



SAÚDE *espanta*

INFORMATIVO DO HOSPITAL METROPOLITANO • SERRA-ES • ANO II • Nº 9 • MARÇO/2012

▲ O novo Centro de Especialidades tem uma equipe de profissionais treinada para oferecer um atendimento médico de excelência



Hospital Metropolitano inaugura Centro de Especialidades

Um novo espaço que reúne 24 especialidades médicas foi inaugurado pelo Hospital Metropolitano no dia 10 de fevereiro e já está à disposição dos pacientes para consultas.

O Centro de Especialidades funciona no térreo do edifício Metropolitano Tower e a previsão é de que sejam atendidos no local 12 mil pacientes por mês, em média.

O investimento foi de R\$ 1,8 milhão e, até 2013, a expectativa é de que mais 13 consultórios sejam abertos à população.

Durante a inauguração, o diretor-presidente do Hospital Metropolitano, Remegildo Gava Milanez, se emocionou ao discursar para os convidados, afirmando que o funcionamento do novo prédio representa a realização de um sonho antigo da diretoria e do corpo clínico do hospital.

“O Centro de Especialidades representa bem o perfil inovador da nossa instituição. É uma obra que valoriza a saúde e o atendimento humanizado. Este é um dia muito feliz para a família Metropolitano”, disse Milanez.

A diretora técnica, Lia Canedo, explicou que o local iniciou as atividades em março e estará em pleno funcionamento em agosto,

quando serão agregados serviços de apoio ao diagnóstico.

“Acreditamos que o Centro de Especialidades Médicas facilitará o acesso à orientação terapêutica e de diagnóstico de alta resolução, em um mesmo espaço. No mundo em que vivemos, em que tempo é um grande problema, a disponibilidade de um local de alta resolução faz diferença”, ressaltou Lia.

Ela acrescentou que, além da infraestrutura, o novo espaço conta com uma equipe treinada para um atendimento de excelência.

Uma das novidades é a Agenda Aberta, um sistema que prevê reserva de horários para consultas emergenciais. Com isso, o paciente que tiver algum problema não vai precisar esperar para conseguir atendimento com um médico especialista.

Importância

O secretário de Saúde da Serra, Silvani Alves Pereira, afirmou que a nova unidade vai ajudar a evitar a migração de pacientes para Vitória. “Neste espaço o cidadão serrano vai encontrar serviços qualificados e muito conforto”, destacou.

As especialidades

ESPAÇO MESTRE ÁLVARO

- Anestesiologia
- Ginecologia
- Urologia
- Bucomaxilofacial
- Endocrinologia
- Cirurgia Plástica
- Infectologia/Clinica Médica
- Neurocirurgia
- Pneumologia
- Oftalmologia
- Clínico Geral

ESPAÇO MANGUINHOS

- Alergologia
- Angiologia
- Dermatologia
- Ortopedia
- Otorrinolaringologia
- Gastroenterologia
- Neurologia
- Neurofisiatria
- Proctologia
- Nutricionista
- Cirurgia de Tórax
- Psiquiatria

ESPAÇO JACUNÉM

- Pediatria

SERVIÇOS

Segurança na anestesia para uma cirurgia sem medo

PÁGINA 2

INOVAÇÃO

Novidade no tratamento de arritmias cardíacas

PÁGINA 4



Este ano marca uma conquista muito especial para o Hospital Metropolitano. Inauguramos o novo Centro de Especialidades, que traz o conceito do que há de mais moderno na prestação de serviços de saúde.

Trata-se da realização de um sonho para a família Metropolitano, pois sempre buscamos oferecer soluções integradas em saúde e trazer benefícios para os pacientes, mesmo tendo de pensar em números e em sustentabilidade financeira.

Para os usuários, esta será a possibilidade de diminuir o tempo de espera para consultas especializadas, já que agregamos vários especialistas de renome na mesma área.

Quando iniciamos nossas atividades, em 1996, nossa concepção original era focarmos no atendimento em algumas especialidades. Com o passar dos anos e a necessidade da comunidade de ter acesso a novos serviços, passamos por várias mudanças.

Hoje, reconhecemos que somos uma instituição que presta grandes serviços à saúde privada e, consequentemente, reavaliamos nossa visão e missão em relação a nossos clientes.

Nosso objetivo é oferecer um atendimento diferenciado, com foco na qualidade e infraestrutura, o que nada mais é que disponibilizarmos aos nossos pacientes o que eles precisam e solicitam.

