Jornal do
FISCO Saúde
ANS 41.766-1
CIRCULAÇÃO TRIMESTRAL • NºXVI • FEV 2015

Hipertensão: Inimigo silencioso

Hipertensão, usualmente chamada de pressão alta, é ter a pressão arterial, sistematicamente, igual ou maior que 14 por 9. A pressão se eleva por vários motivos, mas principalmente porque os vasos nos quais o sangue circula se contraem. O coração e os vasos podem ser comparados a uma torneira aberta ligada a vários esguichos. Se fecharmos a ponta dos esguichos a pressão lá dentro aumenta. O mesmo ocorre quando o coração bombeia o sangue. Se os vasos são estreitados a pressão sobe. **Pág.05**

II Workshop do Fisco Saúde

Será mais uma vez um evento dinâmico e interessante, no qual serão abordados temas relacionados a diversos aspectos da saúde, tais como: alimentação, atividade física, memória, planejamento financeiro e doenças sexualmente transmissíveis.

As atividades previstas incluem stands sobre cursos de informática, prevenção, cartilhas do Fisco Saúde, almoço ao som de música ambiente e também um show de humor, não perca!

Pág.05

Alimentação: Fonte de saúde ou de doenças

Fraqueza, tonturas, indisposições. Tudo isso pode ser o resultado de uma alimentação desequilibrada. Uma dieta rica em nutrientes é fundamental para o bom funcionamento do organismo. O ministério da Saúde elaborou uma cartilha com informações sobre uma dieta saudável. Aqui listamos dez passos para viver melhor:

Aumente e varie o consumo de frutas, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. E as fibras regulam

o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade, e podem atuar prevenindo várias doenças.

Pág.06

Imposto de renda 2015 Pág.04

Editorial

Chegamos em alto astral à 16ª Edição do Jornal do Fisco Saúde e primeira de 2015, tratando de importantes temas relacionados à saúde, como adenoides, alimentação, hipertensão, vitaminas e complexo B.

Além disso, contamos com mais um interessante artigo do associado José Alencar Tavares de Albuquerque Filho, membro do Conselho de Administração, tratando sobre borracha e petróleo, reciclagem, meio ambiente e outros assuntos relacionados.

Anexo também o Demonstrativo Econômico do Fisco Saúde do exercício de 2014, com encerramento anual.

Outros assuntos são convites à participação de projetos como o II Workshop do Fisco Saúde e aulas de informática para associados.

Como de praxe, damos boas vindas aos recém-nascidos inscritos e também informamos sobre os falecimentos, dessa vez no período de novembro de 2014 a janeiro de 2015.

Desejamos a todos uma leitura agradável.

Informática para associados

O Fisco Saúde está planejando organizar mais uma atividade de interessante para os seus associados e dependentes, dessa vez visando auxiliar no aprendizado e introdução no mundo da informática, assunto que para muitos ainda é um tema novo e muitas vezes desconhecido.

A ideia é organizar cursos de informática para iniciantes, tratando de temas úteis para o dia-a-dia e para a socialização como acesso ao computador, personalização de ambiente do computador (telas e configurações); como criar, enviar e receber e-mails; administração de arquivos; skype;facebook; twitter e outras redes sociais. São cursos com duração de 48 horas, com previsão de 2 aulas semanais (aproximadamente 12 semanas).

Além disso, os participantes atualizarão seus logins e senhas e vão treinar o acesso ao Portal do Associado do Fisco Saúde, área restrita disponível no site www.fiscosaudepe.com.br, e que disponibiliza diversos relatórios de utilização, faturas, imposto de renda, etc. Serão apresentados também outros recursos disponíveis no site que não necessitam de login e senha para serem acessados.

Inicialmente precisamos verificar se há interesse dos associados no projeto e, por isso, estamos abrindo inscrições para os cursos a partir de 01 de março de 2015. As inscrições são válidas exclusivamente para os associados e/ou dependentes inscritos no Fisco Saúde. As turmas são de no máximo 10 participantes e serão organizadas por ordem de inscrição.

O Fisco Saúde não manterá mais do que uma turma por vez. Apenas após as inscrições é que definiremos datas previstas para o início e fim dos cursos, bem como dias e horário das aulas.

Caso tenha interesse entre em contato conosco e faça sua inscrição pelo e-mail recepcao@fiscosaudepe.com.br ou pelos telefones (81)3126-7708 e (81)3126-7709.

Expediente

Caixa de Assistência à Saúde do Sindicato dos Funcionários Integrantes do Grupo Ocupacional Administração Tritubutária do Estado de Pernambuco – FISCO SAÚDE. Registro ANS nº 41.766-1.

Presidente: Antônio da Silva Ferreira. **Diretor Executivo:** Izaías Ferraz Sobrinho. **Edição:** Décima sexta. **Projeto Gráfico:** Aluísio Rícardo. **Impressão: Provisual**. Tiragem: 1.500 exemplares. Editoração: Joelma Helena da Rocha. **Responsável Técnico:** Antônio Henrique Abreu Ramos de Souza – CREMPE 9917. **Periodicidade:** Trimestral. **Jornalista Responsável:** Laura Lins = DRT 2745 (Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores).

PERNAMBUCRED SEMPRE TEM UMA SOLUÇÃO

CHEQUE ESPECIAL PESSOA FÍSICA

Aproveite o limite de crédito rotativo vinculado à sua conta corrente com **10 dias sem juros**.

CARTÕES DE CRÉDITO

Oportunidades incríveis para quem usa o nosso cartão:

- Isenção da primeira anuidade;
- Disponível para compras e saques no exterior;
- Acúmulo de milhas cada vez que usar o cartão.

