

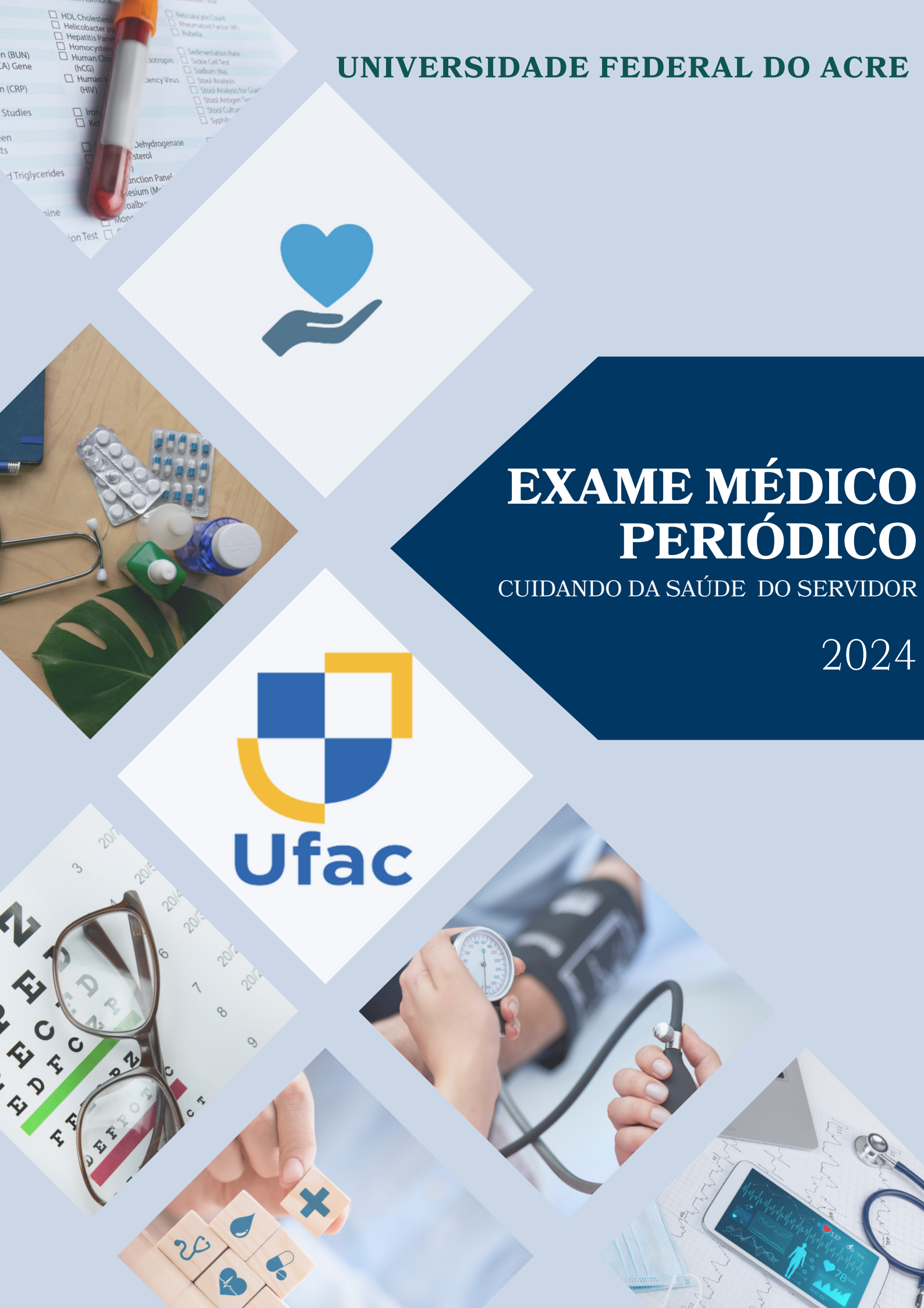
UNIVERSIDADE FEDERAL DO ACRE



EXAME MÉDICO PERIÓDICO

CUIDANDO DA SAÚDE DO SERVIDOR

2024



QUAIS SÃO OS OBJETIVOS DO

EXAME?

