

# JORNAL SANTA SAÚDE

Junho de 2021



## Santa Casa reforma Serviço de Luto e terá cerimonial de cremação

O Serviço de Luto da Santa Casa de Santos está sendo totalmente revitalizado para acolher as famílias no momento mais difícil: o luto. A Irmandade preparou um projeto de apoio completo ao luto, com uma grande novidade: o serviço de cerimonial de cremação.

pág. 4



## Tomografia

*Santa Casa de Santos passa a contar com três aparelhos e aumenta a capacidade de exames por mês.*

pág. 3

**SOMOS O MELHOR HOSPITAL DA BAIXADA SANTISTA**

A Santa Casa de Santos está entre os 90 melhores hospitais do Brasil e o melhor da Baixada Santista, de acordo com a pesquisa World's Best Hospitals publicada pela revista americana Newsweek

**Newsweek**

*"Nosso corpo clínico e todos os colaboradores se envolveram ao máximo com os objetivos da Irmandade e deram o seu melhor. Receber esta notícia é a comprovação de que estamos no caminho certo."*

Ariovaldo Feliciano, provedor da Santa Casa de Santos.

Foto: @dronelabiano68

© santacasasantos /irmandadesantacasadesantos www.santacasadesantos.org.br



## Santa Previne

*Cuide de sua saúde de forma preventiva. Conheça os programas de prevenção do Plano Santa Casa Saúde.*

pág. 7

# Plantão COVID

Os números de contaminados da Covid-19 estão cada vez maiores. E frear a disseminação do vírus depende de todos nós. Por isso, separamos algumas dicas importantes para reduzirmos a propagação da Covid-19.



1

**Evitar encostar as mãos no rosto** antes de lavá-las.



2

**Lavar as mãos com água e sabão por 20 segs. Onde lavar:** Debaixo das unhas, entre os dedos, punho, na frente e atrás.



3

**Limpar objetos de uso coletivo antes de usá-los ou higienizar as mãos com álcool. Lavar depois de usá-los. Exemplos:** maçanetas, talheres, copos, botão do elevador, mouse, teclados.



4

**Manter distância de 2 metros** se vir alguém tossindo ou espirrando.



5

**Evitar cumprimentar** com beijos no rosto, abraço ou aperto de mãos.



6

**Usar corretamente a máscara,** todas as vezes que precisar sair de casa.



7

**Se puder, ficar em casa.**

## INFORMAÇÕES ÚTEIS

### ATENÇÃO

## HORÁRIO DE VISITAS DA SANTA CASA DE SANTOS

Diante da fase atual da pandemia e atendendo aos protocolos de segurança de combate à Covid-19, todas as visitas aos pacientes internados estão suspensas, e os boletins médicos dos pacientes internados nas UTIs adulto Covid-19 estão sendo passados por WhatsApp ou telefone – conforme o que for acordado com os familiares.

**Para maiores informações sobre visitas, entrar em contato com o Centro Integrado de Humanização da Santa Casa de Santos, pelo telefone:**

**13 3202.0600**  
ramal 1790

### EXPEDIENTE

O informativo *Jornal Santa Saúde* é uma publicação bimestral da Associação do Plano de Saúde da Santa Casa de Santos

**Endereço:** Rua Antônio Bento, 162 – Vila Mathias Santos - CEP 11075-260

**Site:** [www.planoscs.net.br](http://www.planoscs.net.br)

**Tel comercial:** 13 3211-0603

**Projeto:** Revolução Comunicação

**Jornalista responsável:** Lucinaira Andrea (MTB 40.248)

**Redação:** Aline Branco, Lucinaira Andrea, Mariana de Castro, Vanessa Gomes e Victoria Brugger.

**Edição:** Marina Teles

**Diagramação:** Amanda Duarte

**Fotos:** Outside Filmes e Santa Casa de Santos

**CADA DIA MAIS  
COMPLETA**

## Qualidade de imagem e precisão diagnóstica

*Com a aquisição de novo equipamento,  
Serviço de Tomografia amplia capacidade  
de atendimento e realiza novos exames,  
como a angiotomografia coronária*



O Serviço de Tomografia da Santa Casa foi reformado e ampliado, ganhando agilidade e qualidade de atendimento. Recentemente, foi instalado mais um tomógrafo, totalizando três modernos aparelhos, ampliando a quantidade de exames realizados.

