



2011

Os 20 anos da CAFAZ



Usuário, conheça outros serviços!

Farmácia Popular

Programa disponibiliza medicamentos e também fraldas a preço de custo em farmácias credenciadas.

Págs. 3 / 4

Dr. Miguel Schettini Neto

Voluntário na luta contra o câncer de mama, ele é membro do GEEON – Grupo de Educação e Estudos Oncológicos.

Pág. 6

Lábio leporino

O projeto "Operação Sorriso" do Hospital Infantil Albert Sabin cuida de crianças portadoras de fissura labiopalatal.

Pág. 8

Informar, base para o usuário conquistar ainda mais tranquilidade

A Direção decidiu pautar a presente edição do JORNAL da CAFAZ de fevereiro/2011 na prestação de serviços aos usuários do Plano, com informações pouco conhecidas do público em geral. O informativo indica caminhos para a busca de soluções, o passo a passo de algumas ações, alertas, dúvidas, endereços de onde buscar serviços fora da sua Caixa de Assistência.

Vamos nos deparar com informações até surpreendentes, com certeza úteis não apenas para nós mesmos, usuários do plano, como para um amigo, parente ou conhecido.

Como exemplos, citamos a isenção do imposto de renda para os portadores de câncer e outras patologias; os itens que ocasionam a cobertura pelas seguradoras parceiras da CAFAZ

Corretora; a Farmácia Popular.

Na presente edição conheceremos um pouco do solidarismo do Dr. Miguel Schettini Neto na luta que tem travado contra o câncer de mama no Ceará, e também as descobertas do médico francês David Servan-Schreiber, que curou o próprio câncer a partir de um novo modelo alimentar.

Falamos ainda dos remédios fitoterápicos indicados pelo Ministério da Saúde; da Operação Sorriso, que opera crianças com lábio leporino no Hospital Infantil Albert Sabin; do poder dos alimentos no combate às doenças; da nutrição enteral etc..

Boa leitura, muita saúde a todos!

A DIREÇÃO

FALA, USUÁRIO!



Lusanir Sousa Parente, filho ilustre de Quixeramobim

Parte da restauração do Patrimônio Público do Estado passou pelas mãos dele



Conterrâneo do consagrado arquiteto e compositor Fausto Nilo, Lusanir Sousa Parente, 75 anos incompletos, tem nome vinculado em especial ao restauro do patrimônio público junto aos Governos do Estado do Ceará e do Município de Fortaleza. Em 2011, completa 60 anos de ofício.

Entre 1971 e 1982 participou da execução de grandes obras. Coordenando equipe de 14 a 18 operários, assinava os serviços de carpintaria (portas, janelas, forros, escadas, corrimãos, assoalhos e cobertas). Também fez as restaurações de móveis de época.

O carpinteiro

A habilidade com madeira remonta à adolescência, iniciou-se profissionalmente aos 15 anos. No Governo do Estado, trabalhou com alguns superintendentes de Obras bem conhecidos, como Luís Marques e Otomar Soares.

Além do mais, confeccionou barracas da Feira dos Municípios e trabalhou na Delta Engenharia (nas construções da Unifor e do Detran). Lusanir Sousa Parente divide os trabalhos realizados sob a sua supervisão destacando-se o Theatro José de Alencar, a Emcetur entre outros.

Paciente do PAD

Lusanir, pai da colega fazendária Maria Leônia Parente da Costa, lotada no CEFIT, cuida de sua saúde com bastante carinho, sendo sempre receptivo às ações desenvolvidas pela CAFAZ.



Este informativo é de responsabilidade da CAFAZ - Caixa de Assistência dos Servidores Fazendários Estaduais.

DIRETORIA

Presidente
José de Sousa Pinheiro

Diretor Executivo

Luiz Pontes Cunha Filho

Diretor

Liduíno Lopes de Brito

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Efetivos

Carlos Eduardo dos Santos Marinho
Francisco Lúcio Mendes Maia
Nabor Barbosa Meira

Suplentes

João Alfredo Montenegro Franco
Luiz Jarbas de Mesquita
José Gotardo de Paula Freire

CONSELHO FISCAL

Efetivos

Antônio Alves dos Santos Neto
Francisco Ângelo de Araújo
Francisca Marta de Sousa

Suplentes

Sandra Maria Tavares Menezes de Castro
Aldenor Menezes Angelim
Gentil Teixeira Rolim

Endereço CAFAZ

Av. Francisco Sá, 1733 - Jacarecanga - Fortaleza-CE
CEP: 60.010-450
Fone/Fax: (85) 3101-2636
www.cafaz.org.br
cafaz@cafaz.org.br

Ouvidoria

Dra. Virgilane Moraes - (85) 9603.6121

Projeto Gráfico

Bel Gadelha Design

Supervisão de Conteúdo

Veruska Marinho

Jornalista responsável

Tarcísio Matos (MTb/CE nº 758)

Impressão

Arte Visual Gráfica - (85) 3281.8181

Tiragem

3.000 exemplares

As informações contidas neste jornal refletem o pensamento da CAFAZ.

Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores, não implicando, necessariamente, a opinião da Direção e Conselhos. A participação de todos na elaboração da publicação é fundamental para a sua qualidade.

Confira outros serviços

Especialmente neste primeiro número de 2011, o Jornal da CAFAZ publica serviços de interesse dos usuários, alguns até pouco divulgados. A ideia é gerar conhecimento, ampliar o foco de prestação de cuidado com qualidade – prevenindo a saúde, tratando de doenças.

O perfil da edição contempla informações sobre direitos do cidadão em relação a programas do Governo, órgãos públicos; trata ainda de meios alternativos para os cuidados com a mente e o corpo; as dicas e conquistas recentes da Medicina na luta contra o câncer. Enfim, damos a conhecer tendências e processos ante o desafio de garantir a tranquilidade que é a meta da Caixa de Saúde dos Fazendários do Estado do Ceará.

