

SALA DE ESPERA



Sua saúde é a nossa missão!

Uma publicação
Plano de Saúde IBCM

Ano 3 - Edição - Setembro 2022

O QUE APRENDEMOS COM A PANDEMIA?

Diabetes
O que você
precisa saber.

94 ANOS
Aniversário da
IBCM

Novo Sistema
Tecnologia para
ajudar na gestão.

Programa Previne completa o primeiro ano de atividades

Charles Soveral
Jornalista - MTb 5736



ANS - Nº 41942-7

Prevenir é melhor do que remediar. A ideia simples ganhou força e voz dentro da IBCM em setembro do ano de 2021 quando a Instituição decidiu criar o Programa Previne IBCM.

A proposta, reunindo equipes multidisciplinares, foi, desde o início, oferecer informações que ajudem as pessoas a terem mais qualidade de vida e se anteciparem às doenças.

"Queremos que os associados não precisem de medicamentos. Que consigam desenvolver uma vida saudável para viver mais e melhor. Essa é a proposta do Previne", explica Daniel Lopes dos Santos, diretor-presidente da IBCM.

Outro entusiasta da proposta e responsável por todas as ações preventivas e de organização do Previne, o diretor-vice-presidente Alceu Bosi não economiza palavras ao realçar a importância da



Prevenção na Odontologia foi destaque no primeiro ano.

iniciativa que congrega as diferentes áreas do Plano de Saúde. "O Previne é mais um diferencial de mercado que oferecemos. Queremos saúde com qualidade de vida para nossos associados", garante ele. José Luiz Barbieux, diretor técnico-médico, explica que o Previne tem a vantagem de integrar todas as áreas de saúde. "No Programa integramos, além da Medicina, Serviço Social, Enfermagem, Psicologia, Fono, Fisioterapia, Odontologia, Nutrição e todos os demais serviços terapêuticos do Plano de Saúde. Quem ganha é o associado que passa a receber informações privilegiadas e confiáveis", diz ele.



Faça parte da Sicredi Mil

Aqui você pode contar com a nossa presença, proximidade e soluções certas no momento certo.



Venha visitar nosso **escritório de negócios IBCM**, localizado no **1º andar**.

Se preferir, entre em contato através do nosso WhatsApp:

Direcione a câmera do seu celular para o código ao lado, envie sua mensagem e aguarde nossa equipe de negócios entrar em contato com você!



(51) 3233 4333
(51) 9 9807 6557
@sicredimilrs

Sicredi Mil
Cooperativa Exclusiva dos
Militares Estaduais do RS



DIRETORIA EXECUTIVA**DIRETOR-PRESIDENTE**

DANIEL LOPES DOS SANTOS

DIRETOR-VICE-PRESIDENTE

ALCEU BOSI

GERÊNCIA**GERENTE FINANCEIRO**

LUCIANO BATISTA

GERENTE ADMINISTRATIVO

THIAGO FOGAÇA FALKENBACH

CONSELHO DELIBERATIVO FISCAL**PRESIDENTE:**

SIDNEY SOUZA SILVEIRA

VICE-PRESIDENTE:

RICARDO MAURO AGRÁ

SECRETÁRIO:

ALEXANDRE A. DE ARAÚJO KRUEL

MEMBROS GESTÃO 2022

ALCEMIR REVELINO TEIXEIRA

ARISTEU SIMÕES PEREIRA

CÉSAR GIOVANI FORMOSO DA COSTA

CLARICE TEREZINHA PASQUALOTTO

CLEO CARRETS NUNES

DALTRO QUADROS DUARTE

FRANCISCO LUIZ SOUZA DE MELLO

GILSON G. DA SILVEIRA NOROEFÉ

HAMILTON CORREA BONIFÁCIO

JAIRO CONCEIÇÃO DA ROSA

JOHN WAYNE MOLINA DE CAMPOS

LUÍS ERNESTO BARRIQUEL

ODÉCIO DOS SANTOS

PAULO CÉSAR FRANQUILIN PEREIRA

PAULO RICARDO DA SILVA

SANDRO TEIXEIRA GONÇALVES

VALTER DISNEI SALES LOURENÇO

SUPLENTES

VALMOR JOSÉ DE MORAIS

JOÃO VALDENIR SILVA CORREA

ILO LUIZ ALVES

ENDEREÇOS**PORTO ALEGRE****BAIRRO MENINO DEUS**

RUA BARÃO DO TRIUNFO, 175

TELEFONE: (51) 3230-5511

BAIRRO PARTENON

AV. RÓCIO, 350

TELEFONE: (51) 3320-9200

PASSO FUNDO - CENTRO

RUA CEL. PELEGRINE, 618

TELEFONE: (54) 3313-7295

SANTA MARIA**UNIÃO BEN. DOS PRAÇAS****INATIVOS DA BM**

PRESIDENTE JOÃO GOULART

RUA CARLOS SCHIRMER, 152

TELEFONE: (55) 3221-1947

REVISTA SALA DE ESPERA

ASS. DE MARKETING IBCM

EDITOR:

CHARLES SOVERAL (MTB 5.736)

REVISÃO: CARLA DE ANDRADE

EDITORIAL SUL LTDA

EDITORIAL

MANTENDO O FOCO EM TEMPOS DIFÍCEIS

Esta edição da revista Sala de Espera nos traz um questionamento: o que aprendemos com a pandemia? Nós, do Plano de Saúde IBCM, tivemos um grande aprendizado. Como em todo mundo, sofremos demais com essa crise de saúde, que nos surpreendeu e nos entristeceu porque muitos de nossos irmãos foram vítimas da doença implacável.

Mas a crise também serviu para que pudéssemos evoluir.

Algumas vezes, algo muito ruim pode nos trazer bons ensinamentos. Esse foi o caso. Com a pandemia, tivemos que aprender a sermos mais eficientes, mais cuidadosos.

Desde o início da Covid-19 o Plano de Saúde IBCM, em suas clínicas, passou a adotar os protocolos de segurança recomendados pelas autoridades de Saúde. Com isso, minimizamos a propagação da doença e assimilamos novos hábitos que, acreditamos, vieram para ficar.

Um bom exemplo disso está na higienização de profissionais e ambientes, que agora é muito mais minuciosa. Além das medidas sanitárias, também tivemos que nos reinventar na gestão, racionalizando procedimentos sem diminuir um grau sequer na qualidade dos serviços prestados. A pandemia nos obrigou a ser mais eficiente e competitivo.

No final das contas, quem ganhou foi o nosso associado, que hoje conta com um Plano de Saúde cada vez mais equilibrado e atento às necessidades das pessoas que confiam no nosso trabalho.

