PLANEWS

PLANO DE SAÚDE SANTA CASA

Informativo dedicado aos usuários
Ano V - Nº 12 Dezembro de 2012

Impresso Especial
9912196333/2008-DR/MG
SCMP
CORREIOS

Centro de VidaSaudável

Um novo conceito de saúde

O CENTRO DE VIDA SAUDÁVEL desenvolve vários programas de promoção da saúde para os beneficiários do Plano de Saúde Santa Casa. Nesta edição apresentamos cada um deles para que você leia e escolhCa aquele que possa atender melhor suas necessidades, sem nenhum custo.

PLANO DE SAÚDE SANTA CASA

(35) 3521-8037
www.saudesantacasa.com.br

OS PROGRAMAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE DO CENTRO VIDA SAUDÁVEL (CVS) estão disponíveis a todos os usuários do PLANO DE SAÚDE SANTA CASA, sem nenhum custo. Aproveite esta oportunidade e garanta a sua vaga. Agende uma avaliação através do telefone (35) 3529 1447

PROGRAMA BEM ME QUER

PORQUE AMAMENTAR?

FONTE: aleitamentomaterno.org

O leite materno é muito diferente do leite modificado (leite em pó). Contém todas as proteínas, açúcar, gordura, vitaminas e água que o seu bebê necessita para ser saudável. Além disso, contém determinados elementos que o leite em pó não consegue incorporar, tais como anticorpos. É por isso que o leite materno protege o bebê de certas doenças e infecções, como otites, alergias, vômitos, diarréia, pneumonias, bronquiolites, meningites, entre outras.

Dentre as vantagens do leite materno para o bebê está a melhora do desenvolvimento mental; fácil digestão; aumenta o vínculo entre mãe e filho e sabe-se que um vínculo afetivo sólido facilita o desenvolvimento da criança e o seu relacionamento com as outras pessoas; e o ato de mamar no peito melhora a formação da musculatura oro-facial e o alinhamento dos dentes.

A mãe que amamenta sente-se mais segura e menos ansiosa, além de fazer com que o útero regresse ao seu tamanho normal mais rapidamente e ajuda a mulher retornar ao peso que tinha antes de engravidar, dentre outras vantagens para a mãe.

Quando relacionado ao contexto familiar a amamentação é mais econômica.

A UNICEF calcula que um milhão e meio de crianças morrem por ano por falta de aleitamento materno. E não pense que é só nos países do terceiro mundo. Mesmo nos países industrializados muitas mortes poderiam ser evitadas com o aleitamento materno.

O **Programa Bem Me Quer do Centro Vida Saudável** tem como objetivo garantir e melhorar a cobertura e a qualidade do acompanhamento pré-natal, da assistência ao parto, puerpério e assistência á criança.

Pedro, hoje com 10 meses

"Logo ao saber da gravidez, já comecei a me preocupar e buscar informações sobre a amamentação, que era um sonho. Desde início já ficava sonhando com este momento. Por esta razão, busquei ajuda dos profissionais e colegas do Centro Vida Saudável – Programa Bem Me Quer. No meu grupo, todas já estavam com sete, oito meses. Somente eu estava no início da gestação, mas, minha ansiedade e medo de não participar das atividades do Bem Me Quer, as quais me prepararíam para um dos momentos mais esperados da minha vida, me fizeram a procurar ajuda antecipadamente.

Não consegui amamentar nas primeiras horas e dias após o nascimento do Pedro. Só tive leite após quatro dias, mas o incentivo e aprendizado obtido no programa me mantiveram firme.

O processo de adaptação inicial de horas não dormidas, dores no bico do peito, fissuras, não são fáceis, mas precisamos de muita perseverança, dedicação, vontade e amor.

Pedro hoje está com 10 meses e com 8,5 kg. É um menino saudável e com muita energia. Ainda mama no peito nas horas de intervalos entre papinhas, frutinhas e sucos.

Amamentar, além de ser um ato de carinho e amor entre mãe e filho, é relevante e importantíssimo para o desenvolvimento dos pequenininhos. Exigem da mãe uma postura de determinação, paciência, cuidado, objetivo, vontade, compromisso e ganhos. Ganhos de mais intimidade, troca de olhares, vínculo e cumplicidade.

Para mim, amamentar está sendo além de fundamental para a saúde e bem estar do Pedro, a emoção maior da minha vida. É impossível descrever com palavras a emoção e sensação que sentimos de uma mãozinha acariciando o peito, o rosto."