Nutrição enteral

A ANVISA define nutrição enteral na Portaria nº 337 como: “Alimentação para fins especiais, com ingestão controlada de nutrientes, na forma isolada ou combinada, de composição química definida ou estimada, especialmente elaborada para uso por sonda ou via oral, industrializados ou não, utilizado exclusiva ou parcialmente para substituir ou complementar a alimentação oral em pacientes desnutridos ou não, conforme suas necessidades nutricionais, em regime hospitalar, domiciliar ou ambulatorial, visando a síntese ou manutenção de tecidos, órgãos ou sistemas.”

Qualquer cidadão com indicação médica tem direito ao benefício da alimentação enteral.

Como conseguir?

É preciso dar entrada com o pedido na Promotoria de Justiça de Defesa da Saúde Pública do Estado do Ceará.

- Local: Avenida Santos Dumont, 1350 - Aldeota
- Telefone: 3452.3718
- Horário de funcionamento: das 8h00 às 14h00, de segunda a sexta-feira
- Documentos necessários: cópia do RG (identidade), comprovante de residência do paciente e laudo do médico da rede pública de saúde e parecer nutricional.

OBS.: A Promotoria também libera outros tipos de alimentação especial, como também medicamentos.



Ligando para o DISQUE SAÚDE 0800 611997, podemos obter mais informações sobre a Farmácia Popular (FP), um programa do Governo Federal que disponibiliza ‘medicamentos de uso essencial’ mais baratos para o elenco das principais doenças que atingem a população brasileira.

Para atender a essa demanda foram criadas as Unidades Próprias da FP. Em Fortaleza, estão nos seguintes endereços:

- **Rua do Rosário, 283 – Centro**
(85) 3253.5111
- **Rua Eduardo Perdigão, 241 – Parangaba**
(85) 3105.3061
- **Avenida General Osório de Paiva, 2955 – Siqueira**
(85) 3483.2675

Agumas unidades Próprias no interior do Estado

- Sobral - R. Conselheiro Júlio, 887 - Centro
- Juazeiro do Norte - R. São Pedro, 1956 - Centro
- Crato - R. José carvalho, 340 - Centro
- Iguatu - R. Monsenhor Coelho - São Sebastião

Copagamento

O Programa conta também com as Unidades de Copagamento (drogarias privadas) que oferecem descontos de até 90%. Nesses estabelecimentos, você pode encontrar medicamentos para: asma, rinite, Mal de Parkinson, osteoporose, glaucoma, hipertensão, diabetes, além de fraldas geriátricas e anticoncepcionais.

Para saber se o estabelecimento faz parte deste Programa do Governo, observe se está destacado o selo AQUI TEM FARMÁCIA POPULAR.

Documentos para ter acesso aos medicamentos na Farmácia Popular

- Receita do médico
- CPF
- Documento de identificação com foto

**Confira a lista**

Recentemente, o Governo Federal passou a disponibilizar medicamentos gratuitos para hipertensão e de combate ao diabetes, quais sejam:

Hipertensão - tabela

Captopril 25 mg, comprimido
Maleato de enalapril 10 mg, comprimido
Cloridrato de propranolol 40 mg, comprimido
Atenolol 25 mg, comprimido
Hidroclorotiazida 25 mg, comprimido
Losartana Potássica 50 mg

Diabetes - tabela

Glibenclamida 5 mg, comprimido
Cloridrato de metformina 500 mg, comprimido
Cloridrato de metformina 850 mg, comprimido
Cloridrato de metformina de ação prolongada 500 mg
Insulina Humana NPH 100 UI/ml – suspensão injetável, frasco-ampola 10 ml
Insulina Humana NPH 100 UI/ml – suspensão injetável, frasco-ampola 5 ml
Insulina Humana NPH 100 UI/ml – suspensão injetável, refil 3ml (carpule)
Insulina Humana NPH 100 UI/ml – suspensão injetável, refil 1,5ml (carpule)
Insulina Humana Regular 100 UI/ml, solução injetável, frasco-ampola 10 ml
Insulina Humana Regular 100 UI/ml, solução injetável, frasco-ampola 5 ml
Insulina Humana Regular 100UI/ml, solução injetável, refil 3ml (carpules)
Insulina Humana Regular 100UI/ml, solução injetável, refil 1,5ml (carpules)

**Importante**

Os medicamentos gratuitos para hipertensão e diabetes oferecidos por meio do Farmácia Popular são identificados pelo nome genérico ou “princípio ativo”, que é a substância que compõe o medicamento.

Informações sobre os mais de 15 mil estabelecimentos credenciados ao Aqui Tem Farmácia Popular podem ser obtidas por meio do **DISQUE-SAÚDE (0800 611997)**.

Outros serviços

Através deste número, podemos obter informações, ainda, sobre dengue (como combater o mosquito), como fazer para parar de fumar, demais ações e programas do Ministério da Saúde.

COASF

Gestão para garantir o acesso correto aos medicamentos

A CAFAZ esteve na sede da Coordenadoria de Assistência Farmacêutica da Secretaria de Saúde do Estado/CE (COASF) e conversou com Ana Vlândia Nogueira Pinheiro Jucá (Assessora Técnica do Núcleo de Medicamentos Excepcionais) e Emília Pimentel, supervisora do Núcleo de Medicamentos Essenciais e Estratégicos da Coordenadoria de Assistência Farmacêutica do Estado do Ceará (NUMES/COASF).

Uma certeza ficou: o Estado do Ceará é referência na garantia do acesso a medicamentos de alto custo. Ao receber recurso do Governo Federal, o Governo do Estado através da Secretaria da Saúde, dá a sua contrapartida e adquire medicamentos de “alto custo” (Componente Especializado da Assistência Farmacêutica) para distribuição com as Unidades de Referência do Estado e algumas Regionais do interior do Estado. Este Programa tem por objetivo disponibilizar medicamentos entre os pacientes usuários do SUS para tratamento de doenças Específicas, cujas prescrições cumpram os critérios de inclusão estabelecidos nos Protocolos Clínicos e Diretrizes Farmacêuticas (PDCT), publicados pelo Ministério da Saúde.