SEGURO DE VIDA

O nosso seguro de vida é vinculado com a Seguradora Mapfre e tem uma apólice diferenciada, garantindo segurança e a proteção de quem você mais ama.

INFORMAÇÕES: (81) 3117.9110
www.pernambucred.com.br

PERNAMBUCRED
Cooperativa de Crédito de Todos os Servidores Públicos em Pernambuco

FILIADA AO SISTEMA UNICRED

Adenoides: o que são e o que causam ?

As adenoides são duas pequenas glândulas compostas por tecido linfoide, semelhantes às amígdalas e aos linfonodos. As adenoides crescem durante a infância e começam a regredir ao redor dos 8 anos de idade. Quando elas crescem muito, podem causar obstrução da passagem do ar respirado pelo nariz.

Nascemos com duas adenoides, que ficam localizadas no ponto mais posterior da garganta, especificamente na região da nasofaringe, que é o local onde se encontram o fim da cavidade nasal e o início da faringe. Ao contrário das amígdalas, não é possível ver as adenoides ao abrirmos a boca, pois estas ficam acima do céu da boca.

Assim como as amígdalas, as adenoides têm como função a produção de linfócitos e anticorpos, ajudando o organismo a se defender de micro-organismos que invadem as cavidades nasal e oral. Todavia, elas não são essenciais e a sua retirada cirúrgica não causa nenhum problema ao sistema imunológico do paciente.

Os problemas com as adenoides surgem quando estas crescem demais e passam a obstruir a passagem de ar pela cavidade nasal. As adenoides grandes são conhecidas popularmente como "carne esponjosa". O termo médico correto é hipertrofia das adenoides.

As adenoides se tornam hipertrofiadas geralmente em crianças com repetidas infecções de garganta. É co-

mum a inflamação da glândula, chamada adenoidite, vir acompanhada de amigdalites e faringite .

Crianças com hipertrofia das adenoides e/ou adenoidite de repetição costumam apresentar, além dos sintomas de dificuldade respiratória, quadros de otite média de repetição, sinusite crônica.

Sintomas da adenoide

Em algumas crianças com infecção respiratória de repetição, elas podem crescer, tornando-se permanentemente hipertrofiadas durante toda a infância.

As adenoides hipertrofiadas podem obstruir a passagem de ar pela cavidade nasal, provocando alterações como respiração ruidosa, respiração permanentemente pela boca, apneia do sono, roncos noturnos, voz anasalada, coriza persistente e sensação de ouvido tampado.

As dificuldades respiratórias são mais comuns à noite, pois quando dormimos nossa musculatura relaxa, aumentando, assim, a obstrução das vias aéreas pela adenoide hipertrofiada. Crianças com adenoides grandes podem ter pesadelos frequentes, sono irregular, sono turbulento e episódios curtos de parada respiratória, chamadas apneia noturna. A criança dorme mal e passa o dia irritada, cansada e sonolenta.

As adenoides hipertrofiadas só começam a regredir a partir dos 7 anos de idade. Como muitas crianças apresentam complicações desde os 2 ou 3 anos, isso muitas vezes pode significar pelo menos 4 anos de infecções de repetição, dificuldade respiratória, sono ineficaz e alterações na anatomia da face.

O único tratamento para as adenoides grandes é a cirurgia, chamada adenoidectomia. Como as adenoides regridem espontaneamente com o tempo, a indicação da cirurgia tem que ser bem feita, pesando os riscos cirúrgicos com as complicações causadas pela obstrução das vias aéreas.

A cirurgia para remoção das adenoides é geralmente indicada nas crianças com obstrução grave das vias respiratórias, principalmente naquelas de 3 ou 4 anos com dificuldades para dormir, com otite média e/ou sinusite de repetição. Nos quadros mais leves, o tratamento é feito com antibióticos e corticoides durante as crises (amigdalites/adenoidites), não havendo indicação para cirurgia.

Imposto de renda 2015

Está disponível no site do Fisco Saúde a demonstração para fins de imposto de renda do exercício de 2015, ano-base 2014. É necessário se logar no Portal do Associado disponível no site www.fiscosaudepe.com.br para emitir. Caso não tenha senha ou tenha esquecido, entre em contato com o e-mail cadastro@fiscosaudepe.com.br ou pelo telefone (81)3126-7713.

Em caso de dúvidas ou questionamentos quanto aos valores do relatório, o contato deve ser feito com o departamento de contas a receber no e-mail financeiro@fiscosaudepe.com.br ou pelo telefone (81)3126-7711.

Em tempo, a declaração será remetida também pelos correios.

Hipertensão: Inimigo silencioso

Hipertensão, usualmente chamada de pressão alta, é ter a pressão arterial, sistematicamente, igual ou maior que 14 por 9. A pressão se eleva por vários motivos, mas principalmente porque os vasos nos quais o sangue circula se contraem. O coração e os vasos podem ser comparados a uma torneira aberta ligada a vários esguichos. Se fecharmos a ponta dos esguichos a pressão lá dentro aumenta. O mesmo ocorre quando o coração bombeia o sangue. Se os vasos são estreitados a pressão sobe.

Quais são as consequências da pressão alta?