Josy Maria Maximiano

CONTROLAR A HIPERTENSÃO NEM SEMPRE É CASO DE FARMÁCIA

PROGRAMA HIPER VIDA

Não é à toa que os especialistas recomendam, em primeiríssimo lugar, mudar hábitos de vida. Certas mudanças valem por um tratamento que consegue deixar os ponteiros no lugar. Qualquer paciente com hipertensão leve pode controlar a pressão com mudança de hábitos.

Entre as mudanças de estilo de vida, as que contribuem mais para a queda da pressão arterial são: a redução do consumo de sal, a prática regular de atividade física e uma dieta rica em verduras, legumes, grãos integrais e frutas. Além disso, a redução de peso, resultante de uma dieta balanceada, e atividade física de rotina também ajudam para o melhor controle da pressão arterial, sgundo a equipe de cardiologia da Santa Casa de Passos.

Monitoramento de pressão arterial após atividade física no CVS

O que você coloca no prato faz toda a diferença. A primeira medida é reduzir o consumo de sal para, no máximo, quatro colheres de café rasas por dia. Não esqueça que alimentos como embutidos carregam boas doses do mineral. Evite doces e gordura animal, e abuse de frutas, verduras e grelhados.

Essencial ainda é manter o peso no nível ideal. A chamada gordura abdominal está por trás de muitos casos de hipertensão. Estudos mostram que uma diferença na balança de 5 a 10% para menos, já faz efeito. Quanto aos exercícios, o ideal é fazer alguma atividade aeróbica, como corrida, natação ou ciclismo, de três a cinco vezes por semana. Mas para os hipertensos recomenda-se passar antes pelo aval do médico.

É pensando nisso que o Centro Vida Saudável oferece o Hipervida, um programa direcionado aos indivíduos com hipertensão e diabetes com o objetivo de promover hábitos de vida mais saudáveis. São realizadas orientações básicas sobre a doença, orientações nutricionais, conscientização dos fatores de risco, além de atividades físicas orientadas por profissionais qualificados. Silvia Inez é uma das participantes do programa, veja o relato dela.

Em 2011, fui encaminhada pelo Cardiologista que me acompanha, Dr. José Ronaldo, para fazer parte do programa Hipervida, programa este voltado para diabéticos e hipertensos. Minha primeira reação foi negativa, encontrando várias desculpas para a não adesão, pois há anos fazia minha caminhada e nunca tinha frequentado uma academia. Mas após conversa e incentivo de minha família, resolvi agendar minha avaliação. Fiquei surpresa com a forma pela qual fui acolhida pelos profissionais, a dedicação e o carinho que me dispensaram.

A minha participação no programa, além de ter trazido melhorias em minha saúde, elevou minha auto-estima e aumentou meu círculo de amizades. A princípio iria participar por um período de 6 meses, e já estou há quase 2 anos. As atividades são variadas, utilizamos os aparelhos do Centro de Vida Saudável, fazemos caminhadas ao ar livre e sempre com acompanhamento de fisioterapeuta e da educadora física.

O diferencial do meu plano de saúde é a preocupação com as ações para prevenção e promoção de minha saúde e não o tratamento da doença. Agradeço muito pelos benefícios que me proporcionaram."

Causas da hipertensão (pressão alta)

Como ter uma pressão 12 por 8

USUÁRIOS DO PLANO DE SAÚDE SANTA CASA TÊM CINEMA CULT

Desde junho último, um projeto cultural vem movimentando a vida de Passos. Trata-se do Pipoca Cult, um cine-clube aberto às pessoas da comunidade, (que gostem de cinema), abraçado pela Fundação de Ensino Superior de Passos (Fesp) e Santa Casa de Passos. Criado e organizado por Itamar Bonfim, Keuly Vianey, Laura Gianini e Patrick Figueiredo, o Pipoca Cult tem exibições uma quinta-feira por mês, (com datas divulgadas antecipadamente), sempre às 20h00, sendo os filmes criteriosamente selecionados pelos organizadores com sugestões dos participantes.

Segundo o oftalmologista da Santa Casa de Passos, Patrick Figueiredo, aficcionado por cinema e um dos coordenadores do projeto, os diretores escolhidos são cultuados por fazerem cinema de extrema qualidade e arte. Outra característica interessante do Pipoca Cult lembrada por ele é que depois da exibição dos filmes há sempre uma discussão filosófica, psicológica, sociológica, artística e antropológica, aberta a todos que queiram participar. É um momento prazeroso, pois o bate-papo ocorre espontaneamente, para que todos se sintam à vontade.