Patologias contempladas

Asma, Osteoporose, fibrose cística, esclerose múltipla, Hepatite B e C, Mal de Parkinson, Alzheimer, deficiência do hormônio do crescimento, puberdade precoce, epilepsia, esquizofrenia, insuficiência renal crônica, dislipidemias,

dentre outras.

Como ter acesso a estes Medicamentos

Uma vez que o paciente já tenha passado pela Unidade Básica de Saúde e tentado tratamento com medicamentos mais baratos (medicamentos essenciais), ele é encaminhado a uma Unidade de Referência do Estado (Hospital Geral de Fortaleza, Hospital Universitário Walter Cantídio, Hospital César Cals, Hospital de Cardiologia de Messejana, Centro de Hipertensão e Diabetis (CIDH), Hospital Mental de Messejana, entre outros), onde realizará todos os procedimentos, consultas e exames. Esclarecida a doença, será cadastrado no Programa e na agenda de recebimento do medicamento.

Gestão do Programa

A gestão deste programa no Estado é de responsabilidade da Coordenadoria da Assistência Farmacêutica COASF/SESA, que tem como atribuição realizar seleção, programação, aquisição e distribuição dos medicamentos, promovendo a racionalização dos gastos, ampliando o número de medicamentos e permitindo a ampliação do acesso a estes.

Os serviços já estão sendo descentralizados para o interior do Estado, através das Coordenadorias Regionais de Saúde nos municípios de Crato, Juazeiro do Norte, Sobral, Quixadá, Russas, Limoeiro do Norte, Brejo Santo, Icó, Tianguá e Acaraú.

Desperdício de dinheiro e efeitos danosos à saúde são alguns dos resultados

O cardiologista Dr. Abrão José Cury Jr. ensina que apesar de saber que é perigoso ingerir remédios com base na indicação do balconista da farmácia, de amigos, ou achando que os sintomas são de uma doença que conhece ou já teve, muitas pessoas ainda recorrem à automedicação, para economizar a consulta médica e o exame diagnóstico. Porém, em geral, essa conduta sai mais cara. Os remédios podem agravar doenças, mascarar sintomas, ter efeitos colaterais danosos ou, no mínimo, servir para nada.



Exemplos de medicamentos frequentemente consumidos sem indicação médica e seus perigos:

Laxante - Quando consumido indiscriminadamente pode levar a alterações intestinais. Se a pessoa estiver constipada, complica o quadro e pode levar à perfuração do intestino.

Antibiótico - Droga usada para tratar várias infecções. Mesmo que a pessoa acerte na escolha, ao comprar sem indicação médica, pode errar no tipo e na dosagem, levando ao tratamento errado.

Antiácido - Muito usado para combater dor de estômago, que pode ser sintoma de úlcera, tumor, pancreatite, infarto do miocárdio. O uso inadequado pode retardar o diagnóstico, expor ao risco de morte.

Crems e pomadas - Muitas pessoas cometem o erro de achar que existem cremes e pomadas que tratam tudo. O uso indiscriminado pode mascarar doenças, como câncer de pele, ou pode não ter efeito.

Vitaminas - Só devem ser tomadas quando há uma real necessidade. Dependendo da dose, podem provocar doenças.

vitamina C: distúrbios gastrointestinais e cálculo renal; vitamina A: hipertensão craniana em crianças.

Suplementos alimentares - Podem ter efeitos tóxicos, ou não fazer nada. Estudos em andamento relacionam os suplementos ao desenvolvimento de arritmias cardíacas e morte súbita.

Casamento de remédios - Algumas pessoas, ao acharem que estão com gripe, por exemplo, ingerem xarope para a tosse, que piora a secreção pulmonar, descongestionante nasal. Tudo junto pode provocar reações alérgicas e até choque anafilático.

Sobre o Dr. Abrão José Cury Jr.: Presidente da Regional São Paulo da Sociedade Brasileira de Clínica Médica, médico assistente da Universidade Federal de São Paulo e cardiologista do Hospital do Coração.

FONTE: o texto foi pinçado do site <http://idmed.uol.com.br/Bem-estar/Viva-Melhor>



ENCARTES

Acompanham esse informativo os seguintes encartes:

- CAIXA DE FACILIDADES;
- DEMONSTRATIVO DE RESULTADOS;
- DEMONSTRATIVO ANUAL PARA FINS DE IMPOSTO DE RENDA;
- COMUNICADO CORRETORA - Rescisão do Contrato com a TIM Nordeste





Dr. Miguel Schettini Neto: falando de cuidados, de vida, da CAFAZ

O cidadão engajado à Campanha de Prevenção ao Câncer de Mama

Auditor Médico da CAFAZ, entre 1999 e 2000, Dr. Miguel Schettini Neto tem bem vivo na memória o período em que fez parte do quadro desta Caixa. Hoje, colaborador voluntário, está engajado na Campanha de Prevenção do Câncer de Mama, no GEEON - Grupo de Educação e Estudos Oncológicos, ligado a Faculdade de Medicina da UFC, ao lado do especialista, Dr. Luiz Porto.

"Diariamente, aí fazemos pesquisas sobre o câncer e mamografias preventivas". Diz mais: "Tenho muito interesse social nesta luta de prevenção e aproveito a ocasião para me colocar à disposição de qualquer pessoa para prestar mais detalhes". Inconformado crônico com a desinformação, é reconhecedor: "A CAFAZ presta um excelente serviço, divulgando informações técnicas, verídicas, comprovadas".

Confira entrevista, informações e dicas do Dr. Miguel Schettini Neto em sua cruzada em favor da vida.

Por que o fator INFORMAÇÃO é tão importante na luta pela prevenção ao câncer, sobretudo o câncer de mama, que é o seu grande foco hoje em dia?

