



# Santa Casa

DE MISERICÓRDIA - ITAPEVA / SP



*Diretoria da Santa Casa: Kiko Stuart, Pedro Curt, José Vergílio e Luciane Pacheco, ao lado de Edson Rogatti, presidente da FEHOSP.*

## **Dia Internacional das Mulheres**

Para marcar essa data especial, realizamos a entrega de rosas e cartões às nossas pacientes internadas.

PÁG. 06

## **Santa Casa presente na Reunião da Coordenadoria Regional da Fehosp em Sorocaba!**

Nossa diretoria participando deste importante encontro, uma grande oportunidade para alinhamentos estratégicos, troca de conhecimentos e busca de soluções para aprimorar o atendimento à população da nossa região.

PÁG. 10



# SUMÁRIO

Nº 36 • 03 / 2025



- 03 Março Lilás e Azul: Juntos na Luta Contra o Câncer do Colo do Útero e Câncer de Intestino
- 04 A Relação Entre a Alimentação e o Câncer de Colorretal
- 06 Dia Internacional das Mulheres
- 07 Dia Mundial do Rim
- 08 Foco na qualidade e atendimento da Hemodiálise
- 09 “Dono de Área”
- 10 Santa Casa presente na Reunião da Coordenadoria Regional da Fehosp em Sorocaba
- 12 Santa Casa recebe visita da DRS para a fiscalização e a acompanhamento dos setores
- 13 Celebrando Juntos: Aniversariantes de Março



125 ANOS SANTA CASA

## Março Lilás e Azul: Juntos na Luta Contra o Câncer do Colo do Útero e Câncer de Intestino

Março é um mês especial em que nos unimos para aumentar a conscientização sobre o câncer do colo do útero e o câncer de intestino. As cores lilás e azul representam a luta contra essas doenças que afetam tantas vidas.

Câncer do Colo do Útero: A detecção precoce é fundamental! O exame de Papanicolau é uma ferramenta poderosa para identificar alterações nas células do colo do útero. Mulheres, cuidem-se! Agendem suas consultas e façam seus exames regularmente.

Câncer de Intestino: A prevenção também é essencial aqui! Manter uma dieta equilibrada, rica em fibras, e realizar exames periódicos, especialmente após os 50 anos, são passos importantes para a detecção precoce.

# MARÇO

125 ANOS SANTA CASA

# A Relação Entre a Alimentação e o Câncer de Colorretal

Por Adielson Silva Pinheiro – Nutricionista – CRN 3: 67703/P



O câncer colorretal é um dos tipos de câncer mais comuns no mundo, sendo responsável por um grande número de mortes anualmente. Estudos demonstram que a alimentação tem um papel fundamental na prevenção e no desenvolvimento dessa doença. Fatores dietéticos podem influenciar diretamente o risco de câncer colorretal, seja aumentando ou reduzindo suas chances de ocorrência. Este câncer é o terceiro mais frequente no Brasil, com o registro de mais de 40 mil novos casos no país em 2020, **segundo o Inca** (Instituto Nacional de Câncer). A boa notícia é que já se sabe quais as principais causas deste tipo de câncer e como algumas práticas cotidianas podem ajudar na prevenção.

## Alimentos que Aumentam o Risco:

Dentre os principais fatores alimentares que elevam o risco de câncer colorretal, destacam-se:

- Carnes processadas e vermelhas: O consumo excessivo de carne vermelha, embutidos e carnes processadas tem sido associado ao aumento do risco, devido à presença de compostos como aminas heterocíclicas e hidrocarbonetos policíclicos aromáticos, que são formados durante o cozimento em altas temperaturas.
- Alimentos ultraprocessados: Produtos industrializados, ricos em conservantes, corantes e gorduras saturadas, podem contribuir para processos inflamatórios e disfunções no metabolismo celular, favorecendo a carcinogênese.
- Baixa ingestão de fibras: A ingestão insuficiente de fibras, presentes em vegetais, frutas e cereais integrais, está associada ao aumento do risco, pois as fibras auxiliam no trânsito intestinal e na eliminação de substâncias tóxicas.
- Alto consumo de álcool e açúcares refinados: O consumo excessivo de bebidas alcoólicas e açúcares pode levar ao aumento da inflamação sistêmica e a alterações na microbiota intestinal, favorecendo o desenvolvimento do câncer.

## 125 ANOS SANTA CASA

### Alimentos que Podem Prevenir o Câncer Colorretal

Por outro lado, diversos alimentos podem ter um papel protetor contra o câncer colorretal, tais como:

- Frutas, verduras e legumes: São fontes ricas de fibras, antioxidantes, vitaminas e minerais que ajudam na proteção do organismo contra radicais livres e no fortalecimento do sistema imunológico.
- Cereais integrais: O consumo de arroz integral, aveia, quinoa e outros grãos integrais auxilia na regulação do trânsito intestinal e na eliminação de toxinas.
- Leguminosas: Feijões, lentilhas e grão-de-bico são ricos em fibras e compostos bioativos que possuem propriedades anticancerígenas.
- Peixes e gorduras saudáveis: O consumo de peixes ricos em ômega-3, como salmão e sardinha, pode reduzir a inflamação e ajudar na proteção do cólon.
- Probióticos e prebióticos: Iogurtes naturais, kefir e alimentos fermentados promovem uma microbiota intestinal saudável, reduzindo o risco de inflamações e mutações celulares.