"O Pipoca Cult é uma ideia genial, ao pensarmos que temos poucas opções de lazer cultural em Passos. Além dos filmes que são selecionados e de alta qualidade, é muito bom participar do grupo, sobretudo para conhecer pessoas sensíveis que se interessam por arte e cultura e que fazem parte de um universo interessante para ser compartilhado com a gente. Há uma imensa troca de informação e vivência entre todos, o que faz a gente sair de cada sessão pleno e feliz, com novos horizontes", explica a jornalista Arlete Porto Soares, participante do Pipoca Cult.

Conforme o provedor da Santa Casa de Passos, Vivaldo Soares Neto, o fato de a Santa Casa ter abraçado essa idéia, abrindo o o Centro de Vida Saudável para as exibições dos filmes, foi uma forma de oferecer mais uma oportunidade aos beneficiários do Plano de Saúde da Santa Casa. "Nossos Programas visam à saúde e ao bem-estar de todos. E por que não um pouco de arte na vida de nossos usuários? Afinal, ela é também uma forma de promover a saúde", destacou o provedor.

A divulgação sobre o Pipoca Cult é feita no Facebook, nas sessões do Pipoca e Bala Pipper e na mídia local.

Cuide bem de quem você ama!

PLANO DE SAÚDE
SANTA CASA
INDIVIDUAL E COLETIVO

Sabemos que proteger a saúde de seu filho está em seus planos. No PLANO DE SAÚDE SANTA CASA você encontra a proteção necessária para você e toda sua família.

(35) 3521-8037 | Rua José Merchioratto, 345 | www.saudesantacasa.com.br

CUIDANDO DE MIM

PROGRAMA CUIDANDO DE MIM

O **Programa Cuidando de Mim**, que também acontece no **Centro Vida Saudável**, tem como foco a orientação nutricional para implantação de hábitos alimentares saudáveis no dia a dia em equilíbrio com a tradição e cultura alimentar aprendidas, prática de atividade física e suporte emocional na promoção da saúde e tratamento do sobrepeso e obesidade.

Beatriz Aparecida de Oliveira Garcia participa do programa há mais de 1 ano e já conseguiu reduzir mais de 30kg através da mudança no estilo de vida. Veja abaixo o depoimento de Beatriz sobre os benefícios dessa mudança em sua vida: *"Com a minha participação no programa sinto melhora na minha dor no joelho, diminuiu o cansaço, aumentou minha disposição e a auto-estima, enfim, melhorou minha qualidade de vida. Hoje consigo caminhar e me sinto muito ativa. Foi e está sendo um grande esforço, existem recaídas, porém já incorporei hábitos que não me deixam comer da mesma forma de antes. O importante é acreditar em si, na equipe e seguir em frente."*

OBESIDADE INFANTIL: OUTRA PREOCUPAÇÃO

Os dados da última pesquisa do IBGE, a Pesquisa de Orçamento Familiar 2008-2009, revelaram um aumento vertiginoso do sobrepeso e da obesidade infantil nos últimos 10 anos, quando comparados às pesquisas anteriores. Nessa última pesquisa foi possível verificar um elevado consumo de biscoitos recheados e refrigerantes, além do baixo consumo de verduras e legumes por adolescentes, quando comparados ao consumo dos adultos e idosos. O biscoito recheado foi considerado um marcador para consumo não saudável porque foi associado ao aumento do consumo de alimentos ricos em energia (fontes de gordura saturada e açúcar) e pobre em micronutrientes. A boa notícia é que a nossa típica mistura de Arroz com Feijão foi associada ao consumo de uma alimentação saudável.

Acreditamos que além das estratégias públicas para o incentivo da alimentação saudável desde a primeira infância, se faz necessária uma urgente mudança de atitude dentro de cada família, contribuindo com o seu próprio exemplo para a modificação dos hábitos alimentares, sobretudo dos filhos que veem nos pais um exemplo a ser seguido. Pequenas mudanças nos hábitos como a troca de refrigerantes por sucos de frutas, biscoitos recheados por sanduíches com pão integral e a inclusão de saladas de legumes e verduras na rotina diária poderão contribuir para a saúde futura das novas gerações. Faça sua parte e proteja seu filho!

EX- FUMANTES GANHAM QUALIDADE DE VIDA

Fonte: Diário do Grande ABC.

