

| Páginas 4 e 5

## De olho no **Planejamento Estratégico**

Acompanhe  
os resultados  
**2024**



### **Saúde em Foco**

Dia D da imunização  
do Fisco Saúde

| Página 3



### **Gestão Fisco Saúde**

Confira eventos  
e reuniões

| Página 6

A Gestão do Fisco Saúde se organiza em torno de um Planejamento Estratégico estruturado, exigência do Estatuto Social. Nesta Edição, trazemos, como matéria principal, o acompanhamento dos resultados do planejamento estratégico nos últimos anos.

Acompanhe também as informações atualizadas sobre as especialidades atendidas no ambulatório próprio, a campanha de vacinação contra a gripe (influenza) e, ainda: aposentadoria ativa e 29 de setembro, Dia Mundial do Coração.

O último trimestre foi rico também em eventos, tais como o "Dia D" da vacinação, ocorrido em 15 de junho último e o III Seminário pernambucano das autogestões em saúde, além outras reuniões e encontros com representantes da UNIDAS (União Nacional das Autogestões em

Saúde e entre participantes da FEBRAFITE Saúde (Associação Nacional das Associações de Fiscais de Tributos Estaduais – Setor Saúde).

Outros destaques são as orientações da Dra. Verônica Omena, psiquiatra do ambulatório próprio, abordando com delicadeza e assertividade a temática do Setembro Amarelo, bem como a participação do associado e Presidente do Conselho de Administração Alencar Tavares, dessa vez, com uma reflexão sobre os perigos do julgamento superficial e das reclamações infundadas.

Nosso encarte traz o demonstrativo econômico e financeiro de janeiro a junho e, no verso a Ata da Assembleia Geral Extraordinária realizada em 15 de agosto de 2024.

## Ambulatório - Fisco Saúde



### Ambulatório do Fisco Saúde

Aqui você é atendido com técnica e também com carinho e cuidado.

**Agendamentos**

@ atendimento@fiscosaudepe.com.br

(81) 3126 7708

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

### Confira as especialidades no site do Fisco Saúde

- Cardiologia  
Dr<sup>a</sup> Suzana Ferraz
- Clínica Médica  
Dr. Antônio Souza
- Endocrinologia  
Dr<sup>a</sup> Aline Lopes | Dr<sup>a</sup> Jéssica Cardoso
- Gastroenterologia  
Dr<sup>a</sup> Izabel Cristina Mendes Primo
- Geriatria  
Dr<sup>a</sup> Gabrielle Martins | Dr Arthur Japiassu
- Nutrição  
Dr<sup>a</sup> Jandira Gadelha
- Psiquiatria  
Dr<sup>a</sup> Verônica Omena
- Reumatologia  
Dr<sup>a</sup> Fabiana Maria de Mendonça






## Expediente

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

Diretor Presidente: *Dr. Pablo Cavalcanti*  
 Edição: **SET/2024**  
 Projeto Gráfico: *Cybelle P. Soriano*  
 Tiragem: **1.400 impressos**  
 Impressão: *Gráfica Provisual*

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

**Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores.**



## DIA D da Imunização do Fisco Saúde



*Em 15 de junho ocorreu, na sede da Qualirede, o DIA D da vacinação do Fisco Saúde, um evento realizado no novo serviço de Atenção Primária à Saúde (APS) do Fisco Saúde.*

Na ocasião, mais de 40 beneficiários do Fisco Saúde, entre titulares e dependentes, foram vacinados contra HPV, febre amarela, gripe, hepatite B, tétano e difteria, além de Covid-19.

