

# AME

Ambulatório Médico de Especialidades

LORENA

seconciSP/OSS



MARÇO • MÊS DA  
**MULHER**  
Símbolo de Força e Coragem

## AUTO CUIDADO É UM ATO DE AMOR POR VOCÊ!

### Ação Dedicada às Mulheres

Para atendermos a solicitação da SES os AMEs gerenciados pelo Seconci-OSS participarão da Ação no mês Dedicado às Mulheres que será realizado dia 12/03/2022 (sábado) das 07:00h as 13:00h.

No Brasil, as mulheres formam a maioria da população, 51,8% são mulheres, além disso, a expectativa de vida das mulheres é maior, com 80,1 anos ante os 73,1 anos dos homens, dessa forma cuidar da saúde é fundamental para que a mulher mantenha uma vida com qualidade.

Cada mulher tem necessidades específicas quanto à atenção com sua saúde e bem-estar, mas elencamos temas que serão abordados pela equipe multidisciplinar de forma humanizada às usuárias do SUS, com o intuito de aumentar as informações sobre o auto cuidado com o corpo, a mente e saúde global da mulher, fortalecendo o senso crítico e auto-estima feminina.

As unidades serão preparadas para acolher o público feminino com equipe multidisciplinar (enfermagem, serviço social, fisioterapia, nutrição, fonoaudiologia, psicóloga, tecnóloga rx) com blusa rosa em homenagem às mulheres, com programação de rodas de conversas e palestras sobre temas relevantes para o fortalecimento do entendimento dos pilares fundamentais da saúde da mulher.

**Os temas abordados serão:** prevenção de ISTs, métodos contraceptivos, detecção precoce de Câncer de mama e colo do útero, exames preventivos, auto-estima, saúde mental, direitos (violência contra mulher/ vulnerabilidade), cuidados na gravidez, atividade física, nutrição saudável, menopausa, cuidados com a voz e outros.

Exames que serão realizados na hora à depender da unidade: Cálculo do IMC (índice de massa corporal) para avaliar o grau de sobrepeso e obesidade; Teste rápido para realização de exames HIV, Hepatite B e C e Sífilis (encaminhamento para CRT local se resultado alterado); Medição de glicemia ; Aferição de Pressão arterial e outros.

Além disso cada unidade disponibilizará via CROSS agendas médicas e agendas de exames de imagem de acordo com características loco regionais específicas priorizando agendas de mamografia com a finalidade de detecção precoce do Câncer de Mama, pois se trata de estratégia em alinhamento ao Programa Mulheres de Peito.

Importante salientar que as ações descritas acima serão adaptadas para cada AME de acordo com a disponibilidade de serviço disponível em cada unidade.

### AMES Seconci OSS participantes:

AME Barradas / AME Caraguatatuba / AME Bourroul / AME Lorena  
AME São Vicente / AME Taubaté.

seconciSP/OSS

**SÃO PAULO**  
GOVERNO DO ESTADO

| Secretaria de Saúde