A IBCM, por sinal, completa, em 2022, 94 anos de uma longa história de cumplicidade com seus associados. É quase um século mantendo o foco na saúde e na qualidade de vida, apesar dos tempos difíceis.

Daniel Lopes dos Santos

Diretor- Presidente

Alceu Bosi

Diretor-vice-presidente



A Covid-19 e seus efeitos no mundo

Charles Soveral

Jornalista MTb 5.736

A crise da Covid-19 chegou rápida demais, e todos nós tivemos que nos adaptar à nova realidade de forma rápida também. Com o Plano de Saúde IBCM não foi diferente. Em pouco tempo, foi necessário remodelar os atendimentos nas clínicas em acordo com as normas da Vigilância Sanitária e de todas as portarias de contenção da doença emitidas pelas autoridades públicas municipais, estaduais e federais.

José Luiz Barbieux, coloproctologista e diretor técnico-médico do Plano de Saúde IBCM, descreve bem o momento vivido desde o início da crise de saúde mundial. “A pandemia veio a nós abruptamente, sem tempo ou conhecimento prévio para nos prepararmos. Modificou nossas vidas pessoais, rotinas e trabalhos. Medos, incertezas, muitas pessoas doentes, perdas, incessantes informações, estudos chegando diariamente, muitas discussões e intolerâncias.”

Ele destaca ainda que “foram tomadas condutas pessoais e profissionais, tentando usar o máximo de conhecimento e bom senso possíveis, e nem sempre acertamos. Tivemos que pensar individual e coletivamente. Isso foi (ou deveria ter sido) o nosso aprendizado”, ressalta o médico.

Barbieux assinala que “aprendemos a trabalhar para os outros, decidir sob pressão, sermos solidários e resilientes, a discernir e a filtrar opiniões e atitudes. Talvez, o maior aprendizado seja entendermos que somos capazes de enfrentar dificuldades grandes como uma pandemia”.

Em uma reunião com a equipe do Serviço de Psicologia, a psicóloga-chefe Flávia Ferreira, consolidou a opinião da sua equipe de trabalho. Flávia lembra que um dos maiores impactos da pandemia, além da doença em si, foi o efeito psicológico na sociedade de uma forma geral. “A pandemia nos mostrou a fragilidade do ser humano e nos permitiu desenvolver sentimentos como empatia, adaptação, superação... Mostrou-nos o quanto somos capazes de enfrentar as adversidades e nos adaptar a novas situações”, observa ela.

Segundo Flávia Ferreira, para a maioria dos profissionais que atuaram durante a crise de saúde o que se viu foi a “necessidade de buscar e enfrentar novas alternativas no nosso trabalho como os atendimentos *online* que surgiram na emergência, mas se mostraram tão eficazes que devem permanecer como modalidade de atendimento para além da pandemia”.



Os ensinamentos da pandemia

Os efeitos da pandemia afetaram diferentes áreas de atendimento do Plano de Saúde, como o Serviço Social. A assistente social Fátima Luna é enfática ao afirmar que “a pandemia Covid 19 nos trouxe impactos profundos, atingindo a todos no âmbito biopsicossocial. Mas, mesmo diante da multiplicidade de desafios, extraímos lições de absoluta superação, resiliência, recriação”.

A nutricionista Sandra Santana diz que o maior desafio da doença estava na imunidade alta dos pacientes e neste aspecto a boa alimentação tornou-se um fator decisivo.

“Diante de uma doença que não exclui ninguém ao risco estimado de acometimento, devemos ser mais responsáveis com a nossa produção de saúde e, conseqüentemente, com a nossa imunidade. Isso não se consegue com uma refeição ou com uma dieta passageira. O hábito da alimentação saudável, em busca do aumento da resistência a viroses deve ser continuado e pode ser um ganho a ser deixado pela cruel experiência que estamos passando desde o ano de 2020”, conclui ela.

Como se pode observar, todos tivemos que encontrar uma forma de enfrentar a crise da Covid-19 e a criatividade se tornou necessária.

Para Alceu Bosi, diretor-vice-presidente do Plano de Saúde IBCM, não foi apenas a obediência aos protocolos dos serviços oficiais de saúde que prevaleceram. “Como uma empresa quase centenária, nós precisamos usar todo o conhecimento de gestão para enfrentar esse desafio, sem comprometer a qualidade dos serviços oferecidos aos nossos associados”, destaca ele.

Alceu Bosi lembra que, além de garantir Equipamentos de Proteção Individual (EPIs) a todos os envolvidos nos atendimentos, ampliar e qualificar a higienização dos ambientes, também foi necessário racionalizar e otimizar os recursos materiais e humanos, o que representou uma engenharia administrativa, o que tornou o Plano de Saúde mais eficiente e preparado para responder às demandas do associado. “O processo de ajuste foi pesado e exigiu o máximo de nossa competência e capacidade gestora. De certa forma, foi benéfico e um ganho bastante positivo em meio a toda esta situação de tristeza e dor que nossa sociedade e o mundo tiveram que enfrentar com a propagação deste perigoso vírus da pandemia de Covid-19”, finaliza o vice-presidente.

Marca da IBCM é modernizada

Ao longo de seus 94 anos de história, a IBCM foi passando por diversos períodos de inovação, mas sempre atrelada aos seus princípios e valores.

Com a modernidade invadindo todos os espaços de trabalho e atuação, é preciso também se modernizar na imagem que é passada ao público. Assim como grandes marcas do mundo todo, a marca da IBCM está para receber uma nova roupagem, como se diz.

A ideia é que o nome IBCM esteja em sintonia com as tendências do mercado de Saúde, simplificando simbolismos e também a aplicação da marca em todos os materiais que são produzidos e veiculados diariamente.

Para Thiago Strapazzon Nunes, diretor da agência Pimenta do Reino, desenvolvedora da nova logotipia da IBCM, "um símbolo mais simples, graficamente falando, também ajuda a fixar o nome da Instituição", destaca o publicitário.

Segundo Thiago, o novo *layout* representa a felicidade e satisfação das pessoas que podem contar com o Plano de Saúde IBCM. Essa felicidade e satisfação são representadas pelo sorriso, refletindo também a alegria e realização dos colaboradores em poderem cuidar das pessoas e contribuírem com a sua qualidade de vida.

Ele assinala que outra mudança está nas letras, mais retas e claras, com o objetivo de deixar a marca mais limpa e moderna. Valorizando também sua legibilidade e aplicabilidade.