O novo tomógrafo tem capacidade para realizar exames com até 250 kg, atendendo desde pacientes pediátricos até bariátricos. O novo equipamento é capaz de reconstruir 70 imagens por segundo, garantindo maior precisão do diagnóstico.

Totalmente computadorizado, o equipamento fornece uma solução rápida e eficiente para facilitar a execução dos exames, proporcionando uma me-

lhor qualidade de imagem, sem causar transtorno ao paciente e operador. “Com essa nova aquisição, poderemos realizar outros exames, como por exemplo a angiotomografia coronária, além de aumentar a capacidade de realização de 3 mil para 4 mil exames por mês”, afirma o Coordenador Técnico em Radiologia, Willian Pouza Salgado.

A angiotomografia coronária é um exame de diagnóstico que permite avaliar o comprometimento dos vasos sanguíneos do coração. Com esse exame, o médico tem a perfeita visualização das placas de gordura ou de cálcio no interior das veias e artérias do corpo humano, podendo diagnosticar problemas em todo o sistema circulatório, como aneurismas e obstruções dos vasos sanguíneos.

### CANAIS DE COMUNICAÇÃO

*Falar com a gente é muito fácil! Veja:*

#### PLANO SANTA CASA SAÚDE



Telefone: (13) 4007.2250

Whatsapp: (13) 99753.0319

Instagram: planosantacasasaude

Facebook: /planosantacasasaudesantos

Email: faleconosco@planoscs.com.br

Site: www.planoscs.com.br

#### SANTA SAÚDE CONSULTAS



Telefone: (13) 3035.2708

Whatsapp: (13) 99753.4211

Instagram: santasaudeconsultas

Facebook: /santasaudeconsultas

Site: www.santasaudeconsultas.com.br

#### SANTA CASA DE SANTOS



Telefone: (13) 3202.0600

Email: ouvidoria@scsantos.com.br

Instagram: santacasasantos

Facebook: /irmandadesantacasadesantos

Youtube: SantaCasadeSantos1543

Site: www.santacasadesantos.org.br

## NOVIDADES

# Com Serviço de Luto reformado, Santa Casa terá cerimonial de cremação

*Serviço completa 70 anos com instalações de apoio ao luto totalmente reformadas*

Prestes a completar sete décadas, o Serviço de Luto da Santa Casa de Santos está sendo totalmente revitalizado, visando oferecer atendimento humanizado e acolher os familiares em momentos delicados.

O serviço não parou para a reforma e as melhorias implantadas já contabilizam um aumento de 40% na procura por contratação. O provedor Ariovaldo Feliciano explica também que a receita do Serviço de Luto contribui para realizar as melhorias do hospital e para manter os atendimentos do Sistema Único de Saúde (SUS), que possui valores de repasse insuficientes.

Além das inúmeras melhorias, que passam por ampliação das salas de atendimento aos familiares, construção de modernos sanitários, climatização e ampliação das salas de velório, a Santa Casa também fez a aquisição de novos carros funerários devidamente adaptados para atender todas as demandas e particularidades do serviço.