A pressão alta ataca os vasos, coração, rins e cérebro. Os vasos são recobertos internamente por uma camada muito fina e delicada, que é machucada quando o sangue está circulando com pressão elevada. Com isso, os vasos se tornam endurecidos e estreitados podendo, com o passar dos anos, entupir ou romper. Quando o entupimento de um vaso acontece no coração, causa a angina que pode ocasionar um infarto. No cérebro, o entupimento ou rompimento de um vaso, leva ao "derrame cerebral" ou AVC. Nos rins podem ocorrer alterações na filtração até a paralisação dos órgãos. Todas essas situações são muito graves e podem ser evitadas com o tratamento adequado, bem conduzido por médicos.

Quem tem pressão alta?

Pressão alta é uma doença "democrática". Ataca homens e mulheres, brancos e negros, ricos e pobres, idosos e crianças, gordos e magros, pessoas calmas e nervosas.

A Hipertensão é muito comum, acomete uma em cada quatro pessoas adultas. Assim, estima-se que atinga em torno de, no mínimo, 25 % da população brasileira adulta, chegando a mais de 50% após os 60 anos e está presente em 5% das crianças e adolescentes no Brasil. É responsável por 40% dos infartos, 80% dos derrames e 25% dos casos de insuficiência renal terminal. As graves conseqüências da pressão alta podem ser evitadas, desde que os hipertensos conheçam sua condição e mantenham-se em tratamento com adequado controle da pressão.

10 Mandamentos contra a pressão alta

- Meça a pressão pelo menos uma vez por ano.
- Pratique atividades físicas todos os dias.
- Mantenha o peso ideal, evite a obesidade.
- Adote alimentação saudável: pouco sal, sem frituras e mais frutas, verduras e legumes.
- Reduza o consumo de álcool. Se possível, não beba.
- Abandone o cigarro.
- Nunca pare o tratamento, é para a vida toda.
- Siga as orientações do seu médico ou profissional da saúde.
- Evite o estresse. Tenha tempo para a família, os amigos e o lazer.
- Ame e seja amado.

II Workshop do Fisco Saúde

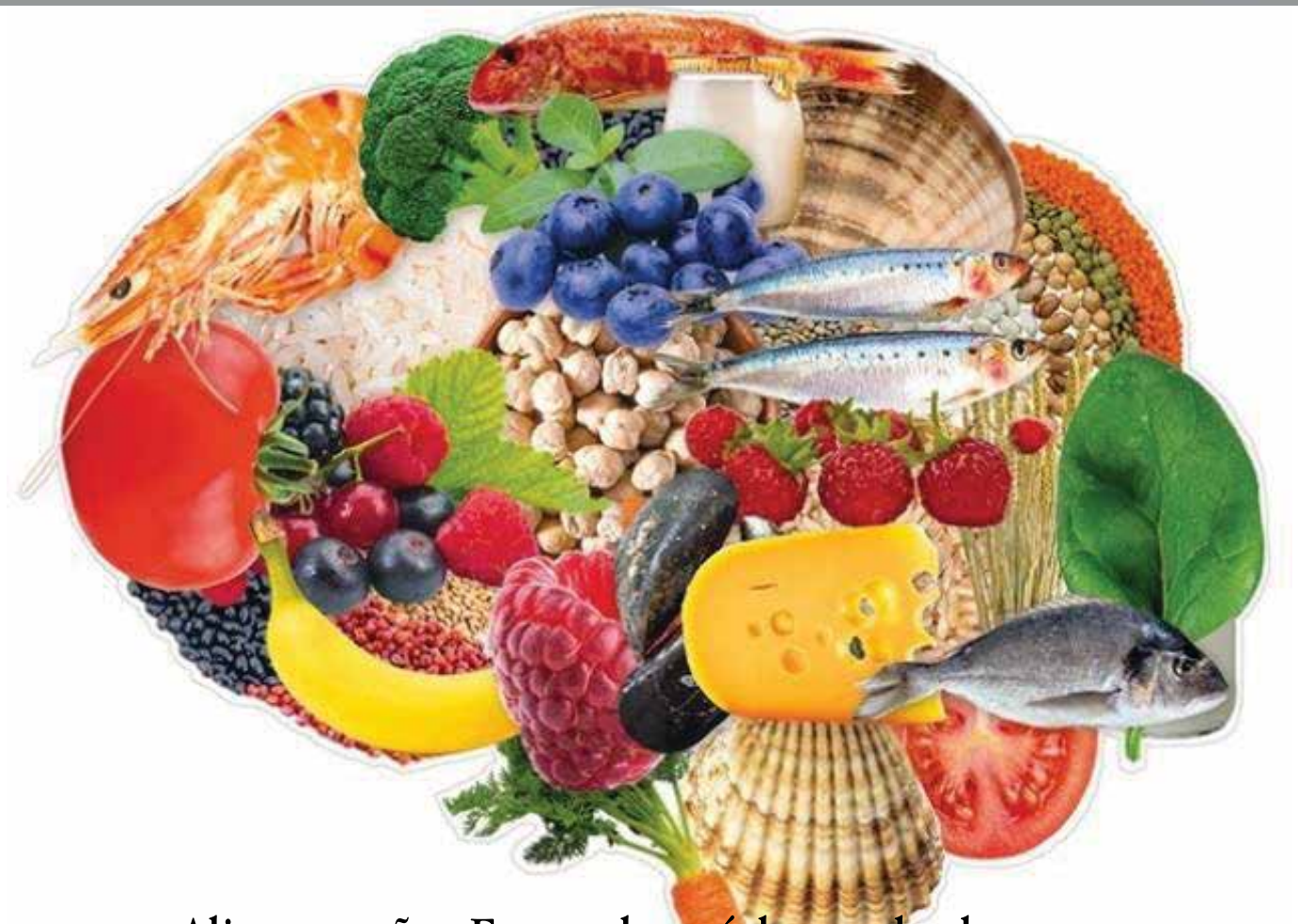
Após o sucesso do evento anterior, realizado em 07/10/2014, o Fisco Saúde já está planejando a segunda edição Workshop do Fisco Saúde, que será realizado em 16/04/2015, quinta-feira, com o tema " Saúde Integral: Bem Estar Físico, Mental e Social".