### Conclusão:

A alimentação tem um impacto significativo na prevenção do câncer colorretal. Dietas ricas em fibras, alimentos naturais e com propriedades antioxidantes podem reduzir os riscos, enquanto o consumo excessivo de carnes processadas, álcool e alimentos industrializados pode aumentar as chances de desenvolver a doença. Adotar hábitos alimentares saudáveis é uma estratégia essencial para a promoção da saúde e a redução do risco de câncer colorretal.



## 125 ANOS SANTA CASA



**Dia Internacional das Mulheres** - Para marcar essa data especial, realizamos a entrega de rosas e cartões às nossas pacientes internadas, levando carinho, apoio e reconhecimento a cada uma delas. Mais do que uma homenagem, essa ação representa nosso compromisso com o cuidado e o respeito que todas as mulheres merecem.



# Feliz Dia da Mulher!

125 ANOS SANTA CASA

13 DE MARÇO

# DIA MUNDIAL DO RIM

Cuidar dos rins é essencial para a saúde do corpo todo! Você sabia que doenças renais podem evoluir silenciosamente?

O tema da campanha deste ano é “Seus rins estão ok? Faça exame de creatinina para saber.”

Esse simples exame de sangue avalia a função renal e pode detectar precocemente problemas que, se não tratados a tempo, podem levar a complicações sérias, como insuficiência renal.

Realizar exames ajuda a detectar precocemente problemas renais, permitindo um tratamento mais eficaz.



Dicas para manter seus rins saudáveis:

- ✓ Beba bastante água;
- ✓ Tenha uma alimentação equilibrada, com menos sal e ultraprocessados;
- ✓ Pratique atividade física regularmente;
- ✓ Evite o uso excessivo de anti-inflamatórios;
- ✓ Controle a pressão arterial e o diabetes.

125 ANOS SANTA CASA

# FOCO NA QUALIDADE E ATENDIMENTO DA HEMODIÁLISE



A **Diretoria da Santa Casa** se reuniu com o **Diretor Técnico Médico** e a **equipe médica da Hemodiálise** para discutir ajustes e melhorias importantes no atendimento aos nossos pacientes. Juntos, estamos realizando **melhorias nos processos para garantir um cuidado ainda mais eficiente e humanizado.**

Além disso, em celebração ao Dia Mundial do Rim, reforçamos a importância da **prevenção e do cuidado com a saúde renal**. Vamos juntos espalhar a conscientização e valorizar a função dos nossos rins!

125 ANOS SANTA CASA

## “DONO DE ÁREA”

### IMPLEMENTAÇÃO “DONO DE ÁREA”



Projeto visa melhorar a organização e segurança nos setores



O primeiro setor a receber o conceito foi a Hemodiálise, local onde é atendido cerca de 190 pacientes em tratamento.

O objetivo é otimizar o fluxo de trabalho, prevenir problemas e proporcionar um ambiente mais seguro e eficiente para pacientes e colaboradores!

Buscando mais organização e segurança nos setores do hospital, implantamos o conceito de “Dono de Área”. Com essa iniciativa, cada espaço terá um responsável designado para acompanhar de perto o cotidiano, garantindo que tudo esteja em ordem e funcionando corretamente.



Para melhorar a organização e segurança, cada setor terá um responsável para acompanhar o dia a dia e garantir um excelente funcionamento.

125 ANOS SANTA CASA

## REUNIÃO COORDENADORIA REGIONAL DA FEHOSP EM SOROCABA

A presença da **Diretoria** da **Santa Casa** no evento destaca nosso compromisso contínuo com a **saúde**.



## 125 ANOS SANTA CASA



*Diretoria da Santa Casa: Kiko Stuart, Pedro Curt, José Vergílio e Luciane Pacheco, ao lado de Edson Rogatti, presidente da FEHOSP.*

O encontro proporcionou **oportunidades** para realizar **alinhamentos estratégicos, compartilhar conhecimentos** e busca de **soluções inovadoras** que aperfeiçoem o **atendimento à população** da **nossa região**.

A **Santa Casa** segue firme no **propósito** de oferecer **saúde de qualidade**, sempre em busca das **melhores práticas** para o cuidado e bem-estar de nossos pacientes.

125 ANOS SANTA CASA

**Santa Casa recebe visita da DRS para fiscalização e acompanhamento de setores**

Recebemos a visita do Dr. Joaquim e de Karina, representantes da DRS (Diretoria Regional de Saúde), que estavam acompanhados pela secretária de Saúde de Itapeva, Valéria de Araújo.