PROGRAMA LIVRES ARES

Consumir um maço por dia, ou seja, 20 cigarros, equivale a fumar 7.300 vezes em um ano, dando mais de 70 mil tragadas. Com o passar do tempo, o excesso de fumaça e substâncias tóxicas prejudica o condicionamento físico do dependente. Muitos cigarros são fumados automaticamente. Passam a ser acesos um atrás do outro, sem que haja prazer ou necessidade da droga (nicotina), apenas pela rotina adquirida ao longo do tempo.

São inúmeros benefícios em largar o cigarro, que vão desde a melhora no paladar, sono, respiração, até a diminuição da frequência cardíaca e pressão arterial. Mas a experiência mostra que ninguém vira ex-fumante só pelo fato de ser cobrado por amigos e familiares. A chave do sucesso está em motivá-los a pensar em ter uma vida melhor, algo que só a própria pessoa pode fazer, sem pressões, brigas ou chantagens.

No Centro Vida Saudável, o tabagista que deseja parar de fumar tem a chance de largar este vício através do Programa Livres Ares. Este programa destina-se a indivíduos que desejam parar de fumar através de ações educativas que visam estimular mudanças de comportamento em relação ao tabagismo, com o apoio de uma equipe multiprofissional. Conheça abaixo a história de Brenda Machado Porto, tabagista desde os 13 anos, que conseguiu parar de fumar através do apoio da equipe do Programa Livres Ares.

"O apoio que eu recebi foi essencial para que eu me "libertasse" do cigarro, porque no Programa Livres Ares fui ouvida... lá pude me expor sem ser julgada. Não ficaram dizendo que eu poderia ter câncer, ou apontando o que o cigarro faz de mal para as pessoas, mas sim o que eu "ganharia" ao largar o cigarro.
Essa forma positiva de encarar meu desafio me deu forças e consegui reconhecer que tudo dependia exclusivamente de uma única coisa: MINHA FORÇA DE VONTADE! Já tem mais de um ano que parei e não pretendo voltar nunca mais. Enfim, me libertei!"

Brenda Machado Porto, ex-tabagista

ADOTAR HÁBITOS SAUDÁVEIS APÓS OS 70 FAZ VIVER MAIS

PROGRAMA REVIVER

Grupo Reviver na Pousada das Orquídeas

Fonte: Portal Minha Vida.

Quanto mais cedo você adotar um estilo de vida saudável, com dieta balanceada e prática de exercícios, maior a sua expectativa de vida. A boa nova, no entanto, é que mesmo quem deixou para pensar nisso com idade avançada consegue aproveitar os benefícios da mudança para viver mais e melhor. Isso é o que diz um novo estudo publicado no periódico British Medical Journal (BMJ) a partir de uma pesquisa foi desenvolvida por especialistas do Karolinska Institutet, da Stockholm University e do Stockholm Gerontology Research Center, na Suécia.

Para chegar a essa conclusão, foram avaliados 1.810 pessoas com idade de, no mínimo, 75 anos. Eles foram acompanhados durante 18 anos e, ao longo desse tempo, os pesquisadores analisaram comportamento, atividades de lazer, estilo de vida, profissões e relacionamentos sociais. Ao final do estudo, quase 92% dos participantes morreram. E, entre os sobreviventes, metade viveu mais do que 90 anos.

Os resultados mostraram que metade dos idosos adeptos do tabagismo morreu um ano antes do que os não fumantes. Apontou ainda que, entre todas as atividades de lazer, praticar exercícios foi a mais proveitosa quando o assunto era longevidade. Os idosos que caminhavam, nadavam ou faziam ginástica tiveram uma sobrevida de cerca de dois anos a mais em comparação com os demais.

Mas o segredo mesmo está em combinar estilo de vida saudável, participação em pelo menos uma atividade de lazer e vida social movimentada, o tripé rende até 5,4 anos a mais de vida quando comparado à rotina de hábitos saudáveis, mas sem atividade de lazer e pouca interação social.

O Programa Reviver promovido pelo Centro Vida Saudável vem oferecer aos idosos do Plano de Saúde Santa Casa, acima de 60 anos, orientações e acompanhamentos para o enfrentamento das mudanças biopsicossociais que surgem com o processo de envelhecimento natural. As atividades são realizadas semanalmente e conta com o apoio da equipe multiprofissional.

