



IBCM

SUA SAÚDE É A NOSSA MISSÃO

SALA DE ESPERA

8ª EDIÇÃO | SETEMBRO DE 2024

INAUGURAÇÃO CLÍNICA
PASSO FUNDO

MODERNIZAÇÕES 2024

SUPERAÇÃO



REVOLUÇÃO NA SAÚDE:

AVANÇOS INÉDITOS E INVESTIMENTOS TRANSFORMADORES DO PLANO DE SAÚDE IBCM

Descubra como o Plano de Saúde IBCM está redefinindo o cuidado com inovações em tecnologia e serviços, impulsionando sua gestão para um futuro mais saudável!



SUMÁRIO

- | | | | |
|-----------|------------------------------------|-----------|---|
| 03 | JUNTOS COM O RIO GRANDE DO SUL | 12 | DICAS PARA MANTER A SAÚDE EM DIA |
| 04 | SERVIÇOS CARDIOLÓGICOS | 14 | 96 ANOS IBCM |
| 05 | DESPRESCRIÇÃO | 15 | NUCLIMAGEM |
| 06 | INAUGURAÇÃO CLÍNICA DE PASSO FUNDO | 16 | CDF FISCALIZA E GARANTE TRANSPARÊNCIA |
| 08 | PROGRAMA PREVINE | 17 | PRÉ-DIABETES |
| 09 | MODERNIZAÇÕES 2024 | 18 | TODOS OS MESES UMA NOVA CAMPANHA DE SAÚDE |

EXPEDIENTE – REVISTA IBCM
SETEMBRO 2024
Diretoria Executiva
Daniel Lopes dos Santos – Diretor Presidente
Alceu Bosi – Diretor Vice-Presidente

Gerências

Luciano Batista – Gerente Financeiro
Thiago Fogaça Falkenbach – Gerente Administrativo e Pessoal

Conselho Deliberativo Fiscal

Gestão 2021-2025
Clarice Terezinha Pasqualotto - Presidente
Ricardo Mauro Agra - Vice-presidente
Paulo Ricardo da Silva - Secretário

Membros

Alexandre A. de Araújo Kruel
Aristeu Simões Pereira
César Giovani Formoso da Costa
Cleo Carrets Nunes
Daltro Quadros Duarte
Francisco Luiz Souza de Mello
Gilson Guaraci da Silveira Noroefé
Ilo Luiz Alves
Hamilton Corrêa Bonifácio
Jairo Conceição da Rosa
John Wayne Molina de Campos
Luís Ernesto Barriquel
Odécio dos Santos
Paulo César Franquilin Pereira
Sandro Teixeira Gonçalves
Sidney Souza Silveira
Valter Disney Sales Lourenço

Revista Sala de Espera
Publicação oficial do
Plano de Saúde IBCM
Editor e jornalista responsável
Charles Soveral – Mtb 5.736
Diagramação
Diênifer Neumann Vargas
Produção Editorial Sul Ltda.
www.ibcmsaude.com.br

Endereços:



Porto Alegre
Rua Barão do Triunfo, nº 175
Bairro **Menino Deus**
Tel. Geral (51) 3230-5511



Av. Rócio, nº 350
Bairro **Partenon**
Tel. Geral 3320-9200



Passo Fundo
Rua Teixeira Soares, nº 1675
Bairro **Centro**
Tel. Geral (54) 3313-7295

JUNTOS COM O RIO GRANDE DO SUL

A Instituição Beneficente Cel. Massot (IBCM) se aproxima velozmente de seu centenário. Nossa Instituição existe a tempo suficiente para entender a grandeza do povo rio-grandense que cresce sempre que é desafiado assim como ocorreu neste ano de 2024.

As enchentes nos surpreenderam e nos afrontaram levando muitas vidas, obrigando muitos de nossos irmãos e suas famílias a recomeçarem do zero.

Nossa identidade, origem e existência está intimamente ligada ao povo gaúcho do qual fazemos parte e trabalhamos para levar serviços de saúde com qualidade. Nossa história se funde com os valores da gente que nasce e vive no nosso Rio Grande do Sul.

Por este motivo sentimos as mesmas dores e perdas que atingiram nosso povo com a destruição causada pelas enchentes. Um grande desafio da natureza enfurecida que nos faz refletir muito de como é importante termos saúde e forças para recomeçar, quando necessário.

O Plano de Saúde IBCM sempre apostou nesta ideia, oferecendo aos seus associados mais do que simples atendimentos.

Muitos dos profissionais de Segurança Pública e outros servidores do Estado foram para a linha de frente da catástrofe climática amparados pelos atendimentos de qualidade de nossa Instituição que, ao longo do tempo, lhes ofereceu o melhor preparo físico e psicológico para enfrentar estes momentos decisivos. Um exemplo de atitude solidária com os servidores públicos gaúchos foi o de oferecer os serviços de Telemedicina temporariamente, durante a crise climática, a todos que se cadastraram para receber o serviço sem custo.

