



Cuidar para transformar vidas

A Rede Postinho de Saúde, uma organização sem fins lucrativos, cuida da saúde integral das mulheres, em situação de vulnerabilidade social, nas comunidades do Cantagalo, Pavão-Pavãozinho (PPG), no RJ.

Através de uma rede colaborativa - com a comunidade, parceiros e mais de 45 voluntários, oferece, gratuitamente, atendimento de saúde de qualidade, com metodologia única e inovadora na área de saúde.

Os atendimentos são realizados por especialistas voluntários, e compreendem aspectos físicos, psicológicos e sociais - abordagem biopsicossocial.

Desde 2010, ano de sua fundação, foram realizadas mais de 22 mil consultas, para mais de 2.500 mulheres das comunidades. Isso porque acreditamos que a mulher tem papel fundamental como multiplicadora de ações preventivas em seus núcleos familiares.

A atuação em núcleos interdisciplinares e construção de metodologia própria possibilitaram a excelência nos atendimentos e proporcionaram resultados relevantes de impacto social, progressivo e duradouro.

Os atendimentos são classificados em seis núcleos de especialidades: psicologia, medicina (clínica médica, acupuntura e homeopatia), fisioterapia, nutrição, práticas integrativas e complementares – PIC's (terapia floral, massoterapia, Reiki, constelação familiar, reflexologia, massagem Ayurvédica, auriculoterapia, Yoga) e mediação familiar.

Uma nova realidade: atuação do Postinho na pandemia do COVID-19

O impacto que a organização gera nas vidas de milhares de pessoas inspira o nosso anseio de continuar progredindo e se reinventando sempre; como quando foram definidas ações emergenciais visando o enfrentamento da pandemia do COVID-19.

Com a experiência de 10 anos de atuação no PPG, a Rede Postinho compreende, de forma ampla e sistêmica, os problemas sociais de quem vive nessas comunidades. Além disso, tem representatividade e legitimidade para contribuir efetivamente na mitigação dos efeitos da pandemia junto às moradoras em situação de vulnerabilidade socioambiental.

Em março, quando precisou interromper os atendimentos em sua sede, no Cantagalo, rapidamente, o Postinho buscou alternativas às consultas presenciais, através de parceria com plataforma online de teleatendimento de

saúde. Assim, através da migração para o digital, foi possível continuar cuidando de nossas pacientes, e, até mesmo, ampliar o número de atendimentos, de acordo com as demandas que surgem nas comunidades.

Para isso, recursos foram mobilizados para a implementação imediata do sistema de teleatendimento de saúde, e para manter a estrutura física da sua sede, que passou a funcionar como centro de recebimento e distribuição de doações para as comunidades do PPG.

Relacionamos, a seguir, as principais ações realizadas no Postinho para enfrentamento da pandemia do COVID-19:

1) Promoção da **saúde**:

Cuidamos da saúde - física e psicológica - das nossas pacientes durante as medidas de isolamento social, que são necessárias ao controle da pandemia. Em todas as etapas do processo de teleatendimento, praticamos escuta ativa, afeto e acolhimento.

As especialidades hoje disponíveis estão relacionadas no quadro a seguir.



Atendimento ON-LINE

Rede Postinho

- ▶ Clínico Geral
- ▶ Dermatologia
- ▶ Constelação Familiar
- ▶ Reiki
- ▶ Consultoria de Parto e Amamentação
- ▶ Nutrição
- ▶ Psicologia Individual
- ▶ Psicologia Casal
- ▶ Terapia Familiar
- ▶ Terapia Floral
- ▶ Mediação Familiar

 (21) 97477-7667

De abril a setembro, realizamos mais de 1.450 teleatendimentos de saúde, apesar dos muitos desafios impostos por questões tecnológicas, e pela restrição de internet de qualidade por parte das pacientes. Ao longo dessa jornada, recebemos inúmeros e emocionantes depoimentos, como o relatado a seguir, que mostra a importância do serviço do Postinho para as moradoras do PPG:

“ Hoje foi dia do atendimento online, ... (mesmo sendo feriado, o atendimento foi realizado). Confesso que não sei o que seria de mim, sem seu apoio psicológico. Principalmente nesse momento de pandemia. Eu que estou trabalhando na linha de frente, enfermeira neonatologista (já temos casos confirmados em nosso setor 😊).

Seu atendimento está sendo fundamental, para eu continuar, nessa grande luta. Tive algumas perdas, de amigos de profissão e tenho vários amigos afastados do trabalho, alguns com resultados positivos e outros com suspeita por COVID-19. Minha imensa GRATIDÃO à todos vocês da Rede Postinho. Obrigada por cuidar da minha saúde mental.”

Paciente Kleide, enfermeira de UTI Neonatal, em Niterói. em 21/4/20, data dos 10 anos de fundação do Postinho.

2) Promoção da **segurança alimentar**:

- Ações de mobilização para arrecadação e/ou distribuição de alimentos e cestas básicas, conforme anexo A.

3) Assistência a **grupos de risco**: idosas, mulheres com doenças crônicas e gestantes:

- essas pessoas foram priorizadas no teleatendimento da saúde e na doação de cestas básicas, máscaras e produtos de higiene.

