



ORIENTADOR

CHECK-UP DE SAÚDE PROMED

Prezado beneficiário,

A **Promed**, comprometida em oferecer aos seus beneficiários a melhor assistência em saúde e prevenção de doenças, inicia o Programa de Check-up, em parceria com a **Nacional Check-up**.

Este trabalho consiste em oferecer aos nossos **beneficiários titulares ativos, inativos e pensionistas**, com **prioridade de realização** os beneficiários **maiores/igual 50 anos**, a oportunidade de realizar de forma prática e resolutiva em um período de até 6 horas exames preventivos e consultas com médicos especialistas, que permitirão a avaliação clínica, laboratorial e de exames de imagem, otimizando o tempo dedicado para tal, procurando identificar os principais fatores de risco para doenças e promovendo a possibilidade de diagnóstico precoce dos sintomas investigados.

Reforçamos que a **identificação de fatores de risco** para doenças e/ou seu **diagnóstico precoce** é um recurso primordial **para o sucesso** na prevenção de doenças, seu tratamento, resgate da saúde e qualidade de vida.

Informações importantes:

1. **Grupos Elegíveis** – Grupo 1 beneficiários titulares ativos, inativos e pensionistas ≥ 50 anos
– Grupo 2 beneficiários titulares ativos, inativos e pensionistas ≤ 49 anos
Conforme cronograma de agendamentos.
2. **Exames de sorologia para doenças infecciosas** - Atendendo a recomendação do Conselho Federal de Medicina, este programa possibilita a realização de pacotes adicionais de exames de sangue de sorologia para doenças infecciosas, mediante autorização específica.
3. **Colonoscopia e Endoscopia Digestiva Alta** - devem ser realizados em outra data, pois exigem preparo específico e são realizados com sedação.
4. **Avaliação de Situação Vacinal** - No dia do seu Check-up, você deve prestar as informações sobre o estado vacinal solicitadas no formulário. Estas informações são imprescindíveis para a orientação das vacinas que devem ser realizadas.
5. **Acesso a resultados Check-up** - Esclarecemos que a PROMED **NÃO** terá acesso aos resultados individuais dos check-ups, porém, ficamos à disposição para esclarecimentos e orientações adicionais sobre o programa.

Seguem abaixo, **outras** informações importantes para que seu check-up seja realizado com tranquilidade. A equipe de atendimento está à sua disposição para orientações e esclarecimentos.

Tenha um bom dia e um excelente check-up.

Cláudio Franco Felix
Presidente PROMED



ELEGÍVEIS AO PROGRAMA EM 2018

Serão considerados elegíveis **beneficiários titulares ativos, inativos e pensionistas com prioridade de realização** os beneficiários **maiores/igual 50 anos**,

CRONOGRAMA DE AGENDAMENTO

Grupo 1 – Elegíveis \geq 50 anos - Agendamento disponível do dia **01** até o **20** de cada mês.

Grupo 2 – Elegíveis \leq 49 anos - Agendamento disponível do dia **21** até o **30** de cada mês.

DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA

- 1- Termo de consentimento informado para realização de check-up;
- 2- Termo de consentimento para coleta de amostra de sangue para sorologia, Hepatites;
- 3- Termo de consentimento para coleta de amostra de sangue para os exames de HIV e Sífilis, (coleta opcional).
- 4- Formulário de Avaliação de Situação Vacinal.

CENTRAL DE AGENDAMENTO

Telefone: **41 4063-8848**

Atendimento: **Segunda à Sexta feira**

Horário de atendimento: das **08h30 às 17:30hs**

WhatsApp: 41 9 9199-5000

E-mail: atendimento@checkupbrasil.com.br

DADOS DO PRESTADOR

Nacional Check-Up

Endereço: Rua: Emilio de Menezes, nº 833, 3º andar – Bom Retiro – Curitiba.

Estacionamento conveniado: Rua Emilio de Menezes, 818 - Bonde's Estacionamento.

DIAS E HORÁRIOS

O check-up tem duração prevista de aproximadamente **06** horas, e irá ocupar a seguinte faixa de horários:

Masculino: terças, quintas e sextas-feiras,

07:00h às 13:00h

Feminino: quartas-feiras

07:00h às 14:00h

*tolerância de atraso de 20 minutos

- Exames laboratoriais
- Exames de imagem
- Café da Manhã
- Consultas com especialistas
- Exames complementares

SUA DIÁRIA OFERECER

★ Andar exclusivo para serviço de Check-up

★ Sala VIP

★ Toaletes privativos

★ Café da manhã

★ Serviço de hostess

★ Estacionamento

★ Vestiários privativos

*No caso de necessidade de alimentação especial, informar à central de atendimento.



