

ALERTA HIPERTENSO



Uma publicação da Associação Paulista de Assistência ao Hipertenso

APAH e FENAPHA participam de reunião no Congresso da ANAD



Da esq. p/ dir.: Sra. Maria da Conceição Ribeiro – presidente da APAH e o Sr. Gerson Cassiano – presidente da FENAPHA, durante o 8º Congresso Brasileiro Multiprofissional em Diabetes, realizado pela ANAD, os demais participantes são os Dr. Fadlo Fraige Filho – presidente da FENAD e ANAD, Dra. Rosa Maria Sampaio Vila-Nova de Carvalho – Coordenadora Nacional do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus/ Ministério da Saúde e o Dr. Alberto Barceló – Coordenador da Área de Diabetes da Organização Panamericana da Saúde/ Washington DC.

Sra. Maria da Conceição Ribeiro – presidente da APAH e Sr. Gerson Cassiano – presidente da FENAPHA, participaram de reunião no 8º Congresso Brasileiro Multiprofissional em Diabetes da ANAD, juntamente com várias Entidades com objetivo de elaborar documento visando a melhoria na assistência ao diabético.

Entrevista

O Hiperdia vai continuar!

Em depoimento ao Alerta Hipertenso, a coordenadora nacional de Hipertensão Arterial e Diabetes Melitus, dra. Rosa Sampaio Vila Nova, aponta as dificuldades encontradas pelo novo governo e assume o compromisso da continuidade do Hiperdia em todo o território nacional.

Leia na página 4

Associe-se

Traga um novo sócio para a APAH e torne sua associação ainda mais representativa
Páginas 5 e 6

Comportamento

Estresse, o mal do século

No artigo do mês, saiba como prevenir uma das principais doenças do homem moderno
Páginas 8 e 9



COLESTEROL NÃO ESCOLHE CORAÇÃO

Você sabe quais são as taxas de seu colesterol?

Você sabe que existe o "bom" e o "mau" colesterol?

Você sabe que o colesterol aumentado está associado ao risco de infarto ou derrame?

Você sabe que todos estão sujeitos a ter taxas descontroladas?

Converse com seu médico e viva melhor.

**Colesterol não escolhe vítima
Procure seu médico**

Cobrança colhe frutos

A grande mobilização feita por profissionais da área de saúde, sociedades científicas e de associações de portadores de hipertensão arterial e diabetes melitus para que houvesse compromisso do governo para a retomada do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e Diabetes Melitus começa a dar seus primeiros resultados concretos.

Essa realidade pode ser constatada nesta edição do Alerta Hipertenso, principalmente na entrevista esclarecedora da Dra. **Rosa Sampaio Vila-Nova, coordenadora Nacional de Hipertensão Arterial e Diabetes Melitus – Departamento de Atenção Básica-DAB – Secretaria de Atenção à Saúde-SAS – Ministério da Saúde**

Entre outras coisas, ela reforça o compromisso do novo governo em se manter o programa, e também o HiperDia – uma das mais importantes conquistas dos últimos anos para que se possibilite um acompanhamento da situação da hipertensão arterial e diabetes em todo o território nacional – e a retomada dos cursos de capacitação e aperfeiçoamento dos profissionais de saúde em relação à hipertensão arterial, diabetes melitus e demais fatores de risco pela doença cardiovascular.

No entanto, se de um lado é positiva a atitude do novo governo ao se manter um Programa idealizado pelos diversos segmentos da sociedade civil, entidades científicas e das inúmeras associações de portadores, existem problemas que necessitam de uma intervenção mais rápida.

Um desses problemas mais sérios está justamente na falta de medicamentos nos postos de saúde para que sejam distribuídos gratuitamente à população carente.

Como é possível que essas pessoas tenham condições de seguir o tratamento, se nem têm como adquirir seus remédios.

Aliás, a questão dos custos com tratamento e de internação também são comparados nesta edição e mostram claramente o quanto o Estado perde quando não toma essas medidas simples como o fornecimento dos remédios.