Dr. Miguel: Sou um inconformado crônico contra a desinformação. O câncer de mama quando detectado precocemente, seu prognóstico na maioria das vezes é excelente. Por isso penso, a CAFAZ presta um excelente serviço divulgando informações técnicas, verídicas, comprovadas. Quem tem a informação, tem a força. Quantas vidas são ceifadas precocemente por um desconhecimento injustificável?

O que é preciso SABER para PREVENIR, basicamente?

Dr. Miguel: O que vou repassar são dados técnico-científicos mundialmente aceitos:

- 1 - No Ceará, no ano de 2010, surgiram 1.660 casos novos de câncer de mama. Destes, 1.000 têm tratamento e até cura total. Desses, 660 foram apenas tratamentos paliativos;
- 2 - Em cada NOVE mulheres uma TEM ou TERÁ CÂNCER DE MAMA;
- 3 - Surgiram 49 mil casos de câncer de mama no Nordeste em 2010;
- 4 - FORTALEZA, Belém-PA e Campinas-SP, são as três cidades brasileiras com maior índice de CÂNCER DE MAMA;
- 5 - Na Europa, com a prevenção do Câncer de mama, o índice de mortalidade caiu 20%, que é uma taxa muito alta. Muito bom!

Sobre os fatores de risco?

Dr. Miguel: As pacientes que se enquadrem em algum desses itens devem buscar fazer a prevenção:

- Tenham idade entre 40 e 59 anos;
- Sejam usuárias de bebida alcoólica;
- Tenham tido a 1ª gravidez após os 30 anos de idade;
- Sofram de obesidade;
- E tenham história familiar (casos de câncer na família).

Que órgãos e serviços buscar em Fortaleza, no Ceará como um todo - nomes, locais, contatos, serviços prestados.

Dr. Miguel: Todas os Centros de Saúde da Prefeitura Municipal de Fortaleza estão aptos a autorizar (A CUSTO ZERO) e indicar um dos 14 mamógrafos da cidade. TODOS, TODOS estão ociosos! Procure o Centro de Saúde de cada Regional. Os Planos de Saúde - todos - que zelam pela saúde dos seus usuários têm interesse na busca ativa de casos, não só visando ao paciente, mas à redução de custos nos casos avançados.

Contatos com o senhor?

Dr. Miguel: Através do email schettini27@gmail.com.

Contatos do GEEON?

Dr. Miguel: Rua Papi Junior, 1511, Rodolfo Teófilo, (85) 3283. 4988.

Entenda a Informação

O médico alerta que a INFORMAÇÃO é fundamental na luta contra o câncer, evitando-se mortes, dores e custos. Voluntário do Grupo de Educação e Estudos Oncológicos, conta, por exemplo, que de cada nove mulheres entre 40 e 59 anos uma tem ou terá câncer de mama. E que todos os Centros de Saúde da Prefeitura Municipal de Fortaleza estão aptos a autorizar (a CUSTO ZERO) e indicar um dos 14 mamógrafos da cidade.

• Remédios - Fitoterápicos podem ser os substitutos (A Notícia)

O médico Márcio Bontempo, da Associação Brasileira de Nutrologia, costuma receitar remédios fitoterápicos (produzidos com produtos naturais), mas também acredita que a proibição dos inibidores convencionais pode ser um prejuízo. Segundo o nutrólogo, a suspensão tende a criar aumento de doenças relacionadas à obesidade, como a diabetes tipo 2 e problemas de coluna, além de aumentar a procura pela cirurgia bariátrica - de redução de estômago -, "que tem mortalidade de 2%", diz. Para ele, o ideal seria tornar ainda mais rigorosa a fiscalização da venda.

Fonte: Clipping sobre Planos de Saúde* - Edição 23/2/2011

• Agora é assim: antibiótico, só mediante receita!

O surto da bactéria *Klebsiella Pneumoniae Carbapenemase* (KPC) no Distrito Federal levou o ministro da Saúde, a anunciar algumas medidas para controlar a venda indiscriminada de antibióticos no país. Com a regulamentação, as farmácias que descumprirem a determinação serão punidas com rigor. O crescimento no número de pacientes internados com a KPC pode estar diretamente relacionado à ingestão de remédios sem prescrição, o que tornaria o micro-organismo mais resistente.

FONTE: Estado de Minas

• Governo anuncia remédios gratuitos para pressão alta e diabetes

Os remédios estarão disponíveis na rede credenciada pelo programa Aqui Tem Farmácia Popular, do governo federal.

FONTE: Agência Brasil

David Servan-Schreiber

“A minha saúde é muito melhor do que antes de ter tido câncer”

“Todos somos portadores de células cancerosas, a partir de certa idade. Mas, apenas uma pessoa em cada quatro vai morrer de câncer. Qual é o segredo das outras três? As suas defesas naturais”, afirma o médico e cientista francês David Servan-Schreiber. E que é possível estimularmos essas defesas naturais através do nosso estilo de vida, e assim prevenir ou lutar contra a enfermidade.

David tem 50 anos e formou-se em Neuropsiquiatria pela Universidade de Pittsburgh, nos EUA. Aos 31 anos, soube que tinha um tumor maligno no cérebro. Está vivo e se diz com ótima saúde. Sorte? Nada disso.

A luta de Servan-Schreiber contra a doença mortal com a qual convive há quase 20 anos levou-o a tentar desemaranhar o novelo dos inúmeros estudos científicos sobre o câncer e a tentar dar-lhe sentido, para perceber o que torna algumas pessoas mais resistentes ao câncer que outras. As suas respostas estão no livro **Anticâncer – Uma nova maneira de viver**, que se tornou best-seller mundial.

Até agora, tudo o que ele afirma baseia-se em estudos epidemiológicos ou em experiências in vitro e em animais. Mas argumenta que as mudanças de estilo de vida preconizadas não podem fazer mal nenhum – e que, se funcionarem, mais vale começar a aplicá-las já, do que esperar.