1

Avaliar a saúde do servidor identificando possíveis riscos relacionados ao ambiente de trabalho e/ou à atividade laboral;

2

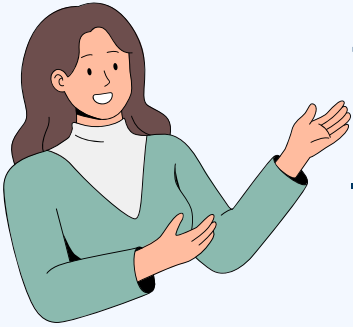
Providenciar a adoção de medidas de prevenção e vigilância aos ambientes de trabalho;

3

Providenciar a adoção de medidas de promoção à saúde.

É OBRIGATÓRIO

PARA O SERVIDOR?



Todo o processo é facultativo, ou seja, não é obrigatório e a recusa não gera prejuízos ao servidor.

COMO FAÇO

PARA PARTICIPAR?

SOU
gov.br

Para participar acesse o SouGov em “Autoatendimento”:

- Clique em “Minha Saúde”;
- Clique em “Exame Periódico”.

Após o aceite, você terá acesso às **guias dos exames** e ao formulário de **anamnese** que deve ser **preenchido antes da consulta com médico do trabalho**.



É GRATUITO

PARA O SERVIDOR?



Os exames são todos **gratuitos**, através de convênio com a GEAP.

PRECISO TER CATERINHA DA GEAP?

NÃO!

- Você não precisa ter carteirinha da GEAP. Basta ir à rede credenciada de sua escolha e apresentar a **Guia SIASS** e um **documento de identificação com foto**.
- Caso tenha alguma dificuldade com a rede credenciada, informe-nos por e-mail (cqvrs.prodgep@ufac.br) para que o problema seja solucionado junto à GEAP.

POSSO UTILIZAR MEU PLANO DE SAÚDE?



Sim, você pode utilizar o próprio plano de saúde, se tiver e assim desejar. Mas a emissão do ASO tem que ser com o médico indicado na guia SIASS e a guia SIASS deve ser usada para isso.

FIZ EXAMES COMPLEMENTARES RECENTEMENTE.

POSSO UTILIZÁ-LOS?

Você pode utilizar exames que já realizou antes de ter sido convocado, caso estejam dentro do período de validade preconizado. ✓

Validade os exames:

- exames laboratoriais: 6 meses;
- mamografia e exame oftalmológico: 12 meses;
- exame preventivo (Papanicolau): 12 meses para mulheres que possuem indicação médica e, após dois exames seguidos (com um intervalo de um ano) apresentando resultado normal, o preventivo pode passar a ser feito a cada três anos.

QUE EXAMES COMPLEMENTARES

DEVO REALIZAR?

A lista dos exames está de acordo com o Decreto 6.856/2009.

Todos os servidores:

- Hemograma completo;
- Glicemia;
- urina tipo I (Elementos Anormais e Sedimentoscopia EAS);
- Creatinina;
- Colesterol total e triglicérides; AST (Transaminase Glutâmica Oxalacética - TGO);
- ALT (Transaminase Glutâmica Pirúvica - TGP);
- Citologia oncótica (Papanicolau), para mulheres;

+45 ANOS (além dos exames acima):

- oftalmológico; e

+50 ANOS (além dos exames acima):

- pesquisa de sangue oculto nas fezes;
- mamografia (para MULHERES);
- PSA (para HOMENS).

PREPARAÇÃO PARA OS EXAMES

EXAMES LABORATORIAIS (glicemia, colesterol total, triglicérides, hemograma, TGO, TGP e creatinina)

Material: Sangue

Instruções: Jejum mínimo de 8h e máximo de 12 horas. Não ingerir bebida alcoólica nas 72 horas que antecedem o exame. O esforço físico deve ser evitado antes da coleta de exames.