Dessa forma, é importante que todos continuem cobrando dos governantes e autoridades até que consigamos implementar totalmente, e em todo o país, o Programa de Prevenção.

A diretoria

Alerta Hipertenso é um publicação oficial da **Associação Paulista de Assistência ao Hipertenso (APAH)**. Fundada em 26/04/94. A primeira associação de pacientes hipertensos do Brasil.) Praça Pádua Dias, 135, embaixo do viaduto Carlos Ferracci – CEP: 03067-050 – Cx. Postal nº 16 170/5 Cep: 03403-970 – %Fax: (0XX11)295-5228 **E-mail:** apah@uol.com.br

Conselho Editorial: Dr. Carlos Alberto Machado, Claudete Martins, Cláudia Fernanda Padovan Pacheco, Elaine Maria Túlio Mota, Eliete Morishige Yokoya, Erotides de Oliveira de Souza, Jussara Aparecida Melo, Maria Cecília G. Marinho Arruda, Dra. Maria Cristina Cardeal Ramos.

Editor: Jair Rosa (Mtb 20271) **Projeto Gráfico e Editorial:** Classe Empresa Comercial e Jornalística Ltda.

% (0XX11) 6954-2183/5971-8658 **Fax:** (0XX11) 6631-4240 **E-mail:** jclasse@terra.com.br **Programação Visual:** Cícero T. Sasaki **Impressão:** Artpack **Fotolito:** GraphBox Caran **Tiragem:** 3.000 exemplares **ALERTA HIPERTENSO** é uma publicação trimestral, distribuída aos associados da APAH.

Presidente: Maria da Conceição Ribeiro **Vice-Presidente:** Nilson Gonçalves de Castro **1ºTesoureira:** Maria Leonilde Sanches **2ºTesorereiro:** Luzomar Charias da Silva **1º Secretária:** Elaine Maria Túlio Mota **2º Secretária:** Vilma Fernandes Del Debbio

1º Diretor de Rel. Pùb. e Comunicação: Carlos Grande **2º Diretor de Rel. Pùb. e Comunicação:** Erotides Oliveira de Souza **1º**

Diretor Médico: Dr. Carlos Alberto Machado **2ºDiretora Médica:** Dra. Maria Cristina Cardeal Ramos **1ºDiretor de Orientação**

Educacional: Dr. Nestor Coelho Pitta **2ºDiretora de Orientação Educacional:** Maria Isabel de Assis **1ºDiretora de Assistência**

Social: Claudete Martins **2ºDiretora de Assistência Social:** Janete Fernandes Carvalho **Coordenadoria de Eventos Sociais:**

Maria Aparecida Amorim de Oliveira **Coordenadoria de Eventos:** Benedita Maria de Jesus, Elisa Rivaben de Freitas Millozzi, Elvira Gil Rodrigues, Maria de Fátima F. Fernandes e Maria dos Reis Martins Leite **Conselho Fiscal:** Jeanete Fernandes Carvalho, Maria Aparecida Amorim, Francesco Aluoto, Ulivi Elvio e Neide Yoshiko Kitazuru.

A redação não se responsabiliza por opiniões emitidas em artigos assinados

Venha participar



Entrega dos certificados de "Atingindo metas"

O associado da APAH tem uma grande missão até o final deste ano: trazer pelo menos mais um novo sócio para a entidade.

Os motivos para isso você já conhece. Mas o principal deles é que desde a sua criação a APAH – Associação Paulista de Assistência ao Hipertenso – tem sido o ponto de encontro e de referência dos portadores de hipertensão arterial não só da capital mas de todo o país. O motivo deste reconhecimento é o sério trabalho que vem sendo realizado pelas sucessivas diretorias da entidade, onde não há disputas ou interesses políticos envolvidos, apenas a união de todos para estar sempre prestando o melhor serviço ao hipertenso e seus familiares. No entanto, para manter essa estrutura e atividades (como essas que constam das fotos) é importante que a entidade seja cada vez maior. E isso acontece quando conquistamos cada vez mais participantes, uma peça fundamental também quando precisamos cobrar dos governos uma política direcionada à prevenção, tratamento e acompanhamento

da hipertensão arterial – o principal fator de risco das doenças cardiovasculares. O que você está esperando para convencer um amigo? Recorte a ficha de associação nesta edição e aumente nossa família.



