unimed saúde

Ano 5 – Número 9 – Novembro/Dezembro – 2003

Foto Alex Araújo

Solidariedade

Alex Araujo

Nada se compara ao brilho nos olhos de uma criança. Pág. 3

Ambulância Unimed:

Uma UTI sobre rodas

Pág. 2

www.unimedparademinas.com.br

A segurança da Ambulância UTI

Alex Araújo

O desfibrilador garante a reabilitação do paciente com parada cardíaca

Alex Araújo

O interior equipado da ambulância garante a tranquilidade do paciente

A aquisição da ambulância UTI (Unidade de Terapia Intensiva) pela Unimed Pará de Minas foi um grande avanço para a medicina local. A ambulância tem todo suporte necessário para o paciente em estado grave ou estável que precisa da remoção para Belo Horizonte ou outra cidade onde vai ser atendido, com toda garantia dos melhores equipamentos do país. Não existe uma ambulância UTI com mais recursos.

Centenas de pacientes já transportados pela ambulância da Unimed Pará de Minas, desde que foi adquirida, há 6 anos, sem nenhum incidente. Pelo contrário. Muitas vidas já foram salvas porque o veículo tem todos os equipamentos necessários para acompanhamento e reanimação de pacientes em estado grave.

OS EQUIPAMENTOS

Os equipamentos da ambulância são os mesmos encontrados em um leito de UTI. O ventilador artificial fornece oxigênio para pacientes com insuficiência respiratória aguda. O desfibrilador é indicado para pacientes com parada cardíaca. O aparelho é utilizado para reanimação. "Um monitor acompanha a freqüência cardíaca do paciente, identificando qualquer anormalidade", explica Dra. Luciana Alves, especialista em CTI.

Outra observação importante é feita pelo cardiologista Dr. Daniel Figueiredo: "Na ambulância temos todo o medicamento de urgência necessário e até uma máscara especial em casos de reanimação respiratória. Temos ainda condições de encubação para manter o paciente vivo até a chegada ao seu destino".

A ambulância Unimed oferece tudo isso aos clientes e muito mais: a tranqüilidade de saber que o veículo está à disposição, sempre que houver indicação médica.

Editorial

O ano que termina foi, sob vários aspectos, difícil. A paz foi desrespeitada, muitas mudanças aconteceram e, economicamente, alguns acham que foi um ano perdido. Na Unimed, conseguimos, com muito esforço e trabalho, nos manter fortes e, o mais importante, satisfazer nossos clientes, parceiros e cooperados.

As previsões apontam para um ano vindouro mais positivo e devemos acreditar. Penso, entretanto, que devemos, a partir das dificuldades pelas quais temos passado, refletir e, a partir desta reflexão, nos tornamos mais solidários, mais unidos e, sobretudo, acreditarmos que, juntos, podemos construir, não só um 2004 melhor, mais um futuro melhor.

Dr. Zilmo César Antunes Dourado
Presidente da Unimed Pará de Minas

Nota

• DIA DO MÉDICO
No de 18 de outubro, no Patafufo, foi realizada a festa da Associação Médica, com a participação de médicos cooperados da Unimed e seus familiares. No decorrer da festa foi homenageado Dr. Oswaldo Simões, pelos serviços prestados à medicina de Pará de Minas.

• CIDADANIA
Receberam título de Cidadania Paráminense, no último dia 28 de novembro, as médicas cooperadas Dra. Katty Anne Fófano Berno e Dra. Maria da Glória Lopes Cançado. Parabéns.

• CONFRATERNIZAÇÃO
No sábado, dia 13 de dezembro, cooperados e funcionários da família Unimed se reuniram na sede campestre do Clube Atlético Paraminense para uma grande festa de confraternização.

• COMITÊ EDUCATIVO
O presidente da Unimed, Dr. Zilmo César, participou entre os dias 27 e 29 de novembro, em Ouro Preto, do encontro do Comitê Educativo e Integração Unimed Circuito das Águas que reuniu líderes das Unimed's de todo o estado de Minas Gerais. O principal objetivo do Comitê é estimular o desenvolvimento dos cooperados em todos os níveis, promovendo a integração entre os médicos cooperados, os colaboradores, prestadores de serviço, clientes e a comunidade.

Unimed e Ascicred firmam parceria

Arquivo GP

Diretores da Ascicred e Unimed Pará de Minas: parceria pela saúde

Os clientes da Ascicred, Cooperativa de Economia e Crédito Mútuo dos Comerciantes de Confecções de Pará de Minas, já têm acesso ao mais completos planos de saúde do mercado. O contrato assinado com a Unimed oferece aos clientes Ascicred planos regulamentados pela Agência Nacional de Saúde, com ampla cobertura e menores custos. Segundo o presidente da Ascicred, Osmano França, o contrato com a Unimed faz parte do projeto de expansão dos serviços oferecidos pela cooperativa aos seus quase 1000 associados. "Conhecemos as necessidades dos nossos clientes e os planos de saúde da Unimed, com certeza, vão ser muito importantes". Já o presidente da Unimed, Dr. Zilmo César, preferiu destacar a importância da parceria: "A Unimed Pará de Minas já tem grandes parceiras e a Ascicred é uma delas".

