

FISCO SAÚDE *em* **Ação!**

# PESQUISA DE SATISFAÇÃO 2023

| Páginas 3, 4 e 5

Confira os resultados da Pesquisa de Satisfação 2023



**Gestão**  
Volta à Faixa Verde e Premiação UNIDAS

| Página 7



**Saúde em Foco**  
Palestra com a Dr<sup>a</sup> Verônica Omena

| Página 8

O ano de 2023 está marcado positivamente pelo fim da emergência mundial de saúde pública relacionada à pandemia de Covid-19, declarada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 05 de maio.

Na esteira dessa boa notícia, o Fisco Saúde traz grandes novidades: contratação da telemedicina via sistema NAV, da DASA; lançamento do nosso perfil no Instagram; e também a ampliação do atendimento no nosso ambulatório próprio, com extensão dos turnos disponíveis em geriatria, bem como a inclusão de psiquiatria, reumatologia e artroscopia. Confira informações mais detalhadas nos encartes especiais.

Foi também em maio que foram disponibilizados os resultados da pesquisa de satisfação entre os beneficiários do Fisco Saúde, os quais compõem a matéria selecionada para a capa desta edição. O levantamento foi realizado em conformidade com os critérios da Agência Nacional de Saúde (ANS) - e já vem sendo executado pelo plano há quatro anos

consecutivos. As conclusões da pesquisa são utilizadas para checar a avaliação dos serviços prestados, segundo a perspectiva dos associados e dependentes com idade a partir de 18 anos, além contribuir com a incorporação um bônus de 10% à dimensão sustentabilidade que compõe o Índice de Desenvolvimento da Saúde Suplementar (IDSS), o qual é apurado anualmente pela agência reguladora.

Trazemos também informações sobre eventos promovidos pelo Fisco Saúde ou aos quais enviamos participantes, bem como relações institucionais, além do demonstrativo econômico e de apuração da cota do exercício completo de 2022. Não perca também a participação do Presidente do Conselho de Administração e associado José Alencar Tavares de Albuquerque Filho, que trouxe curiosa abordagem a respeito da loucura e outras insanidades.

## Fisco Saúde EM AÇÃO



### Dia Internacional da Mulher (encontro de funcionários)

No dia 08 de março o Fisco Saúde homenageou todas as mulheres, ressaltando a necessidade de mais respeito, reconhecimento, igualdade, liberdade e amor.

Através do Diretor Presidente, Dr. Pablo Cavalcanti, todas as colaboradoras receberam a mensagem da importância da mulher para o crescimento da sociedade e o agradecimento por toda a dedicação do trabalho exercido no Fisco Saúde.

MARIA FERNANDA TORRES | Gerente Operacional



### O Fisco Saúde Estuda Propostas de APS da Qualirede

Em 12 de abril a Diretoria e parte da equipe do Fisco Saúde receberam uma visita da Qualirede, empresa que operacionaliza os serviços de Assistência Primária à Saúde (APS) para o plano de autogestão do Tribunal Regional do Trabalho da 6ª Região, com sede em Recife-PE.

Na ocasião, alguns representantes da entidade apresentaram informações a respeito da amplitude e características dos serviços e responderam a dúvidas a respeito das modalidades de operacionalização disponíveis. Atualmente, as tratativas estão em fase de negociação para possível parceria futura.

A Atenção Primária em Saúde abrange a promoção e a proteção, a prevenção de agravos, o diagnóstico, o tratamento, a reabilitação e a redução de danos.

JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora

## Expediente

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

Diretor Presidente: Dr. Pablo Cavalcanti  
 Edição: JUNI/2023  
 Projeto Gráfico: Cybelle P. Soriano  
 Tiragem: 1.500 impressos  
 Impressão: Gráfica Provisual

Editoração: Joelma Helena da Rocha  
 Responsável Técnico: Dr. Roberto José Amorim Soares de Lima – CREMEPE 6869

Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores.

Entre 22/02 e 23/03/2023, 265 usuários do Fisco Saúde compuseram a base amostral dos que responderam à Pesquisa de Satisfação realizada pela COLECTTA CONSULTORIA EM ESTATÍSTICA E DADOS, como parte dos projetos em curso para incremento do IDSS (Índice de Desenvolvimento em Saúde Suplementar) do FISCO SAÚDE. O IDSS é o indicador calculado anualmente pela ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar) que funciona como um ranking entre as entidades submetidas à sua fiscalização e controle.

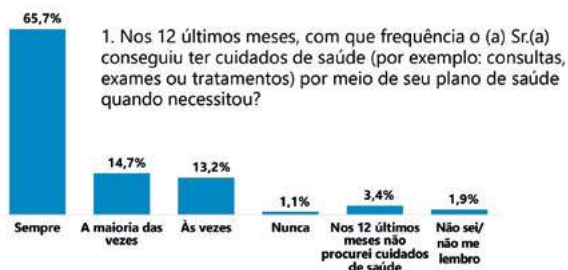
Os dez quesitos iniciais da pesquisa, bem como as principais diretrizes para a sua realização, são determinadas pela própria ANS por meio de documento técnico próprio – visto que é necessária a ratificação da Agência para que a operadora credencie-se a pontuar.

Além deles, a operadora pode fazer quesitos adicionais, sendo que o Fisco Saúde tem adicionado 3 perguntas às obrigatórias. Veja a seguir os resultados da pesquisa, cuja margem de erro foi de 5%:



JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora

## A - ATENÇÃO À SAÚDE



Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S
Sempre	3,5%	59,7%	71,7%
A maioria das vezes	2,7%	10,2%	19,2%
Às vezes	2,5%	8,9%	17,5%
Nunca	0,0%	0,0%	0,0%
Nos 12 últimos meses não procurei cuidados de saúde	1,4%	1,1%	5,7%
Não sei/não me lembro	1,0%	0,1%	3,6%

• **Altíssimo** índice **84,9%**<sup>1</sup> dos cuidados **sempre/a maioria das vezes** atendidos quando necessitou para **consultas, exames ou tratamentos**.

• Em contrapartida **baixíssimo** índice **15,1%**<sup>1</sup> dos cuidados **nunca/as vezes** atendidos quando necessitou para **consultas, exames ou tratamentos**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nos últimos 12 meses não procurei cuidados de saúde" e "Não sei/não me lembro".

