



Cartilha de Serviços



Atenção Primária à Saúde (APS)

O que é a APS?

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a sua principal porta de entrada para os serviços de saúde.

É na APS que você encontra uma equipe preparada para cuidar da sua saúde de forma contínua, preventiva e personalizada. Nosso objetivo é acompanhar você ao longo da vida, promovendo saúde, prevenindo doenças e coordenando seu cuidado quando necessário.

Sempre que possível, procure primeiro a sua equipe de referência.

Quem faz parte da sua equipe?

Nossa equipe é multiprofissional e pode ser composta por:



Médico(a)



Enfermeiro(a)



Técnico(a) de enfermagem



Psicólogo(a)



Nutricionista



Fisioterapeuta



Farmacêutico(a)



Concierge

Os atendimentos podem ser presenciais ou virtuais, conforme sua necessidade.

Quais serviços estão disponíveis?

CONSULTAS E ACOMPANHAMENTO

- Consultas médicas e de enfermagem
- Atendimento psicológico
- Acompanhamento nutricional
- Fisioterapia
- Atendimento farmacêutico
- Planejamento familiar
- Saúde sexual e reprodutiva
- Pré-natal compartilhado
- Saúde do idoso

CUIDADO COM DOENÇAS CRÔNICAS

Acompanhamos de forma contínua condições como:

- Hipertensão (pressão alta)
- Diabetes
- Colesterol alto
- Obesidade
- Doenças respiratórias
- Problemas cardíacos
- Saúde mental
- Problemas neurológicos e ortopédicos

PROCEDIMENTOS:

- | | | |
|---|--|---|
| • Coleta de citológico (exame preventivo) | • lavagem de ouvido | • retirada de pontos |
| • ECG | • realização de pequenos procedimentos e curativos | • coleta de exame laboratorial e inserção e retirada do implante. |
| • risco cirúrgico | | |
| • Sala de medicação | | |

Nossas Linhas de Cuidado

A Atenção Primária à Saúde organiza o acompanhamento dos beneficiários por meio de Linhas de Cuidado, que são conjuntos de ações planejadas para prevenir, diagnosticar e acompanhar as principais condições de saúde ao longo da vida.

Conheça cada uma delas:



TABAGISMO

O cuidado ao tabagista inclui apoio para parar de fumar de forma segura e acompanhada

Nossa equipe oferece:

- Orientação individualizada
- Apoio psicológico
- Estratégias para controle da ansiedade
- Acompanhamento contínuo

Parar de fumar reduz o risco de doenças do coração, pulmão, câncer e melhora significativamente a qualidade de vida.

SAÚDE MENTAL

A saúde mental é parte fundamental do bem-estar.

Acompanhamos condições como:

- Ansiedade
- Depressão
- Insônia
- Estresse
- Transtornos emocionais mais comuns

O cuidado pode incluir atendimento médico, psicológico e acompanhamento contínuo, sempre respeitando as necessidades de cada pessoa.





PRÉ-NATAL

O acompanhamento pré-natal garante mais segurança para a gestante e para o bebê.

Oferecemos:

- Consultas regulares
- Solicitação e acompanhamento de exames
- Orientações sobre alimentação e autocuidado
- Preparação para o parto
- Apoio no pós-parto

O cuidado é realizado de forma compartilhada pela equipe multiprofissional.

DIABETES

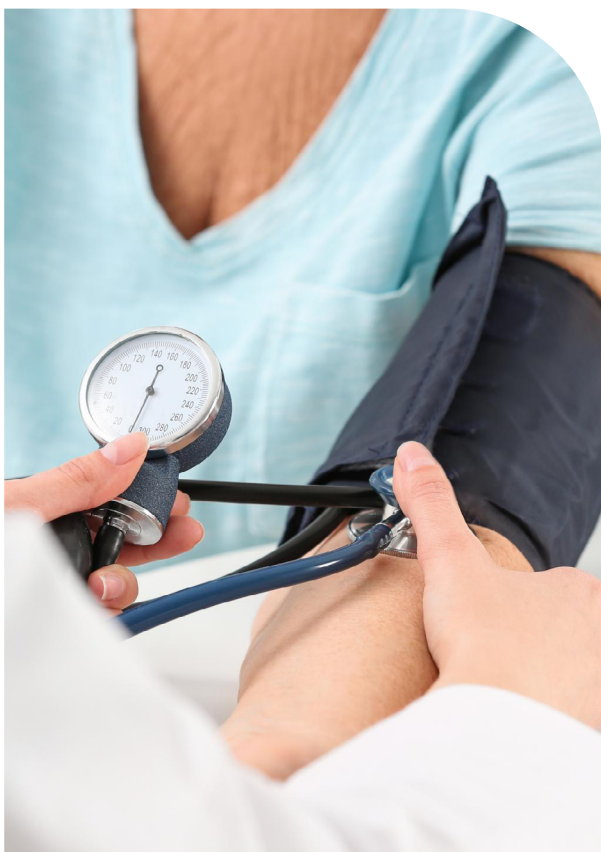
O acompanhamento do diabetes é contínuo e personalizado.

Nossa equipe atua em:

- Controle da glicemia
- Ajuste de medicações
- Orientação alimentar
- Prevenção de complicações
- Monitoramento regular

O objetivo é evitar complicações como problemas renais, cardíacos e circulatórios.





HIPERTENSÃO (PRESSÃO ALTA)

A hipertensão muitas vezes não apresenta sintomas, mas pode causar complicações graves.