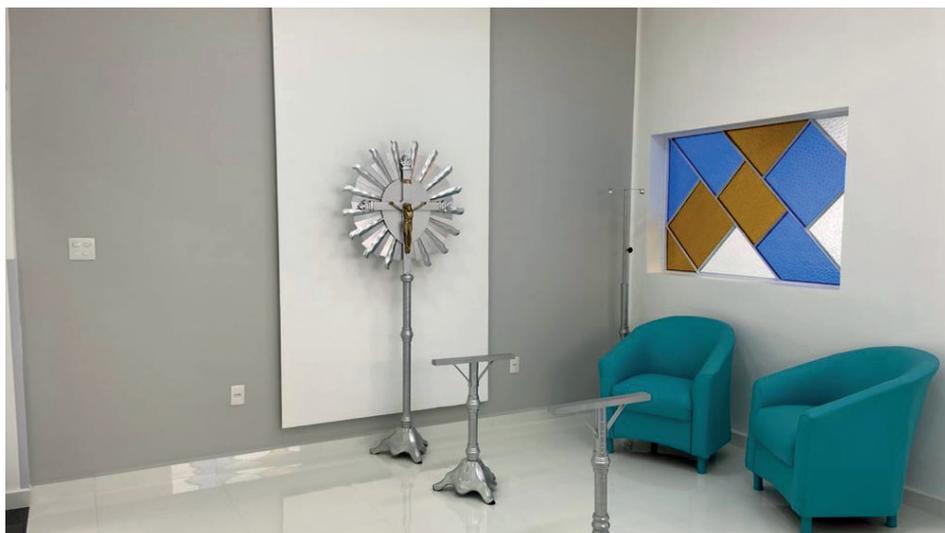


## CERIMONIAL DE CREMAÇÃO



Outra grande novidade é o serviço de cerimonial de cremação. Um complexo completamente novo que está sendo construído desde abril de 2021 em uma área ampla, ao lado do serviço de luto, com previsão de entrega no final do ano. O projeto contempla 1000 m<sup>2</sup> de área construída e compreende a construção de um anfiteatro com 98 lugares para cerimônias de cremação, com lugar reservado para cadeirantes e estacionamento exclusivo. “As pessoas terão um ambiente nobre e acolhedor para poder prestar sua última homenagem”, finaliza o provedor.

As famílias que optarem pela cremação de seus entes queridos podem entrar em contato com o **Serviço de Luto da Santa Casa** pelo telefone (13) 3202-0669, que já oferece este serviço, e até o final de 2021 contará também com o espaço para o cerimonial de cremação.



# Você já conhece o nosso ATENDIMENTO VIRTUAL?

Já imaginou pedir segunda via de boletos, autorizar exames, tirar dúvidas ou pedir informações sobre o Plano Santa Casa Saúde e Santa Saúde Consultas sem sair de casa? Isso já é possível!



Olá, eu sou a **Isabel!** Sou a assistente virtual do Plano Santa Casa Saúde. Fui desenvolvida para atender você no conforto do seu lar! Pelo WhatsApp eu consigo:

- >> Solicitar segunda via de boletos
- >> Autorizar guias (exceto cirurgia)
- >> Pedir informações e tirar dúvidas
- >> Negociação de mensalidades
- >> Ter acesso aos canais de atendimento do Santa Previne

Acesse o WhatsApp  
pelo QR Code



E eu sou a **Clara,** tudo bem? Fui criada para facilitar a sua vida! Minha função é agilizar com segurança a sua comunicação com a Clínica Santa Saúde Consultas. Pelo WhatsApp eu consigo:

- >> Agendar consultas
- >> Agendar exames
- >> Agendar procedimentos
- >> Confirmar agendamentos
- >> Remarcar Agendamento
- >> Agendamento Oncológico

Acesse o WhatsApp  
pelo QR Code



## NEGOCIE OS SEUS BOLETOS EM ATRASO!

Não fique sem o atendimento do Plano Santa Casa Saúde!

LIGUE E CONHEÇA AS CONDIÇÕES ESPECIAIS

**(13) 3035.2701**

Horário de atendimento:  
Segunda a sexta  
Das 8 às 18 horas

## INAUGURAÇÕES

# Praia Grande terá Pronto Atendimento da Santa Casa

*Local atenderá Clínica Geral e Pediatria*

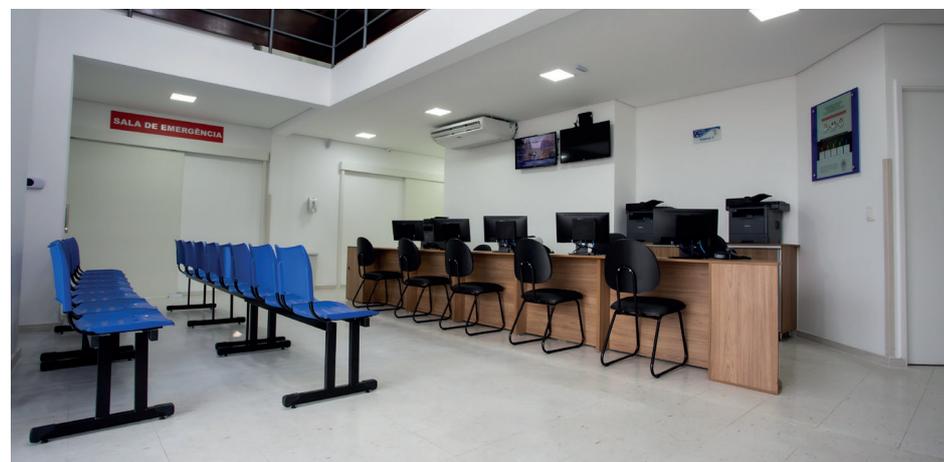


Em breve, os moradores de Praia Grande passarão a contar com um Pronto Atendimento exclusivo da Santa Casa de Santos, totalmente dedicado aos beneficiários de convênios credenciados e particulares, facilitando assim o acesso à saúde dos moradores da cidade para assistência nas especialidades de Clínica Geral e Pediatria. O novo espaço contará com sala de emergência totalmente equipada e também realizará coletas de exames laboratoriais e raio-X.