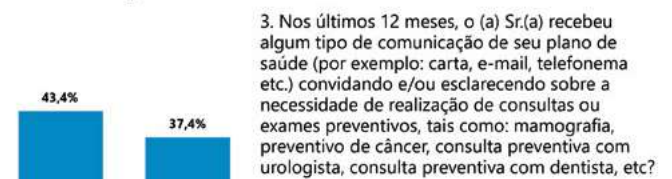


Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S
Sempre	3,1%	44,6%	55,0%
A maioria das vezes	1,2%	2,1%	6,2%
Às vezes	1,3%	2,4%	6,7%
Nunca	1,3%	2,7%	7,2%
Nos 12 últimos meses não procurei cuidados de saúde	2,9%	28,7%	38,5%
Não sei/não me lembro	1,1%	1,2%	4,8%

• **Altíssimo** índice **85,2%**<sup>1</sup> acumulado em **sempre/a maioria das vezes** quando necessitou de **atenção imediata**.

• Em contrapartida **baixíssimo** índice acumulado **nunca/às vezes** quando necessitou de **atenção imediata**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nos 12 últimos meses não procurei cuidados de saúde" e "Não sei/não me lembro".



Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S
Sim	3,0%	38,2%	48,6%
Não	3,0%	32,3%	42,4%
Não sei/não me lembro	2,4%	15,1%	23,4%

• **53,7%** dos beneficiários receberam algum tipo de comunicação.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não sei/não me lembro".



Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S
Muito bom	3,1%	46,9%	57,3%
Bom	2,9%	30,5%	40,5%
Regular	1,5%	4,2%	9,4%
Ruim	0,6%	0,0%	2,2%
Muito ruim	0,0%	0,0%	0,0%
Nos 12 últimos meses não recebi atenção em saúde	1,2%	1,8%	5,8%
Não sei/não me lembro	0,5%	0,0%	1,7%

• **Altíssimo** índice **91,7%**<sup>1</sup> acumulado em **Muito bom/Bom** na avaliação para **toda atenção em saúde**.

• Em contrapartida **baixíssimo** índice **1,2%**<sup>1</sup> acumulado em **Muito Ruim/Ruim** na avaliação para **toda atenção em saúde**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nos 12 últimos meses não recebi atenção em saúde" e "Não sei/não me lembro".

## A - ATENÇÃO À SAÚDE

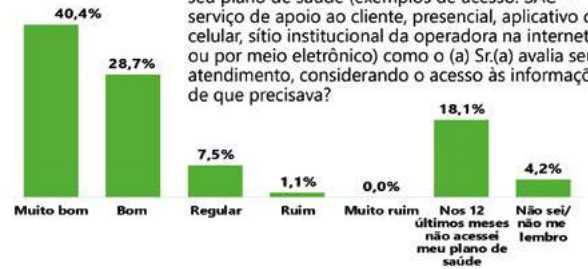
5. Como o (a) Sr.(a) avalia a facilidade de acesso à lista de prestadores de serviços credenciados pelo seu plano de saúde (por exemplo: médicos, dentistas, psicólogos, fisioterapeutas, hospitais, laboratórios e outros) por meio físico ou digital (por exemplo: guia médico, livro, aplicativo de celular, site na internet)?



- **Alto** índice **66,3%**<sup>1</sup> acumulado em **Muito bom/Bom** na avaliação de **facilidade de acesso a rede credenciada**.
- Em contrapartida **Baixo** índice **11,8%**<sup>1</sup> acumulado em **Muito Ruim/Ruim** na avaliação de **facilidade de acesso à rede credenciada**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nunca acabei a lista de prestadores de serviços credenciados pelo meu plano de saúde" e "Não sei".

6. Nos últimos 12 meses, quando o (a) Sr.(a) acessou seu plano de saúde (exemplos de acesso: SAC – serviço de apoio ao cliente, presencial, aplicativo de celular, site institucional da operadora na internet ou por meio eletrônico) como o (a) Sr.(a) avalia seu atendimento, considerando o acesso às informações de que precisava?

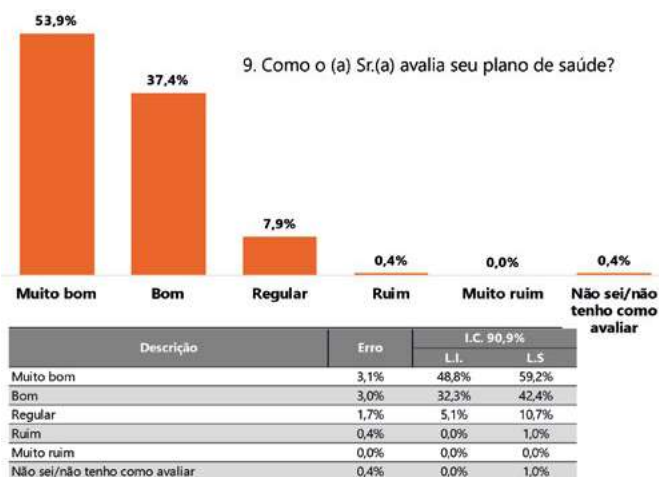


- **Altíssimo** índice **88,9%**<sup>1</sup> em **Muito bom/bom** para **acesso às informações nos canais**.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **1,4%**<sup>1</sup> em **Muito Ruim/ruim** para **acesso às informações nos canais**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nos 12 últimos meses não acabei meu plano de saúde" e "Não sei/não me lembro".

## C - AVALIAÇÃO GERAL

9. Como o (a) Sr.(a) avalia seu plano de saúde?



- **Altíssimo** índice **91,7%**<sup>1</sup> **Muito bom/bom** para avaliar a **qualidade geral**.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **0,4%**<sup>1</sup> **Muito Ruim/ruim** para avaliar a **qualidade geral**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não sei/não tenho como avaliar".

10. O (a) Sr.(a) recomendaria o seu plano de saúde para amigos ou familiares?



- **Altíssimo** índice **82,6%**<sup>1</sup> em **Definitivamente Recomendaria/Recomendaria** o plano aos familiares ou amigos.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **7,3%**<sup>1</sup> em **Não Recomendaria/indiferente** o plano aos familiares ou amigos.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não sei/não tenho como avaliar".