NÃO COMPARECIMENTO – NO SHOW

Caso não seja possível comparecer ao check-up, favor informar à nossa central de atendimento com um prazo de **48 horas** de antecedência, caso contrário será cobrada a **taxa de no show** da contratante.

ENVIO DO KIT COLETA E ORIENTADOR

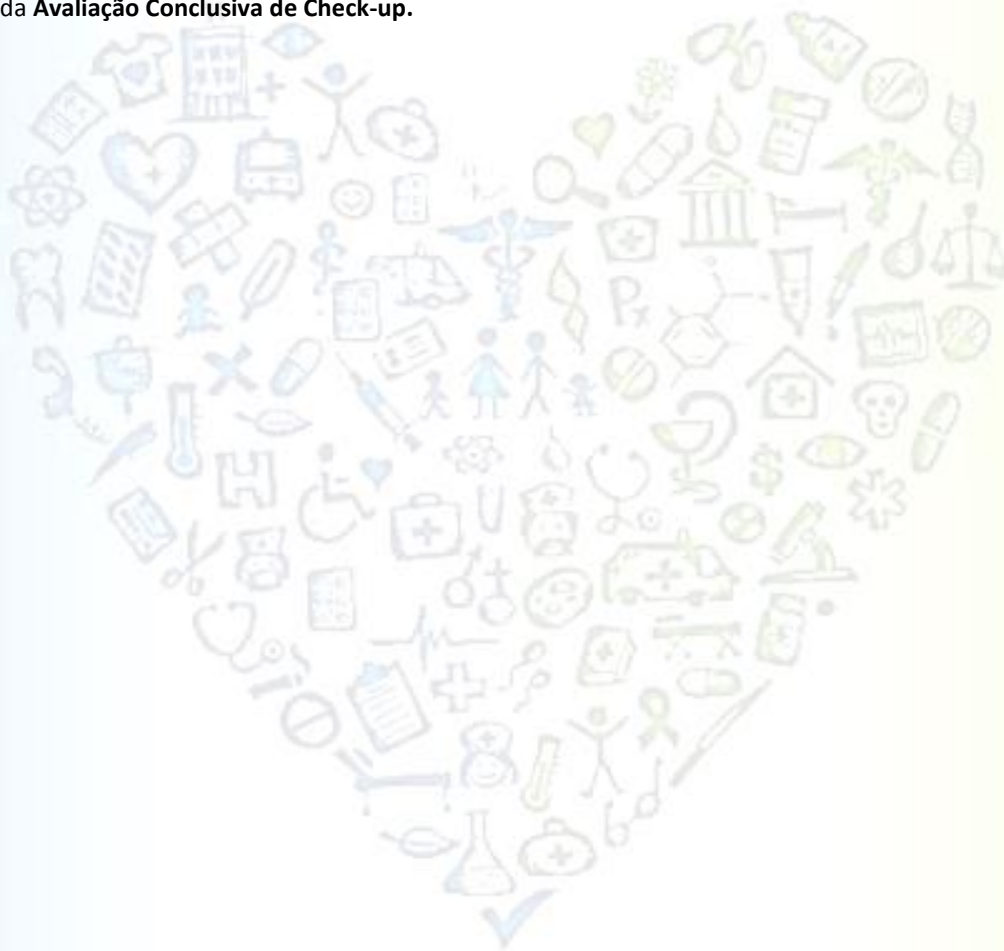
Para maior comodidade o orientador será enviado eletronicamente.

Os recipientes de coleta laboratorial podem ser retirados gratuitamente na PROMED (R. Mateus Leme, 2018 - Centro Cívico, Curitiba – PR), ou adquiridos na sua farmácia de preferência.

AVALIAÇÃO CONCLUSIVA (RETORNO)

O agendamento da **Avaliação Conclusiva de Check-up** será realizado ao término de seu check-up.

O prazo máximo para realização desta avaliação será de **20 dias**. O book de resultados não será entregue sem a realização da **Avaliação Conclusiva de Check-up**.