Isso é o que pretendemos com esse Centro de Especialidades, que começa a funcionar com 24 consultórios e terá mais 13 a partir do próximo ano.

Também buscando cumprir nossa missão, de inovar em soluções de saúde, investimos em tecnologia para garantir maior resolutividade e segurança aos nossos pacientes, reduzindo os riscos durante os procedimentos.

Entre as inovações mais recentes, você conhecerá nesta edição dois equipamentos recém-adquiridos pelo hospital, um no serviço de Neurocirurgia e outro no de Cardiologia, para o tratamento de arritmias cardíacas.

Em muitas outras novidades estão por vir. Boa leitura!

Remegildo Gava Milanez
Diretor-presidente



SERVIÇOS

Segurança para uma cirurgia sem medo

Um dos maiores temores de quem vai passar por uma cirurgia, a anestesia envolve riscos como qualquer outro procedimento médico. Mas há cuidados que podem fazer toda a diferença. Pensando nisso, o Hospital Metropolitano adota normas internacionais de segurança.

O anestesiológico Marcelo Peruchi Leal explicou que o primeiro passo é uma

avaliação no consultório pré-anestésico que o hospital disponibiliza.

“É avaliado o estado do paciente com a realização de um exame físico e pesquisa de doenças que possam comprometer a segurança durante a cirurgia”, disse.

Nesse momento, são checados os resultados de exames pedidos previamente pelo cirurgião e o profissional também dá

orientações sobre o jejum necessário e em que consiste o procedimento anestésico. “No dia da cirurgia, os exames são checados novamente”, acrescentou Leal.

Cuidado

O médico ressaltou que o Hospital Metropolitano disponibiliza aparelhos de última geração para administração da anestesia, e, com isso, permitir que o profissional monitore os diversos parâmetros que asseguram as boas condições do paciente.

Entretanto, o anestesiológico destacou que o grande diferencial do serviço é a assistência dada pelos profissionais.

“É possível encontrar bons equipamentos nos melhores hospitais da Grande Vitória. Mas, aqui no Metropolitano, nossa força é na atenção e no cuidado com a vida da pessoa que está sob nossa responsabilidade, antes, durante e depois do ato cirúrgico. É nesse ponto que a equipe de anestesia do hospital é mais forte”, frisou.



▲ O Metropolitano tem aparelhos de última geração para administração de anestésias

ARTIGO

Sedentarismo, a doença do século

Considerado como a doença do século, o sedentarismo está associado ao comportamento cotidiano decorrente dos confortos da vida moderna.

É consequência de um estilo de vida no qual as pessoas não fazem atividades físicas suficientes para serem saudáveis, adotando um comportamento induzido pela lei do menor esforço.

Resumidamente, sedentário é o indivíduo que gasta poucas calorias por semana com atividades ocupacionais, como limpar casa, subir escadas, caminhar para o trabalho, e não faz exercícios programados regularmente.

Grandes estudos científicos realizados em vários países têm mostrado que esse comportamento sedentário é muito prevalente (20% das populações estudadas) e está associado ao aumento da incidência de algumas doenças como obesidade, diabetes, hipertensão arterial, perda de flexibilidade articular, perda de massa muscular, depósito de gordura nas artérias e infarto do miocárdio, com consequente aumento da mortalidade cardiovascular.

A prevalência é maior em países desenvolvidos, porém, estudos feitos no Brasil mostraram que o sedentarismo é o fator de risco cardiovascular mais frequente.

Existe diferença entre atividade física e a prática de exercícios. A primeira se caracte-

riza pela habilidade de realizar tarefas diárias com vigor, sem fadiga excessiva, gerando gasto energético acima do basal.

Já a prática de exercícios é planejada, estruturada, repetitiva e com objetivo de melhorar ou manter o condicionamento físico.

O nível de atividade física pode ser medido em METs (equivalente metabólico), usados para estimar o consumo de oxigênio do exercício e para avaliar se aquele exercício realmente está trazendo benefício para determinado indivíduo.

Um MET equivale à taxa metabólica de repouso e representa o consumo de oxigênio de uma pessoa adulta sentada.

De 3 a 6 METs é uma atividade física moderada, como andar a aproximadamente 5-8 km/h, andar de bicicleta, limpar a casa ou cortar a grama.

Uma atividade física vigorosa representa intensidade maior do que 6 METs, como correr, pular cordas ou fazer polichinelos.