## B - CANAIS DE ATENDIMENTO DA OPERADORA

7. Nos últimos 12 meses, quando o (a) Sr.(a) fez uma reclamação para o seu plano de saúde (nos canais de atendimento fornecidos pela operadora como por exemplo SAC, Fale Conosco, Ouvidoria, Atendimento Presencial) o (a) Sr.(a) teve sua demanda resolvida?

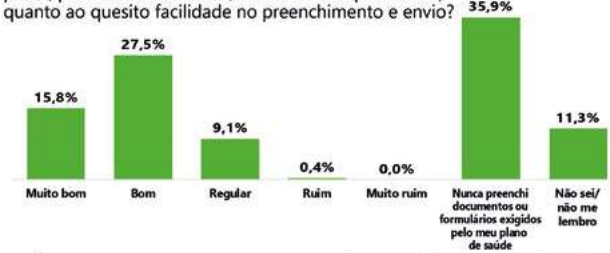


Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S.
Sim	2,4%	14,1%	22,1%
Não	1,8%	6,1%	12,0%
Nos 12 últimos meses não reclamei do meu plano de saúde	2,8%	65,0%	74,6%
Não sei/não me lembro	1,1%	1,2%	4,8%

- **Alto** índice **66,5%<sup>1</sup>** dos beneficiários disseram que **Sim** na avaliação para **resolução de abertura de demandas**.
- Em contrapartida **Baixo** índice **33,5%<sup>1</sup>** dos beneficiários disseram que **Não** na avaliação para **resolução de abertura de demandas**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nos 12 últimos meses não reclamei do meu plano de saúde" e "Não sei/não me lembro".

8. Como o (a) Sr.(a) avalia os documentos ou formulários exigidos pelo seu plano de saúde (por exemplo: formulário de adesão/alteração do plano, pedido de reembolso, inclusão de dependentes) quanto ao quesito facilidade no preenchimento e envio?



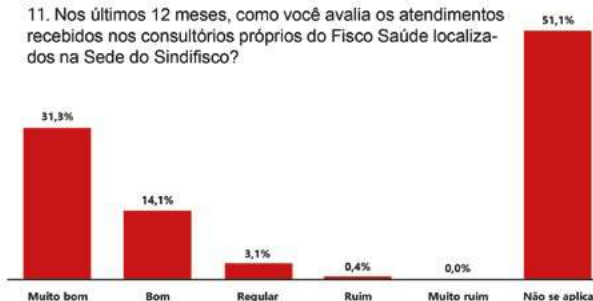
Descrição	Erro	I.C. 90,9%	
		L.I.	L.S.
Muito bom	2,2%	12,0%	19,7%
Bom	2,7%	22,9%	32,2%
Regular	1,8%	6,1%	12,0%
Ruim	0,4%	0,0%	1,0%
Muito ruim	0,0%	0,0%	0,0%
Nunca preenchi documentos ou formulários exigidos pelo meu plano de saúde	2,9%	30,9%	40,8%
Não sei/não me lembro	1,9%	8,0%	14,6%

- **Altíssimo** índice **82,0%<sup>1</sup>** em **Muito bom/bom** para **facilidade de preenchimento e envio de formulários**.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **0,8%<sup>1</sup>** em **Muito Ruim/ruim** para **facilidade de preenchimento e envio de formulários**.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Nunca preenchi documentos ou formulários exigidos pelo meu plano de saúde" e "não sei não me lembro".

## D - QUESTÕES EXTRAS

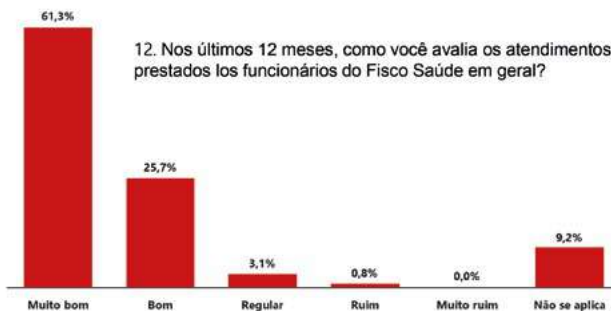
11. Nos últimos 12 meses, como você avalia os atendimentos recebidos nos consultórios próprios do Fisco Saúde localizados na Sede do Sindifisco?



- **Altíssimo** índice **93%<sup>1</sup>** **Muito bom/bom** para o atendimento recebido nos consultórios.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **0,8%<sup>1</sup>** **Muito Ruim/ruim** para o atendimento recebido nos consultórios.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não se aplica".

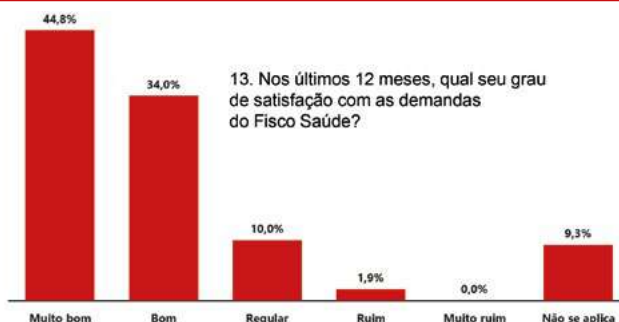
12. Nos últimos 12 meses, como você avalia os atendimentos prestados los funcionários do Fisco Saúde em geral?



- **Altíssimo** índice **95,8%<sup>1</sup>** **Muito bom/bom** para avaliação do atendimento dos funcionários do FISCO.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **0,8%<sup>1</sup>** **Muito Ruim/ruim** para avaliação do atendimento dos funcionários do FISCO.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não se aplica".

13. Nos últimos 12 meses, qual seu grau de satisfação com as demandas do Fisco Saúde?



- **Altíssimo** índice **86,8%<sup>1</sup>** **Muito bom/bom** para avaliação grau de satisfação com as demandas do FISCO.
- Em contrapartida **Baixíssimo** índice **2,1%<sup>1</sup>** **Muito Ruim/ruim** para avaliação grau de satisfação com as demandas do FISCO.

1 – Proporção calculada excluindo os beneficiários que responderam "Não se aplica".