Nós trabalhamos com serviços de saúde física e mental, tão necessários em tempos de crise como os atuais.

Estamos juntos com o Rio Grande do Sul e trabalhando fortemente para oferecer aos nossos associados as condições necessárias para enfrentarem os desafios, por mais pesados que sejam porque superação é marca e tradição dos gaúchos.

Daniel Lopes dos Santos
Diretor Presidente

Alceu Bosi
Diretor Vice-presidente

SUPERAÇÃO RS

De mãos dadas com os Servidores Públicos gaúchos

 **amme**
atendimento médico especializado

Tudo para sua
SAÚDE
em um só lugar



**AGENDE SUA
CONSULTA**

54 3046 1415
54 9 9639 0250

Diversas especialidades

- Cardiologia
- **Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo**
- Clínica Geral
- **Dermatologia**
- Endocrinologia
- **Fisioterapia**
- Gastroenterologia
- **Geriatria**
- Ginecologia
- **Neurologia**
- Neurologia Pediátrica
- **Neuropsicologia**
- Nutrição
- **Oftalmologia**
- Ortopedia e Traumatologia
- **Otorrinolaringologia**
- Pediatria
- **Psicologia**
- Psiquiatria
- **Reumatologia**
- Urologia
- **Vascular**



Pacotes especiais para inserção de DIU!

garantimos uma inserção segura e confortável, visando o seu bem-estar.

 Rua Uruguai, 1163
Centro, Passo Fundo - RS

@ amme@amme.med.br

  clinicaamme

SERVIÇO CARDIOLÓGICO DA CLÍNICA MENINO DEUS ATENDE 5 MIL ASSOCIADOS NO ÚLTIMO ANO

As doenças cardiovasculares são a principal causa de morte não só no Brasil, mas em todo o mundo. Todos os anos, milhares de brasileiros vão a óbito em decorrência dessas doenças.

Por ser uma importante causa de atendimentos médicos, o Plano de Saúde IBCM abriu há cerca de um ano, em parceria com a empresa Binda Nascente, uma clínica completa para exames e diagnósticos de doenças cardiovasculares, no segundo andar da clínica IBCM do Menino Deus, em Porto Alegre.

Em seu primeiro ano de atividades, o serviço cardiológico atendeu cerca de 5 mil associados, realizando inúmeros exames. Os exames realizados com maior frequência foram eletrocardiograma de repouso, ergometria, mapa e Holter. O médico Rafael Nascente, responsável pelo serviço cardiológico da IBCM, destaca que os pacientes precisam monitorar suas condições de saúde com visitas regulares ao cardiologista. A preocupação aumenta com o avançar da idade. Ele lembra que as doenças cardiovasculares podem afetar o coração e os vasos sanguíneos, como a doença arterial coronariana, que envolve dor no peito e infarto agudo do miocárdio, sendo esta a maior causa de morbimortalidade no mundo.

Os principais fatores de risco para o desenvolvimento de doenças cardiovasculares são o tabagismo, o colesterol em excesso, pois podem se acumular e levar à formação de placas de gordura, hipertensão, obesidade, estresse, depressão e diabetes. Os diabéticos têm duas a quatro vezes mais chances de sofrer um infarto.

As doenças cardiovasculares se desenvolvem ao longo do tempo e por isso não apresentam sintomas logo no início. A equipe de Cardiologia da IBCM recomenda que as pessoas devam estar atentas a sinais como dor ou desconforto no centro do peito, nos braços, ombro esquerdo, cotovelos, mandíbula ou costas, pois podem ser um indício de ataque cardíaco. Os cardiologistas lembram também que a pessoa pode ter dificuldade em respirar ou falta de ar, sensação de enjoo ou vômito, sensação de desmaio ou tontura, suor frio e palidez. Conforme a equipe cardiológica da IBCM, as mulheres são mais propensas a apresentar falta de ar, náuseas, vômitos e dores nas costas ou mandíbula. A recomendação é que se faça revisões periódicas para assegurar que está tudo perfeito com o seu coração.



DESPRESCRIÇÃO.

VEJA AS INDICAÇÕES E A REPERCUSSÃO NA SAÚDE DO IDOSO

Constança Mantelli
Geriatra IBCM – CRM 21700

Vivemos um momento em que o universo farmacêutico ganha, mais do que nunca, um espaço que merece a revisão de sua importância. A caneta do médico e sua responsabilidade técnica passa a ter muito mais importância. Temos um compromisso com a manutenção e com os cuidados da saúde de nossos pacientes.

A **polifarmácia** é um termo dentro da Geriatria bastante conhecido, pois quase 30% dos idosos utiliza cinco ou mais medicamentos diariamente.

A **desprescrição** surge como promoção da saúde da pessoa idosa e torna mais clara a importância do quanto realmente algumas medicações são necessárias. O processo de **desprescrição** objetiva a reavaliação dos remédios tomados pelo paciente, pensando em diminuir os efeitos adversos, evitar administração de medicações repetidas e ter como resultado uma melhora na qualidade de vida.