Já o diretor-presidente do Plano de Saúde IBCM, Daniel Lopes dos Santos, o novo logo, em conjunto às diversas mudanças que estão sendo implementadas nos últimos anos, é fundamental para que a Instituição se mostre mais competitiva e preparada para chegar aos 100 anos ainda mais forte, moderna e alinhada ao mercado e à expectativa do consumidor.

Ele lembra que grandes organizações como Coca Cola, Pepsi, o Sicredi e, mais recentemente, o Banco do Estado do Rio Grande do Sul, passaram por uma reestilização.



"Nada para no tempo, e nós também não. A modernidade chega, mas não afeta nossos valores e nem os nossos princípios. A nova marca da IBCM é também um marco temporal de nossas inovações", explica ele.

As inovações a que se refere o diretor-presidente da IBCM estão ligadas a reformas estruturais em todos os setores da empresa, incluindo novos processos de gestão, de modernização de estruturas e equipamentos que permitam uma maior inserção mercadológica, buscando mais eficiência nos atendimentos além de racionalização de custos.

Daniel Lopes dos Santos lembra que um esforço da Diretoria Executiva com apoio do Conselho Deliberativo Fiscal vem otimizando processos internos para permitir mais benefícios e atendimentos para todos os associados do Plano de Saúde na Capital gaúcha e nos polos de atendimento do interior do Estado.

"Quando passamos para a condição de Plano de Saúde regulado pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) assumimos um compromisso de elevar a qualidade de todos os serviços e de manter a Instituição saudável, garantindo serviços de excelência a todos que confiam nesta Instituição que já está chegando a quase um centenário de existência. Algo muito raro uma longevidade assim", finaliza o diretor-presidente.

Novo portal para o associado

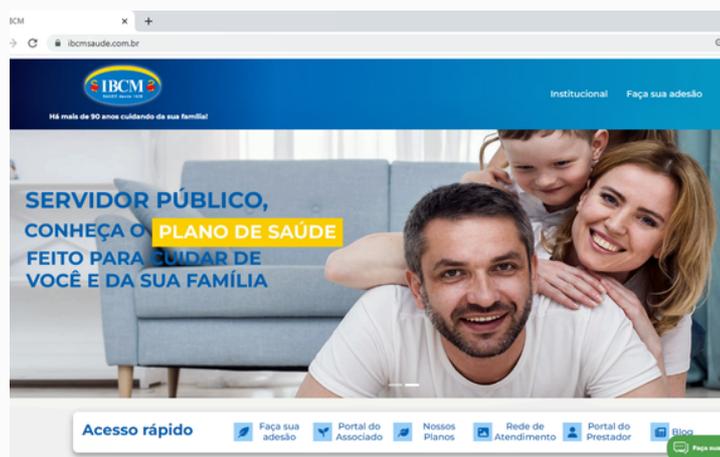
7

Estar o mais próximo possível dos associados de forma presencial ou não. Esse foi o princípio que norteou a decisão da Diretoria Executiva de modernizar o site da IBCM na internet.

Segundo Flávio Possani, diretor da empresa responsável pelo desenvolvimento do novo portal de serviços do Plano de Saúde, o espaço virtual da IBCM passará daqui para frente a agilizar serviços e atendimentos, oferecendo a experiência de acessar a tudo por qualquer dispositivo. "Hoje, o celular ou dispositivo móvel é muito mais utilizado do que outros equipamentos para acessar à internet", lembra ele.

Ao se conectar ao site, informa o desenvolvedor, o associado IBCM passará a interagir com os setores que deseja como se fosse um aplicativo em tempo real. Em breve muitos dos serviços oferecidos pelo Plano de Saúde poderão ser solicitados na plataforma.

O projeto do novo site começou em 2021 quando foi montada uma comissão com profissionais de



Mais organizado, intuitivo, novo visual e serviços.

diversas áreas da IBCM na qual cada setor entrou com uma ideia ou sugestão. "Uma construção coletiva para tornar o canal de comunicação o mais eficiente possível e dentro de nossos princípios e metas institucionais, em que tudo é pensado para oferecer qualidade de serviços aos associados e mais eficiência também para a gestão do Plano de Saúde", conclui Flávia Garcia, assessora de planejamento e membro da comissão.



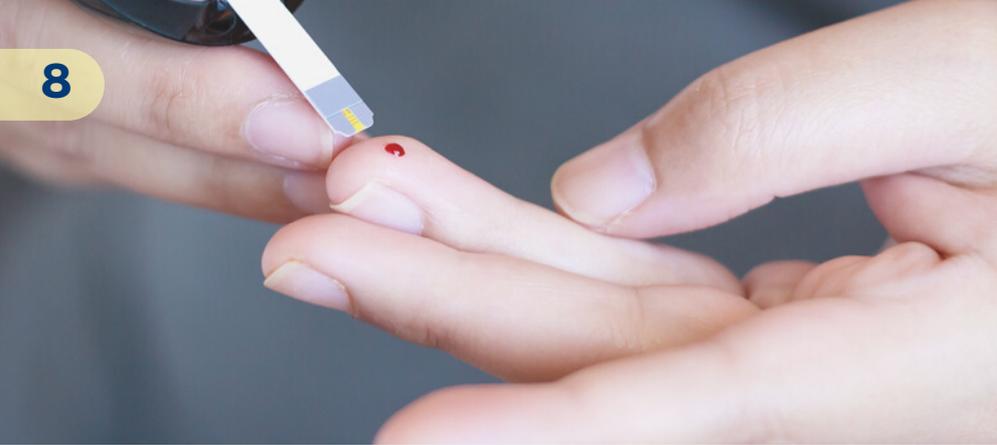
Pronto Atendimento
Cruz Azul

Há mais de
64 anos
cuidando
da sua saúde

Rua Mostardeiro 233 – Independência

(51) 3222-7777





Tenha cuidado com a Diabetes

A diabetes é uma doença crônica caracterizada pelo aumento dos níveis de açúcar no sangue, o que pode provocar danos em vários órgãos, se não for tratada.

O alerta é do cardiologista da IBCM, André Dei Ricardi, que explica que existem quatro tipos principais de diabetes: a diabetes tipo 1, a diabetes tipo 2, a diabetes gestacional e a pré-diabetes. Segundo ele, a principal causa da doença é a má alimentação, especialmente o consumo excessivo de alimentos açucarados, industrializados, e a falta de exercício físico.

Os sintomas de diabetes incluem a sensação de sede exagerada, aumento da fome, vontade frequente para urinar, boca seca, cansaço fácil e alterações da visão.

Tipos mais comuns

Diabetes tipo 2

Doença crônica que afeta a forma como o corpo processa o açúcar do sangue (glicose).

Diabetes tipo 1

Doença crônica em que o pâncreas produz pouca ou nenhuma insulina.