## Fisco Saúde presente na AGO FEBRAFITE, Em Cabo Frio-RJ

Nos dias 22 e 23 de março de 2023, o Diretor Presidente do Fisco Saúde Pablo Cavalcanti e o Diretor de Operações Luiz Antonio participaram da Assembleia Geral Ordinária dos membros do Conselho da FEBRAFITE (Associação Nacional das Associações de Fiscais de Tributos Estaduais) e Dirigentes dos Planos de Saúde, que ocorreu em Cabo Frio/RJ.

Na ocasião, encontraram os representantes de diversas entidades também filiadas. As entidades, entre outras, compõem o convênio FEBRAFITE, que permite aos associados o atendimento recíproco em outros estados da Federação, por meio do convênio de reciprocidade.



## Dirigentes da FEBRAFITE reúnem-se na Sede da AFRESP, em São Paulo-SP

No dia 11 de maio de 2023 os dirigentes da FEBRAFITE Saúde (Associação Nacional das Associações de Fiscais de Tributos Estaduais - Departamento de Saúde) reuniram-se na sede da AFRESP (Associação dos Auditores Fiscais da Receita de São Paulo), em São Paulo - SP.

A FEBRAFITE Saúde administra o sistema de atendimento recíproco entre as autogestões de planos de saúde do Fisco Estadual Brasileiro, o que permite atendimentos em outros estados da Federação fora da área de abrangência do próprio plano. Além disso, está em fase final a estruturação do produto próprio da entidade, que abará outras unidades federadas ainda não atendidas.

No encontro, foram debatidos temas de interesse comum, cenários, necessidades e meios para melhoria do sistema. O Fisco Saúde foi representado pelo seu Diretor Presidente, o Dr. Pablo Cavalcanti de Andrade Lima Brito, que ocupa também o cargo de Diretor Técnico da Febrafite Saúde.

JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora



## Representantes da CASSI visitam o Fisco Saúde

Para estreitar as relações, em 30/05/2023 o Fisco Saúde recebeu a visita de cortesia de representantes da CASSI. No encontro, os representantes trataram sobre a implantação do convênio de reciprocidade firmado entre as entidades.

Participaram da reunião pelo Fisco Saúde, Dr. Pablo Cavalcanti, Diretor Presidente, Sr. Luiz Antonio, Diretor de Operações, Maria Fernanda Torres, Gerente de Operações e Ana Pinheiro, Coordenadora de Credenciamento. E pela CASSI, o Gerente de Divisão de Gestão de Convênios, Eduardo Barbosa Machado, a

Analista de Gestão de Saúde, Adriana Lins e o executivo de negócios, Vladimir Menezes.

O atendimento por meio dessa parceria está atualmente em fase final de implantação.



## Representantes do Fisco Saúde marcam presença na inauguração da clínica de APS do TRT 6 saúde

Em 04/04/2023 ocorreu a inauguração da Clínica de Atenção Primária em Saúde (APS) do plano de saúde dos servidores do TRT 6, localizada na Ilha do Leite, no The Plaza Business Center.

O espaço permite uma atenção integral e multidisciplinar relacionada à saúde e um acompanhamento continuado. A Clínica chegou ao TRT 6 Saúde a partir de

uma parceria firmada com a empresa Qualirede.

O Fisco Saúde foi representado pelo seu Diretor Presidente, Pablo Cavalcanti, pelo Diretor de Operações Luiz Antônio, bem como pelo Gerente Médico Ricardo Amorim e pela Gerente de Operações Maria Fernanda Torres, pela Enfermeira Suzana Barbosa; e, ainda, pela Coordenadora de Credenciamento Ana Pinheiro. Na foto, além dos representantes do Fisco Saúde, estão os gestores do TRT 6 Saúde, Renato Pinto e Ana Cláudia Melo (ambos ao lado de Dr. Pablo).

MARIA FERNANDA TORRES | Gerente Operacional



## Visita à INTERNE

Em 02/02/2023 uma equipe do Fisco Saúde foi recebida nas dependências da parceira Interne Soluções em Saúde, para tratarem do estreitamento da relação de credenciamento, e inovações tecnológicas – além de avaliarem possibilidades de aperfeiçoamento negocial.

Participaram do encontro, pela empresa Interne, a Diretora Executiva, Paula Meira e a gerente comercial e de marketing, Cynthia Paz. Já da parte do Fisco Saúde estiveram presentes o Diretor Presidente, Dr. Pablo Cavalcanti, bem como a Gerente de Operações, Maria Fernanda

Torres e a coordenadora de credenciamento, Ana Pinheiro, além da enfermeira coordenadora do PROMOPREV, Cícera Pimentel.

MARIA FERNANDA TORRES | Gerente Operacional



## Participações no 14º Seminário da Unidas

Nos dias 25 e 26 de abril de 2023 aconteceu, em Brasília-DF, o 14º Seminário da UNIDAS (União Nacional das Autogestões em Saúde) com o tema Por Mais Integralidade e Equidade na Saúde.

O Fisco Saúde enviou como participante o Diretor de Operações, Luiz Antonio de Souza Neto. Além dele, esteve presente também a Enfermeira Suzana Paula Gadelha da Mota Barbosa, representante do Fisco Saúde junto à Superintendência Regional da UNIDAS em Pernambuco.



## Volta à Faixa Verde do IDSS é Premiada Pela UNIDAS

Com a volta do Fisco Saúde à melhor faixa (verde) do Índice de Desenvolvimento da Saúde Suplementar (IDSS), alcançando a nota de 80,86 no ano-base de 2021 (matéria completa na edição de janeiro/2023), o Fisco Saúde recebeu, da UNIDAS (União Nacional das Autogestões em Saúde), uma placa comemorativa pelo bom desempenho.

A Congratulação ocorreu durante o 14º Seminário da entidade, que ocorreu entre os dias 25 e 26 de abril, em Brasília-DF. A realização e publicação da pesquisa de satisfação nos moldes estabelecidos pela ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar) incorpora uma bonificação de 10% à dimensão de sustentabilidade que compõe o indicador.

JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora

## De médico, poeta e louco



### Alencar Tavares

Presidente do Conselho  
de Administração do Fisco Saúde

A loucura hoje em dia é considerada uma enfermidade, tendo até um lugar na classificação internacional de doenças. No entanto, devido à dificuldade em classificá-la como uma doença propriamente dita, a loucura geralmente é nomeada com termos mais elegantes como, por exemplo, distúrbio mental ou insanidade mental.

Considera-se louco o indivíduo que apresente uma alteração grave e permanente da personalidade, levando-o a um comportamento dissociado da realidade. Ao longo dos tempos, os loucos foram vistos de maneiras diferentes por diferentes povos. Em alguns povos antigos, eram considerados elementos de ligação com o mundo espiritual. Na Europa da Idade Média, frequentemente eram tidos como possuídos por demônios. Só mais recentemente é que a loucura passou a ser tratada como "perturbação mental", numa tentativa de situá-la num nível intermediário entre o plano material e o espiritual.

Na psiquiatria, uma especialidade médica, o termo loucura designa uma condição patológica. No entanto, muitas

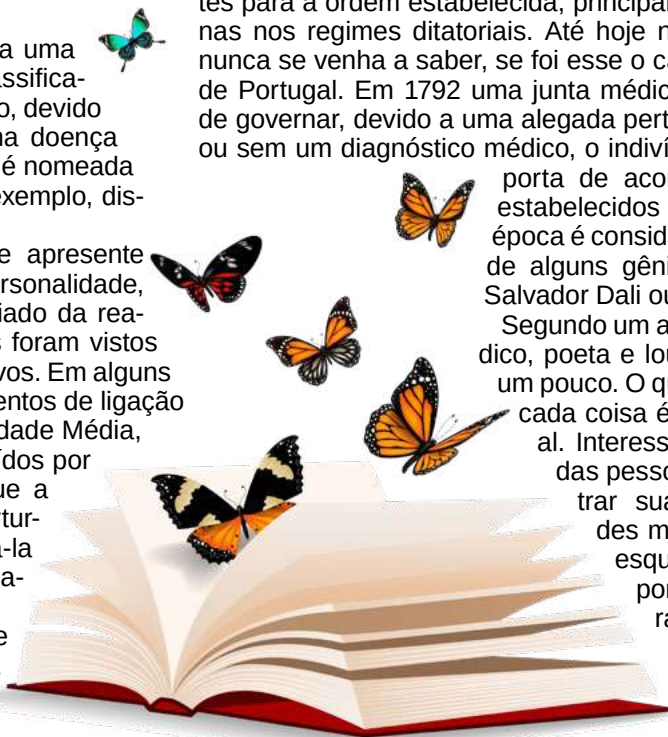
vezes o paciente diagnosticado como portador de distúrbio mental goza de invejável saúde física. Há quem diga até que a loucura é um atalho da mente, para evitar que uma carga muito forte de emoções reprimidas somatize como uma doença na forma física.

O atestado de loucura tem sido usado como recurso para afastar de suas funções pessoas consideradas inconvenientes para a ordem estabelecida, principalmente, mas não apenas nos regimes ditatoriais. Até hoje não se sabe, e talvez nunca se venha a saber, se foi esse o caso de Maria I, rainha de Portugal. Em 1792 uma junta médica declarou-a incapaz de governar, devido a uma alegada perturbação mental. Com ou sem um diagnóstico médico, o indivíduo que não se comporta de acordo com os padrões estabelecidos no seu país e na sua época é considerado louco. É o caso de alguns gênios da pintura, como Salvador Dali ou mesmo Van Gogh.

Segundo um adágio popular, de médico, poeta e louco, todos nós temos um pouco. O quanto cada um tem de cada coisa é uma questão pessoal. Interessante é que a maioria das pessoas gosta de demonstrar suas grandes habilidades médicas e as poéticas, esquecendo-se daquela pontinha de loucura, geralmente tão pequena que se torna difícil de enxergar.

Segundo um adágio popular, de médico, poeta e louco, todos nós temos um pouco. O quanto cada um tem de cada coisa é uma questão pessoal. Interessante é que a maioria das pessoas gosta de demonstrar suas grandes habilidades médicas e as poéticas, esquecendo-se daquela pontinha de loucura, geralmente tão pequena que se torna difícil de enxergar.

Segundo um adágio popular, de médico, poeta e louco, todos nós temos um pouco. O quanto cada um tem de cada coisa é uma questão pessoal. Interessante é que a maioria das pessoas gosta de demonstrar suas grandes habilidades médicas e as poéticas, esquecendo-se daquela pontinha de loucura, geralmente tão pequena que se torna difícil de enxergar.



## Saúde em Foco



## Fisco Saúde promove palestra sobre saúde mental

O Fisco Saúde realizou no dia 31 de maio um evento para tratar sobre saúde mental, tendo como foco em seu debate o tema: Ansiedade e Depressão. A palestra aconteceu na sede do Sindifisco, no bairro de Santo Amaro, no Recife e foi ministrada pela médica do ambulatório próprio, Dra. Verônica Maria de Oliveira Leite Omena.

A abertura ficou a cargo do diretor de operações do Fisco Saúde, Luiz Antonio de Souza Neto, seguido do gerente Médico, Dr. Roberto Amorim. Eles ressaltaram a importância de tratar esse tema, principalmente, com a incidência do aumento das doenças mentais no mundo pós pandemia.

Em seguida, a Dra. Verônica Omena, para orientar e divulgar informações de qualidade, aprofundou o debate sobre a ansiedade e depressão, tratando os conceitos, níveis das doenças, caracterizações e tratamentos.

Segundo a Dra. Verônica, "Profissionais que trabalham com pessoas com transtornos de ansiedade devem levar em consideração a causa subjacente à ansiedade. No processo de cuidar, as ações de enfermagem devem ser apropriadas para a condição clínica específica, bem como devem assegurar que as necessidades fisiológicas e psicossociais do paciente sejam atendidas. A intervenção deve propiciar aos pacientes aumento da própria compreensão em relação a sua doença e aprendizado de técnicas por meio das quais possam interromper o aumento da ansiedade antes que ela atinja níveis incontroláveis."

Ao final da palestra a Dra. Verônica conversou e respondeu às perguntas da plateia. O Fisco Saúde disponibiliza médicos, exames e tratamento para as doenças.