EAS

Material: Urina recente

Instruções: Fazer higiene da genitália com água e sabão, secar, desprezar o primeiro jato de urina, coletar em recipiente estéril descartável e encher o tubo fornecido. Colher a primeira urina da manhã ou após 4 horas de retenção urinária. Entregar a amostra no laboratório em até 2 horas depois da coleta ou mantido em geladeira por no máximo 20 horas antes de ser entregue.

SANGUE OCULTO NAS FEZES

Material: Fezes recentes

Instruções: Evitar o uso de laxante e supositórios nos 3 dias que antecedem o exame e no dia da coleta. Não colher durante o período menstrual ou quando houver hemorroidas ou fissuras sangrantes. Aguardar no mínimo 48 horas após o sangramento ter cessado. Entregar o material no laboratório em até 2 horas após a coleta.

PSA

Material: Sangue

Instruções: Jejum mínimo de 4 horas. Não manter relação sexual nas últimas 48 horas. Não ter feito exercício em bicicleta (ergométrica ou não) ou andado de motocicleta nos últimos 2 dias. Não ter praticado equitação nos últimos 3 dias. Não ter usado supositório nos últimos 3 dias.

Não ter sido submetido a:

- Sondagem uretral ou a exame de toque retal nos últimos 3 dias;
- Exame de bexiga (cistoscopia) nos últimos 5 dias;
- Ultra-sonografia transretal nos últimos 7 dias;
- Colonoscopia ou retossigmoidoscopia nos últimos 15 dias;
- Estudo urodinâmico nos últimos 21 dias; - Biópsia nos últimos 30 dias.

COMO FAÇO PARA AGENDAR A AVALIAÇÃO CLÍNICA?

Nas 2 últimas páginas das guias SIASS você encontrará a rede credenciada, com endereço e telefone do médico do trabalho que fará a avaliação clínica e emitirá o atestado de saúde ocupacional (ASO).



ESTOU EM AFASTAMENTO, FÉRIAS OU LICENÇA.



FUI CONVOCADO MESMO ASSIM. O QUE FAZER?

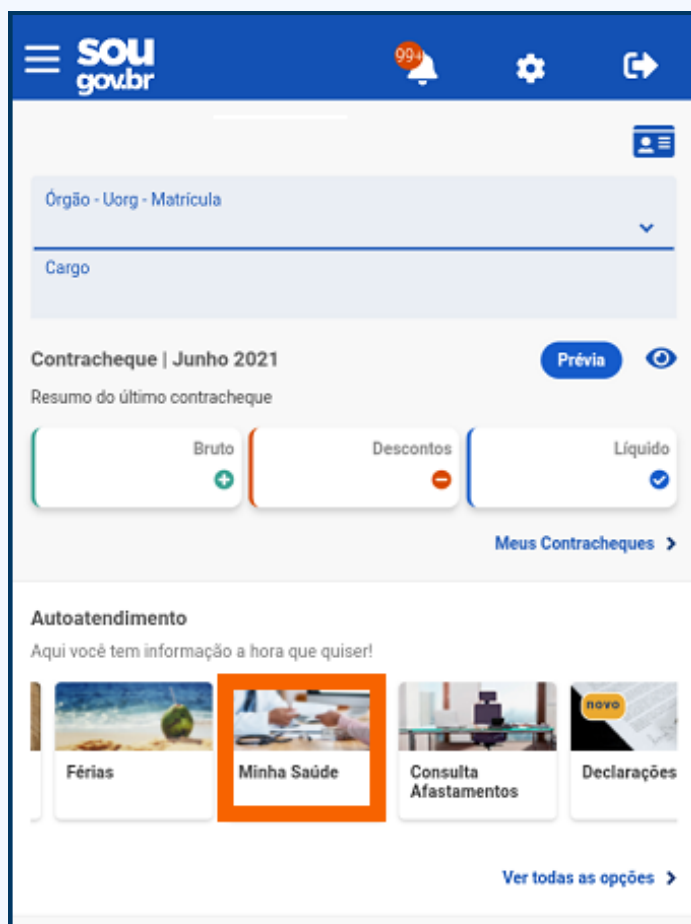
De forma geral, servidores em afastamento ou licença não poderão realizar a Avaliação Clínica e poderão ser convocados novamente em outra oportunidade. Informe-nos por e-mail o seu caso específico para que seja melhor avaliado.