Será mais uma vez um evento dinâmico e interessante, no qual serão abordados temas relacionados a diversos aspectos da saúde, tais como: alimentação, atividade física, memória, planejamento financeiro e doenças sexualmente transmissíveis.

As atividades previstas incluem stands sobre cursos de informática, prevenção, cartilhas do Fisco Saúde, almoço ao som de música ambiente e também um show de humor, não perca!

As inscrições estão abertas pelo e-mail recepcao@fiscosaudepe.com.br ou pelos telefones (81)3126-7708 e (81)3126-7709. O evento é limitado a 100 vagas, e aberto exclusivamente para os associados e/ou dependentes inscritos no Fisco Saúde e eventuais acompanhantes necessários. São considerados acompanhantes necessários apenas aqueles imprescindíveis para o auxílio à locomoção e/ou comunicação e/ou outra necessidade especial do associado ou dependente inscrito.

Eventuais inscrições adicionais, além das 100 vagas, serão consideradas como pré-inscrições para outra edição, já que a programação é realizar o evento de 6 em 6 meses, com o objetivo de aproximar os associados do nosso plano de saúde, melhorar a comunicação e promover a saúde dos participantes.



Alimentação: Fonte de saúde ou de doenças

Fraqueza, tonturas, indisposições. Tudo isso pode ser o resultado de uma alimentação desequilibrada. Uma dieta rica em nutrientes é fundamental para o bom funcionamento do organismo. O ministério da Saúde elaborou uma cartilha com informações sobre uma dieta saudável. Aqui listamos dez passos para viver melhor:

Aumente e varie o consumo de frutas, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. E as fibras regulam o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade, e podem atuar prevenindo várias doenças.

2. Coma feijão pelo menos 1 vez ao dia. Varie os tipos de grãos usados e as formas de preparo. Use também outros tipos de leguminosas como soja, grão-de-bico e lentilha. Coma feijão com arroz na proporção de 1 para 2. Esse prato brasileiro é uma combinação completa de proteínas e bom para a saúde!

3. Reduza o consumo de sal. Tire o saleiro da mesa. O sódio é essencial para o bom funcionamento do organismo, mas o excesso pode levar ao aumento da pressão do sangue (hipertensão) e outras doenças. Evite temperos prontos, alimentos enlatados e embutidos. Use ervas frescas para realçar o sabor.

4. Reduza o consumo de alimentos gordurosos, como carnes com gordura aparente, salsicha, mortadela, frituras e salgadinhos, para no máximo 1 vez por semana. Prefira os alimentos cozidos ou assados, leite e iogurte desnatados e queijos brancos.

5. Faça pelo menos 4 refeições por dia: café da manhã, almoço, jantar e os lanches! Não pule as refeições. Para lanche e sobremesa prefira frutas.

6. Mantenha o seu peso dentro dos limites saudáveis – veja se seu IMC (Índice de Massa Corpórea) está entre 18,5 a 24,9kg/m2. O IMC mostra se seu peso está adequado para a sua altura.

7. Consuma com moderação alimentos ricos em açúcar, como doces, bolos, e biscoitos. Prefira os cereais integrais.

8. Aprecie sua refeição e coma devagar. Faça de sua refeição um ponto de encontro com a família. Não se alimente assistindo TV ou lendo livros e revistas. Reserve um tempo do seu dia para as refeições, fazendo delas momentos de muito prazer!

9. Beba água! Muita água! 60% do nosso corpo é formado por água! Portanto, beba em média 2 litros (6-8 copos) por dia. Consuma com moderação bebidas alcoólicas e refrigerantes. 1ml de álcool fornece 7kcal!! Prefira sucos de fruta fresca ou polpa congelada.

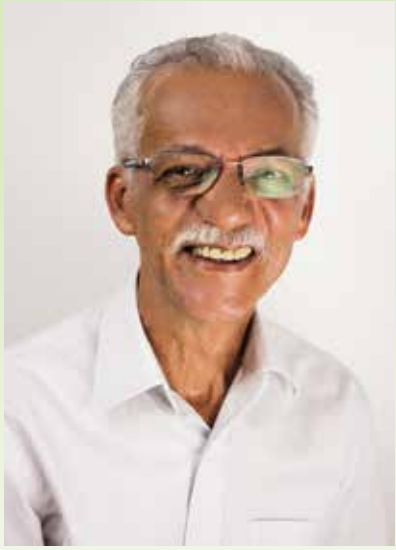
10. Seja ativo! Acumule pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias. Caminhe pelo seu bairro, suba escadas, jogue bola, dance, enfim, mexa-se!!

Dicas:

- Comece com os passos que você avalia que são mais fáceis de adotar no seu hábito alimentar e de sua família. Procure segui-los todos os dias.
- O hábito se adquire com constância e persistência e é uma questão de tempo.
- Quando sentir que o passo já faz parte da sua rotina, siga para o próximo.
- A alimentação saudável pode e deve ser gostosa. Consulte receitas para facilitar o consumo dos alimentos que vão fazer parte dos seus novos hábitos.