Antes de escrever o livro receou que a sua abordagem desse falsas esperanças a outros doentes com câncer. Percebeu, porém, que o que acontece é que eles vivem numa situação de “falso desespero”, porque sentem que não têm qualquer controle sobre a sua doença e a sua vida. Por isso, decidiu transmitir-lhes as suas “mensagens de verdadeira esperança”. Como um verdadeiro guru.

Confira as “dicas” de David Servan-Schreiber.

Alguns ingredientes do estilo de vida “anticâncer”

- **Eliminar açúcar e farinhas brancas**, promotoras de câncer. Em um século, nos EUA, o consumo per capita de açúcares refinados passou de uns poucos quilos para 80 quilos por ano, a maior parte dissimulada nos alimentos (uma lata de refrigerante açucarado contém 12 pacotes de açúcar). Substituir por farinhas integrais, arroz integral ou basmati, massa semi-integral, pão multicereais, lentilhas, feijão, chocolate preto, frutos vermelhos.

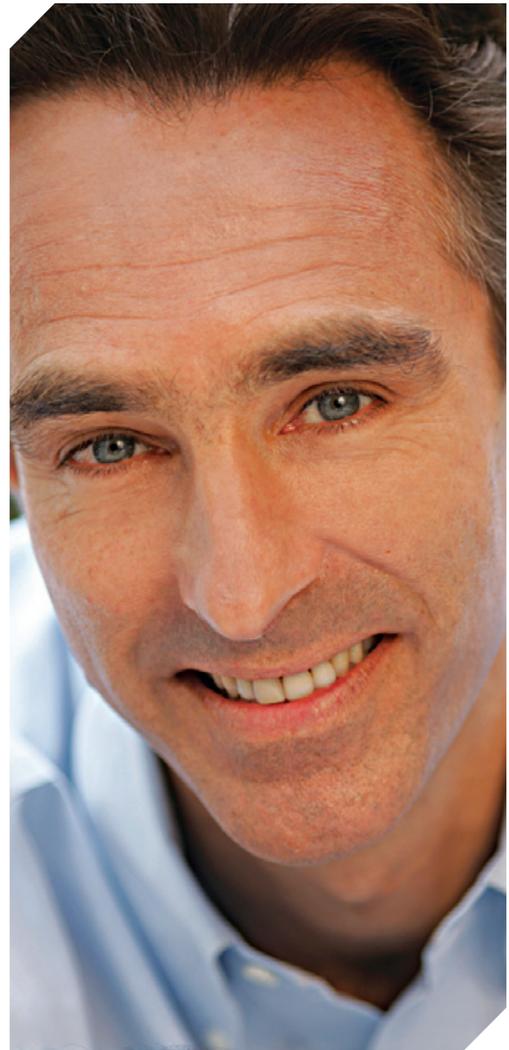
- **Restabelecer o equilíbrio ômega 3 / ômega 6**, gorduras essenciais que o organismo só pode ir buscar nos alimentos. No Ocidente, os óleos alimentares industriais e a mudança de alimentação do gado levaram a um excesso de ômega 6, promotor da proliferação celular e da inflamação (que o ômega 3 inibe). Alimentos que promovem o equilíbrio: **carne, ovos e laticínios “bio”, leite e iogurtes de soja, azeite. Alimentos ricos em ômega 3: óleo de linhaça, sardinhas e atum (em azeite quando são de lata), salmão etc..**

- **Consumir muita fruta e legumes, evitando os pesticidas.** Servan-Schreiber prefere frutas e legumes “bio” no caso dos frutos vermelhos, uvas, pepinos, aipo, espinafres, feijão-verde, courgettes etc. (se não forem “bio”, podem ser lavados ou descascados para diminuir os resíduos). Brócolis,

couves, tomates, cebolas, berinjelas, ervilhas, abacates, mangas, ameixas etc. são menos contaminados. Certos frutos e legumes poderão ter uma ação anticâncer específica (e variável, conforme o câncer). **O chá verde e o vinho tinto (um copo por dia) também.** Convém ainda abandonar certos produtos cosméticos, arejar as peças de roupa após limpeza a seco, não aquecer os alimentos em recipientes de plástico duro e não beber água da torneira nas zonas de agricultura intensiva.

- **Manter bons níveis de vitamina D e evitar a sedentarismo.** As pessoas trabalham muito menos no exterior, o que fez diminuir a atividade física e, nas regiões com pouco sol, dos níveis de vitamina D - vitamina que, explica Servan-Schreiber, tem uma ação anticâncer. Muitos especialistas já aconselham andar a pé 30 minutos por dia, seis dias por semana. E, para compensar o déficit em vitamina D, pode-se apanhar mais sol, tomar suplementos vitamínicos ou mesmo... engolir, de vez em quando, uma colher de óleo de fígado de bacalhau.

FONTE: IHEC – Instituto Hipócrates de Ensino e Ciência
<http://institutohipocratesonline.com/index.php/medicinas-nao-convencionais/39-alimentacao/237-servan-shreiber-entrevista-no-publico.html>





Operação Sorriso transforma a vida de crianças e jovens portadores

Em Fortaleza, o Hospital Infantil Albert Sabin (Hias) realiza há quase quatro anos cerca de 60 cirurgias gratuitas/mês de fissura lábio-palatina (lábio leporino e fenda palatina) em crianças e jovens portadores. O trabalho tem a parceria da instituição privada Operação Sorriso do Brasil - OSB, dedicada a transformar a vida de tantos quantos necessitem.

A Operação Sorriso conta com a ajuda de não-médicos, cirurgiões plásticos, enfermeiros, anesthesiologistas, psicólogos, ortodontistas, fonoaudiólogos, pediatras e geneticistas.

O programa é desenvolvido de forma muito criteriosa, com avaliações, cirurgias e acompanhamento pós-operatório. A operação é relativamente rápida. Em média uma cirurgia no lábio demora em torno de 45 minutos e na manhã após a cirurgia o paciente está liberado para retornar para casa.