A clínica APS do Fisco Saúde, que funciona em parceria com a Qualirede, fica realizada na Rua General Joaquim Inácio, Ilha do Leite - Recife, Nº 830, sala 1208 - Empresarial The Plaza e atende, via telefone ou whatsapp, no número (81) 2102-5206. **Ligue e agende uma visita!**

JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora



**Dicas de Saúde**

## VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE

Comunicamos que a campanha de isenção de coparticipação para a vacina do *Influenza Tetra* foi renovada e tem validade até 31/12/2024, sendo aplicada nos seguintes prestadores:

- VACCINE - Recife, Olinda e Jaboatão dos Guararapes
- SOMA (IMUNE CLÍNICA MEDICA LTDA) - Recife

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

Nas demais localidades de Pernambuco onde não temos prestador credenciado, será autorizado o reembolso de até R\$ 150,00 (cento e cinquenta reais). Em caso de contraindicação ou dúvidas quanto ao intervalo entre vacinas, favor consultar seu médico.

**ANS 41.766-1**

# De olho no Planejamento Estratégico

O planejamento estratégico é uma importante ferramenta de gestão de toda organização moderna e afinada com as melhores práticas da Administração profissional.

No Fisco Saúde, é também uma exigência do Estatuto Social, prevista no art. 17, Inciso I, alínea b. Por isso, todo ano é realizada, até o final de dezembro, uma assembleia ordinária na qual são apreciadas as evoluções dos objetivos e metas estabelecidos anteriormente para o ano em curso, e definidos aqueles que serão válidos para o próximo ano.

A última assembleia desse tipo aconteceu em 19 de dezembro de 2023. Aqui, vamos acompanhar os avanços do Fisco Saúde sobre as principais metas.

## PREVENÇÃO

Uma das prioridades da gestão do Fisco Saúde é o foco na prevenção. Para converter isso em ações práticas, foi:

- Prorrogada a **campanha de vacinação** contra a gripe (influenza), isenta de coparticipação;
- **Fortalecimento do Total Sênior**, programa de prevenção voltado a proporcionar e acompanhar as melhores linhas de cuidado para os cerca de 460 beneficiários idosos inscritos (depende de elegibilidade conforme os critérios do programa);
- Lançamento do **programa de Atenção Primária à Saúde (APS)** do Fisco Saúde, inicialmente em parceria com a Qualirede. A APS é uma forma de atenção à saúde holística, voltada a acompanhar a aderência, pelas pessoas, de modo integral, às melhores práticas de saúde, evitando visões segmentadas que dificultam os diagnósticos e acabam levando a repetições ou a uma assistência particionada.
- Realização de diversos **eventos**: Outubro Rosa; Novembro Azul; Conscientização sobre o Alzheimer; etc.

## TELEATENDIMENTO

Com a necessidade em dar atendimento aos beneficiários de forma remota, o Fisco Saúde ampliou o **acesso a teleconsultas**, contratando uma plataforma de serviços médicos.

Os beneficiários podem ser atendidos online por médicos especialistas. São **mais de 20 especialidades, como, Cardiologia; Clínica Médica; Geriatria; Urologia; Psicologia; Psiquiatria; e outras**. Além disso, a plataforma oferece o serviço de Pronto Atendimento (PA) Digital, que pode ser acessado por todos os beneficiários e funciona 24h por dia, 7 dias por semana. Pelo PA digital, o paciente pode se conectar com uma equipe médica para atendimentos imediatos em casos de urgência e emergência.



## CANAIS DE COMUNICAÇÃO

Comunicar-se de modo acessível, eficaz e seguro é um objetivo perseguido por todas as equipes do Fisco Saúde. Por isso, contamos com um Comitê de Comunicação composto por participantes dos níveis operacional, tático e estratégico, de modo a permitir que as peças e ações sejam voltadas realmente aos públicos de interesse e, por outro lado, acessíveis às pessoas a quem se destinam.

Entre as últimas conquistas nessa matéria, temos:

- Uma **nova central telefônica**, que grava todas as ligações efetuadas e recebidas, permitindo maior segurança e transparência em eventuais apurações necessárias, além de gerar relatórios inteligentes de operação;
- **Mais comunicações via whatsapp** e campanhas de inclusão de interessados nas nossas listas de transmissão;
- **Lançamento do nosso canal no Instagram**; e ainda:
- **Reformulação completa do aplicativo “Fisco Saúde” e do site [www.fiscosaudepe.com.br](http://www.fiscosaudepe.com.br)**, que viabiliza o acesso a diversos serviços, disponível gratuitamente para IOS ou Android.

