

REVEJA: sua saúde é resultado de cada escolha do seu dia a dia

Neste mês de outubro, o programa Bem Viver HGIS trouxe a ação “Reveja”, uma atividade que levou os colaboradores do HGIS a refletirem sobre seus hábitos alimentares.

A dinâmica foi realizada no Auditório Mario Covas, com três pratos distintos: um **brigadeiro**, uma **panqueca de frango** e um **bolo de maçã, banana e uva-passa**. A ideia foi comprovar que pratos populares podem ser feitos de formas mais nutritivas, com baixo teor calórico e sem perder o sabor.

Os mais de 200 participantes receberam um sal de ervas de brinde, como estímulo para reduzir o consumo de sal. Também foram convidados a participar de um **desafio**, concorrendo a uma de três cestas com alimentos saudáveis e saborosos.

Para participar, basta registrar a mudança de hábitos alimentares, marcar a página do hospital e postar nas redes sociais com a hashtag **#BemViverHGIS**. Participe!



Novembro Azul: atitude é se cuidar!

No Brasil, o **câncer de próstata** é o segundo tipo mais frequente nos homens, atrás apenas do câncer de pele não melanoma. Segundo o Instituto Nacional de Câncer, a estimativa para 2020 é de mais de 65 mil diagnósticos de novos casos de câncer de próstata.

Quando descoberta precocemente, a doença tem **90% de chances de cura**. Para alguns homens, as chances de desenvolver câncer de próstata são maio-



res: histórico familiar de câncer de próstata (pai, irmão e tio) e obesidade são fatores complicadores. Além disso, homens negros também sofrem maior incidência deste tipo de câncer.

Mesmo na ausência de sintomas, homens a partir dos 45 anos (com fatores de risco) ou 50 anos (sem estes fatores), devem ir ao urologista para iniciar acompanhamento preventivo periódico.

Ajude a mudar as estatísticas, vá ao urologista!

HGIS passa por semana de avaliação da ONA

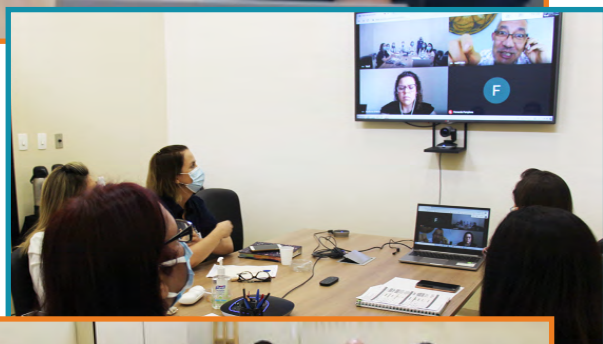


O HGIS recebeu nesta semana o grupo de auditores da Fundação Carlos Vanzolini, para avaliação de manutenção da acreditação com excelência pela ONA (Organização Nacional de Acreditação). Este ano, porém, por conta da pandemia de coronavírus, todas as reuniões aconteceram virtualmente.

“Em um ano tão desafiador, este foi um importante momento para consolidar e apresentar os resultados do trabalho colaborativo de um time que se superou e se fortaleceu a cada dia”, afirma a gerente executiva do HGIS, Dr.^a Najara Maria Procópio Andrade. “A manutenção da acreditação com a excelência ONA reforça o nosso compromisso com a excelência em tempos de crise e reforça a nossa capacidade de adaptação e transformação”, explica.

A avaliação aconteceu entre os dias 11 e 13 de novembro. Equipes se reuniram em videochamada com os auditores, explicando os processos e quais foram seus principais desafios no último ano.

“Propósito, coragem, resiliência, força e união foram atributos essenciais para os resultados alcançados. Uma missão nos foi dada e uma importante batalha foi vencida. Com orgulho e muito aprendizado acumulado mostramos a força da nossa equipe e do SUS”, finaliza Dr.^a Najara.



Parabéns a todos os colaboradores pelos excelentes resultados!

#NossaForçaVemDaUnião

HGIS é avaliado para manutenção da sua acreditação com excelência pela ONA

O Hospital Geral de Itapeverica da Serra recebeu sinal verde para a manutenção da sua acreditação com excelência pela Organização Nacional de Acreditação (ONA). Após três dias de avaliação, os auditores da Fundação Carlos Vanzolini elaboraram um relatório positivo sobre o hospital, destacando que a *“instituição apresenta maturidade de gestão e robustez na assistência. Demonstrou proatividade gerenciando processos e prestando assistência a população durante o período da pandemia da COVID-19 sem interrupção de atendimento ambulatorial aos casos de maior gravidade impactando positivamente nos desfechos das patologias. Planos de ação emergenciais foram implantados e monitorados garantindo segurança aos colaboradores, pacientes e familiares”*.

