Freitas e Castro, 481
51 3230.9168

SIDI – Instituto de Cardiologia
Av. Princesa Isabel, 395
51 3217.0919

SIDI – Menino Deus
Av. José de Alencar, 173
51 3233.3620 | 51 3235.1071

SIDI/Radisidi
Rua dos Andradas, 955
51 3226.4125

SIDI – Moinhos de Vento
Av. 24 de Outubro, 15
51 3268.0335 | 3222.6296

SÃO JERÔNIMO
SIDI/ECOM
Rua Rio Branco, 1008
51 3651.4887

GRAVATAÍ
SIDI – Gravataí
Rua José Costa Medeiros, 1872
51 3496.4197

VIAMÃO
SIDI – Viamão
Av. Bento Gonçalves, 444
51 3485.8052

ESTEIO
SIDI /ECOM
Rua Santo Amaro, 203
51 3473.0405

SÃO LEOPOLDO
SIDI – Hospital Centenário de São Leopoldo
Av. Theodomiro P. da Fonseca, 799
51 3590.2870 | 51 3589.2919

SIDI – São Leopoldo
Av. Independência, 1326-B
51 3590.3184

SÃO GABRIEL
SIDI/ECOM
Rua Barão do Cambay, anexo à Santa Casa
55 3232.1580

NOVO HAMBURGO
SIDI – Hospital Municipal
Av. Pedro Adams Filho,6520
51 3594.8900 | 3594.8953

SIDI – Novo Hamburgo
Av. Joaquim Nabuco, 1165
51 3582.2646

GUAÍBA
SIDI – Guaíba
Rua Dr. José Montaury, 291
51 3491.1709 | 3491.2674

CAMAQUÃ
SIDI – Camaquã
Rua Dr. Walter Kess, 655
51 3671.2254

LITORAL
SIDI/ALPHA – Capão da Canoa
Rua Ceci, 2888
51 3625.1547

SIDI – Tramandaí
Av. Emancipação, 1405 sl. 102
51 3684.6977

Exames que você encontra na rede SIDI:

- Tomografia Multislice/HD
- Tomografia Multislice/VCT
- Angiotomografia
- Ressonância Magnética
- Angiorressonância
- Mamografia Digital
- Mamografia
- Densitometria Óssea
- Radiologia Intervencionista RX
- Ecografia 3D
- Ecodoppler
- Ecografia
- Biópsias e Punções

sidi MEDICINA POR IMAGEM 25 ANOS

www.medicinaporimagem.com.br

Dr. Carlos Jader Feldman - Responsável Técnico - CRM-RS 4065

Cuidando da saúde
da nossa gente.







Hospital Ernesto Dornelles

Co-patrocinadores desta edição:

Instituto Kaplan

Dom Gioanni
CAFÉ & GASTRONOMIA

CINECORS
CARDIOLOGIA LTDA.

PanVel farmácias

sidi MEDICINA POR IMAGEM 25 ANOS