A desconstrução da borracha

José Alencar Tavares de Albuquerque
Membro do Conselho de Administração do Fisco Saúde
Filiado ao Partido Verde



Em janeiro de 2015, um dos jornais de grande circulação em nossa cidade noticiou que um pesquisador pernambucano desenvolveu um processo industrial, que permite obter gasolina a partir de pneus usados. É inegável o mérito da pesquisa, principalmente porque o descarte de pneus é uma das grandes fontes de poluição do meio ambiente. Quanto à sua aplicabilidade no mundo real, devemos ser mais cautelosos.

O próprio fato de ser possível "extrair" gasolina de pneus velhos não tem nada de surpreendente. Afinal, tanto a gasolina como a borracha sintética, principal matéria-prima do pneumático, são substâncias derivadas do petróleo. Portanto, é perfeitamente lógico esperar que um processo de engenharia reversa venha a transformar a borracha, um polímero de butadieno, em gasolina, outro hidrocarboneto, obtido no mesmo processo de destilação fracionada que origina o butadieno. Para isso, basta desconstruir a borracha, revertendo alguns processos, até chegar a uma substância intermediária, de cuja destilação se obtenha gasolina, além de outros subprodutos. Dito assim parece simples, mas os custos envolvidos nesse duplo processamento podem inviabilizar a transformação do invento em algo economicamente sustentável. Além disso, é preciso lembrar que a gasolina assim obtida será queimada e transformada em gases poluentes. Sem falar nos resíduos que certamente serão gerados no processo. É muito esforço para pouco resultado. A menos que o inventor tenha descoberto um verdadeiro "pulo do gato", tudo indica que a borracha eventualmente recuperada dos pneus usados merece ter uma destinação mais proveitosa, tanto do ponto de vista econômico quanto do ecológico.

A notícia nos levou a refletir sobre os caminhos que a humanidade vem seguindo, sempre adotando o artificial em lugar do natural e preferindo o mais complexo em detrimento do mais simples. A história da borracha é um exemplo disso. No princípio era o látex, obtido de diversas plantas, principalmente a seringueira (Hevea brasiliensis). Depois, o homem todo-poderoso descobriu que, a partir do petróleo, podia fabricar uma substância com as mesmas propriedades da borracha e deu-lhe o nome de borracha sintética. Hoje, a produção mundial de borracha sintética é muito maior que a da borracha natural.

Temos aqui em Pernambuco um caso de pioneirismo frustrado, que ilustra muito bem essa obstinação das pessoas pelo petróleo. Na década de 1960, foi implantada no Cabo de Santo Agostinho a Companhia Pernambucana de Borracha Sintética (Coperbo), a única unidade industrial no Brasil a fabricar borracha sintética a partir do álcool etílico, produzido aqui mesmo, do plantio da cana até a destilação. As outras fábricas de borracha sintética usavam, e ainda usam, o butadieno de petróleo como matéria-prima. Na década de 1970, foi desativada a unidade de produção de butadieno (do álcool) e a empresa passou a usar o butadieno de petróleo como as outras. O Brasil importava, na época, 90% do petróleo consumido, mas era preciso acabar com aquele mau exemplo. Por que fabricar borracha de cana-de-açúcar, se os árabes tinham tinham petróleo barato e abundante? Além disso, o Brasil já estava descobrindo novas jazidas desse líquido maravilhoso que se transforma em ouro para os que o manipulam e em fuligem para o resto da humanidade. A própria empresa, que era autenticamente pernambucana, tornou-se então uma subsidiária da Petrobras e hoje pertence a um grupo multinacional da área química, sediado na Alemanha. Assim operou-se a desconstrução de um empreendimento que deveria ser o orgulho dos pernambucanos e hoje é só mais uma fábrica de produtos químicos, sem qualquer vínculo com o estado ou com a região, podendo ser fechada a qualquer momento, se isto for conveniente aos novos donos.

Alimentos "detergentes" ajudam a combater o mau hálito

O mau hálito, ou halitose, pode ser resultado de uma série de fatores e são mais de 50 causas possíveis. Os chamados "alimentos detergentes", pode contribuir para diminuição e prevenção do mau odor. Confira as dicas dos alimentos que podem te ajudar a ter um hálito puro.

A maçã, a cenoura, o pepino e o aipo, crus ou com casca, são os que têm maior ação de limpeza porque realizam uma espécie de raspagem dos dentes, o que impede o acúmulo de bactérias, que causam os odores indesejados.

Com poder adstringente e bactericida, o limão também é um ótimo aliado. Ele elimina as bactérias presentes na boca e no sistema digestivo. Outro adstringente natural é o gengibre, que estimula alguns processos digestivos por fazer parte da categoria dos alimentos antioxidantes e anticoagulantes. Acrescentar gengibre às refeições ou carregar balinhas da planta podem ser estratégias simples para combater o mau hálito. Mastigar folhas de hortelã para acelerar a digestão é outra dica.

O iogurte natural sem açúcar também um aliado na luta contra o mau hálito. A ingestão desse produto reduz os níveis de gás sulfídrico, uma das causas do problema de halitose. Por fim, a ingestão de água também é indicado porque estimula as glândulas salivares e ajuda a eliminar os resíduos do corpo, inclusive da boca.