A Dra. Verônica Omena é médica do ambulatório próprio do Fisco Saúde que funciona na Sede do Sindifisco, na R. da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife. Se desejar, agende uma consulta.

MARIA FERNANDA TORRES | Gerente Operacional



# WhatsApp do Fisco Saúde!

(81) 3126 7700

Cadastre o número do Fisco Saúde como contato no seu celular para receber os comunicados e informações. Pelas regras do aplicativo, você precisa ter o número do remetente registrado como contato no seu aparelho para receber mensagens via listas de transmissão.\*

**Faça esse procedimento e fique por dentro de tudo que acontece no Fisco Saúde!**

*\*Não é possível responder às mensagens recebidas por lista de transmissão. Para falar com o Fisco Saúde, envie e-mail para [fiscosaude@fiscosaudepe.com.br](mailto:fiscosaude@fiscosaudepe.com.br), ou ligue para (81) 3126 7700.*

*Caso não esteja recebendo as informações do Fisco Saúde, envie uma mensagem solicitando a inclusão do seu número na lista de transmissão.*



## Consulta online chegou pra você.

O Fisco Saúde está com um novo parceiro para o serviço de teleatendimento. Com o Nav, você pode ser atendido online por médicos especialistas e sem cobrança de coparticipação.



## Consultas em várias especialidades

Pronto atendimento - 24h por dia, 7 dias por semana.



Você ainda pode acessar seu histórico de exames, laudos e prescrições de exames e medicamentos.

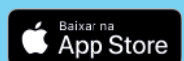
## Simple e fácil!

Acesse o endereço abaixo para conferir o passo a passo de acesso.

[nav.dasa.com.br](http://nav.dasa.com.br)

>>>

Ou aponte a câmera do celular para o código QR ao lado e confira o passo a passo de acesso.





# O Fisco Saúde agora está no Instagram!

[@fiscosaudepe](https://www.instagram.com/fiscosaudepe)

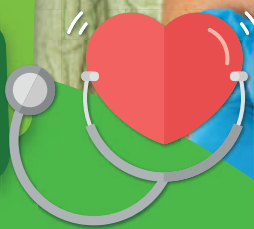
Este é mais um canal para você ficar sintonizado com todas as notícias e novidades do nosso plano de saúde.

Lembrando que, caso ocorra alguma dúvida, reclamação ou informação, busque o canal oficial através dos nossos telefones e e-mails de contato.





Dicas  
de Saúde



# VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE

Comunicamos que a campanha de isenção de coparticipação para vacina do *Influenza Tetra* foi renovada e tem validade até 31/12/2023, sendo aplicada através do prestador VACCINE, nas localidades de Recife, Olinda e Jaboatão dos Guararapes.

Ao comparecer para a vacinação, apresente a carteirinha do plano e documento de identificação com foto, não sendo necessária solicitação médica. Porém, é preciso autorização prévia impressa através de nossa Central de Autorização pelo e-mail: [autorizacao@fiscosaudepe.com.br](mailto:autorizacao@fiscosaudepe.com.br)

Nas demais localidades de Pernambuco onde não temos prestador credenciado, será autorizado o reembolso de até R\$ 150,00 (cento e cinquenta reais).

Em caso de contraindicação ou dúvidas quanto ao intervalo entre vacinas, especialmente COVID 19, favor consultar seu médico.



PROGRAMA  
vidafeliz  
Saúde por inteiro



FISCO  
Saúde

ANS 41.766-1



# Nutrição, Saúde e Longevidade



**POR**  
Dra. Jandira Gadelha  
Nutricionista Clínica  
Funcional

A Nutrição é uma ciência que estuda as relações entre os alimentos e nutrientes ingeridos pelo ser humano e possíveis estados de saúde e doença.

O ditado, “nós somos aquilo que comemos”, apesar de simplista, é a mais pura verdade.

Entender que seus HÁBITOS ALIMENTARES determinam sua saúde fará com que você respeite suas necessidades nutricionais individuais e busque por um profissional para melhor equilibrá-la.

O corpo humano é formado por aproximadamente 100 trilhões de células. O funcionamento adequado dessas células garante que cada órgão execute suas funções da melhor forma. A alimentação, rica em vitaminas, minerais e compostos bioativos nutre essas células. Um conjunto de órgãos saudáveis proporcionará saúde com vitalidade ao indivíduo, que é MAIS que a mera ausência de doenças crônicas degenerativas.

Não ter um diagnóstico não quer dizer que você esteja com sua saúde máxima. Ter uma alimentação equilibrada que leve em consideração, inclu-

sive, a genética do indivíduo, vai fazer com que ele não precise conviver com sinais e sintomas ditos “normais”: enxaqueca, dor de cabeça, constipação, queda de cabelo, TPM, etc.

Outro fator importante do impacto da nutrição na saúde é o aumento expressivo nos casos de sobrepeso e obesidade, e suas consequências: resistência à insulina, hipertensão, diabetes e doenças cardiovasculares têm como fator primordial a alimentação.

Uma reforma alimentar acompanhada e monitorada pelo profissional nutricionista será necessária para que o paciente viva de forma mais saudável, otimizando o funcionamento celular e a longevidade, evitando gastos com remédios e seus efeitos colaterais.

A nutrição equilibrada não resolve todos os problemas de saúde do paciente, mas, sem ela, não resolvemos nada.

**Tenha seu Nutricionista, pratique Nutrição Funcional!**

Dra. Jandira Gadelha, Nutricionista Clínica Funcional do ambulatório próprio do Fisco Saúde que funciona na Sede do Sindifisco, na R. da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife. Se desejar, agende uma consulta.





# Atividade Física e Envelhecimento



Por  
Dr. Eduardo da Fonte  
Geriatria

**Praticar atividade física é muito importante para manter uma vida saudável.**

**Para os idosos, praticar exercícios é essencial para fortalecer o sistema imunológico, prevenir o aparecimento de doenças crônicas e também manter a mente saudável.**

A prática de atividades físicas para os idosos minimiza os impactos do tempo no processo de envelhecimento, como o enfraquecimento dos músculos.