Não existe um exercício padrão ideal para todas as pessoas. O recomendado é realizar pelo menos 150 minutos de atividades aeróbicas moderadas por semana. Evitar o uso de elevadores e escadas rolantes e ir caminhando ou de bicicleta para o trabalho também são atitudes que nos deixam menos sedentários.

Além de reduzir os riscos de problemas como doenças cardíacas, diabetes e hipertensão

são arterial, fazer exercícios ajuda a diminuir a ansiedade e depressão, o risco de câncer de cólon e a fortalecer ossos e músculos.

Embora a maioria das pessoas não precise realizar nenhum teste especial antes de iniciar um programa de exercícios, é melhor consultar um médico para maior segurança das atividades.

Alguns exemplos de atividade física moderada, que pode ser feita cinco vezes por semana, são: pedalar 8 km em meia hora, caminhar 2,8 km em 35 minutos, dançar rápido por meia hora, empurrar carrinho de bebê por 2,5 km em 30 minutos, pular corda ou subir escadas por 15 minutos, entre outros.



Bianca Dadalto
Endocrinologista

Equipamento aumenta eficiência em neurocirurgias

Buscando investir na melhoria constante do atendimento, o Hospital Metropolitano adquiriu para o serviço de Neurocirurgia um novo equipamento, mais moderno, que ajuda a aumentar a eficiência e a reduzir os riscos nos procedimentos.

O novo microscópio cirúrgico Zeiss OPMI Vario já está sendo utilizado em cirurgias de aneurisma cerebral, quando abertas, assim como em cirurgias de tumor cerebral, coluna e nervos periféricos.

A aquisição pelo hospital significa a modernização da infraestrutura para cirurgias neurológicas.

Esse aparelho permite ao profissional ter melhor visualização do local da lesão, o que é essencial, principalmente no caso de intervenção em áreas profundas e com pequenas dimensões.

O equipamento minimiza o risco de lesões e aumenta o grau de ressecção (retirada de parte de uma determinada lesão), assim como proporciona maior segurança na manipulação das estruturas do sistema nervoso.

Outro diferencial do aparelho é o fato dele ter iluminação de luz fria, que é mais eficiente e dura mais, além de não lesar os tecidos em caso de uso prolongado.

O microscópio também tem foco motorizado com acionamento progressivo por botões manuais e freio eletromagnético.

“O objetivo é ampliar a segurança para os pacientes, em especial em cirurgias profundas

em crânio e coluna”, disse o neurocirurgião Derval de Paula Pimentel.



▲ Novo microscópio reduz os riscos dos procedimentos

Hospital é o primeiro do Estado a ter novo aparelho para tratar arritmia cardíaca

Investindo constantemente em inovação, o Hospital Metropolitano é o primeiro do Estado a adquirir um novo equipamento para o tratamento da fibrilação atrial, que é a arritmia cardíaca mais frequente.

O EnSite Velocity é um aparelho que possui um campo magnético gerado embaixo da mesa cirúrgica que, por meio de sensores e a ponta do cateter, consegue gerar uma imagem tridimensional do coração e dos cateteres, orientando

o médico a localizar o ponto exato do foco da arritmia e também mostrando as regiões já tratadas.

A previsão é de que o equipamento comece a ser utilizado em abril. “Antes, tínhamos só a fluoroscopia (raios X), capaz de prover uma visão direta e imediata ao operador para a manipulação do cateter, que é unidimensional e emite radiação ionizante, o que em excesso pode fazer mal à saúde”, explicou o cardiologista Hermes Carloni.

No Espírito Santo, atualmente existem modelos mais antigos e bem mais limitados para procedimentos de arritmia cardíaca.

O Velocity permite um aprimoramento do método já utilizado pela equipe do Metropolitano para o tratamento do problema. Além da fibrilação atrial, o aparelho poderá ser usado para tratar outras arritmias atriais e as ventriculares, mas em menor frequência.

A nova aquisição mantém o hospital da Serra na mesma posição que

instituições de grandes centros do País e do mundo.

Benefícios

Entre os benefícios da nova tecnologia, estão a diminuição do tempo de exposição do paciente e da equipe médica aos raios X, maior precisão e segurança para localizar e tratar os focos da arritmia, e redução do tempo do procedimento até pela metade e do risco de complicações cirúrgicas a curto e longo prazo.

“Vale ressaltar que é importante contar com uma equipe médica muito bem treinada e com experiência na área, além de equipe de enfermagem, anestesistas e técnicos também capacitados, um centro cirúrgico bem equipado e com suporte hospitalar de excelência”, frisou Carloni.