Os clientes da Ascicred que ainda não têm plano de saúde já podem entrar em contato com a cooperativa para oferecer à sua família o que existe de melhor no mercado.

Papai Noel chega no helicóptero Unimed

Em parceria com Ascipam, Prefeitura Municipal e Espacial FM, Unimed participa da grande festa de lançamento do "Natal Encantando"

Alex Araújo

O helicóptero Unimed trouxe Papai Noel ao Parque do Bariri

Alex Araújo

As crianças tiveram uma experiência inesquecível

Este ano, o Natal de Pará de Minas começou mais cedo. No dia 28 de novembro, Papai Noel chegou ao Parque do Bariri, abrindo oficialmente a grande festa. E chegou em grande estilo, no helicóptero da Unimed, depois de sobrevoar a cidade para anunciar o grande acontecimento. Milhares de crianças puderam abraçar o Bom Velhinho, ganhar balas e assistir a um show de Patrícia & Companhia. A festa só não foi maior porque as chuvas impediram a realização do show de Marcelinho de Lima em um Parque do Bariri, lotado.

Na oportunidade, o prefeito Inácio Franco e o presidente da Ascipam Amarildo Oliveira abriram oficialmente o Natal de Pará de Minas, no mesmo instante em que era inaugurada a decoração que deixou as ruas da cidade no clima perfeito para as festas de fim de ano.

Segundo o gerente da Unimed, César Augusto, a parceria para realização do evento faz parte do projeto da cooperativa se integrar cada vez mais ao dia-a-dia da comunidade.

A festa da Solidariedade

Unimed patrocina evento e centenas de crianças do povoado de Matinha passam uma manhã inesquecível ao lado de Papai Noel

Alex Araújo

Papai Noel abraçou e distribui presentes para todas as crianças da comunidade

Alex Araújo

Muitas brincadeiras foram realizadas para alegria da garotada

Foi uma grande festa. Na manhã de 13 de dezembro, a Unimed Pará de Minas, com o apoio dos médicos cooperados e da Associação Comunitária de Matinha, realizou uma grande festa para as crianças da comunidade, localizada há 6 quilômetros de Pará de Minas. O Salão Paroquial recebeu mais de 200 crianças, grande parte delas acompanhadas pelas mães. Todas tiveram direito a picolé, algodão doce e lanche, à vontade. Isso, sem falar nos presentes. Todas as crianças receberam um brinquedo do Bom Velhinho. Segundo o presidente da Associação, Mário Justino da Silva, a comunidade tem cerca de 600 moradores, a grande maioria carente. "A média salarial é de pouco mais de R$300. Se não fossem as doações, provavelmente quase todas passariam o Natal sem presentes", explica.

A festa das crianças de Matinha foi animada pelos jovens do Núcleo Santo Antônio, comandados por André e Fabiana, que organizaram a distribuição dos presentes.

A equipe de funcionários da Unimed participou da festa, servindo a garotada. Os diretores Dr. Zilmo César, Dr. Márcio Morais e Dr. Éverton Paiva também se emocionaram com a alegria das crianças e lembraram a importância da colaboração de todos os profissionais Unimed, que doaram os recursos para realização das festas.

Segundo o presidente Dr. Zilmo César, "o compromisso social da Unimed não será esquecido e a parceria com a comunidade vai continuar."

Expediente

Unimed Saúde é uma publicação da Cooperativa de Trabalho Médico de Pará de Minas – Unimed. Unimed Pará de Minas - Ano 5 – Número 9
novembro/dezembro 2003 - Rua Francisco Sales, 119 – Centro.
Cep: 35660-017 - Telefone: (37) 3231-6300
Diagramação e Arte final: Publique (37) 3231-3400.
Registro ANS 304344.

Você sofre com enxaqueca?

Dr. Márcio de Melo Morais

Como a dor de cabeça (cefaléia) é um sintoma comum, tanto no dia a dia do consultório como na emergência de um pronto socorro, falaremos hoje sobre uma dor de cabeça muito comum : a enxaqueca.

As crises da enxaqueca apresentam-se como :

• Dor pulsátil ou latejante nas regiões da fronte e têmpora;
• A dor se apresenta mais de um lado da cabeça (em 50% dos pacientes é dos dois lados);
• A intensidade é moderada a severa ou severa;
• Geralmente, incapacita o paciente para as suas atividades normais;
• Piora com esforços ou atividades físicas e se inicia leve e progressiva;
• Duram em média de 4 a 72 horas quando não são tratadas ou o são de forma ineficaz e geralmente terminam de forma gradual.