Realizamos:

- Monitoramento da pressão arterial
- Ajuste de tratamento
- Orientação sobre alimentação e atividade física
- Prevenção de eventos cardiovasculares

O controle adequado reduz o risco de infarto e AVC.

ONCOLOGIA (PREVENÇÃO E ACOMPANHAMENTO)

A APS atua principalmente na prevenção e detecção precoce do câncer, por meio de:

- Rastreamento do câncer de mama
- Rastreamento do câncer do colo do útero
- Rastreamento do câncer de próstata
- Rastreamento do câncer de cólon

Também acompanhamos beneficiários durante e após o tratamento, garantindo coordenação do cuidado com a rede especializada.





DOENÇAS RESPIRATÓRIAS

Acompanhamos condições como:

- Asma
- Bronquite
- Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC)
- Infecções respiratórias recorrentes

O cuidado inclui orientação, uso correto de medicações inalatórias e prevenção de crises.

OBESIDADE E EXCESSO DE PESO

O cuidado com o peso envolve acompanhamento multiprofissional.

Oferecemos:

- Avaliação clínica
- Orientação nutricional
- Plano individualizado
- Incentivo à atividade física
- Prevenção de doenças associadas (diabetes, hipertensão)

O foco é promover saúde e qualidade de vida, não apenas perda de peso.





SAÚDE FUNCIONAL

A saúde funcional tem como objetivo manter autonomia e qualidade de vida.

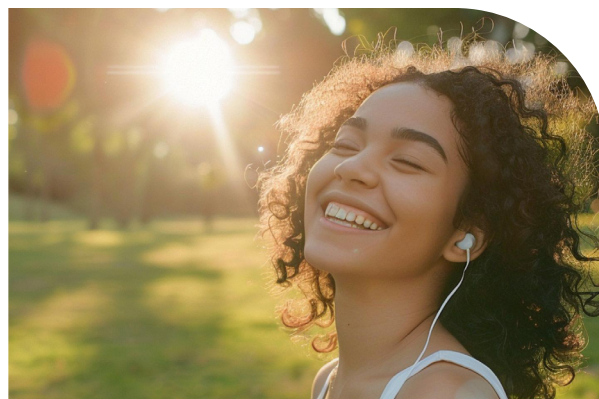
Inclui:

- Avaliação de mobilidade
- Prevenção de quedas
- Reabilitação
- Acompanhamento fisioterapêutico
- Promoção do envelhecimento ativo

Especialmente importante para idosos e pessoas com limitações físicas.

SAÚDE DA MULHER

- Preventivo (Papanicolau)
- Rastreamento do câncer de mama
- Acompanhamento ginecológico
- Orientações sobre contracepção

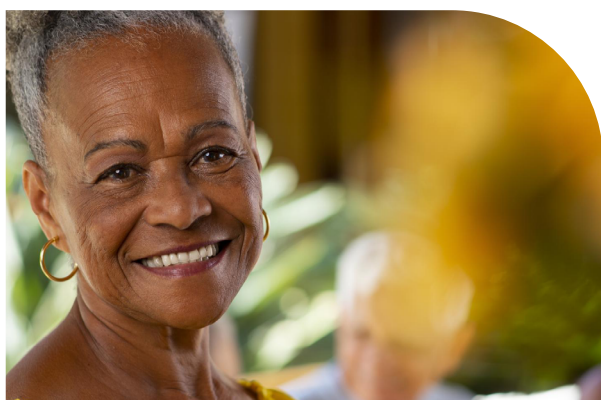


SAÚDE DO HOMEM

- Rastreamento do câncer de próstata
- Controle de fatores de risco cardiovasculares

SAÚDE DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE

- Acompanhamento do crescimento e desenvolvimento
- Orientações preventivas
- Promoção de hábitos saudáveis



SAÚDE DO IDOSO

- Avaliação geriátrica
- Prevenção de quedas
- Acompanhamento de múltiplas medicações
- Promoção do envelhecimento saudável

Telemonitoramento

Nossa equipe pode entrar em contato com você para:

- Acompanhar sua condição de saúde
- Monitorar exames
- Orientar após ida ao pronto atendimento
- Acompanhar após alta hospitalar
- Ajudar no controle de doenças crônicas

Esse acompanhamento faz parte do cuidado contínuo.

Quando procurar o Pronto Atendimento (PA)?

O PA deve ser utilizado em situações de urgência e emergência, como:

- Dor intensa no peito
- Falta de ar importante
- Acidentes
- Sangramentos intensos
- Situações graves e súbitas

Para a maioria dos problemas de saúde, sua equipe de APS está preparada para cuidar de você.

Por que é importante usar sempre a mesma equipe?

Quando você mantém acompanhamento com sua equipe de referência:

- Evita exames desnecessários
- Reduz risco de internações
- Tem cuidado mais personalizado
- Evita repetição de informações
- Recebe orientação contínua
- Melhora sua qualidade de vida

Seu histórico fica organizado e sua equipe conhece você.

Nosso compromisso com você

Monitoramos constantemente a qualidade dos serviços, avaliando:

- Acompanhamento dos planos de cuidado
- Controle de doenças crônicas
- Redução de internações evitáveis
- Uso adequado do pronto atendimento
- Continuidade do cuidado

Tudo isso para garantir segurança, qualidade e sustentabilidade do seu plano de saúde.





Av. Barbacena, 472 | 12º andar | Barro Preto

CEP: 30190-130 | Belo Horizonte | MG

Central de Relacionamento Telefônico: 0800 030 9009

Autoatendimento via WhatsApp: 31 99791-6464

www.cemigsaude.org.br

ANS - Nº 41750-5