## RECIPROCIDADE

O convênio de reciprocidade representa um grande benefício para o associado, pois possibilita o **atendimento em situações de emergência-urgência fora do seu estado de origem**.

Por esse motivo, visando a garantir melhores condições de atendimento aos seus beneficiários, bem como reduzir os custos operacionais com reembolsos, o Fisco Saúde firmou **convênio de reciprocidade com a operadora CASSI**. Além disso, vem fortalecendo a **parceria com as operadoras coirmãs**, as quais já atendem os beneficiários Fisco Saúde pelo **convênio de reciprocidade** firmado por meio da FEBRAFITE Saúde, a qual administra o sistema de atendimento recíproco entre as autogestões de planos de saúde do Fisco Estadual Brasileiro.

## REDE CREDENCIADA

Nossa equipe de Credenciamento trabalha constantemente para oferecer e manter uma rede de serviços credenciados ampla, moderna e suficiente, coerente com as necessidades de todos os grupos de beneficiários.

Nesse sentido, uma das maiores conquistas dos últimos tempos foi o **credenciamento do Real Hospital Português (RHP)**, exclusivamente para cirurgias eletivas realizadas em regime de internação ou ambulatoriais, mediante autorização prévia\* (\* não contempla atendimentos de urgência ou emergência, nem cirurgias/procedimentos eletivos realizadas sem autorização).

Além disso, desenvolvemos também:

- Projetos de **qualificação da rede credenciada**, com inclusão de novas especialidades médicas devidamente reconhecidas pelo Conselho Federal de Medicina (CFM);
- Programa de **desospitalização** (favorecendo a assistência domiciliar, quando for a melhor opção);
- Credenciamos **clínicas psiquiátricas especializadas** no atendimento de urgência ou emergência ou internações, quando devidamente indicadas.

## SEGURANÇA DO AMBIENTE DIGITAL

No ambiente extremamente virtual no qual vivemos atualmente, todos estamos sujeitos a ataques.

Para fazer frente a isso, o Fisco Saúde investiu na **melhoria e modernização do ambiente tecnológico, com ênfase na segurança digital**, aperfeiçoando estrutura e técnicas de backup, além de reduzir ao mínimo possível a possibilidade de acessos por parte de invasores mal intencionados.

## NOVA SEDE

Com a aprovação da compra do imóvel para **nova sede do Fisco Saúde PE** em Assembleia Geral Extraordinária, foi realizada a **reforma do imóvel, sendo recentemente concluída**.

Para a mudança, estão sendo finalizadas todas as regulamentações perante os órgãos administrativos. Em breve, a área administrativa do Fisco Saúde estará de mudança para o novo endereço, trazendo maior conforto e qualidade de atendimento para os beneficiários e colaboradores.

## AMPLIAÇÃO DA CARTEIRA

Com a **autorização, em Assembleia Geral Extraordinária, para celebrar convênios de multipatrocínio** com entidades representativas de servidores públicos, visando ao ingresso dos respectivos associados no plano, atrelada a necessidade de **oxigenação da carteira para a sustentabilidade do plano**, o Fisco Saúde vem buscando alternativas seguras e viáveis para celebrar tais convênios, por meio de estudos de opções legais com consulta jurídica à ANS, bem como reuniões com associações de categorias interessadas, a exemplo da Associação dos Auditores Municipais do Recife, Sindicato dos Servidores do Tribunal de Contas do Estado e da Associação dos Procuradores do Estado de Pernambuco.

## REUNIÕES COM OUTRAS ENTIDADES

Mensalmente a equipe do Fisco Saúde participa de reuniões com prestadores, rede credenciadas, outras entidades, para **estreitar os laços, firmar parcerias, discutir contratos, elaborar novos projetos, pleitear melhorias de atendimentos**, entre outras ações.