As medicações devem sempre vir com a ideia de causar mais benefícios do que malefícios, sendo, portanto, necessária uma constante reavaliação do médico.

A prescrição inadequada de medicamentos pode ser responsável por inúmeros problemas, entre eles as internações, quedas, falta de apetite, falta de mobilidade, confusão mental, tonturas entre outros.

A **desprescrição** é uma técnica focada no paciente de maneira individualizada, seguindo protocolos de cuidados dessa retirada.

O Stoppfrail (*Screening Tool of Older Persons Prescriptions in Frail adults with limited life expectancy*) e os critérios de Beers são recomendações internacionais que consideram determinados medicamentos como inapropriados, facilitando o movimento de desprescrever.

O médico, ao retirar a medicação, deve acompanhar periodicamente o paciente. Este monitoramento ajuda no controle do impacto deste processo, evitando efeitos que possam causar danos na qualidade de vida dos pacientes.

A desprescrição envolve cinco etapas:

1° É preciso definir quais medicações serão interrompidas.

2° A indicação do medicamento supera o risco do uso da droga e está compatível com a expectativa de qualidade de vida do paciente?

3° A relação risco/benefício desse medicamento foi adequadamente avaliada?

4° Não se deve retirar várias medicações de uma só vez. A palavra de ordem é prioridade.

5° Acompanhamento do paciente.

É sempre importante investir em medidas não farmacológicas para a promoção da saúde como uma dieta balanceada, perda de peso, atividade física, cessar o tabagismo, terapia cognitivo-comportamental entre outras.

O bom senso, a atenção e a paciência são ótimos guias para seguir com segurança as boas práticas de desprescrição de medicamentos.



IBCM INAUGURA MODERNA CLÍNICA EM PASSO FUNDO

A sexta-feira, 26 de julho de 2024, foi uma data histórica para o Plano de Saúde IBCM. Reunidos na Rua Teixeira Soares, nº 1675, no centro da cidade de Passo Fundo, funcionários, associados, lideranças políticas e da comunidade, diretores e conselheiros da IBCM resgataram, nesta data, um antigo sonho, iniciado lá no ano de 1994 que era entregar para a cidade e para a Região do Planalto do Médio uma clínica moderna com os melhores recursos para o atendimento ambulatorial de saúde.

A clínica 1º Sgt Enf. Giuliani é o resultado de uma história de perseverança, determinação e sucesso. Começou em 1994, quando o Tenente José Luiz Zibetti assumiu a presidência da regional de Passo Fundo, Associação dos Sargentos, Subtenentes, e Tenentes da Brigada Militar e Bombeiro Militar (ASSTBM).

Após alguns anos de estudos e de ampla exposição dos motivos e benefícios, em julho do ano 2000, a ASSTBM, através de seu Conselho Deliberativo, deu sinal verde para a instalação da clínica junto à sua sede na cidade de Passo Fundo.

Em 13 de março de 2001 era inaugurada a Clínica IBCM 1º Sgt Enf. Giuliani em Passo Fundo. Conhecida como terceiro Polo, a clínica não demorou em obter reconhecimento público

pela excelência e qualidade dos serviços oferecidos.

A Clínica IBCM de Passo Fundo pouco a pouco foi ampliando sua gama de serviços de saúde e hoje presta atendimento médico, odontológico, fonoaudiológico e psicológico a aproximadamente 100 associados por dia, além de possuir uma rede de credenciados que propiciam mais de três mil atendimentos mensais aos associados e seus dependentes.

No ano de 2023, após identificar a necessidade de ampliação e modernização da clínica de Passo Fundo para oferecer mais qualidade e conforto no atendimento aos associados, a Diretoria Executiva da IBCM encaminhou o projeto de aquisição de novo espaço em Passo Fundo para apreciação do Conselho Deliberativo Fiscal (CDF) da Instituição. A proposta foi aprovada e deu-se o início oficial ao projeto de melhoria ao atendimento da nossa comunidade de associados na região.

Em 26 de julho de 2024 começaram oficialmente as operações da clínica. Desde então, a comunidade de associados conta com novas e modernas instalações que acompanham o padrão de qualidade e de modernizações presentes nas demais unidades do Plano de Saúde.



Consultas, exames e cirurgias oftamológicas



Associado IBCM, nossos serviços oftalmológicos são completos e contam com profissionais qualificados além de alta tecnologia.

Unidade Porto Alegre
Hospital Ernesto Dornelles 1801 – 3º Andar
Av. Ipiranga, Porto Alegre – RS
📞 **Whats: 51 98517-1014**

Unidade São Leopoldo
Rua Primeiro de Março 474 / 1402
Centro – São Leopoldo – RS
📞 **Whats: 51 98473-1013**

Unidade São Jerônimo
Av. Rio Branco, 1008/01
Bela Vista – São Jerônimo
📞 **Whats: 51 98517-1014**

📞 **Porto Alegre**
(51) 3282-2207

📞 **São Leopoldo**
(51) 3191-5740

www.sulvision.com.br

No evento de inauguração das novas instalações, prestigiado por lideranças políticas, sociais, comunitárias e de representações da família brigadiana do Rio Grande do Sul foi destacado o empenho pessoal do chefe da clínica, Tenente José Luiz Zibetti. "Este homem representa o esforço da IBCM em transformar em realidade este antigo sonho de nossa comunidade. Agradecimento a ele e a IBCM", resumiu Saul Spinelli, presidente da Câmara de vereadores de Passo Fundo.