A OSB trabalha em conjunto com a Secretaria da Saúde do Ceará (SESA) e demais parceiros: a Associação Brasileira de Cirurgia Cranio-maxilofacial, a Rede Nacional de Mobilização Social (COEP), o Hospital Infantil Albert Sabin (Hias) e a Casa Amigos de Jesus.

As consequências da fissura lábio-palatal na vida de uma criança vão além da estética, podem causar problemas auditivos, infecções crônicas, má nutrição, má formação da dentição e dificuldades no desenvolvimento da fala.



Operação Sorriso

Local: Hospital Infantil Albert Sabin (Rua Tertuliano Sales, 544 - Vila União)

Para mais informações: (85) 3101-4288 / 4214

Plantas Medicinais e Fitoterapia no SUS: a Política do Ministério da Saúde



Há seis anos, o Conselho Nacional de Saúde aprovou a Política Nacional de Medicina Natural e Práticas Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS), a qual, por solicitação dos membros deste Conselho, foi renomeada para Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS.

O Grupo responsável pela elaboração da Proposta de inserção das Plantas Medicinais e da Fitoterapia contemplada na Política foi coordenado, entre outros, pelo Departamento de Assistência Farmacêutica (DAF/SCTIE/MS), com participação de representantes da Secretaria de Atenção a Saúde (SAS/DAB, DAE/MS), Secretaria Executiva/MS, Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e Programa "Farmácia Viva", da Secretaria Municipal de Saúde de Fortaleza.

O objetivo é ampliar as opções terapêuticas aos usuários do SUS, com garantia de acesso às plantas medicinais, fitoterápicos e serviços relacionados à fitoterapia, com segurança, eficácia e qualidade, na perspectiva da integralidade da atenção à saúde.

Confira a listagem das plantas Medicinais indicadas pelo Ministério da Saúde no site da CAFAZ www.cafaz.org.br, na seção PREVENINDO DOENÇAS.

O poder dos alimentos no combate a doenças

Nosso sistema imunológico é como uma tropa de choque: entra em contato com os vírus e as bactérias do ambiente e precisa diferenciar os patogênicos - aqueles que provocam doenças - dos inofensivos. A função é eliminar os primeiros e deixar os outros viverem felizes em nosso organismo. E, como a moeda usada em nosso corpo é a energia, tudo que pode roubá-la torna a imunidade mais fraca. Se você vive pegando infecção, verifique primeiro se está dormindo e se alimentando direito.

De olho no prato

Alguns nutrientes têm a capacidade de reforçar nossas defesas. Se o organismo estiver com déficit em alimentos ricos em vitaminas A, C e E, além de minerais como o selênio e o zinco, ficará mais vulnerável às contaminações virais ou bacterianas.



Nutrientes que auxiliam a prevenir infecções

Vitamina A

Sua deficiência provoca uma redução no número de linfócitos, aumentando a probabilidade de infecções bacterianas, virais ou parasitárias. As principais fontes: cenoura, abóbora, fígado, batata-doce, damasco seco, brócolis e melão.

Vitamina C

Aumenta a produção de leucócitos, células de defesa que estimulam a resistência. Encontrada na acerola, frutas cítricas (limão, laranja, lima), kiwi, caju, morango, tomate, vegetais folhosos crus, repolho e pimentão verde. Lembrete importante: essa vitamina é facilmente destruída pela luz e pelo calor. Por isso, prefira tomar aquele suco logo após o preparo.

Vitamina E

Tem a capacidade de interagir com as vitaminas A e C e com o mineral selênio, atuando como antioxidante. Sua função é proteger as membranas celulares contra substâncias tóxicas, radiação e os temíveis radicais livres, que são liberados em qualquer reação química do organismo. Alimentos ricos: germe de trigo (fonte mais importante), óleos de soja, arroz, algodão, milho e girassol, amêndoas, nozes, castanha-do-pará, gema, vegetais folhosos e legumes.

Zinco

Esse mineral atua na reparação dos tecidos e na cicatrização de ferimentos. Sua deficiência pode causar diversas doenças imunológicas e, quando acentuada, causa linfopenia (grande diminuição do número de linfócitos). Fontes alimentares: carnes, peixes, ostras, crustáceos, aves, leite, cereais integrais, feijões e nozes.

Selênio

Assim como a vitamina E, esse mineral possui grande capacidade antioxidante, ou seja, neutraliza a ação dos radicais livres, retardando o processo de envelhecimento e evitando o desencadeamento de algumas formas de câncer. Onde buscar: castanha-do-pará, alimentos marinhos, fígado, carnes e aves.

Escudos contra os inimigos do seu corpo

Estes alimentos turbinam as defesas do organismo:

• Iogurte

Seus lactobacilos recuperam a flora intestinal e fortalecem o sistema imunológico.

• Suco de agrião com laranja

A clorofila é rica em zinco, ferro e vitamina C. Basta um copo de 250 ml por dia.

• Cogumelo shiitake

Estimula a produção das células de defesa do organismo.

• Alho

Previne o câncer e as doenças cardíacas. Melhor ainda se consumido assado em forno comum ou no microondas.

• Gengibre

Se não estiver grávida, pode consumi-lo antes das refeições para ajudar no processo digestivo.

• Chá de pau-d'arco

Raiz de efeito antibiótico. É recomendável tomá-lo duas vezes por semana.

FONTE: <http://nova.abril.com.br/edicoes/424/saude/alimentos-no-combate-doencas.shtml?pagina6>

Promotoria do Idoso e do Deficiente

Órgão destinado ao combate à violência contra o idoso: maus-tratos, abandono material, lesão corporal, perturbação do sossego, transportes, informações sobre direitos, postos de saúde, cuidadores de idosos, ambulatórios e clínicas, apropriação indébita da renda, entre outras manifestações de violência.

Local: Rua Assunção, 1242 - José Bonifácio

Telefones: (85) 3452-6352/6391

Site: <http://www.mp.ce.gov.br>

OBS.: A denúncia poderá ser feita pessoalmente, podendo ou não o denunciante se identificar.