Essa troca de informação é imprescindível para que a entidade evolua e alcance conquistas significativas para o crescimento do plano de saúde.

## REPRESENTAÇÃO DO FISCO SAÚDE ÂMBITO NACIONAL

A sustentabilidade das autogestões, em um mundo pós-pandêmico, ficou bastante desafiadora e discutir os temas, em nível nacional, com troca de conhecimento e informações entre as autogestões, seja do fisco estadual ou de outra categoria profissional, traz grande força para a classe.

O Fisco Saúde mantém **laços com as outras entidades, contribuindo com suas experiências para a melhoria do segmento**, participando dos Congressos, Seminários, Reuniões da UNIDAS Nacional e FEBRAFITE SAÚDE.

Inclusive, o Diretor Presidente, Dr. Pablo Cavalcanti, tem participação direta nas decisões, por ser Conselheiro da UNIDAS Nacional, bem como Diretor Técnico-Operacional da FEBRAFITE SAÚDE.

## EQUILÍBRIO FINANCEIRO

Mesmo com todos esses investimentos, o acompanhamento constante da relação entre as mensalidades e as despesas necessárias ao funcionamento do plano, principalmente a evolução da sinistralidade assistencial, a entidade mantém uma **robusta saúde financeira**, alcançando sucessivamente a **nota máxima na dimensão Sustentabilidade do IDSS\*** (\* Índice de Desenvolvimento da Saúde Suplementar, elaborado e acompanhado pela Agência Nacional de Saúde – ANS).

Além disso, mantém **reservas financeiras pujantes**, administradas com responsabilidade, atendendo às regras dispostas no art. 12 do Estatuto Social.

## ACOMPANHAMENTO CONTÍNUO

O trabalho do Fisco Saúde é intenso e contínuo, de modo que o planejamento estratégico anual sempre busca o melhor para seus beneficiários, refletindo sua eficácia no excelente resultado da **Pesquisa de Satisfação ano após ano**, tendo em 2024 alcançado índices bastante satisfatórios.

A Pesquisa de Satisfação é também um instrumento norteador dos passos de melhoria a serem trilhados no planejamento estratégico do ano seguinte.

No último trimestre deste ano, o Fisco Saúde irá dar continuidade ao trabalho de melhoria, **mas já de olho no planejamento estratégico de 2025**, o qual deverá ser aprovado pelos associados em Assembleia Geral Ordinária a ser agendada até o final de dezembro.



## Fisco Saúde recebe visita do presidente nacional da UNIDAS

Para estreitar as relações, em 20/08/2024 o Fisco Saúde recebeu a visita de cortesia do presidente Nacional da UNIDAS Pernambuco, o Sr. Anderson Mendes. No encontro, os representantes trataram sobre assuntos envolvendo o futuro da saúde suplementar, troca de informações estratégicas e fortalecimento do segmento na negociação com prestadores de serviço, entre outros objetivos.

O Fisco Saúde foi representado pelo seu Diretor Presidente, Pablo Cavalcanti, pelo Diretor de Operações Luiz Antonio, bem como pela Gerente de Operações Maria Fernanda Torres e a Enfermeira Auditora e também superintendente da UNIDAS PE, Suzana Barbosa, além da Coordenadora de Auditoria e Regulação e também Diretora Técnica da UNIDAS PE, Lúcia Flora e, ainda, da Coordenadora de Credenciamento Ana Pinheiro. Presentes ainda pela UNIDAS, a Coordenadora Institucional, Milene Neves, a Assistente Cluster PB/PE, Íris Silva, bem como a Diretora de Treinamento PE, Ticiania Barbosa.



## Representantes do FISCO SAÚDE participaram do III seminário pernambucano das autogestões em saúde

Nos dias 21 e 22 de agosto ocorreu, na Sede da Escola Judicial do Tribunal Regional do Trabalho da 6ª Região (TRT 6), em Recife-PE, o III Seminário Pernambucano das Autogestões em Saúde, com participações nacionais como a do Presidente da UNIDAS, Anderson Mendes.