Na mesma linha, a manifestação do vice-prefeito de Passo Fundo, João Pedro Nunes, destacou a importância para a cidade em contar agora com uma instalação mais moderna e com uma equipe de profissionais altamente capacitados para atender aos servidores públicos e da área de Segurança Pública.

O presidente da ASSTBM, Aparício Costa Santellano, por sua vez, lembrou a antiga parceria da entidade que preside com a IBCM e mostrou grande satisfação por estar presente desde o início da nova clínica desde o seu início. A presidente do Conselho Deliberativo Fiscal (CDF) da IBCM, Clarice Pasqualotto, também destacou o significado para o atendimento de saúde dos associados não apenas na cidade, mas região do Planalto Médio. "Tenho especial carinho por esta cidade e região. Falo por mim e pelo CDF que apoiou totalmente esta ideia", mencionou em sua fala.

Alceu Bosi, diretor vice-presidente da IBCM, agradeceu a todas as pessoas envolvidas no projeto de inauguração das novas instalações da clínica. Pare ele, foi uma união de esforços e de muitas mãos que resultam em mais qualidade no atendimento de quem procura os serviços do Plano de Saúde. "Um investimento na qualidade dos serviços que reflete a preocupação de nossa gestão em oferecer o melhor aos associados", garantiu.

O diretor presidente da IBCM, Daniel Lopes dos Santos, aproveitou a inauguração das novas instalações para convocar os servidores públicos de Passo Fundo e da região a conhecerem os serviços oferecidos. "Tenho confiança que todos aqueles que conhecerem este patrimônio que estamos entregando para os associados e para a comunidade perceberão que aqui temos muita qualidade", concluiu ele.

Durante a solenidade de inauguração das novas instalações da Clínica de Passo Fundo, o filho do 1º Sgt Enf. Giuliani e presidente da Associação dos Oficiais da Brigada Militar de Passo Fundo, Coronel RR André Ildalmir Savian Giuliani, manifestou o agradecimento à IBCM por manter viva a memória de seu pai.



**QUALIDADE EM MEDICINA
NUCLEAR E DIAGNÓSTICO
POR IMAGEM**

- Medicina Nuclear;
- Métodos Gráficos em Cardiologia;
- Densitometria óssea;
- Ressonância magnética de campo aberto;
- Tomografia.
- Ecografia;
- Ecocardiografia (Doppler)
- ECG;
- Ecovascular;
- Mamografia.



Hospital Ernesto Dornelles

Av. Ipiranga, 1801, 3º andar

Hospital Porto Alegre



Rua Antônio Francisco da Rocha, 100



(51) 3217.2666

contato@nuclimagem.com.br

www.nuclimagem.com.br



PROGRAMA PREVINE FAZ TRÊS ANOS DE ATIVIDADES

Promover a saúde e prevenir doenças. Este é o foco do Programa Previne IBCM que, em setembro de 2024, completou três anos de intensas atividades. As questões físicas e mentais dos associados do Plano de Saúde IBCM são tratadas no Previne por inúmeras equipes multidisciplinares, visando qualidade de vida a todos os participantes.

O Previne é organizado e administrado pelo Chefe da Clínica Menino Deus, Cel. Eduardo Nascimento, e coordenado pelo diretor técnico-médico da IBCM, José Luiz Barbieux, pela chefe do Serviço de Psicologia, Flávia Ferreira, com a supervisão do diretor vice-presidente da Instituição Alceu Bosi.

No Programa Previne, os participantes de diversas faixas etárias, desde jovens até associados que já desfrutam da aposentadoria, encontram grupos para compartilhamento de conhecimento, informação de saúde e de experiências pessoais. Para participar do Previne o associado do Plano de Saúde IBCM não paga nada a mais e deve procurar informações junto ao profissional que lhe atende. Mais detalhes no site www.ibcmsaude.com.br



Análises Clínicas
UNIDOS

www.laboratoriounidos.com.br
faleconosco@laboratoriounidos.com.br



Porto Alegre

Pça Simões Lopes Neto 175 sala 2
Dentro do Hospital Espírita
☎ (51) 3307-2130

Passo Fundo

Rua Morom, 1366 - Centro
(54) 3045-2544
☎ (54) 3045-2336

Atendimento das 7h30 às 11h30 e das 14h às 16h

Nosso Whats

☎ (54) 98156-0041

Exames com qualidade
comprovada por auditoria
de terceira parte



IBCM E A MELHORIA CONTINUADA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS

Charles Soveral
Jornalista Mtb.5736

A atual gestão do Plano de Saúde IBCM estabeleceu como foco oferecer os melhores e mais eficientes serviços de saúde para seus associados. Neste sentido, o Plano de Saúde IBCM adotou como prática a melhoria continuada dos recursos estruturais. Em 2023 e 2024 foram acelerados novos investimentos na modernização de clínicas, processos tecnológicos e recursos humanos.