Para a gerente de Qualidade do HGIS, Lisiane Gaspary, a avaliação deste ano foi um grande desafio, tanto tecnológico quanto de conteúdo. “Focamos principalmente nos impactos da COVID-19 em cada processo, considerando as ações tomadas no início da pandemia e para a retomada”, explica.

Esta foi a primeira vez que o processo de



avaliação aconteceu de forma remota. As apresentações também sofreram mudanças: elas foram elaboradas por processo e não mais por setor, como estabelecido pelo próprio manual da ONA.

“Foi gratificante assistir o trabalho desempenhado pelas equipes, com cada gestor apresentando com orgulho os seus resultados”, finaliza Gaspary.



Homem, o que você tem feito pela sua saúde?

Você sabia que a mortalidade entre homens envolve outros fatores ainda mais graves que o câncer de próstata?

De acordo com o IBGE, a cada 5 pessoas que morrem entre 20 e 30 anos, 4 são homens. Um recorte mais específico revela um dado ainda mais alarmante: somente no ano de 2014, eles corresponderam a 95% das quase 30 mil mortes por armas. Isso está diretamente relacionado ao fato deles estarem mais envolvidos na maioria das situações de violência.

No aspecto cuidados com a saúde, os homens também se distanciam das mulheres. Cerca de oito em cada dez internações por envenenamento são homens. O mesmo número também vale para as internações por doenças do aparelho digestivo.

Homem, se cuide! Peça ajuda quando se sentir sobrecarregado por alguma situação de estresse, cultive bons hábitos de higiene e vida saudável e não deixe de visitar seu médico. Atitude é se cuidar!

Juntos pelos prematuros, cuidando do futuro

No dia 17 de novembro foi celebrado o Dia da Prematuridade. Anualmente, cerca de 12% dos nascimentos são prematuros, o que corresponde a quase 300 mil crianças. O Brasil é o 10º país em nascimentos prematuros.

“Essa é a maior causa de mortalidade infantil abaixo dos cinco anos de idade em todo o mundo”, explica a médica neonatologista Dr.^a Vanessa Peres. “Nosso maior desafio na Neonatologia é buscar a qualificação do cuidado, singular e individualizado, em busca de reduzir essa mortalidade e poder garantir uma melhor qualidade de vida a esse recém-nascido e sua família”.

Durante rodas de conversa, os colaboradores foram levados a refletir sobre a ocorrência de hipotermia em prematuros. Ela pode ser um fator de aumento da morbidade e da mortalidade nesses recém-nascidos, por isso é fundamental manter a temperatura ambiente adequada.

A data também motivou uma reforma no setor. O jardim foi completamente reformado, trazendo mais leveza e luz para o espaço. Além disso, a sala de descanso recebeu novo mobiliário e decoração própria, elaborada pela Dr.^a Deyllise Albuquerque, médica da Neonatologia.

“São personagens que eu criei baseada no perfil das crianças e bebês que atendemos aqui em Itapeverica da Serra. São os mesmos da Turminha do HGIS, mas na versão *baby*. Rafinha é a

representação do bebê prematuro, que ainda está no casulo e está abrindo um pouquinho antes da hora”, conta a Dr.^a Deyllise. “É importante contar essa história, do bebê que chega antes e mexe com todos os planos da família”.

A família Albuquerque também se envolveu com o projeto. Para decorar as incubadoras, o HGIS recebeu uma doação de 15 flores artesanais, vindas de Recife (PE) e feitas em dobraduras de papel pela Sr.^a Mônica Leão Albuquerque, sogra da Dr.^a Deyllise.

O projeto busca a humanização no atendimento hospitalar. Um ambiente mais acolhedor contribui também para a boa evolução do processo terapêutico e para a qualidade dos serviços de saúde prestados pelos profissionais envolvidos.

“A reforma na Neonatologia, com foco na Humanização, minimizou o impacto da estranheza causada pelo ambiente hospitalar, tornando-o mais acolhedor, alegre, personalizado, integrando os familiares de forma participativa, colaborando assim no processo terapêutico do paciente e na produção da saúde”, afirma a médica supervisora do setor, Dr.^a Luzia de Freitas.