Assim, com a iniciativa de conscientizar e ampliar o conhecimento dos nossos beneficiários a respeito desse tema, o Dr. Eduardo Jorge Abrantes da Fonte, geriatra do ambulatório próprio do Fisco Saúde respondeu algumas perguntas:

## 1 - Como podemos caracterizar o envelhecimento?

O processo de envelhecimento caracteriza-se por uma diminuição na reserva funcional de cada indivíduo.

## 2 - E o que seria essa reserva?

É definida como a capacidade de enfrentar eventos estressores sem a perda do equilíbrio fisiológico.

Então, quanto maior a reserva funcional de uma pessoa, maior sua condição para realizar atividades intensas ou enfrentar de forma mais efetiva estresses como traumas ou doenças.

Como exemplos, uma boa reserva cardiorrespiratória e osteomuscular permite que as pessoas possam correr mais rápido, uma boa reserva imunológica permite o enfrentamento mais eficiente de determinada infecção ou neoplasia, ou ainda, uma boa reserva cognitiva permite melhor capacidade de atenção e compreensão frente a situações graves como um internamento em UTI.

Dessa forma, quando comparada com jovens, uma pessoa idosa tende a descompensar ou sair do equilíbrio fisiológico mais “facilmente” quando enfrenta uma situação adversa.

Entretanto, essa perda na reserva funcional geralmente é menor naqueles que mantêm ações como nutrição adequada, sono reparador, boas relações interpessoais, treinos de meditação e autoconhecimento, e prática de atividade física regular.

## 3 - Que benefícios ocorrem com a prática regular de atividade física?

A atividade física é um dos melhores remédios do mundo! É capaz de aumentar a reserva funcional, e seus efeitos são antagônicos ao envelhecimento.

Sua realização leva a ganho de força muscular, aumento na aptidão cardiovascular com redução de eventos coronarianos e neuro vasculares, preservação ou aumento na densidade mineral óssea com redução de fraturas, melhora do sistema imune com redução de infecções e neoplasias,

diminuição da inflamação crônica basal com redução na incidência de doenças crônicas como hipertensão arterial e diabetes, melhora no equilíbrio psíquico com diminuição da ansiedade, maior capacidade cognitiva com preservação da memória, entre outros.

Provavelmente, se existisse um comprimido que trouxesse os resultados da atividade física regular, seria caríssimo e muito disputado! É improvável que apareça tal comprimido, e dessa forma a prática de atividade física, como única alternativa, é essencial.

Para tanto, precisa-se sair da zona de conforto e criar um hábito, uma prática regular. Uma vez criado esse hábito, é possível que surjam novos hábitos secundários, como melhora na dieta ou a cessação do tabagismo. Assim, as vantagens da atividade física também podem ser indiretas.

## 4 - Que tipo de exercício escolher?

A definição de quais exercícios se deve escolher passa por necessidades físicas individuais e também pelo prazer que essa atividade exerce, pois, quanto maior o prazer, maior a chance da manutenção dessa atividade, e a regularidade é fundamental.

Quanto às necessidades individuais, um exercício com predomínio de atividade aeróbica é mais efetivo na melhora da aptidão cardiovascular, permitindo assim maior resistência para atividades como correr, pedalar ou nadar.

Já um exercício com predomínio de atividade contra resistência, também chamado exercício resistido, é mais determinante para o ganho de força muscular, sendo extremamente útil naqueles que tem dores osteomusculares ou algum desequilíbrio na marcha com risco de queda. Além disso, muito úteis para a manutenção de atividades do dia a dia, como levantar-se, carregar objetos, subir escadas e etc.

Então, sempre que possível, uma pessoa deve combinar os dois tipos de exercícios, porém, como a perda de força tem grande impacto na qualidade de vida dos idosos, os exercícios resistidos devem ser priorizados nos idosos mais frágeis.

## 5 - Qual a frequência e intensidade dos exercícios?

Os exercícios com predomínio aeróbico podem ser realizados de três a sete vezes por semana, já os resistidos, geralmente de duas a três vezes, pois esses exigem um intervalo de 48 horas entre as sessões para a recuperação muscular. Quanto maior a intensidade, maior é a necessidade de tempo de repouso.

Para os idosos, recomenda-se uma intensidade leve a moderada, pois apresenta menor risco de lesões. Para alcançar os melhores resultados nessa população, indica-se, de uma forma geral, atividade física regular com intensidade moderada.



## AGENDAMENTOS:

✉ atendimento@fiscosaudepe.com.br

📞 (81) 3126-7708\*

📞 (81) 3126 7713

\*O whatsapp é exclusivo para mensagens de texto e marcação de consultas. Não recebe chamadas ou outros serviços.



O Dr. Eduardo da Fonte atende no ambulatório próprio do Fisco Saúde que funciona na Sede do Sindifisco, na R. da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife. Se desejar, agende uma consulta.



# Entrevista com o beneficiário Pedro Maia sobre seu processo de emagrecimento

A obesidade é uma doença crônica, que se caracteriza principalmente pelo acúmulo excessivo de gordura corporal. O número de pessoas obesas tem crescido rapidamente, tornando a doença um problema de saúde pública.

O tratamento da obesidade é individualizado e só pode ser estabelecido por um profissional. Ele pode envolver medicamentos, cirurgia e adoção de hábitos de vida mais saudáveis, com uma melhoria na dieta e a prática de atividades físicas.

Dietas restritivas podem ser prejudiciais, portanto, é importante que um nutricionista seja consultado antes de iniciá-las. Além de o nutricionista indicar uma dieta que garantirá que o indivíduo receba todos os nutrientes necessários para o funcionamento do corpo, esse profissional é capaz de criar uma rotina de alimentação mais fácil de ser aderida pelo paciente.

É foi com a ajuda profissional da Dra. Jandira Gadelha, nutricionista do ambulatório do Fisco Saúde, que o beneficiário Pedro Maia de Brito Cavalcanti, 33 anos, conseguiu reduzir quase 50 kg!