O novo Pronto Atendimento da Santa Casa em Praia Grande foi projetado para atender com total segurança todos os públicos. São 650 m<sup>2</sup>, com acessibilidade inclusive para pessoas que possuem condições diferenciadas de mobilidade. A expectativa é que o local absorva uma demanda de 150 atendimentos por dia, entre todos os serviços oferecidos.

O novo Pronto Atendimento da Santa Casa de Santos fica na Avenida Presidente Kennedy, 1937/1947 – Vila Guilhermina – Praia Grande.



## Junho Vermelho: doe vida, doe sangue

Junho foi o mês escolhido para lembrar à população sobre a importância da doação de sangue com a Campanha Junho Vermelho, que acontece em todo o país. A doação de sangue é um ato altruísta e voluntário, pois o sangue humano não pode ser fabricado artificialmente. Uma única doação pode salvar até 4 vidas.

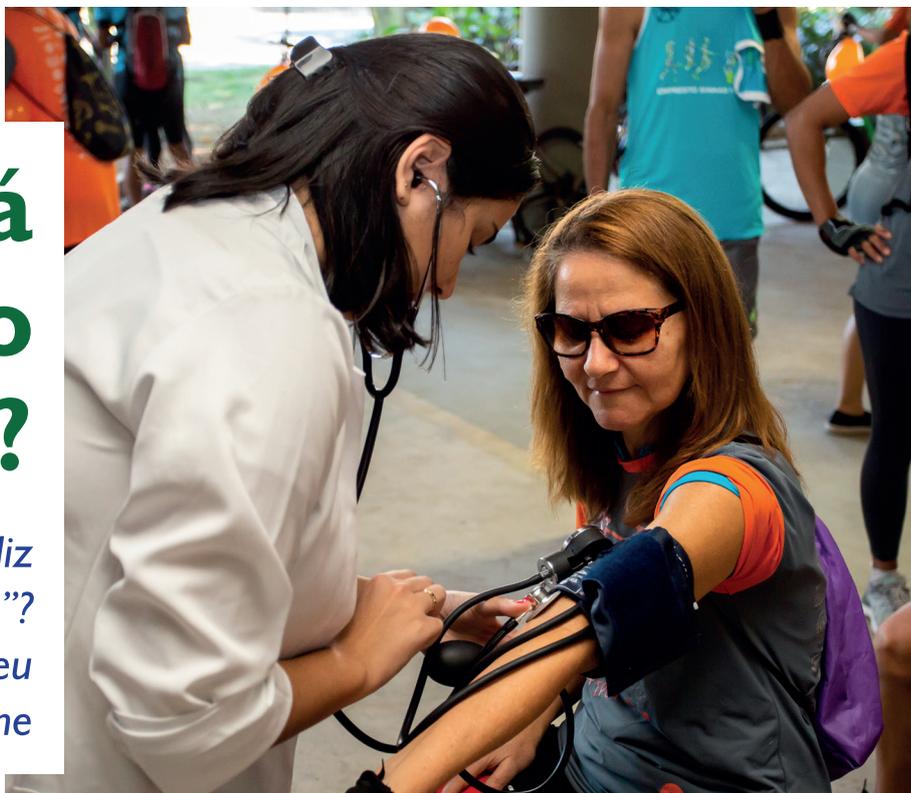
Segundo o coordenador da Hematologia da Santa Casa de Santos, Dr. Edmir Boturão, durante a pandemia, houve uma diminuição significativa no número de doadores. “Precisamos de doadores não somente em Junho, mas ao longo de todo o ano, para manter os estoques abastecidos”.

**Horário de funcionamento durante a pandemia:** De segunda a sexta, das 7h às 16h, e nos sábados, das 7h às 11h. Domingos e feriados não há atendimento. **Agendamento pelo telefone 3202.0600, ramal 1414.**

SANTA PREVINE

# Você já conhece o Santa Previne?

*Já ouviu o ditado popular que diz “prevenir é o melhor remédio”? Pois é com esse intuito que nasceu o projeto Santa Previne*



São seis os programas preventivos de saúde exclusivos para o beneficiário do Plano Santa Casa Saúde, onde é possível cuidar de seu bem estar de forma educativa e preventiva por meio de atividades e acompanhamento médico.