A equipe de Cardiologia e Arritmias Cardíacas do Metropolitano é formada pelos especialistas Hermes Carloni, Aloyr Simões Junior, Christiano Lemos, Eduardo Serpa e Fabricio Vassallo.

▲ Equipamento gera imagem tridimensional do coração



Viroses

Dores no corpo e de cabeça, mal-estar, fraqueza, febre, tosse, dor de garganta, náuseas, vômitos e diarreia. Quando surgem esses sintomas, aparece logo alguém dizendo: “É virose!”

O infectologista Marcello Barbosa Leal explicou que virose não se trata de uma doença específica, mas sim de doenças causadas por vírus, sendo as mais comuns resfriado, gripe, faringite, gastroenterite e dengue.

As viroses que mais aparecem nesta época, segundo o médico, são a gastroenterite, que ataca o sistema digestivo, e a dengue. Já a gripe e o resfriado são mais comuns no inverno.

O tratamento é baseado no controle dos sintomas, repouso, hidratação e alimentação saudável. Em casos não tratados adequadamente ou em pessoas com sistema imunológico comprometido, a doença viral pode predispor ao desenvolvimento de doenças bacterianas como sinusite, otite ou pneumonia, o que exige avaliação médica e terapia com antibióticos.

Já a prevenção se dá pelo cultivo de bons hábitos de higiene, como lavar as mãos antes e depois de comer e lavar bem os alimentos.

“O uso de vacinas contra doenças específicas, como gripe e rotavírus (esta para crianças de 2 aos 6 meses de vida), também são medidas preventivas importantes”, ressaltou o infectologista.

...

Lúpus

Uma doença incurável e de causa ainda desconhecida, o lúpus é uma inflamação crônica de origem autoimune que apresenta sintomas em vários órgãos.

A reumatologista Brunela Passos Borjaile observou que, embora não existam dados estatísticos exatos, estima-se que, no Brasil, 65 mil pessoas sofram da doença, sendo a maioria mulher.

Os dois tipos principais são o lúpus cutâneo, que se manifesta apenas com manchas na pele, e o sistêmico, no qual um ou mais órgãos internos são atingidos.

“Embora a causa não seja conhecida, sabe-se que fatores genéticos, hormonais e ambientais participam de seu desenvolvimento. Portanto, pessoas que nascem com suscetibilidade genética para desenvolver a doença, em algum momento, após uma interação com fatores ambientais (como irradiação solar e infecções), passam a apresentar alterações imunológicas”, explicou a reumatologista.

Segundo ela, a doença passa por períodos de remissão, quando a pessoa pode ficar sem qualquer sintoma, mas isso não significa que o problema foi corrigido definitivamente.

Se não tratado, o lúpus pode matar. Há sintomas gerais, como febre, emagrecimento, perda de apetite, fraqueza e desânimo, e outros mais específicos, como dor nas juntas, manchas na pele, inflamação nos rins, convulsões e psicose.

Alterações em exames laboratoriais podem ajudar no diagnóstico do problema. Entre os medicamentos utilizados estão corticoides, antimaláricos e os imunossupressores, além do uso do filtro solar.

História que vai virar livro

Quando chegou ao Hospital Metropolitano, no dia 5 de janeiro, o empresário e promotor de eventos de automobilismo Emanuel Luís de Macedo Monteiro, 49, mais conhecido como Neném Monteiro, buscava solução para um quadro em que uma bactéria havia se alojado no fio do seu marca-passos, além de estar com embolia pulmonar e pneumonia. Foram 29 dias internado.

“Nunca gostei de hospital. Mas, nesse período que passei no Metropolitano, fiz amizades e redescobri o valor de algumas coisas da vida. Me diverti, sofri e estou vivo”, afirmou Neném.

Tudo o que viveu nesse período foi retratado com detalhes em um diário que ele fez questão de escrever enquanto estava no hospital. A experiência o marcou tanto que, agora, Neném pretende transformar o material em um livro.

O empresário contou que estava passando mal havia cinco meses. “Procurei vários médicos e ninguém descobria o que era. Naquele dia, cheguei ao pronto-socorro do Metropolitano e identificaram uma bactéria no fio do marca-passos que uso no coração”, lembrou.

Após passar por exames e ser tratado com antibióticos, ele foi submetido a uma cirurgia, no dia 17 de janeiro. Depois

disso, deveria ficar 10 dias na Unidade de Terapia Intensiva (UTI), mas foram necessários apenas quatro.