Conceição Faria, veio para nosso programa para mudança de estilo de vida. *"Eu vim buscar no Programa ajuda para melhorar a Síndrome do Pânico. Aqui encontrei tudo isso, por isso fiquei. Acredito que todos deveriam participar para progredir na vida. Enquanto estivermos vivos devemos lutar para viver bem e este programa nos proporciona isso. Estou tão realizada que conto os dias e me produzo para vir bonita e bem. A idade não tem nada a ver com a vaidade."*

AMIGOS do hrc

Seu compromisso ajuda na manutenção e na ampliação dos cuidados com a vida.

FAÇA SUA DOAÇÃO E AJUDE A MANTER O HOSPITAL REGIONAL DO CÂNCER DE PASSOS

SÃO VÁRIAS FORMAS DE DOAR:

- BOLETO BANCÁRIO
- DÉBITO EM CONTA
- CONTA DE ÁGUA (SAAE)
- CARTÃO DE CRÉDITO

Cadastre-se no **www.hrcpassos.org.br** ou ligue **3522 6169** para participar

GRUPO AJUDA A ENFRENTAR O CÂNCER DE MAMA

FONTES: UNIFESP; Diário do Grande ABC; HAGAH SAÚDE /RS.

Grupo DAMMAS comemorando 1 ano

O câncer pode ser definido, cientificamente, como um crescimento anormal das células do corpo, desenvolvendo tumores malignos ou não. Mas o que muitas pessoas não percebem é que, junto com a doença, o lado psicológico também precisa ser tratado.

Receber o diagnóstico de câncer de mama representa ruptura na vida de qualquer mulher. Muitas se isolam, ficam deprimidas e têm dificuldades para enfrentar a doença, que mexe com a percepção da sexualidade e da própria imagem pessoal. Do ponto de vista da saúde, quanto mais cedo é feito o diagnóstico, maior é a chance de cura. No entanto, como fica a questão estética e emocional durante o tratamento e a possível cirurgia para remoção da mama?

Atualmente, os grupos de apoio são de extrema importância no tratamento dessas mulheres. Os grupos têm o objetivo de ajudar a compreender o problema e permitir que a cliente e sua família participem ativamente do tratamento, para alcançar a recuperação total, física e emocional.

Em 2010, foi criado dentro do programa Buscando Vidas, o grupo DAMMAS (Damas de Apoio às Mulheres Mastectomizadas), que atende mulheres com câncer de mama que estão em tratamento ou, até mesmo, que já passaram dessa fase, mas necessitam do apoio. Este grupo é uma parceria do CVS e Hospital Regional do Câncer (HRC) e atende usuárias do Plano de Saúde Santa Casa e do HRC. O grupo acontece todas as quintas-feiras no CVS às 9h e conta com o trabalho de uma equipe multiprofissional.

Helena do Amaral Souza participa do grupo desde o seu primeiro encontro. Veja o relato dos benefícios que o programa proporcionou no processo de enfrentamento do câncer de mama:

"Ao chegar estava deprimida, mas o grupo é uma força para nós. Todos os processos são excelentes. Isso para mim é uma família. O acolhimento está em primeiro lugar. Eu sinto bem em vir a todas as sessões, você aprende e contribui com outras pessoas. Consegui também novas amizades. Agradeço a Deus por tudo isso que temos aqui e pelo HRC." Para finalizar, o trecho de Charles Chaplin expressa a auto-estima trabalhada com essas mulheres nas reuniões de grupo: "Quando me amei de verdade, compreendi que em qualquer circunstância, eu estava no lugar certo, na hora certa, no momento exato. E, então, pude relaxar. Hoje sei que isso tem nome... Auto-estima".

IMPORTANTE SABER

CONTRATOS ANTES DE 1º DE JANEIRO DE 1999: OPORTUNIDADE DE ADAPTAÇÃO E MIGRAÇÃO

O Plano de Saúde Santa Casa informa aos beneficiários de contratos não regulamentados (celebrados antes de 1º de janeiro de 1999, quando entrou em vigor a Lei que regula o setor de planos de saúde) que a Resolução Normativa 254, da Agência Nacional de Saúde Suplementar – ANS, trouxe a oportunidade de adaptação ou migração dos seus contratos, a fim de ampliar a sua cobertura assistencial e abranger todo o sistema de regulamentação previsto na Lei 9.656/98, com condições especiais.

As principais vantagens da adaptação e migração são:

- acesso à cobertura assistencial de todo o Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde e suas atualizações, de acordo com a segmentação contratada;
- não exigência do cumprimento de prazos de carências para a nova cobertura agregada;
- adequação das faixas etárias ao estatuto do idoso; etc.