Pré-diabetes

Condição em que o açúcar no sangue está elevado, mas não o suficiente para ser classificado como diabetes do tipo 2.

Diabetes gestacional

Altos níveis de açúcar no sangue que afetam gestantes.



Tudo para sua
SAÚDE
em um só lugar



AGENDE SUA
CONSULTA

54 3046 1415
54 9 9694 6704

Diversas especialidades

- Cardiologia
 - **Cirurgia Geral e do Aparelho Digestivo**
 - Clínica Geral
 - **Dermatologia**
 - Endocrinologia
 - **Fisioterapia**
 - Gastroenterologia
 - **Geriatria**
 - Ginecologia
 - **Neurologia**
 - Neurologia Pediátrica
 - **Neuropsicologia**
 - Nutrição
 - **Oftalmologia**
 - Ortopedia e Traumatologia
 - **Otorrinolaringologia**
 - Pediatria
 - **Psicologia**
 - Psiquiatria
 - **Reumatologia**
 - Urologia
 - **Vascular**
- Pacotes especiais para inserção de DIU



📍 Rua Uruguai, 1163
Centro, Passo Fundo - RS

@ amme@amme.med.br
📱 clinicaamme

Atividades Físicas

A Geriatria Preventiva tem início ao redor dos 35 anos, quando começamos a apresentar o processo de envelhecimento das células. Algumas estratégias para envelhecer saudável começam desde muito cedo, além dos itens citados da questão nutricional, temos a questão do exercício.

Atualmente, se preconiza que todas as pessoas deveriam realizar pelo menos 150 minutos por semana de treino resistido (por exemplo, musculação) intercalado com treino aeróbico (por exemplo, caminhada).

O que se sabe é que a atividade física proporciona uma melhora na condição física e mental, além de interferir no desfecho das patologias. Ela interfere tanto na prevenção quanto no tratamento das doenças.



Nova visão da pessoa idosa

Constança Mantelli
Geriatria IBCM - CRM 21.700

Estima-se que a população idosa brasileira hoje seja aproximadamente de 32 milhões de habitantes, o que representa 15,5% da população total. Nossas políticas públicas não encontram ainda mecanismos eficientes para cuidar dessa população, seguindo com a ideia de que a velhice não requer atenção.

Nosso país está se encaminhando para um país de pessoas idosas. Existe uma previsão que em 2050 a população acima de 60 anos representará aproximadamente 30% dos habitantes.

É necessário que as populações reconheçam a velhice como conquista social da humanidade. Envelhecer com dignidade é um direito humano fundamental. Para isso, precisamos estar preparados e começar a cuidar de nosso envelhecimento antes dele chegar.

Com o avanço das tecnologias, a Medicina cresceu em todas as especialidades e, para tanto, os tratamentos oferecidos favorecem uma maior sobrevida. Quando falamos de cuidados em Geriatria, nos referimos à Geriatria Preventiva e à Geriatria Terapêutica.

A Geriatria Preventiva pode começar desde muito cedo com o intuito de minimizar as possíveis patologias que poderão surgir com o envelhecimento e envelhecer com saúde.

Devemos nos preocupar muito cedo com o tipo de nutrientes que ingerimos e nossos hábitos alimentares. Com questões sociais muito graves em nosso país, não se torna fácil a tarefa de organizar os tipos de alimentos que devemos ingerir.

Quanto mais cedo preconizarmos uma alimentação saudável, sem açúcares, pouco sal, evitando embutidos, ingestão de pelo menos dois litros de água por dia, entre outras recomendações, mais benefícios teremos em nosso processo de envelhecimento.





Revisão periódica

Quando somos questionados sobre quais os cuidados com a pessoa idosa, a recomendação de uma consulta semestral, para avaliar exames, devidas orientações e encaminhamentos para outras especialidades, um *hobby* ou um tipo de lazer com fins de evitar o aumento do estresse, convivência máxima com a família e amigos, é o primeiro passo. É importante evitar o isolamento social, manter-se ativo, ter alimentação saudável, ter uma crença, não interromper seu tratamento e seguir com o uso regular das medicações prescritas. Para manter um envelhecimento sadio, precisamos ter um estilo de vida saudável, com equilíbrio e boas práticas de saúde.

Abordagem multiprofissional

Abordando a Geriatria Terapêutica da pessoa idosa, não podemos esquecer que para isso acontecer não podemos realizar sozinhos. A abordagem multiprofissional se faz necessária sempre para termos um resultado positivo.

Precisamos do trabalho gerontológico e, com isso, a atuação do terapeuta ocupacional, do psicólogo, do nutricionista, do enfermeiro, do assistente social e do fisioterapeuta se faz necessário.

Essa abordagem multiprofissional, se sabe, é extremamente benéfica em relação ao paciente e às possíveis patologias que o mesmo tem ou poderá vir a ter.

Convênio



Farmácias
Aguiar



Compras com desconto em folha



Até 60 dias para pagar suas compras



Comodidade e segurança no ato de suas compras



Mais de mil itens com descontos diferenciados

Menino Deus 📍 3084.7779

Partenon 📍 3084.7765

Gravataí 📍 3488.1065



GRAVATAÍ/RS - MATRIZ: Av. José Loureiro da Silva, 1330 - Centro - Fone: 3488.7788
FILIAL POPULAR: Rua Carlos Linck, 50/02 - Centro - Gravataí - RS - Fone: 3042.5045
PORTO ALEGRE - Filial 01: Rua Barão do Triunfo, 175 - Menino Deus - Fone: 3048.7779
PORTO ALEGRE - Filial 02: Av. Rócio, 350 - Partenon - Fone: 3084.7765



O amor de Deus é para sempre.



IBCM chega aos 94 anos com muita saúde

A história quase centenária da Instituição Beneficente Cel. Massot (IBCM) está profundamente ligada à história da Brigada Militar e começa em 1928, quando o Cel. Affonso Emílio Massot, ex-comandante-geral da Brigada Militar do Rio Grande do Sul defende a criação de um serviço de saúde que atendesse às demandas da tropa gaúcha. Neste quase um século de atendimentos, a IBCM se tornou referência na área para os profissionais da Segurança Pública, e hoje, a Instituição está aberta a todos os servidores públicos do Estado do Rio Grande do Sul que estejam credenciados no IPE Saúde.

A seguir, a linha de tempo dessa Instituição que se ajustou ao longo desses anos todos para bem servir a Família Brigadiana e, hoje, a todos os servidores públicos do Rio Grande do Sul vinculados ao IPE Saúde.

1928 à 1948

Em 1928, é criada a IBCM vinculada exclusivamente à Brigada Militar, focada em atender policiais militares e seus familiares. O primeiro estatuto é homologado pelo Governador do Estado.