“A operação foi um sucesso e os médicos elogiaram a minha reação. Fui muito bem assistido todos os dias. A Dra. Lia Canedo, por exemplo, foi uma pessoa muito importante nesse período. A equipe toda me acolheu muito bem”, contou Neném.

Ele também recebeu muito carinho dos amigos. “Todos torceram pela minha recuperação. Foram mais de 300 visitas e mais de 10 telefonemas por dia. Isso encheu meu coração de coragem para lutar!”

Neném também aproveitou o período de “molho” para escrever e colocar a leitura em dia. “Um dos livros que me marcou foi ‘A Essencial Arte de Parar’. Ele me ajudou a pensar que devemos valorizar pequenas coisas na vida e não só trabalhar”, disse ele, que atua no ramo de automobilismo há 21 anos.

Com o coração em dia, Neném se emocionou ao receber alta em 4 de fevereiro, dia do primeiro aniversário de seu neto. “Foi uma surpresa maravilhosa. Toda a equipe médica sabia que meu neto estava fazendo 1 ano e que meu aniversário seria dois dias depois. Pude comemorar junto com a família.”



▲ Neném com profissionais da equipe de enfermagem do Metropolitano. O empresário escreveu um diário enquanto esteve no hospital



COMUNIDADE

Verão com a saúde em dia

“Alimentação leve é boa até para consciência pesada”. “Se o verão te der uma canseira, peça água”. “Cuidado, não se queime à toa nesse verão”. “Quando for tomar sol, não esqueça do relógio”.

Foi com essas mensagens – cheias de humor, mas com importantes dicas para aproveitar a estação mais quente do ano da melhor forma – que o Hospital Metropolitano realizou sua Campanha de Verão 2012.

Anúncios criados pela agência Danza foram veiculados durante todo o mês de fevereiro em publicações, outdoors e rádios.

Com fotos de jovens bronzeados e tatuados, o hospital passou mensagens como a importância de comer alimentos saudáveis, principalmente no período de calor, a necessidade



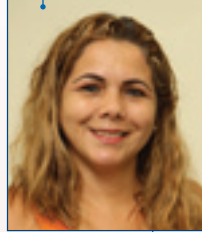
de manter o corpo bem hidratado e os perigos do excesso de exposição aos raios solares.

O objetivo da campanha foi conscientizar e orientar a população sobre os cuidados que devem ser tomados para evitar problemas de saúde típicos dessa época, como intoxicações alimentares, desidratação e insolação.

VOCÊ PERGUNTA

? Que atividades ou exercícios podem ajudar a melhorar a memória?

Rosilda de Oliveira Moura



Além de manter uma boa alimentação, com frutas e verduras, fazer exercícios físicos, dormir bem e evitar o estresse, para manter a saúde de uma forma geral, algumas atitudes podem ajudar a manter o cérebro ativo e prevenir a perda da memória.

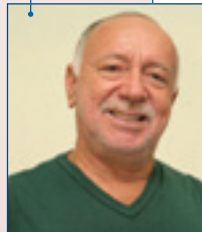
O ideal é fazer atividades diferentes daquelas realizadas no dia a dia, como dançar, cantar e fazer teatro, pois elas ativam várias áreas do cérebro.

Jogos como xadrez e palavras cruzadas também são positivos, assim como tentar desenvolver novas habilidades. Um exercício que também ajuda é tentar associar fatos a imagens, o que facilita “arquivá-los” no cérebro.

Soo Yang Lee
Neurologista

? De quanto em quanto tempo deve ser feito um check-up do coração e quais são os exames indispensáveis?

Natanael Hilton Ribeiro



Ainda não temos uma regra que sirva para todos. É necessária a identificação dos fatores de risco cardiovasculares. De maneira geral, indivíduos que têm antecedentes familiares de cardiopatias, hipertensão, enfarte, diabetes, colesterol aumentado, cirurgias cardíacas etc., devem fazer o check-up cardiológico já na adolescência.

Os demais devem fazê-lo a partir dos 30 anos. Nesse caso, deve ser repetido anualmente. Para pacientes em que já foram constatadas cardiopatias, as consultas devem acontecer a cada três a quatro meses, mesmo que não tenham nenhum sintoma.

Os exames, de uma maneira geral são: sangue e urina; eletrocardiograma; ecocardiograma bidimensional com doppler colorido e teste ergométrico computadorizado. Sempre levando em consideração cada caso, pois esses exames podem variar e podem ser necessários outros.

Edson Egashira
Cardiologista