Prevenção e promoção à saúde fazem parte da missão do Santa Previne, segundo a enfermeira coordenadora do projeto, Brunna Hiagon Mendes Santo. “Desenvolvemos os programas de saúde com foco em conter o desenvolvimento de doenças e reduzir o impacto das enfermidades na saúde dos beneficiários”.

Além das consultas presenciais, grupos e palestras, os pacientes também têm à disposição atividades como yoga, tai chi chuan, dança de salão, grupo de equilíbrio, alongamento e fortalecimento, meditação, oficina culinária, relaxamento e auto massagem.

“Buscamos promover a qualidade de vida do beneficiário, atendendo especificamente pacientes crônicos, com ações de educação, evitando assim o desenvolvimento de doenças”, ressalta a coordenadora.

## OS PROGRAMAS

Com uma equipe multidisciplinar formada por oito profissionais, entre ele nutricionistas, psicólogos, educadores físicos, endocrinologista, geriatra e enfermeiras, o Santa Previne atende mensalmente, em média, de 650 a 750 pacientes nas mais diversas especialidades e patologias, dentro dos sete programas do projeto.



“Desenvolvemos os programas de saúde com foco em conter o desenvolvimento de doenças e reduzir o impacto das enfermidades na saúde dos beneficiários”

Brunna Hiagon Mendes Santo, enfermeira coordenadora do projeto.

Para participar do Santa Previne, basta entrar em contato no telefone (13) 3211-0600 Ramais 657/658.

## DICAS DE SAÚDE

# Durante o isolamento social, mexa-se!

Preparadora física do Santa Previne, Priscila dos Anjos Afonso, dá dicas de exercícios para fazer em casa

Devido a pandemia a ordem é: se possível, fique em casa! Mas não é porque estamos dentro de casa que vamos descuidar da saúde.

A preparadora física do Santa Previne, Priscila dos Anjos Afonso, separou uma série de exercícios para movimentar o corpo e cuidar da mente. Sim! A

atividade física não é importante apenas para aumentar a massa magra, a resistência muscular, diminuir a frequência cardíaca e prevenir lesões. “A prática de exercícios é uma excelente arma contra a depressão”, destaca Priscila.

Animou? Então arraste os móveis e siga essas dicas:

## COTOVELO NO JOELHO ALTERNADO



Toque o joelho com o cotovelo oposto, alternando os lados. Encontre seu próprio ritmo. Tente fazer isso por 1 a 2 minutos, descanse por 30 a 60 segundos e faça até 5 séries. Este exercício deve elevar seu ritmo cardiorrespiratório.

## AGACHAMENTO



Os pés na largura do quadril, os dedos pouco para fora. Flexione os joelhos o quanto for confortável, com os calcanhares no chão e joelhos acima dos pés. Flexione e estenda os joelhos. Execute o exercício de 10 à 15 vezes (ou mais), descanse por 30 a 60 segundos e faça até 5 séries. Este exercício fortalece suas pernas e glúteos.

## JOELHO LATERAL



Toque o joelho com o cotovelo, elevando o joelho lateral, alternando os lados. Encontre seu próprio ritmo. Tente fazer isso por 1 a 2 minutos, descanse por 30 a 60 segundos e faça até 5 séries. Este exercício deve elevar seu ritmo cardiorrespiratório.

## ALONGAMENTO DE TÓRAX



Entrelace os dedos atrás das costas. Estenda os cotovelos e abra o peito para a frente. Mantenha esta posição por 20 a 30 segundos (ou mais). Essa posição alonga os músculos do tórax e os ombros.

## POSIÇÃO DA CRIANÇA



Joelhos no chão, traga os quadris até os calcanhares. Descanse a barriga sobre as coxas e estique ativamente os braços para a frente. Respire normalmente. Mantenha esta posição por 20 a 30 segundos (ou mais). Esta posição alonga suas costas, ombros e lados do tronco.

## MEDITAÇÃO



Sente-se no chão com as pernas cruzadas (ou em uma cadeira). Costas retas. Feche os olhos, relaxe o corpo. Concentre-se na respiração, tentando não focar em nenhum pensamento ou preocupação. Permaneça nesta posição por 5 a 10 minutos ou mais, para relaxar e limpar sua mente.