O Fisco Saúde foi representado pelo seu Diretor Presidente, Pablo Cavalcanti, e também pelo Diretor de Operações Luiz Antonio, bem como pela Gerente de Operações Maria Fernanda Torres, pelas Auditoras Técnicas Suzana Barbosa e Cátia Lóssio; e, ainda, pela Coordenadora de Credenciamento Ana Pinheiro, além da Coordenadora de Auditoria e Regulação, Lúcia Flora. Na foto, estamos acompanhados pelo diretor da Secretaria de Autogestão em Saúde do TRT 6, Renato Marcello de Araújo Pinto, bem como pela Chefe da Divisão de Políticas e Ações de Saúde do TRT 6, Ana Cláudia Melo.



## Dirigentes de entidades dos planos de saúde do fisco estadual brasileiro reuniram-se em Fortaleza/CE

No dia 30 de agosto de 2024 os dirigentes de entidades dos planos de saúde do fisco estadual brasileiro, interligados pela FEBRAFITE Saúde (Associação Nacional das Associações de Fiscais de Tributos Estaduais - Departamento de Saúde), reuniram-se no Hotel Gran Marquise, na cidade de Fortaleza/CE.

No encontro, foram debatidos temas de interesse comum, cenários, necessidades e meios para melhoria do sistema. O Fisco Saúde foi representado pelo seu Diretor de Operações, o Sr. Luiz Antonio.

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

MARIA FERNANDA TORRES | Gerente de Operações



## Presidente do Fisco Saúde, como Diretor Técnico da FEBRAFITE Saúde, faz visita à AFRERJ

O Diretor Presidente do Fisco Saúde, na condição de Diretor Técnico da FEBRAFITE Saúde, participou de um evento ocorrido na AFRERJ (Associação dos Auditores Fiscais da Receita Estadual do Rio de Janeiro), realizada em 04 de julho de 2024.

O objetivo foi a realização de uma palestra sobre a FEBRAFITE Saúde, braço da FEBRAFITE (Associação Nacional das Associações de Fiscais de Tributos Estaduais) que coordena o plano de reciprocidade entre as entidades da categoria que têm planos próprios de autogestão, possibilitando o atendimento fora das respectivas áreas de abrangência de cada entidade participante.

A FEBRAFITE Saúde está também lançando novos planos do Fisco Estadual naqueles estados da federação que ainda não têm o serviço, de modo a viabilizar o acesso de todos e também a ampliação da cobertura da rede de reciprocidades.

JOELMA HELENA DA ROCHA | Consultora



# Setembro Amarelo

A Prevenção do Suicídio em Recife, Pernambuco e no mundo

O Setembro Amarelo é uma campanha anual que visa a conscientizar sobre a prevenção do suicídio, incentivando o diálogo aberto sobre saúde mental e combatendo o estigma que impede muitas pessoas de buscarem ajuda.

Em Recife, a taxa de suicídio é de 7,8 por 100 mil habitantes, acima da média nacional de 6,1. No estado de Pernambuco, os números também são preocupantes, com mais de 400 casos registrados em 2022. Essas

estatísticas refletem uma realidade em crescimento tanto em áreas urbanas quanto no interior do estado, onde o acesso a serviços de saúde mental é mais limitado.

Comparado ao Brasil e ao mundo, onde cerca de 700 mil pessoas morrem por suicídio a cada ano, Pernambuco segue uma tendência alarmante, que exige atenção das autoridades e da sociedade. No Brasil, ocorrem aproximadamente 38 suicídios por dia, com a maior incidência entre jovens de 15 a 29 anos.

A prevenção envolve identificar sinais de alerta, como mudanças de comportamento e isolamento social, além de promover o acesso a tratamento psicológico e psiquiátrico.

O Setembro Amarelo destaca a importância de cuidar da saúde mental e encoraja todos a participarem desse diálogo, ajudando a salvar vidas.