Agita Galera / Melhor Idade



Bingo



Associe-se à APAH

ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE ASSISTÊNCIA AO HIPERTENSO

Nome: _____

Data de nascimento ____/____/____ Sexo _____

Endereço: _____

Bairro: _____ CEP: _____ - _____

Cidade: _____ Telefone: (____) _____

Conta Corrente para doações:

**Banco Bradesco – Agência Tatuapé 0097
C/C – 0282344-6.**



de nossa família



Passeios



Arteterapia



Um dos líderes mundiais em
pesquisa terapêutica

O HiperDia vai continuar!

Confirmação foi feita pela dra. Rosa Sampaio Vila-Nova, coordenadora nacional de Hipertensão Arterial e Diabetes Mellitus

Entrevista

Nos últimos meses várias sociedades científicas e de portadores de hipertensão arterial e diabetes, entre elas a Fenapha e a Apah, têm ficado apreensivos em relação à continuidade da implementação do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus no novo governo.

Na entrevista que segue, exclusiva ao **Alerta Hipertenso**, a coordenadora nacional de hipertensão arterial e diabetes mellitus do Ministério da Saúde, dra. Rosa Sampaio Vila-Nova, fala como está o programa e garante que o HiperDia irá continuar.

Alerta Hipertenso: O *Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus vai continuar?*

Dra. Rosa Sampaio: Vai continuar sim; queremos até que amplie, no que for possível, em 2004. O Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabete Mellitus é excelente e apesar do início de sua implantação ser em 2000, já trouxe um bom impacto na organização e na qualidade da atenção a esses pacientes na rede pública; rever o Plano na perspectiva de analisar o que não funcionou tão bem, ampliar ações, etc. é uma meta logo para o início do ano que vem. Pretendemos transformá-lo num Programa estruturado de Atenção Integral ao Hipertenso e Diabético.

AH: *Por que houve demora na retomada do programa pelo novo governo?*

Dra. Rosa: O Ministério sofreu um amplo processo de reorganização interna, com alteração nas secretarias e setores para dar mais agilidade e integrar algumas áreas que eram comuns e estavam dispersas; esta coordenação foi uma delas, que ficou na Secretaria de Atenção à Saúde, onde de fato deve estar, ligada inclusive ao Programa de Saúde da Família e também à média e alta complexidade; isso parece burocrático, mas na prática facilita



Dra. Rosa Sampaio Vila-Nova – coordenadora nacional de hipertensão arterial e diabetes mellitus do Ministério da Saúde

Simpósio Pré Congresso SBC-DHA

Simpósio Pré Congresso SBC-DHA em Salvador contou com a participação da FENAPHA



Da esq. p/ dir.: Dr. Romero Bezerra Barbosa, Dr. Carlos Alberto Machado, Maria Acioly Mota, Gerson Cassiano, Dra. Rosa Sampaio Vila-Nova, Dra. Marta Medeiros Neder e Alda dos Reis Silva Santos.

muito o trabalho. De fato houve um certo atraso, mais do que o necessário, admito, para o reinício das atividades da Coordenação; cheguei no fim de julho e espero tirar o atrasado. De qualquer modo as ações do Plano não pararam totalmente, já que tem muita gente treinada e trabalhando nos municípios. Estados e Municípios são coparticipantes e, sobretudo os municípios, são os executores das ações de saúde

AH: *O Hiperdia será mantido?*

Quais serão as alterações?

Importante frisar que as entidades de portadores de hipertensão arterial consideram de fundamental importância continuar condicionando o fornecimento de medicamentos aos municípios que integram o HiperDia, pois se isto deixar de

ocorrer dificilmente as prefeituras continuarão atualizando os dados.

