



PROGRAMA DE
ORTOPEDIA

 Fundação
Zerrener

| **ambev**





APRESENTAÇÃO

Sabemos que a grande procura pelo pronto atendimento se deve à queixa de dor articular, seja relacionada a trauma ou a episódios agudos ou até mesmo recorrentes, visto isso, o tratamento deve ser individualizado para cada tipo de dor e perfil de paciente. O foco do tratamento deve ser o controle da dor para permitir a reabilitação precoce e, assim, melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Pensando nisso, nós, da Fundação Zerrenner, desenvolvemos o Programa de Ortopedia, voltado ao bem-estar dos beneficiários, visando ao tratamento precoce e à melhora da qualidade de vida.

Neste manual, você vai encontrar todas as informações necessárias para o bom acompanhamento com uma equipe especializada. Aqui, você pode esclarecer suas dúvidas e conhecer um pouco mais sobre o programa.

O QUE É A TRAUMATOLOGIA E A ORTOPEDIA

A especialidade de Ortopedia e Traumatologia é responsável pelo tratamento de diagnósticos relacionados a processos articulares, miotendinosos, traumatismos, processos degenerativos ou inflamatórios.

O médico ortopedista tem sua formação abrangendo atuação clínica e cirúrgica, estando habilitado para o acompanhamento dos diversos diagnósticos relacionados a quadros dolorosos articulares, bem como, deformidades das estruturas ósseas, processos inflamatórios de características crônicas musculares, tendinosos e traumatismos (entorses, distensões, rupturas de tendões, fraturas etc), sendo capacitado para o acompanhamento.



IMPORTÂNCIA DA SAÚDE ORTOPÉDICA?

Um ortopedista com especialização e preocupado com uma boa assistência pode significar um diagnóstico preciso com a indicação de tratamento adequado.

Além disso, em casos de traumatismo, atendimento de urgência ou mesmo casos crônicos, ter um médico ortopedista de referência e engajado pode ser fundamental no desfecho e acompanhamento do caso, facilitando acessos aos procedimentos necessários para a recuperação integral do paciente.



TRATAMENTO MAIS IMPORTANTE

Inicia-se com mudanças no estilo de vida, como fugir do sedentarismo, não fumar, ter uma alimentação balanceada, praticar exercícios físicos regulares e, somente se necessário, indicação de medicamentos.

Em casos de pacientes com alto risco de fraturas recomenda-se o tratamento medicamentoso para estimular a produção de massa óssea ou diminuir a perda.

O QUE FAZER PARA EVITAR NOVOS PROBLEMAS?

Para evitar os problemas ortopédicos, o melhor é a prevenção, que se dá pelo fortalecimento do corpo. Fazer atividades físicas regulares, tomando os devidos cuidados e respeitando os seus limites, ajuda a fortalecer os músculos e evitar novos problemas.



IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA PREVENTIVA E PÓS-OPERATÓRIO

Por meio da fisioterapia, o paciente pode recuperar as suas funções musculares com mais rapidez, fazendo com que ele volte a ter autonomia para se movimentar e, pouco a pouco, possa retomar as suas atividades normais.

A fisioterapia de reabilitação de cirurgias ortopédicas é indicada como tratamento para quadros de entorses, contraturas, bursites, tendinites, problemas gerais nos membros superiores e inferiores, entre outros.





QUANDO DEVO PROCURAR UM MÉDICO ORTOPEDISTA?

O diagnóstico precoce é importante para o acompanhamento, procure um dos médicos do Programa Meu Doutor e/ou se inscreva no Programa de Ortopedia, se estiver apresentando alguma destas manifestações junto com a dor, mesmo que seja de leve intensidade, mas recorrente.

- Limitações nos movimentos;
- Deformidades (desvio da coluna, tumorações, alteração na marcha) ;
- Rigidez matinal (dificuldade de movimentar-se);
- Formigamentos;
- Sensação de calor nas articulações, inchaço ou vermelhidão;
- Desconforto após a realização de algum esforço físico;
- Histórico familiar de problemas no sistema locomotor.

Em caso de urgência/emergência, procure atendimento na rede credenciada da operadora.