(cqvrs.prodgep@ufac.br)

PASSO A PASSO PARA REALIZAÇÃO DO PERIÓDICO

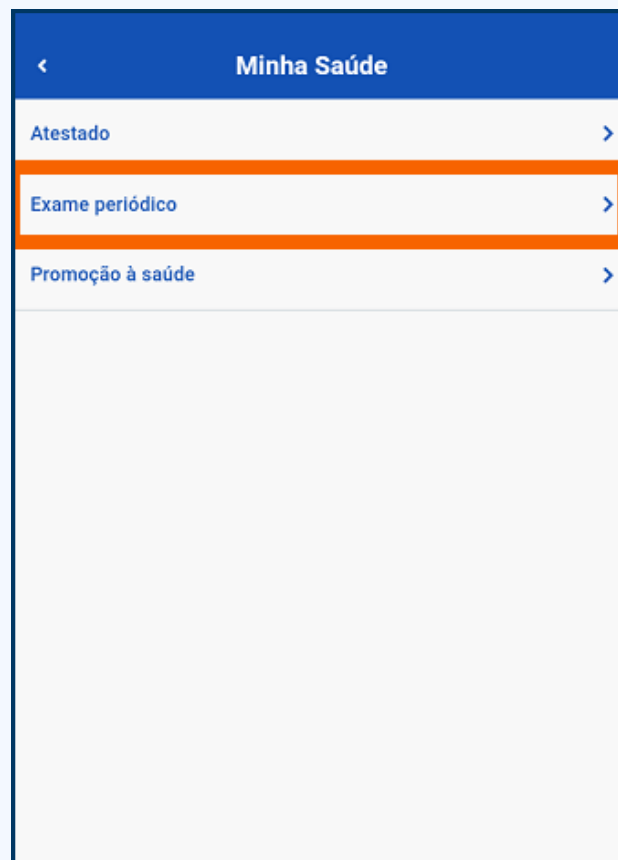
1

Acesse o SouGov, clique no ícone "Minha Saúde", disponível no Autoatendimento (web ou móvel).



2

Em seguida clique em "Exame periódico".

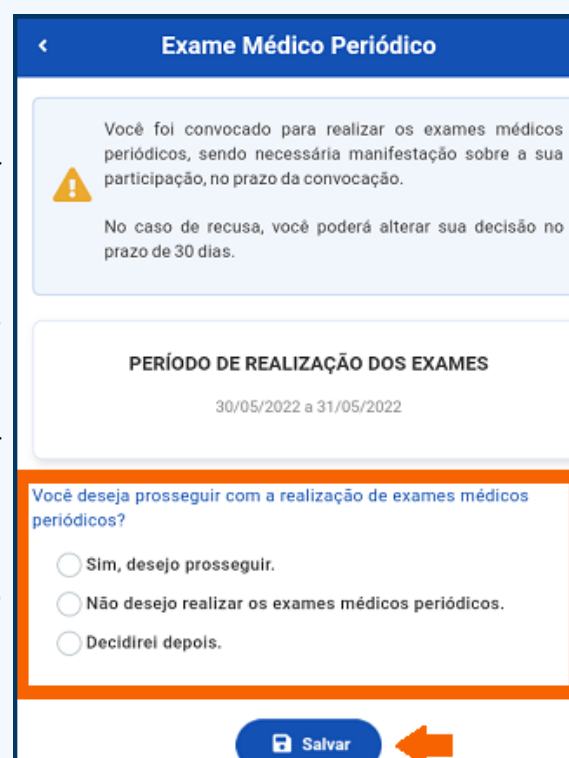


3

Leia atentamente a mensagem, escolha uma das opções e clique em "Salvar".

Caso clique em "Não desejo realizar os exames médicos periódicos", você terá o prazo de até 30 dias para reconsiderar sua decisão.