1949 à 1951

Em março de 1949, a IBCM cria o Departamento da Assistência à Família Brigadiana. Em 1951, a IBCM compra um terreno em Porto Alegre, na Rua Barão do Triunfo, 175, bairro Menino Deus.

1952 à 1966

Em 1954, inicia o funcionamento do Laboratório de Radiologia da IBCM. Em 1966, é inaugurada a Policlínica Menino Deus, Sede da IBCM, principal unidade até hoje.

1967 à 1976

Os serviços na unidade Menino Deus dão um salto de qualidade. Em 1975, é comprado um terreno no Partenon e começa a construção da unidade, inaugurada em 1976.

1977 à 1996

Ocorre a ampliação dos serviços por meio das unidades próprias e convênios de abrangência estadual.



1997 à 2002

Em 2001, inicia-se a informatização com a melhora do sistema InfoClin. Ainda no mesmo ano, começam as atividades em Santa Maria, Passo Fundo e Lajeado. Campanhas de prevenção de doenças respiratórias e higiene bucal ganharam evidência.



Mais de nove décadas cuidando da saúde dos servidores

2003 à 2008

Convênios no Estado têm importante ampliação. Entre 2005 e 2008, foi agraciada três vezes consecutivas com o Prêmio de Responsabilidade Social, oferecido pela Assembleia Legislativa do Estado. IBCM completa 80 anos.

2009 à 2013

Policia Militar de nível médio ocupa pela 1ª vez o cargo de presidente da IBCM, por meio do voto direto. IBCM abre as portas para a segurança pública no geral, Educação e demais servidores públicos estaduais e municipais com IPE Saúde. O sistema InfoClin, software próprio, dá um salto de qualidade na gestão do atendimento aos beneficiários. A IBCM promove obras de expansão das unidades de Porto Alegre, aumentando os espaços, instalando elevadores.

2014 à 2018

IBCM torna-se um Plano de Saúde registrado na Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), qualificando ainda mais a prestação dos serviços, ampliando a cobertura, trazendo mudanças de gestão, no atendimento, novas parcerias e maior controle.

2019 à 2022

Em 2019, ocorre a posse da nova Diretoria Executiva, trazendo novos projetos para mudança de modelo de atendimento assistencial, na área de Análises Clínicas, Fisioterapia, Enfermagem e Terapias Integradas.

Inicia-se estudo para registro de novo produto a ser comercializado. O ano de 2020 trouxe grandes desafios com a pandemia da Covid-19.

A operadora cumpriu os protocolos, protegendo associados e colaboradores. Foi lançada a Teleconsulta para tratamentos na área de terapias.

Em 2021, começou o convênio com a Transul, para transporte de emergência. Lançamento do Programa Previne, que trouxe conteúdos e ações preventivas e de promoção à saúde. IBCM doa equipamentos e materiais aos Hospitais da BM de Porto Alegre e Santa Maria.

Em 2022, o Conselho Deliberativo Fiscal assume mandado por mais quatro anos, com onze membros novos. Inicia-se a implantação de um novo sistema para atendimento e gestão. Começa a reforma da recepção da unidade Menino Deus e reformulação do site. Iniciam os estudos sobre Governança Corporativa, que trará mais transparência aos atos da gestão.

Plano de Saúde faz reforma nas clínicas próprias

Oferecer mais conforto aos associados, aumentar a segurança, modernizar o ambiente e tornar a experiência de atendimento alinhada à missão, visão e valores da Instituição. Esses são alguns dos motivos que levaram a IBCM a promover reformas em suas clínicas de atendimento.

A primeira reforma, já em andamento, ocorre na Clínica Cel. Claudino do bairro Menino Deus, em Porto Alegre. A próxima será a da Clínica Helcy Rodrigues do bairro Partenon, também na capital gaúcha.

O processo de reforma começou no finalzinho do ano de 2020 e tinha como objetivo inicial a implantação de sistema de controle de acesso e permanência de associados e visitantes nas dependências das clínicas. Logo em seguida a essa decisão, foi nomeada pela Diretoria Executiva uma comissão multidisciplinar, a qual congregou representantes de diversas áreas da administração do Plano de Saúde para que as transformações propostas pudessem conceder melhor experiência ao associado e seus familiares. Destaca-se que a contribuição dos diferentes setores aprimorou o projeto original.

A partir de uma avaliação interna, foram identificadas e compreendidas as necessidades que a nova área de recepção deveria disponibilizar aos associados. Essas informações embasaram o projeto arquitetônico, mantendo um alinhamento das atuais práticas de mercado com a missão, visão e valores do Plano de Saúde, os quais são elementos fundamentais que norteiam a IBCM.

Todo o projeto envolvendo a reforma das clínicas foi idealizado não apenas na questão estética, mas em uma mudança de paradigma, pensando na IBCM de hoje, mas com uma visão de longo prazo orientada por serviços e atendimentos de excelência aos seus associados.

O trabalho é acompanhado de perto pela Diretoria Executiva, que, no mês de agosto de 2022, teve a honra de receber uma visita do Conselho Deliberativo Fiscal para apresentar a evolução dos serviços da reforma.



Objetivamente, quando o associado ou visitante das clínicas tiver a oportunidade de circular pelas áreas reformadas, vai encontrar um ambiente muito mais confortável, com piso, móveis e equipamentos renovados, além da climatização. Na recepção, o usuário vai encontrar a área melhor iluminada e segura e com os balcões de atendimento otimizados, semelhantes aos ambientes das empresas líderes no segmento de Saúde no Brasil.

A reforma também reforça a disposição e interesse da atual gestão da IBCM de oferecer o que há de melhor aos seus associados, mantendo-se firme em seus princípios institucionais.

Promoção de adesão ao plano novo

Iniciou em setembro, mês de aniversário da IBCM, uma promoção extraordinária que seguirá valendo até o dia 30 de novembro. Trata-se da campanha de adesão de novos associados ao chamado “Plano Novo” com isenção de carência.

Na prática, significa que todos os novos beneficiários do plano regulamentado nº 472.526/14-3 registrado na Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) até a data limite, tanto na condição de titular quanto na condição de dependente serão dispensados da carência de 30 dias. O benefício contempla a isenção de carência de 24 horas para atendimentos decorrentes de urgência e emergência, de carência de 30 dias para consultas médicas e para exames de diagnóstico clínico e de imagem de baixa complexidade e a carência de 90 dias para os serviços de Odontologia.

A validade da promoção comercial não será prorrogada e têm direito a esse benefício somente as pessoas que entregarem toda a documentação solicitada até o dia 30 de novembro de 2022.