Sintomas de falta de vitaminas do complexo B

O complexo B é um conjunto de nove vitaminas com importante ação no metabolismo celular humano. São vitaminas distintas, que coexistem e são encontradas em diferentes alimentos. Pesquisas indicam que elas são as maiores responsáveis pela manutenção da saúde emocional e mental do ser humano. Também podem ajudam no combate a depressão e ansiedade. Além disso, ajudam a manter a saúde da pele, olhos, cabelos, fígado e boca, assim como a tonicidade muscular do aparelho gastrointestinal. Portanto, manter os níveis de vitaminas do complexo B é de suma importância. A ausência delas no organismo pode causar:

Cansaço fácil
Depressão
Irritabilidade fora do normal
Alterações do sono
Perda de apetite
Náuseas
Alterações na língua, como aspereza ou cor mais escura ou mais vermelha do que o normal.
Diarreia
Dormências nas pernas e pés
Tremores
Dor de cabeça

Tratamento para a falta de vitaminas do complexo B

A carência de vitamina B no organismo é causada pela alimentação inadequada. O tratamento para a falta de vitaminas B no organismo é o aumento do consumo de alimentos ricos em vitaminas do complexo B, como fígado de boi, carnes, feijão, leite, ovos e levedo de cerveja.

Consumir alimentos ricos em vitamina B1 é uma excelente forma de evitar ser picado por mosquitos e pernilongos, pois esta vitamina atua como um repelente natural contra estes insetos.

Novo site do Fisco Saúde

A partir de 1º de março de 2015 estará disponível o novo site do Fisco Saúde no endereço www.fiscosaudepe.com.br. Visite o site e conheça o novo visual e também as novas funcionalidades, que incluem enquetes, votações, submissão de textos para consulta e feedback, entre outras.

Permanecem ainda disponíveis os serviços de consulta à rede credenciada, download de documentos importantes e/ou úteis, comunicação e divulgação de notícias e informações e contatos.

Os documentos que estão no site para consulta e ou download incluem: o estatuto social, o regimento interno, as resoluções do conselho de administração, cartilhas contendo rotinas de atendimento, demonstrativos econômicos e de rateio e também o próprio Jornal do Fisco Saúde, em todas as suas edições, além de outros arquivos de interesse.

Continua também funcional o Portal do Associado no qual podem ser consultados e emitidos de relatórios de utilização, mensalidades, imposto de renda e outros. O Portal do Associado é uma área restrita que exige login e senha para acesso. Caso não tenha senha ou tenha esquecido, entre em contato pelo o e-mail cadastro@fiscosaudepe.com.br ou pelo telefone (81)3126-7713.

Nascidos incluídos entre Novembro de 2014 e Janeiro de 2015

Nome	Nascimento	Inclusão	Grupo
MAYSA DE ARAUJO GALINDO	28/04/2014	06/11/2014	ATIVOS
MARIA LUISA SANTOS CAMARA	10/04/2014	04/11/2014	ATIVOS
ISAAC VASCONCELOS DE MENEZES	07/12/2014	29/12/2014	ATIVOS
FRANCISCO ALENCAR CASTILHO CAMPOS	26/10/2014	25/11/2014	APOSENTADOS
EMANUELLY DE SOUSA TOME	19/09/2014	30/12/2014	APOSENTADOS
ARTHUR LIMA PONCE DE LEON	26/11/2014	26/11/2014	ATIVOS
AGNES DE AZEVEDO DOS SANTOS MESQUITA	08/12/2014	07/01/2015	ATIVOS

Falecidos entre Novembro de 2014 e Janeiro de 2015

Nome	Grupo	Categoria	Falecimento
PAULA FRANCINETE BEZERRA	ATIVOS	DEPENDENTE	14/01/2015
TERESA DO REGO VILAR	APOSENTADOS	DEPENDENTE	17/12/2014
JOSUE MENDES MACHADO	APOSENTADOS	TITULAR	25/12/2014
PAULO ROQUE DA SILVA	APOSENTADOS	TITULAR	16/12/2014
DJALMA MARROQUIM GONCALVES FERREIRA	APOSENTADOS	TITULAR	30/11/2014
AYRTON CAMPOS LUNA	APOSENTADOS	TITULAR	16/12/2014
MARIA DE LOURDES GOMES DA SILVA	PENSIONISTAS	TITULAR	27/01/2015
DAMIANA MARIA DOS SANTOS	PENSIONISTAS	TITULAR	26/12/2014
VALERIA MAGDA LUTZ LUNA DE HOLANDA	PENSIONISTAS	DEPENDENTE	13/01/2015

FISCO SAÚDE

ATA DA ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA DA CAIXA DE ASSISTÊNCIA DO SINDICATO DOS FUNCIONÁRIOS INTEGRANTES DO GRUPO ADMINISTRAÇÃO TRIBUTÁRIA DO ESTADO DE PERNAMBUCO, REALIZADA EM 04 DE DEZEMBRO DE 2014