Caso clique em "Decidirei depois", você ainda poderá optar por realizar ou não dos Exames Médicos Periódicos durante o período de convocação.



Para alterar sua decisão, dentro dos prazos, acesse o SOUGOV.BR e selecione a funcionalidade "Minha Saúde" e, em seguida, "Exame periódico":

PASSO A PASSO PARA REALIZAÇÃO DO PERIÓDICO

4

Caso tenha selecionado “Sim, desejo prosseguir”, você irá para a visualização dos exames. Clique em avançar.

The screenshot shows the 'Exame Médico Periódico' app interface. At the top, there is a progress bar with three steps: 1. Visualizar Exames (highlighted with an orange circle), 2. Local e Aceite, and 3. Emitir Guias. Below the progress bar, the text reads 'PERÍODO DE REALIZAÇÃO DOS EXAMES' followed by the dates '30/05/2022 a 31/05/2022'. An information icon (i) is followed by the text 'Veja quais os exames você deverá fazer para os Exames Médicos Periódicos'. Under the heading 'Exames', there is a section for 'EXAMES BÁSICOS' with the same date range and a 'Visualizar exames solicitados' button with a dropdown arrow.

5

Leia sobre o local e aceite, selecione a UF e o município para realização dos exames e, ao final, escolha uma das alternativas.

The screenshot shows the 'Exame Médico Periódico' app interface. The progress bar now highlights step 2, 'Local e Aceite', with an orange circle. The text below the progress bar is the same as in the previous screenshot. An information icon (i) is followed by the text 'Revise o termo de consentimento para emissão das guias. Em seguida avance para preenchimento do formulário de anamnese, para exame periódico.' Below this, there are two dropdown menus: 'UF para realização dos exames *' with the text 'Selecione um estado' and 'Município para realização dos exames *' with the text 'Selecione um município'.

6

Concorde com o termo de consentimento, clique em salvar e depois em avançar.

The screenshot shows the 'Exame Médico Periódico' app interface. The progress bar is not visible. The information icon (i) is followed by the text 'Revise o termo de consentimento para emissão das guias. Em seguida avance para preenchimento do formulário de anamnese, para exame periódico.' Below this, there is a white box with a question mark icon and the text 'Concorda com o termo de consentimento?'. The text inside the box reads: 'Pelo presente instrumento, eu, FGDUD EG DLLNMQM OIYTT Identificação única - SIAPE nº [REDACTED] CPF [REDACTED] estou de acordo com a realização do meu exame médico periódico, no corrente ano, incluindo os exames laboratoriais, radiológicos e clínicos.' At the bottom of the box, there are two buttons: 'Voltar' and 'Concordo com o termo'. Below the box, there is a 'Salvar' button.

PASSO A PASSO PARA REALIZAÇÃO DO PERIÓDICO

7

Clique em "Emitir Guias", realize o download e impressão das guias médicas.

Exame Médico Periódico

1 Visualizar Exames

2 Local e Aceite

3 Emitir Guias

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DOS EXAMES

30/05/2022 a 31/05/2022

i Emita as guias para a realização do exame periódico e preencha o formulário de anamnese.

Emitir Guias

Formulário Anamnese

Voltar



Você apresentará estas guias nas clínicas e laboratórios constantes na “Lista dos Serviços Credenciados para Execução dos Exames Periódicos”.

Não esqueça de preencher o formulário de anamnese funcional que deve ser preenchido antes da consulta com médico do trabalho.



As informações do formulário serão exclusivas do médico do trabalho credenciado, que realizará sua avaliação clínica. Estas informações tem somente a finalidade de emissão do Atestado de Saúde Ocupacional - ASO.

QUER SABER MAIS?

**ENTRE EM CONTATO
CONOSCO!**



(68)3901-2557 - Coord. de Saúde e Qualidade de Vida



(68) 3229-4835 - Setor Médico Pericial



cqvrs.prodgep@ufac.br



cqvrs.ufac

Mais informações acesse Gov.br, Exames Médicos Periódicos,
escaneie o QrCode abaixo.