Não estão contemplados com essa promoção os exames de Genética e de Biologia Molecular assim como os procedimentos considerados de alta complexidade, como diálise e hemodiálise. Também estão excluídos da retirada de carência, os procedimentos de quimioterapia, radioterapia, hemoterapia, cirurgias oftalmológicas, implante e retirada de DIU. Considera-se de alta complexidade os exames que assim foram definidos no rol da ANS.

Interessados podem buscar mais informações no setor de Captação, localizado na Clínica Menino Deus, ou ainda contatando pelo *whatsapp* (51) 99346-0337.



**Qualidade, atenção e acolhimento
em Serviços de Enfermagem.**

Nossos contatos:



e-mail: THservicosdeenfermagem@gmail.com



Whatsapp (51) 98348-9098

**COLÁGENO**

Colágeno é uma proteína de rápida absorção e pode ser encontrada naturalmente no organismo. Ele ainda contribui para a elasticidade e resistência da pele, para a saúde das unhas e cabelos e é responsável por constituir as fibras que sustentam os tecidos do corpo, como ossos, músculos, tendões e articulações.

ÔMEGA 3

O Ômega 3, também conhecido como “óleo de peixe”, é um ácido graxo, ou seja, um tipo de gordura saudável necessária para que o organismo realize diversas funções. Como não é produzido pelo corpo, devemos obtê-lo por meio da alimentação.

Ele é encontrado em peixes que vivem em águas profundas, como anchovas, linguado, ostra, salmão, sardinha, truta, atum, arenque, cavalinha.

RESVERATOL

O Resveratol é um polifenol que pode ser encontrado principalmente nas sementes de uvas, na película das uvas pretas e no vinho tinto. E também é encontrada na pele do amendoim.

O que são alimentos funcionais?

Sandra Fortes de Santana
Nutricionista IBCM - CRN 4382

Muito tem se falado recentemente em alimentos funcionais. Essa é uma expressão que define de forma abrangente qualquer alimento que beneficie a saúde além das necessidades básicas nutricionais.

Reflete também o número crescente de alimentos aprimorados disponíveis e não tem significado científico ou legal.

Na categoria dos alimentos funcionais, estão os "nutracêuticos", ou seja, os alimentos com prioridade farmacêutica e os projetados que parecem trazer algum benefício à saúde e podem ajudar na prevenção e no tratamento de doenças. A observância dessas propriedades nutricionais pode ajudar em uma alimentação saudável. Os alimentos nutracêuticos mais prescritos atualmente são os seguintes:

FITOESTERÓIS

Os Fitoesteróis são um tipo de molécula encontrada em diversos alimentos de origem vegetal. O nome “fito” quer dizer planta, enquanto “esterol” é o termo usado para um tipo específico de molécula que tem estrutura parecida com a do colesterol e, por isso, tem absorção e compreensão pelo organismo da mesma maneira.

VERDURAS

Deve-se consumir pelo menos três verduras diferentes por dia. As verduras colaboram para prevenir doenças cardíacas e relativas à hipertensão arterial.

As verduras são ricas em Luteína e Zeaxantina, geralmente encontradas em alimentos alaranjados, amarelos e verdes.

São da família dos carotenóides, que estão associados à redução de doenças oculares. Já existem estudos associando a Luteína para inibir a aterosclerose e prevenção de câncer do pulmão e cólon.

Principais fontes: brócolis, milho, gema de ovo, kiwi, folha de mostarda, laranja, ervilha, alface, romã, folhas de nabo e abobrinha.

ISOTIOCIANATOS

Os Isotiocianatos são responsáveis pelo aroma e sabor de várias crucíferas e têm atuação poderosa no combate ao câncer.

O Sulforafano, encontrado nos brócolis, é um Isotiocianato que pode desestabilizar as enzimas que ativam os carcinógenos, como também estimular a produção de enzimas anticancerígenas naturais.

GRÃOS INTEGRAIS, ÁCIDO GRAXO E ÔMEGA 6

São ácidos graxos essenciais. Eles são muito importantes para a estrutura da membrana celular e se convertem no organismo em compostos anti-inflamatórios, mas seu excesso pode levar a um desequilíbrio do corpo, acarretando doenças. As fontes desses nutrientes estão nas nozes, castanhas, e óleos vegetais.



FRUTAS

O ideal é consumir de três a cinco frutas por dia. Os mesmos benefícios das verduras se aplicam às frutas. As frutas são ricas em Flavonóides, que são antioxidantes poderosos.

Esses compostos são responsáveis pela redução dos riscos de doenças cardiovasculares e podem impedir o desenvolvimento de câncer. Sua propriedade de combater radicais livres pode reduzir a inflamação associada a artrite reumatóide, a perda progressiva da memória relacionada à idade, dar suporte aos vasos sanguíneos e melhorar a potência das células imunológicas. Os flavonóides podem ser obtidos em outras fontes, além das frutas, como grãos, chás e no vinho.

LINHAÇA (LIGNANAS) FITOESTRÓGENOS

Deve-se consumir duas colheres (sopa) de farinha de linhaça ou dois copinhos (de cafezinho) de linhaça por dia. Para aproveitar os nutrientes, o ideal é triturar a linhaça, evitando guardá-la triturada por muito tempo. O consumo desse alimento ajuda a reduzir o LDL, auxilia no controle glicêmico, regulariza o trato intestinal e promove saciedade.

Além desses benefícios, alivia os sintomas da TPM. As Lignanas têm atividades estrogênicas moderadas, podem ter efeitos antitumorais, benefícios antimicrobianos e ainda oferecer alívio na TPM e proteção contra osteoporose. Outras fontes: feijão, azeite de oliva e grãos.

SOJA E PROTEÍNA DE SOJA (ISOFLAVONAS)

É muito nutritiva, e fornece todos os aminoácidos essenciais. A ingestão de 25g de proteína da soja todos os dias, como parte de uma alimentação com baixo teor de gordura, pode reduzir níveis de colesterol, no caso de colesterol alto, diminuir o risco de desenvolver câncer e combater doenças cardiovasculares.

As isoflavonas são a classe mais importante de fitoestrógenos, produtos químicos das plantas com atividade estrógena moderada. A genisteína e a daidzeína são as isoflavonas mais proeminentes. As isoflavonas da soja vêm sendo investigadas por aliviar sintomas da menopausa, proteger de fraturas causadas pela osteoporose, doença de Alzheimer, cânceres de fundo hormonal, como mama e próstata.