Esse movimento convida toda a população para refletir sobre o tema e promover ambientes de apoio, seja no trabalho, em casa ou na universidade, contribuindo para uma sociedade mais saudável e consciente.

Informar-se para aprender e ajudar ao próximo é a melhor saída para lutar contra esse problema tão grave. É muito importante que as pessoas próximas saibam identificar que alguém está pensando em retirar a própria vida e a ajudem, tendo uma escuta ativa e sem julgamentos, demonstrando disponibilidade e empatia, mas principalmente levando-a ao médico psiquiatra, que vai saber como manejar a situação e salvar esse paciente.

**Toda vida importa! Contem sempre conosco!**



## Dra. Verônica Omena

atende no ambulatório próprio do Fisco Saúde, que funciona na Sede do Sindifisco, na Rua da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife.  
Se desejar, agende uma consulta!



Dicas de Saúde

### Aposentadoria ativa:

Estratégias para cuidar da saúde física e mental após o trabalho.

ANS 41.766-1

A aposentadoria marca o início de uma nova fase na vida, repleta de possibilidades e tempo livre. No entanto, para aproveitar ao máximo essa etapa da vida, é importante manter corpo e mente saudáveis.

### A prática regular de atividades físicas é fundamental para a saúde física e mental.

Caminhadas, natação, dança e yoga são ótimas opções para manter o corpo em movimento e prevenir doenças. Além disso, atividades sociais como viagens, encontros com amigos e familiares, participação em grupos, rodas de conversa e cursos contribuem para o bem-estar emocional e a sensação de pertencimento.

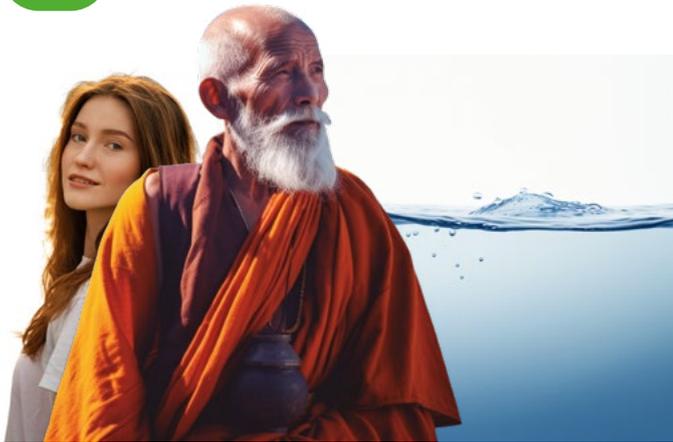
Manter a mente ativa é crucial para evitar o declínio cognitivo e a depressão. A leitura, jogos de palavras cruzadas, aprender um novo idioma ou tocar um instrumento musical são atividades que estimulam o cérebro e previnem o envelhecimento mental.

É importante também cuidar da alimentação, optando por uma dieta rica em frutas, legumes e verduras. Beber bastante água e evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e açucaradas também contribuem para a saúde geral.

Manter uma rotina regular, mesmo que com mais flexibilidade, ajuda a manter o corpo e a mente saudáveis. Dormir bem, ter horários regulares para as refeições e atividades físicas contribuem para o bem-estar geral.

Além disso, é importante ter um plano de saúde de qualidade para garantir o acesso a cuidados médicos quando necessário.

A aposentadoria ativa é um estilo de vida que proporciona saúde, felicidade e realização. Ao cuidar do corpo e da mente, é possível aproveitar ao máximo essa nova fase da vida.