No campo dos investimentos em infraestrutura, o destaque vai para as clínicas do Plano de Saúde modernizadas em suas fachadas e recepções com base em projeto arquitetônico de empresa especializada com as boas práticas do mercado. As clínicas do Menino Deus e do Partenon, em Porto Alegre, assim como a clínica da cidade de Passo Fundo, foram contempladas no processo. Em Passo Fundo a modernização foi mais intensa com a compra e reforma de um novo prédio.

O conjunto de ações não se limitou a estes itens, lembra o gerente administrativo da IBCM, Thiago Fogaça Falkenbach. Ele cita, por exemplo, que na clínica do Menino Deus e na do Partenon o visual foi modernizado e acompanhado de novos controles de segurança com a adoção de catracas eletrônicas que monitoram o acesso e a permanência de funcionários, colaboradores, credenciados e associados nas instalações. "Esse controle é um item de segurança que beneficia a todos que acessam aos locais", frisa Falkenbach.

"O acesso se dá por meio de biometria eletrônica a partir de cadastros de identificação que permite aos gestores analisar os fluxos e volumes de atendimento com informações precisas", alerta Marcelo Martins, gestor de tecnologia de Informação da IBCM.

No interior das clínicas as mudanças estão acontecendo. O Serviço de Odontologia ganhou novo espaço para a chefia do setor, representando mais agilidade no atendimento das demandas profissionais do setor. O segundo andar da Clínica do Menino Deus ganhou um consultório clínico que objetiva a avaliação médica de forma rápida e ágil para iniciar o diagnóstico. A novidade agradou muito aos associados porque a nova dinâmica agilizou e aperfeiçoou os atendimentos.

Na área das Terapias, a recepção também foi totalmente remodelada no mesmo padrão arquitetônico das demais recepções da IBCM. Agora, enquanto aguarda atendimento, o associado passa a contar com instalações

mais espaçosas e bem iluminadas. Além disso, as crianças, público importante do setor, ganharam o Espaço Kids, especialmente preparado para entretê-las antes das consultas.

A área de atendimento aos clientes (SAC) ganhou mais espaço e novos postos de trabalho e com isso os associados passaram a ter mais rapidez para as demandas à distância.

A parceria com empresas de referência no mercado está, pouco a pouco, transformando as clínicas em verdadeiros centros de saúde. No Partenon foi inaugurado um novo espaço para o Laboratório Senhor dos Passos. Funcional e equipado com o que há de melhor para a coleta e realização dos exames de laboratório.

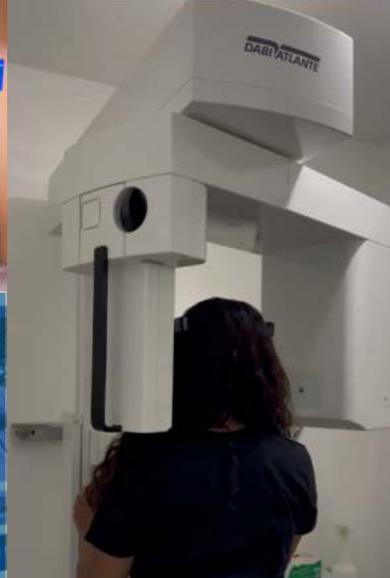
Na Clínica do Menino Deus, também no segundo piso, duas empresas se destacam pelo volume de serviços oferecidos: a Clínica Cardiológica a cargo do médico Rafael Nascente e a Clínica Oftalmológica SulVision. Em ambas, o associado encontra soluções completas de exames que oferecem conforto e praticidade aos pacientes. No térreo, a parceria com a iniciativa privada modernizou também as instalações da Farmácia Aguiar que ganhou novo visual.

No Partenon, além da fachada com o visual padrão do Plano de Saúde, os investimentos alcançaram a área de estacionamento e a geração de energia elétrica com painéis fotovoltaicos. Estes painéis também foram implantados na Clínica Menino Deus e a principal vantagem está relacionada à economia de custos que ajudam nos investimentos em outros setores.

"O objetivo é muito claro. Oferecer o melhor para quem confia sua saúde à IBCM", comenta o diretor vice-presidente, Alceu Bosi, que participou do planejamento de todos estes investimentos.

Para o diretor presidente da IBCM, Daniel Lopes dos Santos, os investimentos materiais são de elevada importância, porém ele assinala que o mais importante está no acolhimento adequado aos associados e aos colaboradores. Neste sentido, a IBCM recebeu em 2023 a certificação GPTW (*Great Place To Work*) que é uma referência de qualidade para o mercado e que traduz, segundo ele, o caminho escolhido pela Instituição na oferta de serviços de qualidade.