A decisão pela adaptação é garantida ao responsável pelo contrato e, após a sua efetivação, mediante a assinatura do termo aditivo, todos os beneficiários vinculados ao contrato de origem passam a ter direito à cobertura do Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde da ANS e às suas atualizações, sem a exigência de cumprimento de novos prazos de carências. O ajuste relativo à ampliação das coberturas será de 20,59% sobre do valor das mensalidades atuais.

O direito de migração é garantido ao responsável pelo contrato e também a cada beneficiário autonomamente. Neste caso, será firmado um novo contrato e o preço do plano será o correspondente ao valor de tabela.

Assim, caso tenham interesse na adequação dos seus planos não regulamentados às coberturas assistenciais e garantias previstas na Lei 9.656/98, o Plano de Saúde da Santa Casa de Misericórdia de Passos está à disposição para fazer a adaptação ou a migração, bem como para o esclarecimento de dúvidas e informações.

NOVOS MÉDICOS PARA O SEU ATENDIMENTO

O Plano de Saúde Santa Casa conta com novos médicos em seu quadro de atendimento. Para facilitar os seus contatos e marcações de consultas, confira abaixo os nomes de cada profissional, especialidade e endereço completo:

DIOGO DE ALMEIDA LIMA
Especialidade: Cirurgia Plástica
Rua Lavras, 57 - Umuarama
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

HENRIQUE WESTIN FERREIRA BRITO
Especialidade: Cirurgia Plástica
Rua Lavras, 57 - Umuarama
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

MELINA ANDRADE MATTAR
Especialidade: Reumatologia
Rua Lavras, 57 - Umuarama
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

CIRO JABUR PIMENTA
Especialidade: Ortopedia
Rua Santa Casa, 164
Tel: 3529-1424
Passos - 37902-314

MIRELLA LOPES VICINELLI
Especialidade:
Rua Santa Casa, 164
Bairro Santa Casa
Passos - 37904-020

PRISCILA FREITAS DAS NEVES
Especialidade: Infectologia
Rua Lavras, 57 - Umuarama
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

RODRIGO KALLAS GONÇALVES
Especialidade: Otorrinolaringologia
Rua Lavras, 57 - Umuarama
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

TOMAS RIBEIRO CARVALHO
Especialidade: Nefrologia
Rua Doutor Saturnino, 177
Tel: 3522-6561
Passos - 37902-314

RICARDO DA SILVA FERNANDES
Especialidade: Oftalmologia
Rua dos Engenheiros, 498
Centro
Tel: 3521-7713
Passos - 37900-020

THOMAS REZENDE DINIZ
Especialidade: Cirurgia Vascular
Rua Dr. Saturnino, 177
Bairro Santa Casa
Tel: 3521-6185
Passos - 37904-020

MARCELO KALLAS GONÇALVES
Especialidade: Endocrinologia
Rua Lavras, 57
Tel: 3521-7877
Passos - 37902-314

MARCOS BECKER ROCHA
Especialidade: Cirurgia Geral/ Cir Aparelho Digestivo
Rua José Merchioratto, 174
Tel: 3529-3700
Passos - 37902-314

LUIZ GUSTAVO HERMÓGENES PEREIRA
Especialidade: Cirurgia Geral
Rua José Merchioratto, 174
Tel: 3529-3700
Passos - 37902-314

FIQUE ATENTO

DESDE DE NOVEMBRO DESTE ANO, O PLANO DE SAÚDE SANTA CASA PASSOU A DISPONIBILIZAR AOS SEUS BENEFICIÁRIOS, ATRAVÉS DO SEU PORTAL NA INTERNET, AS SEGUINTES OPÇÕES:

- acesso à rede credenciada;
- Extrato de atendimentos;
- Demonstrativo para Imposto de Renda;
- Consulta de carências;
- 2ª via de boletos.

Se por algum motivo você não receber seu boleto pelos Correios, por perda ou viagem, poderá imprimir uma segunda via, cuja impressão estará disponível no site (www.saudesantacasa.com.br) 10 dias antes do vencimento . O pagamento deverá ser feito numa das agências do Banco Santander.

PLANO DE SAÚDE SANTA CASA
www.saudesantacasa.com.br

Rua José Merchiorato, nº 345 Passos/MG | (35) 3521-8600
planodesaude@scpassos.org.br

Projeto gráfico e diagramação Planews: Creato publicidade e propaganda www.creato.ppg.br

Jornalista responsável: Arlete Porto Soares - Mtb:13.900
Jornalista assistente: Vanderley Pereira - Mtb:16.893