Assim, com a iniciativa de incentivar e buscar como exemplo para os nossos beneficiários, a enfermeira coordenadora do programa de promoção à saúde do Fisco Saúde, Cícera Pimentel, conversou com o beneficiário Pedro Maia que relatou o seu processo de emagrecimento:

## 1 - Conte um pouco sobre o início do processo de aumento de peso.

R - “Desde novo me recordo de estar acima do peso, em alguns momentos isso se acentuou, em outros eu conseguia atenuar e, no final da adolescência, comecei a controlar o peso. No entanto, tudo começou a agravar e eu fui ganhando peso e ganhei bastante peso ao longo de 20 anos. Na pandemia, eu ganhei 10 a 12 kg e cheguei aos 135 kg. Foi nesse peso que eu achei que estava na situação limite e decidi emagrecer, mas tive a consciência de que para tanto precisava de um acompanhamento específico.

Primeiro busquei um endocrinologista, mas não fiquei muito satisfeito com a consulta médica, pois foi bastante enfática na recomendação de cirurgia bariátrica, algo que eu discordei veementemente. Claro que depois passou pela minha cabeça, cheguei a considerar, pesquisar e ver que não me agradava. Não era o caminho escolhido por mim.

Então busquei a nutrição e com a nutricionista Jandira Gadelha, iniciei um acompanhamento dessa natureza a fim de fazer uma reeducação alimentar inteligente que visasse a saúde e não simplesmente a perda de peso.

Em paralelo, também entrei em uma academia com um acompanhamento mais específico. Uma academia voltada à saúde, não meramente às questões cosméticas e fui feliz nessa combinação.

Nesse período, cerca de um ano e meio, consegui perder quase 50 kg de modo saudável com uma boa alimentação e com um bom preparo físico. Naturalmente, daqui em diante, pretendo dar continuidade a esses hábitos. Ainda que hoje, também de modo natural, eu não tenha o mesmo rigor de um ano atrás, quando a necessidade era

mais aguda, a minha alimentação é bastante balanceada, saudável e também minha rotina de exercícios permanece”.

## 2 - Além dos profissionais, o que ajudou para o processo de perda de peso?

R - “A consciência da necessidade, a preocupação com a saúde e com o fato de não só desejar ter uma vida mais longa como também mais cômoda, além de uma melhor qualidade de vida. Portanto, e naturalmente, dentro disso, assumi um compromisso comigo. Compromisso, disciplina e rigor que viabilizou o processo e a consequente melhora na própria vida”.

## 3 - Hoje em dia o senhor pesa quanto?

R - “Hoje peso cerca de 92 kg o que representa em média 43 kg a menos”.

## 4 - Hoje, como o senhor se sente com a perda de peso?

R - “Hoje me sinto bem, me sinto mais disposto, com concentração melhor, sono melhor, uma cabeça melhor e satisfeito. Eu alcancei um objetivo e em função desse objetivo assumi um compromisso comigo, consegui melhorar minha vida e isso, sem dúvidas, me trouxe/traz uma melhor autoestima, felicidade e a sensação de um objetivo alcançado, mas sempre consciente de que se trata de um compromisso de longo prazo”.

## 5 - Qual o conselho que o senhor daria para alguém que está acima do peso?

R - “O conselho que posso dar é que nada é fácil, mas tão pouco é sacrificante. Eu acho é que as pessoas precisam primeiramente ter consciência, desejarem o melhor para si e buscarem isso com um acompanhamento médico adequado. Seja do profissional da nutrição ou da educação física, com exercícios eficazes que os levem à finalidade buscada. Importante também, buscar ajuda de um profissional da saúde mental, seja um psicólogo ou um psiquiatra. Além disso é importante consultar um endocrinologista para entender como está funcionando o metabolismo, a questão hormonal, etc.

Acho que os diferentes ramos da medicina, que conseguem juntar a endocrinologia com a nutrição, podem ser muito eficientes. Sempre busque a suplementação alimentar necessária para seu organismo e acredite, porque não é rápido, mas tão pouco é árduo, é uma questão de compromisso e disciplina e para cada pessoa imagino que vá funcionar de um modo, mas não penso que vá ser tão difícil encontrar o seu caminho. A vontade e determinação são fundamentais”.

**Siga o exemplo do Pedro e comece hoje mesmo a mudar os seus hábitos!**

Se desejar, agende uma consulta com os profissionais do ambulatório próprio do Fisco Saúde, que tem as especialidades: Nutrição, Endocrinologia, Cardiologia, Clínica médica, Gastroenterologia, Geriatria, Reumatologia e Psiquiatria.

O Ambulatório do Fisco Saúde fica localizado na Sede do Sindifisco, na R. da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife.

Dicas  
de Saúde

# Terapia Antálgica

no Ambulatório do Fisco Saúde

A partir do dia **16/06/2023**, o ambulatório próprio do Fisco Saúde passa a contar com a especialidade **Terapia Antálgica (dor)**, com a **Dr<sup>a</sup>. Maria Isabella Alves de Melo**, com atendimento todas as sextas-feiras, das 8h às 12h.



## AGENDAMENTOS

✉ [atendimento@fiscosaudepe.com.br](mailto:atendimento@fiscosaudepe.com.br)

☎️ (81) 3126 7708\*

Consulte datas e horários no momento do agendamento. Se preferir, verifique a viabilidade de atendimento remoto por cada profissional (É necessário ter aparelho de telefone ou computador compatível para compartilhamento de imagens e áudio).

Se precisar faltar, avise com antecedência, em respeito aos profissionais e aos seus colegas ou dependentes.

\*O whatsapp é exclusivo para mensagens de texto e marcação de consultas. Não recebe chamadas ou outros serviços.

### Confira todas as especialidades e profissionais disponíveis no nosso ambulatório:

- **Cardiologia:** Dra. Suzana Ferraz
- **Clínica médica:** Dr. Antônio Souza
- **Endocrinologia:** Dra. Aline Lopes
- **Gastroenterologia:** Dra. Izabel Cristina Mendes Primo
- **Geriatria:** Dra. Gabrielle Martins e Dr. Eduardo da Fonte
- **Nutrição:** Dra. Jandira Gadelha
- **Reumatologia:** Dra. Fabiana Maria de Mendonça
- **Psiquiatria:** Dra. Verônica Omena
- **Terapia Antálgica:** Dra. Maria Isabella Alves de Melo

## AMBULATÓRIO FISCO SAÚDE

Nós funcionamos na Sede do Sindifisco:  
R. da Aurora, 1443, Santo Amaro,  
Recife-PE.