DICAS PARA MANTER A SAÚDE EM DIA

1. Praticar atividades físicas

Praticar atividades físicas está entre os hábitos mais saudáveis. Manter o corpo em movimento ajuda a ter melhor qualidade de vida. Ao mesmo tempo, previne doenças, causa bem-estar e gera descargas de adrenalina que impulsionam para outras atividades. É por isso que a prática das atividades é tão recomendada por todos os profissionais de saúde.



2. Ter uma alimentação saudável

Tomar um bom café da manhã, comer pequenas porções várias vezes ao dia, valorizar alimentos naturais e frescos, não pular refeições e outras ações simples são uma das formas de manter o seu bom humor, energia e qualidade de vida.



3. Fazer pausas regulares e programadas

Trabalhar muitas horas seguidas, ficar sobrecarregado com tarefas muito desafiadoras, levar tarefas para casa e outras atitudes relacionadas ao trabalho podem ser muito prejudiciais à saúde. Então, tente realizar pausas regulares e programadas na sua rotina de trabalho para limpar a mente,



FALAVIGNA
ADVOCACIA

**SEU DIREITO
NOSSO DEVER**

A **Falavigna Advocacia** é reconhecida pela confiança, dedicação e conhecimento de seus profissionais. Nossa missão é a busca constante do melhor interesse aos nossos clientes, garantindo a segurança necessária para **resolver** ou **evitar** problemas jurídicos. Faça como a IBCM, venha para a **Falavigna Advocacia!**

Rua Osvaldo Miller Barlem, 71 – Canoas – RS
jurídico@falavigna.adv.br
www.falavigna.adv.br



4. Durma bem

Um dos fatores principais para o bom funcionamento do nosso corpo é um boa noite de sono para recuperar o desgaste do dia a dia. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda pelo menos 8 horas de sono para fortalecer o sistema imunológico, nos tornar mais fortes e resistentes a doenças.



5. Beba bastante água

É muito importante ter o costume de beber água diariamente, seja para manter os órgãos vitais hidratados ou para proteger as nossas células. O Ministério da Saúde afirma que adultos devem beber, em média, dois litros por dia. A ingestão de água reduz o inchaço, ativa a circulação sanguínea, garante o funcionamento dos rins, previne a prisão de ventre, reduz casos de câimbras e muito mais.



Pronto atendimento em Traumatologia e Clínica Geral

Rua Mostardeiro, 233 - Moinhos de Vento
Porto Alegre- RS

Nossos Serviços

- ✓ Clínica Geral
- ✓ Traumatologia
- ✓ Curativos
- ✓ Vacinas
- ✓ Drenagens
- ✓ Suturas



@prontosocorrocruzazul



Mais informações pelo WhatsApp:
(51) 99552-9159

www.prontosocorrocruzazul.com.br

PLANO DE SAÚDE IBCM COMPLETA 96 ANOS

O mês de setembro de 2024 marca o aniversário da **Instituição Beneficente Cel. Massot (IBCM)** que completa 96 anos desde a sua fundação no ano de 1928.

Atualmente o Plano de Saúde atende não apenas aos servidores da Brigada Militar, como acontecia originalmente, mas também a toda gama de servidores públicos e seus familiares que são associados ao IPE Saúde.

Nos últimos anos a IBCM vem ampliando o leque de serviços oferecidos aos associados do Plano de Saúde, além de aportar investimentos em infraestrutura de suas clínicas próprias (duas em Porto Alegre e uma em Passo Fundo) como se pode conferir em reportagem especial desta edição da **Revista Sala de Espera**.

Os investimentos também alcançaram aos profissionais que atuam na empresa que estão constantemente sendo aperfeiçoados com cursos e treinamentos. O Plano de Saúde IBCM recentemente conquistou, graças a esta política de gestão dos recursos humanos, o título de *Great Place to Work (GPTW)* que significa ser a empresa um Excelente Lugar Para Trabalhar.

Segundo o diretor presidente Daniel Lopes dos Santos os investimentos visam mais conforto, agilidade e qualidade nos serviços oferecidos. Ele lembra que a IBCM caminha para seu primeiro centenário. "O que atesta todo o trabalho da Instituição e também da credibilidade que desfruta junto aos associados, funcionários, credenciados e parceiros operacionais. Ninguém chega a um centenário sem muito esforço, trabalho e seriedade", conclui ele.



Associado IBCM.
Agora você conta com
os serviços cardiológicos
na Clínica do Menino Deus!

Eletrocardiograma
Mapa de pressão arterial 24 horas
Holter 24 horas
Teste ergométrico

Atendimento das 7h30 às 18 horas

NUCLIMAGEM USA A MEDICINA NUCLEAR PARA SALVAR VIDAS

Um dos parceiros operacionais mais antigos do Plano de Saúde IBCM é a Nuclimagem, empresa especializada em importantes exames proporcionados pela avançada Medicina Nuclear.