O objetivo da visita foi realizar a fiscalização das maletas de emergência da Obstetrícia, garantindo que estão em conformidade com as normativas vigentes. Ficamos satisfeitos em receber elogios por estarmos cumprindo integralmente com as exigências legais.

Além disso, a equipe também realizou uma visita à UTI Neonatal, onde puderam acompanhar de perto a estrutura.

Seguimos comprometidos com a qualidade e a segurança no atendimento, sempre buscando aprimorar nossos serviços para melhor atender nossos pacientes!

125 ANOS SANTA CASA

## CELEBRANDO JUNTOS: ANIVERSARIANTES DE MARÇO

Tivemos a alegria de comemorar os aniversariantes de Março em mais um especial “Café com a Diretoria”! Foi um momento de descontração com direito à dinâmica do abraço, troca de sorrisos e fortalecimento do espírito de equipe, reafirmando o nosso compromisso com a valorização de cada colaborador.

Esses encontros são oportunidades únicas para estreitar laços e reforçar o quanto cada integrante da nossa equipe é essencial para o nosso sucesso coletivo. Seguimos juntos, celebrando conquistas e criando memórias inesquecíveis!

Parabéns a todos os aniversariantes de Março! Que este novo ciclo seja repleto de realizações e felicidade!



# Parabéns!

Veja quem são os aniversariantes do mês de:

## MARÇO

- |                                      |                                      |
|--------------------------------------|--------------------------------------|
| 01/03 SUELI MARIA RIBEIRO DE A BUENO | 18/03 MARILI MOTA PEDROSO SANTOS     |
| 01/03 FRANCINE APDA DE M DOS SANTOS  | 19/03 ZENEIDE TAVARES OL.NASCIMENTO  |
| 01/03 GEISIBELE ALVES DE A SANTOS    | 19/03 MARTA XAVIER DE SOUZA          |
| 01/03 KELLEN SANNEN DE SOUZA SANTOS  | 19/03 VALQUIRIA MACHADO DE ALMEIDA   |
| 01/03 ISABELA SANTIAGO C ZAZIESKI    | 19/03 MARIANA LEAO ROCHA             |
| 03/03 MIRIAN APARECIDA G RAMOS       | 19/03 FRANCIELI DE M MARTINS PROENCA |
| 04/03 MARIA ANGELICA R MARTINS       | 19/03 ANNA BEATRIZ PAES TROMBETA     |
| 05/03 ELAINE ANTUNES G. DA SILVA     | 20/03 MAIRA ALANA BUENO DE C MARCHE  |
| 06/03 CLAUDETE DE OLIVEIRA COSTA     | 21/03 CARLA VIEIRA MURAT FOGACA      |
| 06/03 DANIEL DA CONCEICAO ALMEIDA    | 21/03 SHEILA CRISTIANE LOOZE         |
| 06/03 LUCAS DOS SANTOS GUIMARAES     | 24/03 SILMARA SANTOS SOARES          |
| 07/03 ANDRE LUIZ UBALDO DE OLIVEIRA  | 25/03 OZEIAS CAMARGO DA SILVA        |
| 07/03 JOAO BATISTA ARRUDA PONTES     | 27/03 DAYANE SILVA DE ANDRADE        |
| 07/03 ALINE DE ALMEIDA               | 27/03 GEDIVANI APARECIDA GARCIA      |
| 07/03 CAMILA PEDROSO DOS REIS        | 28/03 MARIA ROSELI LOPES             |
| 07/03 GUILHERME CAMARGO ALVES        | 28/03 MARILDA DE SOUZA JANEIRO       |
| 08/03 MARIA ANGELICA LOPES           | 28/03 DAIANE MACHADO CASTRO          |
| 08/03 GISLAINE DE FATIMA ALMEIDA     | 28/03 FABIELE ARAUJO DE C ALMEIDA    |
| 09/03 MARIA ANGELICA DE A PROENCA    | 30/03 PAOLA CRISTINE DOGNANI TIMOTIO |
| 09/03 MATIAS FERREIRA DOS SANTOS     | 31/03 CINTIA MEDEIROS DE LIMA LARA   |
| 09/03 JESSICA FERNANDA DE A B CRUZ   | 31/03 KEITH REGINA DE O LIMA         |
| 09/03 LIVIA FERREIRA MADEIRA         |                                      |
| 10/03 SIRLENE APARECIDA SANTOS       |                                      |
| 10/03 HEITOR CAMARGO ROSICA          |                                      |
| 13/03 JOELMA AP DE A BARROS CASTILHO |                                      |
| 13/03 JEOVANA LOPES FARIA            |                                      |
| 13/03 DEBORA SILVA RODRIGUES         |                                      |
| 13/03 DANIEL CRISTIANO LARA          |                                      |
| 13/03 ERICA ALICE SOUZA SACONE       |                                      |
| 17/03 LETICIA CRISTINA DE ALMEIDA    |                                      |



**#somostodos  
santa casa  
de itapeva**