São associadas a pelo menos dois dos sintomas abaixo:

• Enjôo ou vômitos
• Intolerância à claridade (fotofobia) ou a ruídos (fonofobia)

SINAIS DE ALERTA OU PRÓDROMOS:

• há pessoas que sentem que vão ter uma crise de enxaqueca antes de a dor aparecer, através de "avisos" que o organismo pode fornecer.
• por vezes, estes avisos se iniciam inespecíficos, um dia ou algumas horas antes, com sensações do tipo:
• desconforto na cabeça;
• bocejos frequentes;
• irritabilidade;
• perda da capacidade de concentração ou raciocínio;
• desejo exagerado por algum tipo de alimento ou aversão total;
• palidez (muito freqüente em crianças);

Esses sinais chamam-se de pródromos e não estão presentes em todos os sofredores de enxaqueca, ou estão presentes antes de alguns episódios, mas não de todos, em um mesmo paciente.

Muitos são os fatores externos ou internos de agressão que podem iniciar uma crise de dor em quem tem enxaqueca. No entanto, vamos listar os fatores mais frequentes relacionados ao início de um processo doloroso.

Alimentos e Bebidas que podem desencadear crises de enxaqueca:

• queijos amarelos envelhecidos (contêm tiramina);
• frutas cítricas (principalmente laranja, limão, abacaxi e pêssego);
• banana;
• lingüiças;
• salsichas e alimentos de coloração avermelhada em conserva (nitritos e nitratos usados como conservantes);
• frituras e gorduras;
• chocolates (contém feniletilamina e cafeína);
• café, chá e refrigerantes a base de cola;
• aspartame (adoçante artificial);
• glutamato monossódico (molho usado geralmente em pratos da cozinha oriental);
• vinhos (principalmente o tinto, que possui radicais fenólicos);
• cervejas e chope;
• aguardentes e uísque.

Hábitos de alimentação e sono

• Mais de 5 horas seguidas sem se alimentar;
• Dormir mais ou menos do que o habitual.

Fatores emocionais e estresse

É comum observarmos que muitas pessoas que sofrem de enxaqueca entram em crise logo após períodos de estresse ou excitação. Fases de depressão ainda não foram caracterizadas como responsáveis pelo início de uma crise, embora a incidência de depressão nos sofredores de enxaqueca tenha sido considerada estatisticamente maior do que na população normal .

Menstruação e fatores hormonais

É muito comum observarmos mulheres portadoras de enxaqueca apresentarem dor nas fases pré, durante ou após a menstruação. Há mulheres que só apresentam crises de enxaqueca na época menstrual (14 % das mulheres com enxaqueca. Há muitas portadoras de enxaqueca que pioram de suas crises a partir do momento que iniciam o uso de anticoncepcionais orais. Também é observado que na menopausa, muitas mulheres melhoram espontaneamente e voltam a piorar quando iniciam a reposição hormonal estrogênica.

Quando procurar o médico?

Quando as crises de enxaqueca estão comprometendo a realização de suas atividades normais;

- se você toma analgésicos para a dor de cabeça duas ou mais vezes por semana;
- se os medicamentos que você está tomando não estão aliviando sua dor;
- quando houver qualquer modificação no comportamento padrão de sua dor;
- se houver reações aos medicamentos;
- se engravidar durante o tratamento;
- se a sua dor de cabeça é uma novidade, iniciando-se rapidamente e de forma intensa é fundamental a visita a um neurologista para afastar as causas mais graves.
- se tiver sofrido recentemente algum trauma craneano mesmo que leve.

NÃO SE ESQUEÇA: toda dor de cabeça tem uma causa!

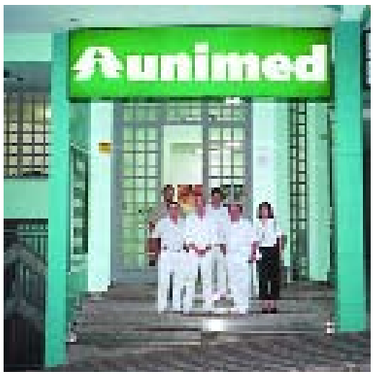
Só um médico pode avaliá-a corretamente, excluindo as causas mais sérias e ameaçadoras.

Evite a automedicação.

Dr. Márcio de Melo Morais é médico neurologista

Nova sede Unimed Pitangui

A Unimed-Pitangui está de cara nova. Sempre com a finalidade de atender a seus associados de maneira mais eficiente, a Unimed-Pitangui fixou seu escritório na rua Cel. José Saldanha, 69, na galeria da Farmácia Solução, bem no centro comercial de Pitangui. O acesso ao público ficou mais fácil e suas instalações ganharam mais espaço e conforto.



A parceria com a Santa Casa está cada vez mais forte e a Unimed, a cada dia, oferece mais condições a seus médicos de atender os clientes com presteza, humanidade e competência. Prova disso é que já está agendado, para início de 2004, a 1ª jornada médica de Pitangui, sob patrocínio da Unimed.

Com essa nova mentalidade a Unimed está contribuindo para o progresso da medicina de Pitangui e difundindo ainda mais seus propósitos e valores, principalmente no que trata da medicina humanizada que prioriza o bom relacionamento entre o paciente e o profissional de medicina.

Paracolor

A recepção da Unimed Pará de Minas, onde a bem treinada equipe de atendimento recebe os clientes foi, recentemente, modernizada. Ganhou o toque do renomado "Tom" e já está propiciando maior conforto.