Aos 04 de dezembro de 2014, às 14h30, em segunda convocação, reuniram-se os associados da CAIXA DE ASSISTÊNCIA À SAÚDE DO SINDICATO DOS FUNCIONÁRIOS INTEGRANTES DO GRUPO OCUPACIONAL ADMINISTRAÇÃO TRIBUTÁRIA DO ESTADO DE PERNAMBUCO – FISCO SAÚDE, no salão de eventos do SINDIFISCO, em Assembleia Geral Ordinária, convocada nos termos do Art. 17 do Estatuto Social e seus incisos, com a seguinte ordem do dia: Planejamento estratégico para o exercício de 2014. Após a verificação do quórum regulamentar, com a presença de 08 associados que assinaram a lista de presenças, a reunião foi aberta pelo Presidente do Conselho de Administração, Sr. Antônio da Silva Ferreira, que deu por aberta a reunião, expondo a necessidade de aprovação do planejamento estratégico para o exercício de 2015, nos termos da alínea "b" do inciso I do Art. 17 do Estatuto Social e, em seguida, passou a palavra à Sra. Jacinta de Fátima Pereira de Araújo, membro do Conselho de Administração na qualidade de 1ª Conselheira e responsável pela facilitação na elaboração do planejamento estratégico em debate, que apresentou o mapa do planejamento estratégico proposto. Postos em votação, foram aprovados por unanimidade os seguintes atributos para o planejamento estratégico do exercício de 2015: 1) Visão: "*Ser reconhecido como referência em assistência à saúde e equilíbrio financeiro em plano de autogestão*". 2) Missão: *"Oferecer tratamento de saúde, com boa qualidade no atendimento ao associado, a preço justo"*. 3) Compromissos com os clientes: *Relação custo/benefício para o usuário e para o sistema; Atendimento médico ambulatorial; Ampliação do serviço de prevenção; Disponibilização, no portal do Fisco Saúde, de rede credenciada e novas ferramentas de interação; Informações sobre a prestação dos serviços; Eficiência no serviço de atendimento domiciliar; Busca e manutenção da qualidade dos profissionais e serviços credenciados; Quadro adequado de funcionários; Ampliar número de usuários; Divulgação do plano para conscientização do uso.* 4) Metas relacionadas aos processos internos: a) *Visando ampliar e consolidar os canais de comunicação entre o Fisco Saúde e clientes: Melhorar a comunicação e a sensibilização sobre o uso racional do Plano; b) Visando Prover um serviço de qualidade com um custo justo:: Otimizar a rede credenciada; Aumentar a base de associados; Otimizar os resultados das áreas de auditoria médica e análise de contas médicas: Estimular a saúde preventiva; c) Visando fortalecer o fundo de reserva: Racionalizar os gastos.* 5) Metas relacionadas ao modelo de gestão: *Consolidar o processo de planejamento estratégico e de monitoramento; Evoluir no aprimoramento das rotinas de trabalho.* 6) Metas relacionadas a pessoas, clima organizacional e tecnologia: *Garantir um quadro devidamente capacitado nas competências necessárias; Manter a estrutura tecnológica atualizada; Investir na capacitação da equipe de gestão; Preparar sucessores para a direção do Plano.* A seguir, sem mais assuntos na ordem do dia, foi encerrada a Assembleia Geral Ordinária às 16h, sendo lavrada a presente ata que, depois de lida e achada conforme, será assinada pelos membros da mesa e pelos demais associados participantes que assim desejarem.

Antônio da Silva Ferreira
Presidente do Conselho de Administração

Jacinta de Fátima Pereira de Araújo
Primeira Conselheira do Conselho de AdministraçãoOCUPACIONAL