A Medicina Nuclear é uma especialidade médica que, utilizando métodos seguros, praticamente indolores e não invasivos, emprega materiais radioativos com finalidade diagnóstica e terapêutica. Usa quantidades mínimas de substâncias radioativas (radiofármacos) como ferramenta para acessar o funcionamento dos órgãos e tecidos vivos, realizando imagens, diagnósticos e, também, tratamentos.

Um dos fundadores da Nuclimagem é o médico Belmonte Juarez Marroni que é também chefe do Serviço de Medicina Nuclear do Hospital Ernesto (HED) Dornelles, um dos mais tradicionais estabelecimentos de saúde do Rio Grande do Sul.

Ao lembrar a trajetória da empresa que fundou, o médico assinala que a Medicina Nuclear foi uma opção de vida profissional lá nos anos de 1970, quando se formou. "Percebi que esta subespecialidade médica da Radiologia naquela época, poderia ganhar grande importância para a área da Saúde no Brasil e no mundo, salvando, vidas com diagnósticos precisos e tratamentos eficazes.", conta Marroni.

Ele relata que a Nuclimagem surgiu em 1987 no antigo Hospital Lazarotto que funcionava na Zona Norte de Porto Alegre e que poucos anos depois a empresa inaugurou os serviços no

HED. Nos anos 90 a Nuclimagem forma parceria com a IBCM que, na época, estava focada no atendimento de saúde à família brigadiana. "Nossa relação, desde aquela época, sempre foi muito positiva. Passamos a acompanhar todo o desenvolvimento da IBCM que hoje, sabemos, atende além dos policiais os demais servidores públicos gaúchos", completa ele.

Em 2016, mais uma etapa importante da história da empresa com a ampliação de sua área de atuação, incorporando um amplo repertório de exames de diagnóstico por imagem. Neste período, a Nuclimagem criou uma nova unidade, localizada no Hospital Porto Alegre, somando-se aos esforços da AFM (Associação dos Funcionários Municipais de Porto Alegre) para a criação de um CDI (Centro de Diagnóstico por Imagem).

Hoje, a Nuclimagem conta com uma equipe de mais de 50 colaboradores e médicos que se somam aos esforços diários para prestar um atendimento em diagnóstico por imagem de alto nível. Entre os exames realizados pela Nuclimagem estão a ecografia cardíaca, ecografia vascular (Doppler), ECG - eletrocardiograma de repouso, teste ergométrico, tomografia, ressonância magnética, raios-X e mamografia entre outros.



DR. BELMONTE JUAREZ MARRONI



CDF FISCALIZA E GARANTE TRANSPARÊNCIA AO PLANO DE SAÚDE IBCM

O Conselho Deliberativo Fiscal (CDF) da IBCM desempenha um papel fundamental na fiscalização e governança do Plano de Saúde IBCM, garantindo integridade, legalidade e conformidade das decisões tomadas pela Diretoria Executiva. A existência do CDF é uma garantia de transparência gerencial da Instituição junto aos associados IBCM. Este é o conceito básico que fundamenta o CDF, constituído por 20 associados eleitos e agrupados em comissões especiais que se destinam a analisar diferentes demandas que incluem desde novos investimentos, sugestões, críticas e ajustes necessários a legislação pertinente que regula o plano de saúde.

Atualmente o CDF é presidido por Clarice Terezinha Pasqualotto que é a primeira mulher a ocupar este cargo na história da Instituição. "Me sinto honrada em desempenhar esta importante função. O Conselho funciona bem porque cada um dos seus integrantes é centrado e focado em oferecer o melhor para os nossos associados", garante ela.

O CDF, que possui reuniões regulares e totalmente documentadas, é responsável pela fiscalização das atividades financeiras e administrativas da IBCM. É no âmbito do CDF que os relatórios financeiros da Diretoria Executiva são analisados.

Cabe ao CDF, lembra Clarice, alertar a Diretoria Executiva sobre as consequências e eventuais ajustes na condução dos interesses da Instituição IBCM que se aproxima de um século de história.

“Trabalhamos com o objetivo de garantir que todas as decisões tomadas sigam na direção de melhores serviços aos associados e que a IBCM tenha uma vida longa para muitos anos além do centenário”.

Para a presidente tudo precisa estar perfeitamente alinhado com as normas da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), especialmente a Resolução Normativa nº 518 que estabelece critérios e requisitos mínimos para a garantia da qualidade da assistência à saúde prestada pelas operadoras. Ela frisa que é exatamente o respeito às normas que garante os interesses do associado IBCM.