ORIENTADOR

PREPAROS CLÍNICOS

PROTOCOLO DE EXAMES

Abaixo consta o pacote completo dos procedimentos que serão executados no dia do seu check-up

PROMED PROTOCOLOS DE CHECK-UP 2018				
CONSULTAS ESPECIALIZADAS	GRUPO I		GRUPO II	
	MASCULINO ≥ 50 ANOS	FEMININO ≥ 50 ANOS	MASCULINO ≤ 49 ANOS	FEMININO ≤ 49 ANOS
Consulta Clínica	X	X	X	X
Consulta Cardiológica	X	X	X	X
Consulta Ginecológica		X		X
Consulta Urológica	X		X	
Consulta Nutricional com bioimpedância	X	X	X	X
Avaliação para realização de colonoscopia e/ou Endoscopia - realizada na consulta Clínica	X	X	X	X
Avaliação do Stress	X	X	X	X
Avaliação situação vacinal - realizada na consulta Clínica	X	X	X	X
Avaliação Conclusiva de Check-up Completa	X	X	X	X
EXAMES LABORATORIAIS				
Ácido Úrico	X	X	X	X
PSA Total e Livre	X		X	
Bilirrubinas totais e frações	X	X	X	X
Cálcio	X	X	X	X
Citologia Oncótica	X		X	
Colesterol total	X	X	X	X
Colesterol HDL	X	X	X	X
Colesterol LDL	X	X	X	X
Creatinina	X	X	X	X
Fosfatase alcalina	X	X	X	X
Gama GT	X	X	X	X
Glicemia	X	X	X	X
Hemograma com Plaquetas	X	X	X	X
Parcial de urina	X	X	X	X
Potássio	X	X	X	X
Parasitológico de Fezes	X	X	X	X
Pesquisa de Sangue Oculto nas Fezes – sem dieta previa	X	X	X	X
Sódio	X	X	X	X
Hepatite A - HAV – IGG (Opcional)	X	X	X	X
Hepatite B - HBSAG - antígeno Austrália (Opcional)	X	X	X	X
Hepatite C - Anti HCV	X	X	X	X
Sorologia para HIV - EIE por unidade de sangue total (Opcional)	X	X	X	X
Sorologia para Sífilis - VDRL por unidade de sangue total (Opcional)	X	X	X	X
Tempo de Protrombina	X	X	X	X
TGO	X	X	X	X
TGP	X	X	X	X
Triglicerídeos	X	X	X	X
TSH	X	X	X	X
Uréia	X	X	X	X
VHS	X	X	X	X
EXAMES DE IMAGEM				
Ecografia abdômen inferior feminino (bexiga, útero, ovário e anexos por via abdominal ou transvaginal).		X		X
Ecografia abdômen inferior masculino (bexiga, próstata e vesículas seminais).	X		X	
Ecografia de abdômen total (abdômen superior,	X	X		



riños, bexiga, aorta, veia cava inferior e adrenais).				
RX de tórax PA e Perfil	X	X	X	X
Exame Mamografia Digital (feminino)		X		X
Ecografia de Mamas		X		X
EXAMES COMPLEMENTARES				
Teste ergométrico com ECG basal	X	X	X	X
Audiometria Tonal				
Audiometria Vocal	X	X	X	X
Impedanciometria				
EXAMES ESPECIAIS				
EXAMES ADICIONAIS 1 – SOROLOGIAS - REALIZADOS POR CRITÉRIO MÉDICO E COM CONCORDÂNCIA DO PACIENTE				
Hepatite A - HAV - IGg	X	X	X	X
Hepatite B - HBSAG - antígeno Austrália	X	X	X	X
Hepatite C – Anti HCV	X	X	X	X
EXAMES ADICIONAIS 2 – SOROLOGIAS ESPECIAIS - REALIZADOS POR CRITÉRIO MÉDICO E COM CONCORDÂNCIA DO PACIENTE				
Sorologia para HIV - EIE por unidade de sangue total	X	X	X	X
Sorologia para Sífilis - VDRL por unidade de sangue total	X	X	X	X
EXAMES ADICIONAIS 3 – POR INDICAÇÃO MÉDICA - REALIZADOS POR CRITÉRIO MÉDICO E COM CONCORDÂNCIA DO PACIENTE				
Colonoscopia com anestesia	X	X	X	X
Endoscopia com anestesia	X	X	X	X

NO DIA QUE ANTECEDE O CHECK-UP

- Evite alimentos gordurosos e de difícil digestão, prefira alimentos mais leves como saladas, legumes e peixe ou frango grelhado.
- Evite consumo de bebidas alcoólicas e que contenham cafeína (café, chá, refrigerante, chocolate entre outros).
- Fumantes, evitar consumo de cigarro após as 15h00.
- Evitar exercícios físicos de alto impacto (corrida, tênis, vôlei, basquete, entre outros).