TOMATE (LICOPENO CAROTENÓIDES)

Uma colher e meia (sopa) de molho de tomate por dia reduz o risco de aterosclerose e doenças cardíacas. Além disso, auxilia na prevenção do câncer de próstata. Os licopenos têm ação antioxidante, atuam na célula imunológica contra danos oxidativos, e protegem contra degeneração macular, doenças cardiovasculares, câncer de próstata e infertilidade masculina.

Outras fontes: damasco, toranjas e melancia.

VINHO TINTO SECO (TANINOS)

A quantidade ideal é de uma taça por dia. O vinho colabora para o controle da pressão arterial, diminuindo o colesterol “ruim” (LDL) e aumentando o “bom” (HDL). Os taninos também chamados de proantocianidinas, podem desintoxicar carcinógenos e eliminar radicais livres perigosos. Eles podem proteger contra infecção urinária, mas em excesso podem reduzir a biodisponibilidade do ferro. Outras fontes: amora, mirtilo, oxicoco, uva, lentilha e chá.

ALHO, CEBOLA, ALHO PORRÓ E CEBOLINHA (SULFETOS DE ALÍLICOS)

O alho possui ação antimicrobiana e bactericida. Colabora para reduzir a pressão arterial, diminuindo a taxa de LDL. O ideal é ingerir um dente por dia. Todos ajudam combater ao câncer.

CHÁ VERDE (CATEQUINAS)

A quantidade recomendada é de quatro a seis xícaras por dia (para reduzir os riscos de gastrite e câncer de esôfago). O chá verde auxilia na prevenção de tumores malignos, além de retardar o envelhecimento.

As Catequinas encontradas no chá verde têm finalidades protetoras e antimicrobianas. Outras fontes: chocolate, uva vermelha, vinho tinto e romã.

PROBIÓTICOS E LACTOBACILOS

Para que servem:
Favorecem as funções gastrointestinais, reduzindo o risco de constipação e câncer de cólon.

Onde encontrar: Leites fermentados, iogurtes e outros produtos lácteos fermentados.



18 O "novo normal" é tema de seminário

Organizado pelo Serviço de Psicologia da IBCM, sob coordenação da psicóloga Flávia Ferreira e com o apoio do Programa Previne, da IBCM, foi realizado dia 8 de setembro no Salão de Atos da Clínica do Menino Deus o VI Seminário das Terapias com o tema "Reflexões sobre o Novo Normal".

O evento reuniu profissionais de diversas áreas do conhecimento que estiveram na linha de frente no combate à pandemia da Covid-19. "Cada profissional desempenhou um papel importante e decisivo no combate a esta doença. Nós tivemos que nos reorganizar rapidamente diante das demandas e da nova realidade. No VI Seminário o objetivo foi o de ouvir os relatos dos colegas da área da Saúde e tirar conhecimentos que vamos aplicar em toda a nossa vida profissional", observa a chefe do serviço de Psicologia da IBCM.



Para o Cel Eduardo Nascimento, chefe da Clínica do Menino Deus, a edição do VI Seminário retoma uma tradição da IBCM em refletir sobre importantes temas da Saúde com vistas a tornar os profissionais mais preparados para atender melhor e entender as demandas do público que busca ajuda no Plano de Saúde.



HÁ MAIS DE 35 ANOS CUIDANDO DE PESSOAS

EVOLUÍMOS POR VOCÊ

Cuidar bem da vida exige uma medicina humanizada, inovadora e eficiente.

Através do diagnóstico avançado de imagem, promovemos sua saúde cada vez mais.

Conte sempre com a Eco & Tomo.

Marque seus exames:

- Ressonância
- Tomografia
- Ecografia
- Cintilografia
- Mamografica
- Biópsia e Punção
- Densitometria
- Óssea





Tecnologia e tradição em Serviços de Oftalmologia



Hospital Ernesto Dornelles
Av. Ipiranga, 1801 - 3º Andar

Clínica Menino Deus do Plano de Saúde IBCM
Rua Barão do Triunfo, 175

São Leopoldo
Rua Primeiro de Março 474 / 1402- Centro

www.sulvision.com.br

 /Sulvisionoftalmologia/

 /sulvisionoftalmologia/



Telefones:

(51) 3282.2207

(51) 3223.8685

São Leopoldo

(51) 3191-5740

Whatsapp

(51) 98517-1014 (Poa)

(51) 98473-1013 (São Leo)



Novo sistema oferece mais segurança de dados além de inúmeras facilidades para todos os usuários.

Sistema informatizado torna Plano de Saúde IBCM mais eficiente

Charles Soveral
Jornalista - MTb 5736

Que tal saber que, desde o seu primeiro agendamento de consulta, sua avaliação médica, odontológica ou de qualquer atendimento estará registrada em arquivos seguros e que estes arquivos poderão ser consultados a qualquer momento para permitir decisões acertadas sobre sua saúde? Parece muito bom, não? Pois essa é uma realidade em implantação no seu Plano de Saúde IBCM.

Estamos falando do novo sistema de gestão TOTVS, que chegou para atualizar ainda mais a administração do Plano de Saúde IBCM. Com isso, a partir de uma decisão estratégica da Diretoria Executiva foi buscado no mercado uma solução que estivesse em sintonia com o que há de mais eficiente e competitivo para aperfeiçoar os serviços oferecidos aos seus associados, atendendo as exigências de seus usuários.

Marcelo Martins, gestor de Tecnologia da Informação (TI) da IBCM, diz que o setor de Saúde é uma das áreas mais impactadas pela transformação da tecnologia digital. Ele lembra que empresas do setor estão promovendo atualizações tanto na gestão, quanto no atendimento, tratamento e diagnóstico de pacientes. "O uso da tecnologia torna nossos serviços e processos mais eficientes, o que reflete em um diferencial de qualidade e competitividade", alerta ele.

Para Luciano Batista, gerente financeiro da IBCM, o novo sistema contratado da renomada e especializada empresa TOTVS, uma das líderes mundiais no segmento, tem a ver com a manutenção da sustentabilidade da operadora e também um alinhamento do Plano de Saúde com o que há de mais eficiente e moderno no mercado.

Ele observa que esta atualização e aperfeiçoamento foi muito planejada e preparada pela Diretoria Executiva da IBCM.

Este sistema, que dá suporte para a atividade-fim, atende, de um lado, as exigências legais e mercadológicas e, de outro, abre uma gama de novas facilidades e serviços para nossos associados nos trazendo mais economia de tempo e de recursos”, destaca o gerente financeiro. Com o Sistema TOTVS, adotado por grande parte das operadoras de saúde brasileiras, fica ainda mais garantida a segurança das informações dos associados em observância à Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD). O sistema oferece atualizações referentes a normas e regulamentos da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), além da integração das diferentes áreas do Plano de Saúde IBCM, com ganho de tempo e confiabilidade em qualquer operação interna ou de contato com os associados. “Lembrando que a IBCM é operadora de plano de saúde que possui sedes próprias em uma operação complexa. Quanto mais tempo se ganha no gerenciamento da organização, mais tempo e recursos podemos direcionar para nossa atividade-fim”, complementa Luciano Batista.