FAÇA PARTE DO
PROGRAMA E
CONHEÇA OS
BENEFÍCIOS



PARA QUEM É O PROGRAMA? ELEGIBILIDADE

Todos os **funcionários titulares e dependentes ativos** no Plano Médico no Conecta FAHZ, em condições como:



**EM
TRATAMENTO**



**DORES NA
COLUNA**



**DORES NA
BACIA**



**DORES NO
OMBRO**



**DORES NO
PESCOÇO**



**DORES NO
JOELHO**



PROGRAMA DE ORTOPEDIA

Fundação
Zerrenner | **ambev**



Isenção de coparticipação

Será realizada isenção de coparticipação para os beneficiários que participarem ativamente do Programa*.



Equipe técnica especializada

Enfermeiros e médicos.



Sem burocracia

Não precisa de encaminhamento médico.



Site exclusivo

com informações do programa e esclarecimento de dúvidas.



Atendimento via WhatsApp

Para os beneficiários e dependentes

* - Durante o acompanhamento e enquanto estiver inscrita no Programa de Ortopedia não será cobrada coparticipação do plano de saúde (SulAmérica e Unimed). A isenção da coparticipação, ocorre apenas após a triagem (contato da área de enfermagem para anamnese e acolhimento) se aprovada a inscrição no Programa. A isenção da coparticipação não tem caráter retroativo (exames realizados antes da aprovação da inscrição e triagem, mantem a coparticipação). O prazo para efetivação da isenção de coparticipação nas Operadoras será em até 4 dias úteis. Importante ressaltar que para ser elegível a esse e aos demais benefícios, o beneficiário precisa ter participação ativa no Programa de Ortopedia (atendendo aos contatos da equipe especializada e enviando todos os exames realizados durante o acompanhamento).





PROCESSO DE INSCRIÇÃO

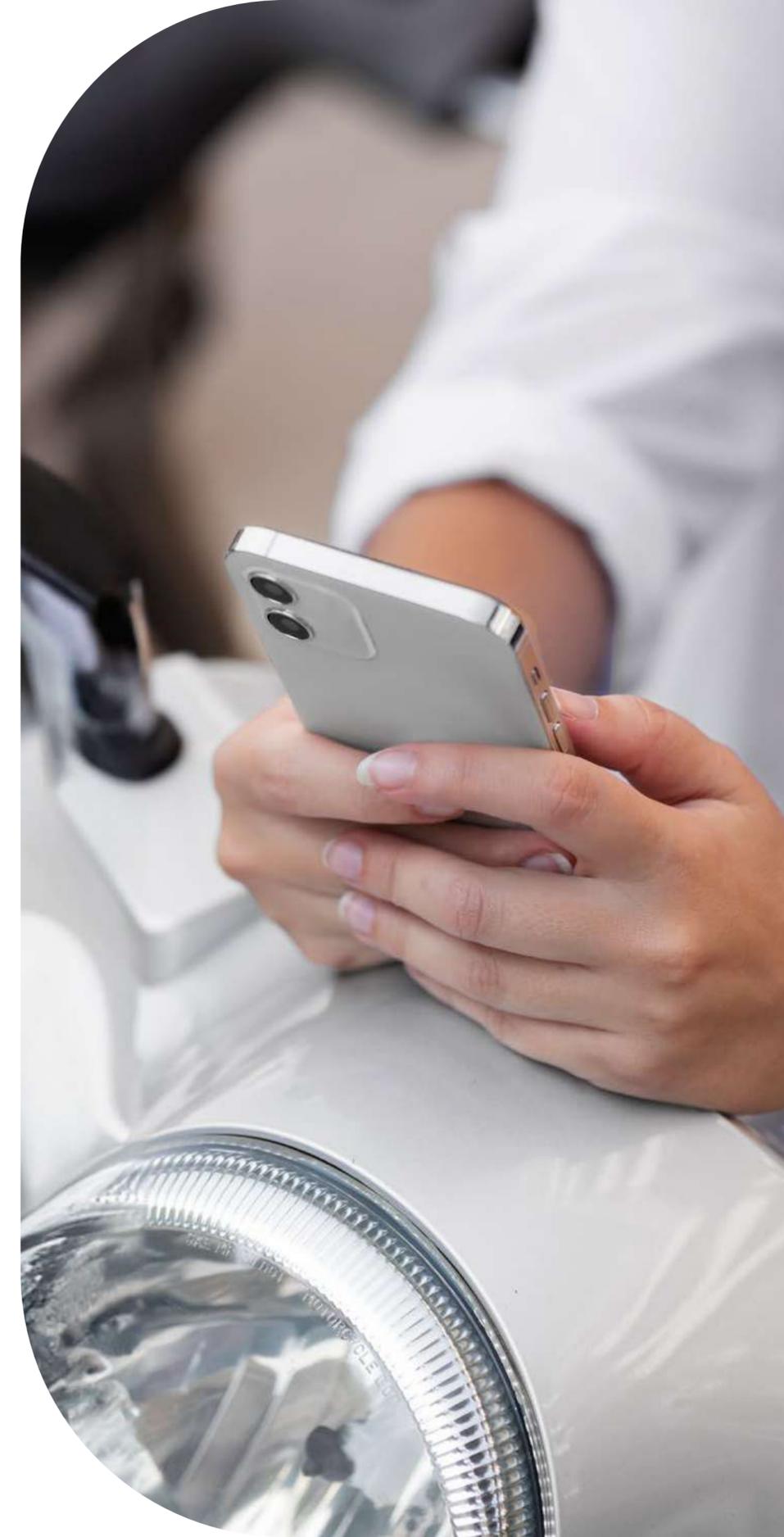
Faça sua inscrição pelo **App Conecta FAHZ** ou pelo **site**:

-  Acesse o **APP Conecta FAHZ**
OU
-  Pelo site **Conecta.fahz.com.br**
-  Clique em **Benefícios**
-  Clique em **Programa Ortopedia**

O preenchimento da Anamnese é essencial para a avaliação do time de enfermagem e médica.

Após realizar a inscrição, o time de enfermagem realizará o primeiro contato para triagem dos pacientes. Nesse processo, o paciente será avaliado e orientado sobre como funciona o programa para a aprovação da inscrição.

É importante que os pacientes que já possuem resultados de exames e laudos médicos encaminhem no momento da inscrição.



DICAS DE
PREVENÇÃO
E CUIDADOS
COM A SAÚDE



meu DOUTOR

Fundação
Zerrenner | ambev

O **Meu Doutor** é o programa lançado pela Fundação Zerrenner, em que os médicos estão disponíveis para atender todos os funcionários e dependentes ativos no plano médico no **Conecta FAHZ**.



Sem
nenhum
custo



Atenção integral à saúde
do funcionário e de seus
dependentes



Acompanhamento de
pessoas portadoras de
doenças crônicas



Ações educativas relacionadas
à prevenção de doenças e
promoção da saúde





FISIOTERAPIA

Acompanhamento inicial de problemas ortopédicos visando analgesia (diminuir o ciclo de dor) e reprogramar a musculatura com exercícios.

ACUPUNTURA

Seguimento com especialista visando reduzir a dor bem como outros benefícios estabelecidos em literatura.

RPG

Reorganização Postural Global – Visa estabelecer equilíbrio muscular com adequação da postura e exercícios direcionados.

IMPORTANTE!!

Você sabia? A má postura pode causar dores em toda extensão da coluna, desde a cervical até a lombar e que ao longo dos anos, a postura inadequada pode provocar curvaturas anormais na estrutura e, em casos mais graves, favorecer o surgimento de alterações que podem ir se agravando se não corrigidas.



PROGRAMA DE
ORTOPEDIA

Fundação
Zerrenner | **ambev**

CONTATOS PARA SUPORTE:

- 📞 Telefones de apoio: **0800 100 2345** ou **(11) 3185-7458**.
- ✉ E-mail: programadeortopedia@fahz.com.br
- 🌐 Fale conosco no site: www.programadeortopedia.fahz.com.br

Uma iniciativa:

Fundação
Zerrenner | **ambev**

