

informativo **rh/ams**

Conhecendo, Controlando e Prevenindo a Hipertensão Arterial

No dia 26 de abril comemora-se o Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial. Conheça um pouco mais sobre esta doença e saiba como combatê-la.

Pressão arterial é a força com a qual o coração bombeia o sangue através dos vasos sanguíneos. Ela é determinada pelo volume de sangue que sai do coração e a resistência que ele encontra para circular no corpo.

Dizemos que uma pessoa tem hipertensão ou pressão alta quando sua pressão arterial, ao ser medida em consultório médico, em repouso de quinze minutos e confirmada em três vezes consecutivas em várias visitas médicas, é igual ou superior a 140x90 mmHg. Isso acontece porque os vasos nos quais o sangue circula se contraem e fazem com que a pressão do sangue se eleve.

A hipertensão endurece e estreita os vasos sanguíneos que podem entupir ou romper, podendo causar angina, infarto, "derrame cerebral", AVE, paralisação dos rins, entre outros problemas.

A pressão alta é uma doença muito comum, que acomete uma em cada cinco pessoas e que pode ser hereditária ou mesmo resultado de hábitos de vida inadequados.

O tratamento da pressão alta dura a vida toda. Deve ser feito conforme orientação médica e pode incluir medicamentos e a adoção de hábitos de vida

saudáveis, como diminuição da ingestão de sal, bebidas alcoólicas e fumo; controle do peso e do estresse; e a prática de exercícios físicos, que ajudam a controlar o peso, a diminuir as taxas de gordura e açúcar no sangue, a diminuir a tensão emocional e aumentar a auto-estima.

Caso o médico recomende o uso de medicamentos, eles devem ser de uso contínuo, diário, nas doses e nos horários indicados pelo médico, mesmo que a pressão esteja controlada. Caso sinta algo diferente após a ingestão do medicamento, procure o seu médico.

Conheça os principais adversários da pressão arterial:

Obesidade - Aumenta a quantidade de gordura no sangue que se acumulam nas artérias, podendo causar estreitamento ou entupimento.

Sal - A ingestão excessiva de sal aumenta o volume de líquido no organismo, aumentando a pressão arterial.

Fumo - Pode aumentar o ritmo das batidas do coração e a pressão, ou ainda piorar a aterosclerose, endurecendo as artérias.

Estresse - Altera todo o funcionamento do organismo, dificultando no controle da pressão.

História Familiar - Pessoas que têm familiares com pressão arterial elevada têm maior chance de serem hipertensas. Se for o seu caso, comunique ao médico.

Fontes: Sociedade Brasileira de Hipertensão, www.abcdasaude.com.br

FALE COM AS UNIDADES OPERACIONAIS DA AMS

0800-780810 (Rio de Janeiro) :: 0800-8884400 (São Paulo) :: 0800-714080 (Bahia) :: (82) 3217-7835 (Alagoas)
 (84) 3235-4039 (Rio Grande do Norte) :: 0800-8828899 (Espírito Santo) :: (22) 2761-2560 (Macaé)
 (31) 3529-4148/3298-3118 (Minas Gerais) :: (61) 429-7155 (Brasília) :: (79) 3212-2480 / 3212-3093(Sergipe)

informativo rh/ams

Benefício Farmácia - condições especiais para adquirir medicamentos

Visando a cumprir o Acordo Coletivo de Trabalho de 2005, foi disponibilizado aos beneficiários da AMS, a partir do dia 15 de dezembro de 2006, o acesso ao custeio de medicamentos através de reembolso.

Desde 02 de abril de 2007 os empregados, aposentados e pensionistas da Petrobras, bem como seus respectivos dependentes inscritos no Programa de AMS da Petrobras, passaram a ter acesso à aquisição de medicamentos com condições especiais, em farmácias cadastradas e distribuídas em grande parte do território nacional.

As condições especiais incluem descontos, subsídio total ou parcial e desconto dos gastos na folha de pagamento ou de proventos de aposentadoria/pensão do beneficiário titular, sem necessidade de desembolso no ato da compra (exceto nos casos em que forem excedidos os limites mensais de compra).

Podem ser adquiridos, através do benefício, cerca de 2.000 apresentações de medicamentos, incluindo alguns medicamentos de alto custo (utilizados no tratamento de doenças oncológicas, onco-hematológicas, mielodisplásicas, hepáticas, renais crônicas e AIDS) e medicamentos para tratamento das doenças crônicas mais prevalentes (hipertensão arterial

sistêmica, insuficiência coronariana, hipertrigliceridemia - triglicerídeos altos, distúrbios do colesterol, diabetes melitus, depressão e epilepsia).

Os medicamentos de alto custo continuarão sendo integralmente subsidiados pela Petrobras. Os medicamentos para tratamento das doenças crônicas supracitadas serão parcialmente subsidiados pela Petrobras, cabendo ao beneficiário titular a participação através da tabela de pequeno risco (7% a 50% do valor do medicamento).

Os demais medicamentos serão integralmente custeados pelo beneficiário titular, e estarão disponíveis com descontos de, no mínimo, 20%.

A partir de 30 de abril de 2007, NÃO poderão ser adquiridos medicamentos através de reembolso, com duas exceções:

- Medicamentos de alto custo já subsidiados integralmente pela Petrobras;
- Medicamentos subsidiados parcialmente pela Petrobras, comprados em cidades onde não exista farmácia credenciada.

Os pedidos de reembolso dos medicamentos comprados até 30 de abril de 2007 continuarão sendo recebidos

pelos Postos de Atendimento das Unidades Operacionais de AMS até o dia 26 de junho de 2007.

Os beneficiários dependentes do Plano 28 têm direito ao benefício, de forma especial. A Petrobras subsidiará, integralmente, os medicamentos já cobertos pelo Grande Risco. Os demais medicamentos, inclusive os que se dedicam ao tratamento das doenças crônicas elencadas, serão integralmente custeados pelo beneficiário, que gozará dos descontos constantes na Lista de Medicamentos.

Para aquisição de medicamentos no Benefício Farmácia, o beneficiário deverá se encaminhar a uma das farmácias credenciadas e apresentar a carteira da AMS, documento oficial de identidade com foto e receita médica ou de dentista emitida há, no máximo, 90 dias, com carimbo, legível e sem rasuras.

Mais informações sobre o benefício, a lista de medicamentos e das farmácias credenciadas serão enviados para a residência dos beneficiários titulares e estarão disponíveis na Petronet (página da AMS - Benefício Farmácia), site da Petrobras (link Petrobras - Recursos Humanos - Benefícios), Call Center ou Unidade Operacional de AMS.