CAFAZ

Cuidando do que é seu!

A Corretora informa!

O conceito mais genérico de invalidez é "a incapacidade total e permanente para o trabalho em geral, em decorrência de alterações provocadas por doença ou acidente (não pode prover subsistência)".

De modo mais profissional, é "a incapacidade definitiva para o cargo ou função (trabalho específico) em decorrência de alterações provocadas por doença ou acidente e a impossibilidade de ser readaptado/reabilitado". Donde se conclui: o que não se pode recuperar ou reabilitar fica equiparado a definitivo.

Confira as duas modalidades cobertas pelas Seguradoras parceiras da CAFAZ Corretora:

- **Invalidez Funcional Permanente Total por Doença (IPDF)** - garante o pagamento, ao próprio segurado, de uma indenização no valor de até 100% (cem por cento) do capital segurado, na ocorrência de sua invalidez funcional total e permanente por doença, durante o período de vigência.
- **Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente (IPTPA)** - garante o pagamento ao próprio segurado, de uma indenização no valor de até 100% (cem por cento) do capital segurado, caso o segurado se torne permanentemente inválido, em virtude de acidente pessoal coberto.

Cálculo do valor da indenização

Será feito com base no grau de invalidez, de acordo com a Tabela de Invalidez Permanente, aprovada pela SUSEP – Superintendência de Seguros Privados, constante das Condições Gerais, anexas a estas condições particulares.

Confira a tabela para o cálculo de indenização, em caso de invalidez permanente total e parcial por acidente (em %):

INVALIDEZ PERMANENTE	DISCRIMINAÇÃO	% SOBRE IMPORTÂNCIA SEGURADA
TOTAL	Perda total da visão de ambos os olhos	100
	Perda total do uso de ambos os membros superiores	100
	Perda total do uso de ambos os membros inferiores	100
	Perda total do uso de ambas as mãos	100
	Perda total do uso de um membro superior e um membro inferior	100
	Perda total do uso de uma das mãos e de um dos pés	100
	Perda total do uso de ambos os pés	100
	Alienação mental e incurável	100
PARCIAL DIVERSAS	Perda total da visão de um olho	30
	Perda total da visão de um olho, quando o Segurado já não tiver a outra vista	70
	Surdez total incurável de ambos os ouvidos	40
	Surdez total incurável de um dos ouvidos	20
	Mudez incurável	50
	Fratura não consolidada do maxilar inferior	20
	Imobilidade do segmento cervical da coluna vertebral	20
	Imobilidade do segmento tóraco-lombo-sacro da coluna vertebral	25
PARCIAL MEMBROS SUPERIORES	Perda total do uso de um dos membros superiores	70
	Perda total do uso de uma das mãos	60
	Fratura não consolidada de um dos úmeros	50
	Fratura não consolidada de um dos segmentos rádio-ulnares	30
	Anquilose total de um dos ombros	25
	Anquilose total de um dos cotovelos	25
	Anquilose total de um dos punhos	20
	Perda total do uso de um dos polegares, inclusive o metacarpiano	25
	Perda total do uso de um dos polegares, exclusive o metacarpiano	18
	Perda total do uso da falange distal do polegar	9
	Perda total do uso de um dos indicadores	15
	Perda total do uso de um dos dedos mínimos ou um dos médios	12
	Perda total do uso de um dos dedos anulares	9
Perda total do uso de qualquer falange, excluídas as do polegar: Indenização equivalente a 1/3 do valor do dedo respectivo.		

PARCIAL
MEMBROS
INFERIORES

Perda total do uso de um dos membros inferiores	70
Perda total do uso de um dos pés	50
Fratura não consolidada de um fêmur	50
Fratura não consolidada de um dos segmentos tíbio-peroneiros	25
Fratura não consolidada da rótula	20
Fratura não consolidada de um pé	20
Anquilose total de um dos joelhos	20
Anquilose total de um dos tornozelos	20
Anquilose total de um quadril	20
Perda parcial de um dos pés, isto é, perda de todos os dedos e de uma parte do mesmo pé	25
Amputação do 1º (primeiro) dedo	10
Amputação de qualquer outro dedo	3
Perda total do uso de uma falange do 1º dedo, indenização equivalente 1/2, e dos demais dedos, equivalente do respectivos dedo	3
Ecurtamento de um dos membros inferiores	
1- de 5 (cinco) centímetros ou mais	15
-de 4 (quatro) centímetros	10
-de 3 (três) centímetros	6
Menos de 3 (três) centímetros sem indenização	

Prazos prescricionais previstos pela legislação

Código Civil

Art.206. Prescreve:

§ 1º Em um ano: em caso de invalidez

II – a pretensão do segurado contra o segurador, ou a deste contra aquele, contado o prazo:

b) ..., da ciência do fato gerador da pretensão;

OBS - A partir de 11.1.2003, data em que o Novo Código Civil entrou em vigor, o prazo para dar entrada no pedido de indenização do Seguro Obrigatório DPVAT passou a ser de 3 anos, a contar da data em que ocorreu o acidente.

Há casos, porém, em que o prazo pode ser maior que 3 anos, o que dependerá do tempo decorrido entre a data do acidente e a data do Novo Código Civil.

Para acidentes envolvendo invalidez, nos quais o acidentado esteve ou ainda está em tratamento **o prazo para prescrição levará em conta a data do laudo conclusivo do Instituto Médico Legal - IML.**

Entenda a
Informação

A invalidez pode ser Funcional Permanente Total por Doença (IPDF) ou Permanente Total ou Parcial por Acidente (IPTPA). Para as duas, a CAFAZ Corretora tem a sua tabela de cálculo correspondente à indenização. Com prazo prescricional previsto em lei, as importâncias seguradas são variáveis. A perda total da visão de ambos os olhos (invalidez permanente), por exemplo, assegura 100% sobre a importância segurada.