Dra. Rosa: O Hiperdia será mantido; está sendo implementado também um outro sistema de informação, este obrigatório, para toda a Atenção Básica-o SIAB (Sistema de Informação da Atenção Básica); todos os municípios terão que informar; hoje a informação é grande mas é por adesão. Muitas informações são fundamentais para os municípios mas não para o Ministério da Saúde. Dessa forma e buscando racionalizar a informação e torná-la mais precisa, fidedigna é que está sendo implementado esse outro sistema. Incluímos nele indicadores fundamentais para a análise e acompanhamento da Hipertensão e Diabetes, tais como prevalência, adesão, fatores de

risco, medicamentos; as Sociedades Científicas participaram da elaboração desses indicadores considerados essenciais e a partir da implantação do novo sistema, o SIAB, teremos informações fundamentais de todo o Brasil, de seus 5. 546 municípios.

Quanto à vinculação ao medicamento, concordamos que é um fator de estímulo para o município informar; mas como agora será obrigatório o SIAB e o município que não informar sofrerá sanções, as informações essenciais não serão perdidas.

AH: *Quando serão retomadas as capacitações para a atualização dos profissionais da área de saúde?*

Dra. Rosa: Estamos nos preparativos-liberação de recursos, elaboração de convênios, etc. para o reinício.

Resposta da presidência

Responsáveis pelo Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus no governo Luiz Inácio Lula da Silva respondem ao documento enviado pela Fenapha e Apah

A custo recebimento de correspondência, dirigida, inicialmente ao Senhor Ministro de Estado da Saúde, por meio da qual Vossa Senhoria trata do Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus. Por ser o assunto afeto a esta Secretaria de Atenção à Saúde, esclareço que o SIS

HIPERDIA continua em atividade e que não existe nenhuma intenção, do Ministério da Saúde, de deixar de alimentar esta base de dados. O que está em discussão é a proposta de substituição, do software utilizado, avaliando a possibilidade de que estes dados (do HIPERDIA) sejam coletados a partir de um novo sistema de informação para a atenção básica, conforme consta da Nota

Técnica nº 17/03, emitida pelo Departamento de Atenção Básica/SAS, cujo teor ratifico. Esperando ter prestado os esclarecimentos necessários ao assunto coloco a equipe desta Secretaria à disposição para dirimir eventuais dúvidas.

Jorge Solla
Secretário de Atenção à Saúde

Estresse: o mal do século

Atualmente mais de 50% da população vive nos grandes centros urbanos, onde o relacionamento entre as pessoas fica difícil: egoísmo, violência, excesso de trabalho, desemprego, etc..., levando os indivíduos a adotarem atitudes cada vez individualistas.

Antigamente as pessoas moravam em casas e tinham um relacionamento mais próximo com seus vizinhos, parentes, compadres, comadres, lembram-se do chazinho da comadre?

Visando a retomada deste tipo de relacionamento, fator vital no controle do estresse, decidimos então, fornecer alguns esclarecimentos sobre o estresse.



Defini-se **Estresse** como “Conjunto de reações do organismo à agressões de origens diversas, capazes de perturbar-lhe o equilíbrio interno.” O estresse é também conhecido como o “mal invisível”, assim como a hipertensão arterial, lenta e silenciosamente vai causando danos ao organismo sem que a pessoa perceba, e quando os sintomas aparecem, muitas vezes os problemas são mais complexos, e o tratamento mais lento e difícil. Pensamos então, sobre o que perturba o homem?

Do transporte à falta de medicamento, as dificuldades econômicas, a violência, os problemas com familiares, vão se somando numa lista que podemos dividir em estímulos internos e externos:

- **Externos:** ruídos, poluição, dificuldade de respiração, etc.
- **Internos:** dificuldade para dormir, ansiedade, palpitações, etc



Como controlar?