## O Monge e a Moça



### Alencar Tavares

Presidente do Conselho  
de Administração do Fisco Saúde

Dois monges caminhavam por uma estrada deserta e pararam na beira de um rio. O rio não era muito raso nem muito fundo e, naquele trecho, suas águas chegavam acima dos joelhos de uma pessoa. Não havia ponte e eles deviam atravessar a pé. Sentada numa pedra, estava uma jovem mulher muito bonita e sensual. Era absolutamente impossível ignorar sua presença. O monge mais jovem viu naquela cena uma ocasião para cair em tentação e esquecer seus votos de castidade. Sem dizer uma palavra, deu-lhe as costas e iniciou a travessia do rio. O monge mais velho, no entanto, dirigiu-se à mulher e perguntou-lhe o que fazia ali sozinha. Ela disse que estava esperando que aparecesse um homem que a ajudasse a atravessar o rio. O monge tomou-a nos braços, cruzou a correnteza com grande esforço, colocou-a no chão e seguiu seu caminho ao lado do outro, que o aguardava meio perplexo.

Depois de uma hora de caminhada, o monge mais jovem perguntou ao mais velho por quê ele tinha carregado aquela mulher nos braços com tanto carinho e cuidado. O velho monge respondeu: “Aquela mulher” era um ser humano que precisava de ajuda. Eu a ajudei e deixei-a no outro lado do rio. Você é que a carrega no pensamento até agora.

Essa historinha tão curta nos ensina que não devemos julgar os outros pela aparência nem devemos carregar a lembrança das coisas do passado, principalmente aquelas que nos incomodam. Tanto as boas quanto as más lembranças nos impedem de viver plenamente o momento presente. As más, além disso, trazem consigo um sofrimento desnecessário.

O monge inexperiente, ao interpelar o companheiro de viagem, praticou, sem se dar conta, um julgamento e uma reclamação.

O julgamento é algo extremamente perigoso, pois o julgador nunca tem conhecimento de todos os fatores determinantes do fato julgado. Além disso, o desejo de “fazer justiça” sempre envolve algum interesse pessoal. Até os juízes, aqueles que julgam por dever de ofício, por mais imparciais e bem intencionados que sejam, estão sujeitos às limitações da natureza humana.

O verbo reclamar compõe-se do prefixo re, que significa repetição, seguido do verbo clamar, que é chamar com força. Portanto, quando reclamamos, seja lá do que for, estamos trazendo com força, para reviver no presente, algo que nos incomodou no passado. A reclamação, além de duplicar o sofrimento (físico e/ou moral) do reclamante, nem sempre resulta numa reparação e, mesmo quando esta acontece, nunca é satisfatória; donde se conclui que reclamar não costuma ser um bom negócio.

O monge da parábola estava acompanhado de um mestre, que lhe ensinou amorosamente o que ele precisava aprender. Na vida real, faltando o mestre, podemos aprender com a vida, que geralmente nos ensina pela dor.

Dicas  
de Saúde



### 29 | SETEMBRO Dia Mundial do Coração



ANS 41.766-1



A saúde do coração pode e deve ser vista como um cuidado específico e especial do cardiologista, mas também de uma equipe multidisciplinar.

O Fisco Saúde em seu ambulatório próprio possui várias especialidades e sempre está realizando interconsultas para o melhor cuidado do paciente. Especialmente para o coração!

Uma dica importante é cuidar dos fatores de risco para a doença arterial coronariana. Quais seriam eles?

- Gerenciamento do estresse
- Sair do sedentarismo, ou seja, praticar atividade física;
- Avaliar a qualidade do sono
- Afastar o risco de apneia do sono
- Cuidar do peso, ou seja, evitar sobrepeso e obesidade
- A hipertensão arterial deve ser muito bem tratada e evitada
- O tabagismo deve sempre ser desestimulado

Outras avaliações também são oportunas. Fatores como:

- O consumo de álcool deve ser considerado
- A diabetes precisa ser muito bem controlada
- A dislipidemia, ou seja, o bom controle do colesterol e dos triglicérides, também é uma meta muito relevante, observada tanto por nós da cardiologia quanto pela endocrinologia



### Agendamentos

@ atendimento@fiscosaudedepe.com.br

(81) 3126 7708



A Dra. Suzana Ferraz atende no ambulatório próprio do Fisco Saúde, que funciona na Sede do Sindifisco, na Rua da Aurora, 1443, Santo Amaro, Recife