Ricardo
Mauro Agra
Vice-presidente

Clarice
Terezinha Pasqualotto
Presidente

Paulo
Ricardo da Silva
Secretário

SEM PERCEBER MUITAS PESSOAS PODEM ESTAR NA FASE PRÉ-DIABETES

Segundo o *Atlas da International Diabetes Federation (IDF)*, cerca de 18 milhões de pessoas são pré-diabéticas no Brasil. A pré-diabetes é um estágio intermediário entre o padrão saudável de açúcar no sangue e a diabetes mellitus tipo 2, caracterizado pelo aumento dos níveis de glicose no sangue, mas não a ponto de ser diagnosticado como diabetes. A quantidade de glicose acumulada no sangue é denominada glicemia e o seu aumento resulta na hiperglicemia, o que caracteriza o diabetes.

O problema pode acontecer por conta da **insuficiência da produção ou da ação da insulina** e, em alguns casos, devido à combinação dos dois fatores. Produzida pelo pâncreas, a insulina tem a missão de diminuir a glicemia ao fazer com que o açúcar presente na corrente sanguínea seja absorvido pelas células para posteriormente ser utilizado como fonte de energia.

Quando a insulina é disponibilizada em pouca quantidade ou não funciona da forma correta, o organismo passa a ter **mais glicose no sangue**, desencadeando o diabetes.

Basicamente, a pré-diabetes acontece quando a glicose não é metabolizada, nem aproveitada o suficiente, de modo a acumular no sangue. O estado de normalidade da glicemia em jejum é de 70 mg/dl a 100 mg/dl.

Uma pessoa é classificada como pré-diabética ao medir a sua glicemia em jejum e atingir entre 100 e 125 mg/dl. Já aqueles que atingem a partir de 126 mg/dl são considerados diabéticos. Há vários fatores que podem culminar na pré-diabetes, sendo que os mais comuns são: tendência familiar e herança genética; ganho de peso; alimentação hipercalórica e sedentarismo.

*Fonte: Ministério da Saúde.



Ser associado da Sicredi Tradição
é contar com benefícios incríveis
para os servidores da segurança pública.

-  Crédito consignado com taxas especiais;
-  Atendimento personalizado, feito por quem entende a tua realidade;
-  Controle total da sua conta direto pelo aplicativo do Sicredi.

Traga seu
salário
para a Sicredi Tradição
e tenha um pacote de benefícios exclusivos para sua conta corrente.



Portabilidade de crédito

Transfira seus empréstimos para a nossa instituição financeira e garanta vantagens.

Contato:

Entre em contato pelo WhatsApp através do QR Code



@sicreditradicao
(51) 3358-4770



TODOS OS MESES UMA NOVA CAMPANHA DE SAÚDE

As campanhas de saúde foram idealizadas por organizações públicas e da sociedade civil para incentivar a prevenção de doenças. Confira aqui as principais campanhas ao longo do ano:

Janeiro branco

O objetivo do janeiro branco é conscientizar sobre o cuidado com a saúde mental e a importância de buscar apoio psicoterapêutico.

Fevereiro roxo

O mês de fevereiro é importante para informar as pessoas sobre a fibromialgia, endometriose e alzheimer, que são doenças de origem neurológica.

Março azul-marinho

O câncer colorretal é o terceiro câncer mais comum no Brasil. O março azul-marinho é uma campanha para conscientizar sobre a importância de diagnosticar e prevenir a doença.

Abril verde/azul

O abril verde é um mês para garantir que os trabalhadores entendam a importância da saúde e segurança no trabalho. Em abril também é feita a campanha de abril azul, voltada à conscientização do autismo.

Maião amarelo

Em maio, a conscientização é sobre a conduta no trânsito e evitar todas as consequências de acidentes e atropelamentos. Uma das principais causas de lotação dos serviços de emergência médica.

Junho vermelho

Campanhas como a do junho vermelho incentivam as pessoas a doar sangue com regularidade.

Julho amarelo

Hepatites são doenças que precisam de atenção. Por isso, o julho amarelo é importante. Inflamações no fígado são as grandes responsáveis pela doença.

Agosto dourado

Amamentar é um direito de toda mãe. No agosto dourado, as organizações de saúde reforçam a necessidade e a importância de realizar a amamentação.

Setembro amarelo

O setembro amarelo é o mês da prevenção ao suicídio.

Outubro rosa

O outubro rosa é o mês de conscientização e prevenção ao câncer de mama, o câncer que mais acomete as mulheres no mundo.

Novembro azul

Voltado para a saúde masculina, este mês é dedicado ao combate e à conscientização do câncer de próstata, câncer mais comum entre os homens.

Dezembro laranja

Quando o verão chega, ficamos tão animados que esquecemos que esta é a época na qual mais se registra casos de câncer de pele, o câncer mais comum entre os brasileiros.



TELEMEDICINA

Atendimento sem filas,
no conforto de onde você estiver



Atendimento 24 horas
por dia e **7 dias**
por semana



Mais comodidade:
sem trânsito, fila de
espera ou
deslocamento



Mais praticidade:
atendimento via
celular, tablet ou
computador



ANS - nº 41942-7

IBCM
96
ANOS

de compromisso
com a **saúde**
do **servidor**



www.ibcmsaude.com.br 

IBCM.RS 

ibcmrs 