JEJUM

Deverá ser de no mínimo 12 horas, não ultrapassando 14 horas, portanto **interrompa sua alimentação às 19:00h**.

Os exames não serão colhidos com menos de 12h de jejum a fim de garantir a integridade dos resultados. Os pacientes terão que retornar em outra data para a coleta sem ônus para o check-up.

MEDICAÇÃO CONTÍNUA

Informar por escrito o nome e a dosagem diária através do e-mail atendimento@checkupbrasil.com.br para que seja avaliada pelo médico a necessidade de suspensão.

EXAMES ANTERIORES

Caso seja seu primeiro check-up, levar os exames anteriores, ou do ano vigente.

ECOGRAFIAS

Este exame deve ser realizado com a bexiga cheia, em jejum, e será um dos primeiros na sua rota, portanto:

- Tomar **4 copos** de água em casa ou no trajeto até o check-up;
- Caso a sua **absorção seja muito rápida** tome 50% da água na sua casa e os outros 50% no trajeto.

EXAMES GINECOLÓGICO E MAMÁRIO

- É necessário estar em abstinência sexual, não realizar ducha vaginal e não utilizar creme vaginal por **03** dias.
- Não estar menstruada para não haver interferência na avaliação ginecológica, e nos exames de Citologia Oncótica.



- Não fazer uso de desodorantes, hidratantes e talco, pois estes produtos interferem no exame de mamografia.
- Em caso de suspeita de gravidez, evitar exames de raio-X.

EXAME PSA

No caso de prostatectomia total (retirada total da próstata), este preparo não é necessário.

- Não ejacular nos 03 dias anteriores ao exame;
- Não ter relações sexuais nos 03 dias anteriores ao exame;
- Não andar a cavalo ou de bicicleta/moto nos 03 dias anteriores ao exame;
- Não utilizar supositórios nos 03 dias anteriores ao exame.
- Não realizar exames de toque retal ou sondagem uretral nos 03 dias anteriores ao exame;
- Não realizar exame de ultrassom transretal nos 07 dias anteriores ao exame;
- Não realizar exames de colonoscopia ou retossigmoidoscopia nos 15 dias anteriores ao exame;
- Não realizar massagem prostática nos 30 dias anteriores ao exame;
- Não realizar biópsia prostática nos 30 dias anteriores ao exame;
- Não apresentar quadro de prostatite bacteriana aguda nos 40 dias anteriores ao exame;
- Não realizar estudo urodinâmico nos 21 dias anteriores ao exame.

COLETA DE URINA

Poderá ser realizada na Nacional Check-up. Caso deseje coletar com antecedência, não ultrapassar o limite de 2 horas antes do seu check-up.

- Lavar rigorosamente os genitais externos com água e sabonete, enxaguar e enxugar.
- Destampar o frasco esterilizado tendo o máximo de cuidado para não tocar na tampa e nem em seu interior.
- Coletar a urina no máximo 2 horas antes do horário do exame caso não queira realizar a coleta no local.
- Fechar bem o frasco.

COLETA DE PARASITOLÓGICO DE FEZES

Colher as fezes no pote de cor branca (meio frasco).

Até que seja encaminhado ao laboratório, o material deverá permanecer em local fresco (sem incidência de raios solares) ou geladeira por, no máximo, 48h após a coleta e não deve ser congelado.

Caso não consiga realizar esta coleta em casa, você poderá coletar durante seus exames.

COLETA DE EXAME DE SANGUE OCULTO (SEM DIETA)

Nas 72 horas que antecedem a coleta e mesmo no dia da coleta da amostra, você **NÃO DEVERÁ INGERIR**:

- Purgativos ou laxativos;
- Medicamentos ou suplementos que contenham: - ácido acetilsalicílico (Aspirina, AAS, Alka Seltzer, Doril, Melhoral, Sonrisal etc) - sais de ferro (Combiron, Iberin, Sulfato ferroso, Novofer, Rubroton etc) - vitamina C (Cebion, Cewin, Targifor C, Centrum etc);

VESTIMENTA

Usar roupas confortáveis, levando-se em conta que os ambientes são climatizados:

- Camiseta de algodão, agasalho e Tênis;
- Bermuda ou calça esportiva;
- Top para as mulheres (necessário para o exame ergométrico/ inserção dos eletrodos);

EXAMES ESPECIAIS

Para a realização dos exames de Colonoscopia e Endoscopia será necessário um preparo clínico especial, sendo assim, no dia do seu check-up será realizada a avaliação médica para o recebimento das informações e orientações.