Sabemos que todos os seres humanos passam por situações onde o corpo sofre uma exigência maior, às vezes são atividades gratificantes: preparar uma festa, fazer uma viagem para visitar um parente distante, nesse momento nosso empenho



é mais solicitado. No entanto, existem pressões que podem provocar um desgaste emocional muito grande, gerando um cansaço duradouro, levando ao início do processo de “estresse”. É importante saber reconhecer que o estresse tem um começo, que na verdade, reconhecemos como um grande cansaço,

duradouro demais, mas, muitas vezes desconsiderado. Portanto, se você vive pressões que parecem não ter fim, é bom ficar alerta!



Podemos pensar no estresse em 3 fases:

1 O organismo pode reparar o erro que vem cometendo seguindo algumas regras simples:

- Faça pausas em seu trabalho, fazendo um pequeno exercício a cada hora como espreguiçar-se;



- Evite bebidas estimulantes: café, chá, energéticos;



- Faça um pouco de reflexão ao final do dia;

- Seja menos exigente consigo;



- Ajude outras pessoas, partilhar sabedoria e trabalho aumenta a auto-estima e diminui o estresse



- Inclua em suas atividades momentos de lazer;

- Procure cuidar de alimentar-se adequadamente;



- Faça uma atividade física adequada às suas necessidades;

- Trace objetivos para sua vida que possam ser cumpridos;



- Faça amigos, conversar faz bem;

- Observe mais sua respiração, perceba se você respira como um bebê, pela barriga ou só no tórax;

2 Se você já apresenta, problemas emocionais, de concentração e raciocínio, alterações fisiológicas. Esteja ALERTA. Siga as sugestões para mudança de estilo de vida, consulte seu médico para auxilia-lo no melhor encaminhamento para o que você sente.

3 O auxílio profissional nesse momento é indispensável.



Para todos os momentos “re-aprenda” a **Respirar** – o oxigênio é nossa grande fonte de vida!

Tratamento adequado, além de prevenir doenças, gera economia ao país

Investir em políticas de saúde é o melhor remédio para diminuir consequências da hipertensão arterial e outras doenças.

De julho de 2000 a junho de 2001 o Sistema Único de Saúde (SUS) recebeu 11.800.155 internações. Deste total 1.143.955 (9,69%) são pessoas com algum tipo de doença cardiovascular (DC) assim divididos: hipertensão arterial, 171 009 (14,95%), das demais internações por DC, 80% estão ligadas à hipertensão arterial, pois tem a hipertensão como seu principal fator de risco; doença cerebrovascular (derrames), 157.052 (13,72 das DC) doença isquêmica do coração (infartos e angina) 1.557,189 (13,61% das DC), portanto gastos possíveis de serem evitados desde que o diagnóstico precoce e o tratamento adequado tivessem acontecido.

Os números por si só já serviriam para mostrar que algo precisa ser feito mais concretamente para diminuir esse percentual. Por meio da implantação de políticas que viessem a atrair o paciente para o tratamento, através de sua vinculação com os serviços de saúde, garantido uma assistência integral e de qualidade, com abordagem multiprofissional, com participação do próprio governo, principalmente, na questão do fornecimento de medicamentos à população carente e capacitação dos profissionais (desenvolvimento de programas de educação permanente), além do equipamento das unidades de saúde, tornando-as resolutivas.

Tudo isso está contemplado no Plano de Reorganização da Atenção à Hipertensão Arterial e ao Diabetes Mellitus, que teve a participação importante das Federações Nacionais de Portadores de Hipertensão e Diabetes, em sua construção e implantação das primeiras etapas, faltando apenas que se retome sua implementação.

No entanto, não é apenas no aspecto clínico que o programa deve ser observado. Na verdade a sua adoção integral permitiria ao país uma economia substancial em relação ao que é despendido em tratamentos preventivos e no custo da internação ou de terapia de complicações provenientes da falta do controle, por exemplo, da hipertensão arterial.