Av. Alberto Nepomuceno, 56
Fone: (85) 3253.5253
Fax: (85) 3231.6952



Seguro
Vida



Seguro
Auto



Seguro
Residencial

Visite o novo site da Corretora: www.cafazseguros.com.br

“Faça valer os seus direitos”

No Brasil, os pacientes com câncer possuem alguns direitos especiais perante a lei. Assim pensando, a Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica (SBOC) lançou a cartilha “Câncer - Faça valer seus direitos”, de autoria da Dra. Maria Cecília Mazzariol Volpe, advogada, que após ter sido diagnosticada com câncer de cólon resolveu unir experiência pessoal e qualificação profissional para garantir aos brasileiros o acesso fácil e efetivo aos seus direitos.

A Constituição Federal, a Lei maior de nosso país, assegura que: “Saúde é direito de todos e dever do Estado”

Significa que todos os cidadãos residentes no País, acometidos de qualquer doença, têm direito a receber tratamento pelos órgãos de assistência médica mantidos pela União, pelos Estados e pelos Municípios (SUS).

O tratamento compreende: o fornecimento de remédios, a realização de consultas, cirurgias, exames laboratoriais, tomografias, raios-X, ultra-sonografias, radioterapia, quimioterapia, etc..

O tratamento pode ser realizado pelo SUS (Sistema Único de Saúde) e totalmente custeado pelos governos (Federal, Estadual e Municipal). Importante é esclarecer que o SUS é mantido por todos nós brasileiros, porque todos nós pagamos impostos.

Devemos exigir que os governos dêem a todos os doentes o melhor tratamento, com o uso dos mais atuais meios médicos (exames e medicamentos modernos) e científicos existentes.

A legislação brasileira garante direitos especiais para os portadores de doenças graves esclerose-múltipla, tuberculose ativa, hanseníase, cegueira, alienação mental, neoplasia maligna (câncer) entre tantas outras.

MAIS INFORMAÇÃO

De acordo com a cartilha “FAÇA VALER OS SEUS DIREITOS” da Dra. Maria Cecília Mazzariol Volpi, a isenção do Imposto de Renda aplica-se nos proventos de aposentadoria e/ou reforma e pensão recebidos pelos portadores de doenças graves. O doente tem direito à isenção mesmo que a doença tenha sido identificada após a aposentadoria por tempo de serviço ou a concessão da pensão.

Caso o pensionista seja portador de doença grave ele também terá direito à isenção de imposto de renda na pensão. O aposentado ou pensionista poderá requerer a isenção junto ao órgão competente, isto é, o órgão pagador da aposentadoria (INSS, Prefeitura, Estado, União) mediante requerimento feito

em duas vias, que deverá ser protocolado no respectivo órgão.

É necessário laudo pericial oficial emitido pelo serviço médico da União, do Estado ou do Município, comprovando a existência da doença ou deficiência.

Depois de apresentados, os documentos serão analisados, e o pedido de isenção poderá ser deferido. Após o deferimento a isenção é automática. Os documentos necessários e que devem ser juntados ao pedido de isenção são:

1. Cópia do Laudo Histo-patológico ou outro exame que comprove a doença;
2. Laudo oficial, de médico da União, do Estado ou do Município que contenha:
 - a) Diagnóstico expresso da doença;
 - b) Código da doença de acordo com o CID – Classificação Internacional de Doenças;
 - c) Menção às Leis nº 7.713/88; nº 8.541/92 e nº 9.250/95 e Instrução Normativa SRF nº 15/01;
 - d) Data de início da doença;
 - e) Estágio clínico atual da doença e do paciente;
 - f) Carimbo legível do médico com o nome e o número do CRM e assinatura.

A isenção deve ser concedida a partir da data da comprovação da doença e/ou deficiência por laudo oficial ou exame. Se a isenção for pedida após algum tempo da doença, é possível solicitar a restituição retroativa do Imposto de Renda pago. A restituição é feita até, no máximo, os últimos cinco anos.

A Receita Federal tem impresso próprio para este pedido de restituição, sendo obrigatório levar prova da aposentadoria e comprovação da doença (laudo médico oficial).

Os portadores de doenças graves que não estão aposentados devem procurar o Poder Judiciário para tentar conseguir igual isenção, pelo princípio da isonomia.

ACESSE O SITE DA CAFAZ SAÚDE (www.cafaz.org.br), NA SEÇÃO E-JORNAL (ITEM “OUTRAS LEITURAS”) E VEJA A ÍNTEGRA DA CARTILHA DA DRA. MARIA CECÍLIA MAZZARIOL VOLPE.



Doenças Graves

Condições para Isenção do Imposto de Renda Pessoa Física

Os portadores de doenças graves são isentos do Imposto de Renda desde que se enquadrem cumulativamente nas seguintes situações:

- ✓ os rendimentos sejam relativos a aposentadoria, pensão ou reforma (outros rendimentos não são isentos), incluindo a complementação recebida de entidade privada e a pensão alimentícia; e
- ✓ seja portador de uma das seguintes doenças:
 - AIDS (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida)
 - Alienação mental
 - Cardiopatia grave
 - Cegueira
 - Contaminação por radiação
 - Doença de Paget em estados avançados (Osteíte deformante)
 - Doença de Parkinson
 - Esclerose múltipla

- Espondiloartrose anquilosante
- Fibrose cística (Mucoviscidose)
- Hanseníase
- Nefropatia grave
- Hepatopatia grave (observação: nos casos de hepatopatia grave, somente serão isentos os rendimentos auferidos a partir de 01/01/2005)
- Neoplasia maligna
- Paralisia irreversível e incapacitante
- Tuberculose ativa

IMPORTANTE: Não há limites, todo o rendimento é isento do Imposto de Renda Pessoa Física.

Fonte: <http://www.receita.fazenda.gov.br/TextConcat/Default.asp?Pos=1&Div=PessoaFisica/IRPF/2002/Orientacoes/Manual-Completo/DoencasGraves/>