FISCO SAÚDE -EVOLUÇÃO DAS RECEITAS E DESPESAS MENSAIS EXERCÍCIO DE 2014

COMPETÊNCIA CONTÁBIL	jan/14	fev/14	mar/14	abr/14	mai/14	jun/14	jul/14	ago/14	set/14	out/14	nov/14	dez/14	TOTAL
1. RECEITA LÍQUIDA.....	**2.535.773,23**	**2.521.557,14**	**2.515.953,36**	**2.559.938,42**	**2.522.052,70**	**2.554.914,93**	**2.690.184,82**	**2.691.535,23**	**2.704.748,35**	**2.706.823,93**	**2.730.875,83**	**2.705.177,14**	**31.439.535,08**
1.1. Mensalidades	2.520.696,89	2.516.183,84	2.521.572,96	2.528.053,58	2.522.521,57	2.523.188,70	2.690.903,12	2.695.102,17	2.701.313,65	2.704.451,88	2.712.709,55	2.713.566,94	31.350.264,85
1.2.Coparticipação	56.364,36	51.302,76	34.247,79	74.567,60	39.952,57	71.781,28	41.624,25	39.208,38	45.144,70	48.412,39	60.317,83	33.751,19	596.675,10
1.3 Bonificação	-41.288,02	-45.929,46	-39.867,39	-42.682,76	-40.421,44	-40.055,05	-42.342,55	-42.775,32	-41.710,00	-46.040,34	-42.151,55	-42.140,99	-507.404,87
2. RESERVA TÉCNICA E COTA.....													
2.1 Reserva Técnica	63.394,33	63.038,93	62.898,83	63.998,46	63.051,32	63.872,87	67.254,62	67.288,38	67.618,71	67.670,60	68.271,90	67.629,43	785.988,38
2.2 Valor da Cota Estimada	290,00	290,00	290,00	290,00	290,00	290,00	310,00	310,00	310,00	310,00	310,00	310,00	300,00
2.3 .Total de Cotas	8.744,05	8.695,02	8.675,70	8.827,37	8.696,73	8.810,05	8.678,02	8.682,37	8.724,99	8.731,69	8.809,28	8.726,38	8.733,47
3. DESPESAS ASSISTENCIAIS.....	**2.369.811,49**	**2.167.579,03**	**2.471.839,45**	**2.253.565,44**	**2.289.721,84**	**2.627.865,02**	**2.381.729,08**	**2.298.359,72**	**2.201.480,91**	**2.477.018,54**	**2.022.589,50**	**2.371.278,68**	**27.932.838,70**
3.1 Contas Médicas	2.556.677,88	2.372.357,71	2.672.919,44	2.441.801,89	2.481.844,81	2.796.940,02	2.581.322,46	2.481.687,51	2.469.234,02	2.863.955,36	2.264.842,57	2.580.269,79	30.563.853,46
3.2 Glosas	-274.078,61	-289.340,71	-282.179,68	-274.204,46	-259.141,59	-295.642,82	-316.296,82	-288.599,30	-366.453,14	-473.898,46	-337.277,69	-344.755,05	-3.801.868,33
3.3 Ressarcimento ao SUS	-	-	-	-	-	-	3.773,88	-2,40	-	-	-	-	3.771,48
3.4.Outros Gastos Assistenciais	88.862,22	84.562,03	81.099,69	85.108,01	68.635,62	131.633,82	117.780,56	112.203,91	106.518,03	92.406,64	99.833,22	138.835,54	1.207.479,29
3.5. Recup. de Outras Despesas	-1.650,00	-	-	860,00	-1.617,00	-5.066,00	-4.851,00	-6.930,00	-7.818,00	-5.445,00	-4.808,60	-3.071,60	-40.397,20
4. DESPESAS ADMINISTRATIVAS...	**202.284,00**	**191.644,59**	**191.981,87**	**195.030,24**	**199.932,86**	**198.207,80**	**224.858,29**	**207.916,30**	**237.436,18**	**232.317,23**	**248.214,78**	**326.962,97**	**2.656.787,11**
4.1 Pessoal Próprio	143.573,98	141.476,05	139.473,75	145.750,84	139.067,92	141.125,87	168.538,67	147.818,00	168.030,68	156.200,09	159.344,55	157.715,87	1.808.116,27
4.2 Serviços de Terceiros	12.702,83	15.941,67	16.185,28	15.699,65	15.181,49	17.237,62	12.280,59	13.737,31	20.986,82	34.487,81	24.195,76	23.857,55	222.494,38
4.3 Despesas c/ Funcionamento	37.337,59	18.813,32	26.506,55	22.972,14	24.954,03	18.954,46	28.795,23	33.376,50	37.960,20	25.867,79	42.046,20	26.478,41	344.062,42
4.4 Despesas Financeiras	2.572,41	3.629,02	3.408,47	4.774,88	12.266,62	7.648,31	6.540,93	4.013,17	4.484,75	3.874,20	7.489,66	6.089,45	66.791,87
4.5 Tributos	279,44	2993,43	369,24		74,82	-	-	1.349,36	819,45	2.818,67	4.819,26	(956,45)	12.567,22
4.6 Provisão p/Perdas de Créditos	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	107.137,49	107.137,49
4.7 Outras Despesas	5.817,75	8.791,10	6.038,58	5.832,73	8.387,98	13.241,54	8.702,87	7.621,96	5.154,28	9.068,67	10.319,35	6.640,65	95.617,46
5. TOTAL DAS DESPESAS.....	**2.572.095,49**	**2.359.223,62**	**2.663.821,32**	**2.448.595,68**	**2.489.654,70**	**2.826.072,82**	**2.606.587,37**	**2.506.276,02**	**2.438.917,09**	**2.709.335,77**	**2.270.804,28**	**2.698.241,65**	**30.589.625,81**
6. DESPESAS + RESERVA TÉCN. ..	**2.635.489,82**	**2.422.262,55**	**2.726.720,15**	**2.512.594,14**	**2.552.706,02**	**2.889.945,69**	**2.673.841,99**	**2.573.564,40**	**2.506.535,80**	**2.777.006,37**	**2.339.076,18**	**2.765.871,08**	**31.375.614,19**
7. Valor da Cota Real	301,40	278,58	314,29	284,64	293,52	328,03	308,12	296,41	287,28	318,04	265,52	316,96	**299,40**
8. Receitas - Despesas	-36.322,26	162.333,52	-147.867,96	111.342,74	32.398,00	-271.157,89	83.597,45	185.259,21	265.831,26	-2.511,84	460.071,55	6.935,49	**849.909,27**
9. OUTRAS RECEITAS *	**43.997,16**	**47.267,51**	**47.925,74**	**155.809,20**	**56.856,02**	**73.349,48**	**66.280,25**	**59.585,85**	**58.146,43**	**67.272,36**	**47.632,51**	**95.187,96**	**819.310,47**
9.1 Outras Receitas Operacionais	7.049,30	18.301,56	9.577,00	17.347,92	9.902,36	23.941,16	14.703,32	15.569,55	11.741,82	15.959,60	13.762,95	18.297,52	176.154,06
9.2 Receitas Financeiras	36.947,86	28.965,95	38.348,74	51.831,49	46.953,66	49.408,32	51.576,93	44.016,30	46.404,61	51.312,76	33.869,56	76.890,44	556.526,62
9.3 Receita Patrimonial	-	-	-	86.629,79	-	-	-	-	-	-	-	-	86.629,79
10. RESULTADO CONTÁBIL.....	**7.674,90**	**209.601,03**	**-99.942,22**	**267.151,94**	**89.254,02**	**-197.808,41**	**149.877,70**	**244.845,06**	**323.977,69**	**64.760,52**	**507.704,06**	**102.123,45**	**1.669.219,74**
11. FUNDO ESTAB. DE QUOTAS...	**-99.716,59**	**99.294,59**	**-210.766,79**	**47.344,28**	**-30.653,32**	**-335.030,76**	**16.342,83**	**117.970,83**	**198.212,55**	**-70.182,44**	**391.799,65**	**-60.693,94**	**63.920,89**

(*) Destinadas à Reserva Técnica

www.fiscosaudepe.com.br

FISCO Saúde

CIRCULAÇÃO TRIMESTRAL • Nº XVI • FEV 2015

ENCARTE