O Alerta Hipertenso, fez algumas simulações, atualmente são gastos R\$ 302 para tratar uma internação por infarto agudo do miocárdio; R\$ 275,55

para acidente vascular encefálico; R\$ 120,00 para crise hipertensiva entre outros gastos para a recuperação de um quadro agudo, por complicação da hipertensão não controlada (Tabela 1)

Custos de Tratamentos de Complicações da Hipertensão Arterial	
Complicações	Custos
Infarto Agudo Miocárdio	R\$ 302,25
Acidente Vascular Encefálico	R\$ 275,55
Hemodiálise (1x)	R\$ 93,58
Crise Hipertensiva	R\$ 120,00
Insuficiência Cardíaca	R\$ 429,53

Por outro lado, a garantia do fornecimento gratuito dos medicamentos para o tratamento da hipertensão para a rede SUS, tem um custo infinitamente menor. Vejam os custos dos medicamentos para o SUS (fornecimento gratuito à população via Dose Certa / Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo) na tabela 2.

Apenas essa mudança de cultura, que pode ser feita através do diagnóstico precoce e tratamento adequado dos portadores e ações de promoção de saúde na população de risco, priorizando o tratamento preventivo, permitiria uma "sobra" de recursos que para o governo investir no aparelhamento de unidades de saúde, aumentando sua resolutividade, remunerar e capacitar melhor seus profissionais, tornando-os mais motivados. Por isso é importante que todos se empenhem para que o Programa seja retomado de fato com a participação de todos os segmentos da sociedade.

Atualmente o grande desafio no tratamento da hipertensão arterial e as demais

doenças crônicas não transmissíveis, por serem doenças inicialmente assintomáticas, é a adesão ao tratamento. Mais de 50% das pessoas abandonam o tratamento no primeiro ano de diagnóstico, a grande maioria no primeiro mês. Segundo o documento publicado pela Organização Mundial de Saúde, Adherence to Long – Term Therapies – Evidence for action – World Health Organization – 2003, a situação da adesão ao tratamento medicamentoso da hipertensão arterial em alguns países, (existem poucos dados disponíveis) é o seguinte: adesão ao tratamento medicamentoso da H.A. EUA 51%, China 43%, Gâmbia 27%, Seychelles 26% e Brasil ???

No Brasil não há registros para que se possa saber o percentual. O melhor instrumento para esta avaliação é o HiperDia, mas desde que se permaneça a obrigatoriedade do Município em atualizar os dados sobre pacientes vinculado ao fornecimento de medicamentos (pois não sendo desta forma, infelizmente muitos municípios deixarão de alimentar o sistema de informação). É triste constatarmos que ainda não existe uma conscientização para que estas ações aconteçam espontaneamente, ainda é necessário muita pressão ou perderemos muito.

O Alerta Hipertenso faz um apelo à nossas autoridades: tenham juízo e patriotismo, vivemos em um país pobre, não é possível que a cada mudança de governo interrompa-se ações importantes que vinham acontecendo – com custos não desprezíveis e com respaldo de entidades importantes e representativas da sociedade civil, por conta de política partidária.

Diretoria

Tabela 2

Custos do Tratamento Antihipertensivo/DOSE CERTA					
Medicamento	Preço Unitário (por comprimido) DOSE CERTA	Posologia	Custo Tratamento por DIA	Custo Tratamento por MÊS	
Hidroclorotiazida 25 mg	R\$ 0,0130	1 por dia	R\$ 0,0130	R\$ 0,39	
Propranolol 40 mg	R\$ 0,0151	1 por dia	R\$ 0,0151	R\$ 0,45	
Captopril 25 mg	R\$ 0,0282	2 por dia	R\$ 0,0300	R\$ 0,90	
		1 por dia	R\$ 0,0282	R\$ 0,85	
		2 por dia	R\$ 0,0564	R\$ 1,69	
		3 por dia	R\$ 0,0846	R\$ 2,54	
Nifedipina 20 mg	R\$ 0,0294	1 por dia	R\$ 0,0294	R\$ 0,88	
		1 por dia	R\$ 0,1690	R\$ 5,07	
Metildopa 250 mg	R\$ 0,1690	2 por dia	R\$ 0,3380	R\$ 10,14	
		3 por dia	R\$ 0,5070	R\$ 15,21	
		4 por dia	R\$ 0,6760	R\$ 20,28	