O gerente financeiro observa ainda que o novo sistema traz ferramentas de gestão em tempo real que permitem reunir informações de forma muito mais rápida e, com isso, dar suporte para tomada de decisões com agilidade e também oferece um poder de monitoramento instantâneo, incluindo o que está acontecendo na rede de atendimento credenciada.

Marcelo Martins, por sua vez, ressalta que tão logo o sistema esteja a pleno, o que se prevê para o próximo ano, os associados começarão a sentir a diferença desde o contato com a operadora até a efetiva consulta e pós-consulta.

Para o gestor de TI serão implementadas novas funcionalidades pelos meios digitais que oferecerão conforto e agilidade nas solicitações dos associados incluindo, carteirinha virtual, teleconsultas para outras especialidades, receita médica digital, agendamento, confirmação de consultas, um novo portal e aplicativo *mobile*, além de muitas outras inovações. Em breve, todos perceberão estes avanços, quando buscarem o Plano de Saúde”, conclui Marcelo.

Seu direito, nosso dever

A Falavigna Advocacia é reconhecida pela confiança, dedicação e conhecimento de seus profissionais. Nossa missão é a busca constante do melhor interesse aos nossos clientes, garantindo a segurança necessária para resolver ou evitar problemas jurídicos que cercam o nosso dia a dia.

Faça como a IBCM, venha para a Falavigna Advocacia: especializada na busca do seu direito e do direito de sua empresa.



FALAVIGNA

ADVOCACIA

Rua Osvaldo Miller Barlem, 71 - Canoas-RS

juridico@falavigna.adv.br - www.falavigna.adv.br

Fone: 51 98643-5416

Pesquisa revela satisfação do associado

Uma pesquisa desenvolvida pela agência de publicidade Euro e pelo Instituto IRP, que há 20 anos está entre as instituições mais confiáveis do Brasil, revelou que o associado da IBCM, em sua imensa maioria, classifica os atendimentos oferecidos como ótimo ou bom. O resultado revela um alto índice de satisfação do associado apurado em levantamento realizado neste ano com a maior parte das entrevistas realizadas nas clínicas de Porto Alegre e na clínica de Passo Fundo.

Segundo o levantamento de informações, as palavras que melhor definem o Plano de Saúde IBCM são confiável (30%), responsável (22%), útil (17%) e excelente (11%).

Para mais da metade (58%) dos entrevistados, o valor da mensalidade pode ser classificado como ótimo ou bom.



As especialidades mais procuradas são Cardiologia, Oftalmologia, Odontologia e Clínica Geral. Os dados revelam ainda que 70% dos entrevistados consideram-se satisfeitos com o Plano de Saúde IBCM.

Exames de laboratório com qualidade em todos os convênios.

Análises Clínicas
UNIDOS

www.laboratoriounidos.com.br
faleconosco@laboratoriounidos.com.br



Sistema Nacional
de Acreditação **DICO**

Porto Alegre

Pça Simões Lopes Neto 175 sala 2
Dentro do Hospital Espírita
☎ (51) 3307-2130
WhatsApp (51) 99221-3810

Passo Fundo

Rua Coronel Pelegrine 616
Dentro da Clínica IBCM
☎ (54) 3045-1417

Atendimento das 7h30 às 11h30 e das 14h às 16h



Perfil dos entrevistados

Um dado curioso do levantamento diz respeito ao perfil dos entrevistados. A imensa maioria (87%) acessa diariamente as redes sociais, sua principal fonte de informação. Uma parcela significativa (68%) utiliza a televisão como fonte de informação ou de entretenimento.

A grande maioria (70%) dedica pouco tempo para a leitura, e apenas 41,3% escuta rádio regularmente.

Ainda sobre o atendimento, alguns outros fatos importantes foram revelados pela pesquisa. Grande parte dos associados (86%) ainda não tiveram interesse em utilizar o sistema de teleconsulta, oferecido desde a pandemia de Covid-19.

Os serviços especializados de Fisioterapia (Urgetrauma) e de Oftalmologia (Sulvision) não foram ainda utilizados, respectivamente por 73% e por 59% dos entrevistados.

Um pouco mais da metade (55%) das pessoas ouvidas ainda não se beneficiaram dos Serviços de Terapia oferecidos, e 51% também não utilizou o Serviço de Enfermagem.

Destaques da Pesquisa 23

90% acha atendimento ótimo ou bom!



70% está muito satisfeito!



Para 58% a mensalidade tem valor ótimo ou bom!

A CLÍNICA CEDIL GARANTE AOS PACIENTES: TECNOLOGIA, QUALIDADE E EXCELÊNCIA NA REALIZAÇÃO DOS EXAMES POR IMAGEM.



EM PASSO FUNDO OU EM SANTA CRUZ DO SUL VOCÊ REALIZA COM CONFORTO E COMODIDADE, EXAMES COMO:

- Tomografia computadorizada 160 canais e 128 canais
- Ecografia
- Ultrassonografia
- Densitometria Óssea
- Exames de Cardiologia
- **Ressonância Magnética 3 Tesla**
(única no Vale do Rio Pardo e Taquari)

E AINDA CONTA COM UM PADRÃO DE EXCELÊNCIA QUE SÓ A CEDIL PODE OFERECER!

- Aparelhos modernos de última geração.
- Resultados rápidos e fidedignos, o ideal para otimizar e agilizar seu diagnóstico.
- Equipe multidisciplinar altamente treinada.
- Estacionamento amplo, gratuito e exclusivo para nossos pacientes.

Dê um **novo olhar** para sua **saúde**

IBCM

A **IBCM** é uma **GRANDE FAMÍLIA**
pronta para cuidar da sua!

AQUI NA IBCM SEU(S):

Mesmo valor
independente
da idade!

- CÔNJUGE;
- COMPANHEIRO(A);
- SOGRO;
- SOGRA;
- FILHOS;
- PAIS;
- NETOS;
- ENTEADOS;
- GENROS;
- NORAS;
- CUNHADOS;
- E DEMAIS FAMILIARES

Podem **APROVEITAR** todos os
benefícios que nossa
rede oferece.

ANS - n.º 41942-7



 51 99346.0337

 [ibcmrs](#)

 [IBCM.RS](#)

www.ibcm.org.br