BiOLAB

SAÚDE AO ALCANCE
DE TODOS

MEDICAMENTOS
CARDIOLÓGICOS

BiOLAB

- QUALIDADE INQUESTIONÁVEL
- PREÇOS MUITO ACESSÍVEIS,
COMPARÁVEIS E ATÉ INFERIORES
AO DOS GENÉRICOS.

Liga de Hipertensão Arterial do Belém e Serviço de Hipertensão Arterial e Nefrologia do Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia (IDPC)



Da esq. p/ dir. (em pé): Sheyla Coelho – representante Biolab, Dr. Marcio Sousa, Dr. Oswaldo Passarelli, Dr. Flávio Borelli, Dr. Celso Amodeo, Dr. Carlos Alberto Machado, Dr. Leonildo Correia, Jussara Melo – enfermeira, Luciana Bueno – enfermeira, Elaine Maria Tulio Motta – psicóloga e Fernanda Padovan – nutricionista, (sentadas): Flávia Silva – nutricionista, Maria Cecília – assistente social, Maria Helena Ferreira, Fernanda Santos – atendente, Denise de Paula Rosa – psicóloga e Iracema Umeda – fisioterapeuta.

A equipe da Liga de Hipertensão Arterial do Belém, foi convidada pelo Dr. Celso Amodeo, Diretor do Serviço de Hipertensão Arterial e Nefrologia do Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia (IDPC), para participar da reunião de planejamento estratégico do seu serviço realizada no Hotel

Marques Plaza, em Pouso Alegre-MG, nos dias 01 e 02 de agosto de 2003.

Nesta oportunidade o grupo da Liga de Hipertensão Arterial do Belém (médico, enfermeiro, assistente social, psicólogo e nutricionista), mostraram o trabalho desenvolvido no NGA-8 Belém /SES-SP desde 1989.

Seguindo à risca as recomendações do seu médico, você afasta os risco da hipertensão arterial.

Agenda

Liga de Hipertensão Arterial do Belém

Novembro – APAH

- | | |
|--|----|
| 05/11 – Fase I – “Hipertensão Arterial o inimigo silencioso, como vencê-lo” | 8h |
| 06/11 – Grupo Biopsicosocial (Belém) | 8h |
| 12/11 – Fase II | 8h |
| 19/11 – Atividade alternativa | 8h |
| 26/11 – Fase IV – Vamos atingir a meta! (Entrega de certificados e aniversariantes do mês) | 8h |
| 28/11 – Grupo Biopsicosocial | 8h |

Dezembro – APAH

- | | |
|--|-----|
| 03/12 – Fase I | 8h |
| 05/12 – Confraternização do Grupo Biopsicosocial (Belém) | 8h |
| 10/12 – Fase II | 8h |
| 12/12 – Bingo na APAH | 13h |
| 17/12 – Festa Confraternização da APAH .. | 8h |
| 19/12 – Grupo Biopsicosocial (Belém) | 14h |

Janeiro – APAH

- | | |
|--|----|
| 07/01 – Fase I | 8h |
| 09/01 – Grupo Biopsicosocial (Belém) | 8h |
| – Grupo de relaxamento com assistente social – Maria Cecília G. M. Arruda, todas quintas-feiras às 9h. Inscrição com Paula | |
| – Grupo coluna, todas terças às 9h. | |

Locais das reuniões:

APAH – Praça Pádua Dias, 135, embaixo do viaduto Carlos Ferracci – Tatuapé.

Tel.: (011)295-5228 c/ Paula

Centro de Referência em Hipertensão Arterial, Diabetes e Apoio à Saúde do Idoso
R. Dr. Clementino, 200 – Tel.: (011)6292-0003
c/ Simone

Informe-se sobre palestras na associação.