Medidas de observância do protocolo de prevenção ao Covid-19

Ao longo do teleatendimento da saúde, também são reforçadas para as beneficiárias as orientações sobre medidas de higienização e segurança no combate ao COVID-19.

Na operação de recebimento e distribuições das doações na sede do Postinho foram realizadas as seguintes ações:

- a equipe do Postinho foi capacitada no uso de equipamentos de proteção individual e nos procedimentos de limpeza e higienização necessários;
- todas as doações são feitas com hora marcada (10 em 10 min), a partir de agendamento telefônico (medida de afastamento);
- toda doação é higienizada antes de ser entregue;
- durante a entrega das doações, são fornecidas orientações às pacientes sobre a importância da higienização e uso da máscara, além do reforço na importância de ficar em casa e evitar aglomerações;
- os procedimentos de limpeza e higienização do Postinho também foram reforçados.

E entre os especialistas de saúde, e outros voluntários, que estão trabalhando em casa, formou-se uma rede de compartilhamento de informações e de ações para fazer esse fluxo de trabalho acontecer.

Juntos somos mais fortes!

Anexo A - lista parcial de doações recebidas de março a setembro/20

QUEM	O QUE	QUANTIDADE	QUANDO
Rio Contra Corona	Cestas básicas	100	27/3
Grupo whatsapp Martha Pacheco Scherer	Cestas básicas	100	31/3
Rio Contra Corona	Sabonete líquido	780	27/3
Rio Contra Corona	Desinfetante	356	27/3
Rio Contra Corona	Cesta básica e Kits de limpeza	200	1/4
Rio Contra Corona	Shampoo	624	16/4
Rio Contra Corona	Condicionador	360	16/4
Rio Contra Corona	Álcool em gel	360	16/4
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	300	7/4
Rio Contra Corona	Coelhinhos Cacau show	5mil	10/4
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250	20/4
Rio Contra Corona	Cestas básicas e kits Limpeza	300	13/4
Loja Reserva	Máscaras de pano	1600	1/4
Instituto da Criança	Máscaras descartáveis e álcool em gel	1500 e 2 litros	16/4
Instituto da Criança	Máscaras de pano	517	20/4
Dona Marilene	Máscara de pano	40	1/5
Rio Contra Corona (Mantiqueira)	Ovos de galinha	480	20/4
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250	27/4
Rio Contra Corona	50 Caixas de Shampoo e 90 de álcool em gel Elseve	600 shampoos 1080 álcool em gel	29/4
Grupo whatsapp Martha Pacheco Scherer	Cesta básica	70	27/4
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250	4/5
Rio Contra Corona	Dinheiro (depósito conta)	1000 reais	
Omar	Água sanitária		
Absorvendo Amor	Absorventes	4800	
Rio Contra o Corona	Sabonete da Natura,10 caixas com 126 um	1260	
Rio Contra Corona	Cartões com 200 reais	250	6/5

QUEM	O QUE	QUANTIDADE	QUANDO
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250	8/5
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de limpeza	250	19/5
Rio Contra Corona	Shampoo	240	14/5
Rio Contra Corona	Condicionador	480	14/5
Rio Contra Corona	Álcool em Gel Boticário	480	14/5
Rio Contra Corona	Mr Musculo/Pato	480	14/5
Rio Contra Corona	Raid	72	14/5
Rio Contra Corona	Máscaras da Malwee (28 pacotes com 100 mascaras)	2800	19/5
Rio Contra Corona	40 Caixas de álcool em gel	480	19/5
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250	26/5
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250 de cada	5/6
Rio Contra Corona	20 caixas de álcool em gel da Elseve	240	5/6
Rio Contra Corona	Raid	48 unidades	5/6
Rio Contra Corona	Mascaras	500	5/6
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	250 de cada	12/6
Rio Contra Corona	Ovos Mantiqueira 30 caixas	900 ovos	18/6
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	200 de cada	18/6
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	200 de cada	26/6
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	200 de cada	2/7
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	200 de cada	10/7
Grupo whatsapp Martha Pacheco Scherer	Cestas básicas e Kits de Limpeza	56 Cestas e 56 kits	9/7
Rio Contra Corona	Ovos Mantiqueira	20 caixas no total 600 duzias	15/7
Rio Contra Corona	Cestas básicas e Kits de Limpeza	200 de cada	17/7
Rio Contra Corona	20 Caixas de Alcool gel,2 caixas de Shampoo,3 Caixas de Condicionador, 4 pacotes Raid e 5 Cx e Roupas da Malwee		16/7
Rio Contra Corona	20 Caixas de álcool em gel Lysoform,1 cx de álcool Boticario,10 cxs de Condicionador-4 pacotes de Raid		23/7
Rio Contra Corona	10 Caixas de Ovos Mantiqueira	300 OVOS	23/7
Rio Contra Corona	100 cestas e Kits de Limpeza		24/7

QUEM	O QUE	QUANTIDADE	QUANDO
Rio Contra Corona	100 cestas e Kits de Limpeza		31/7
Anjos da Tia Estelinha	1000 Máscaras		5/8
Rio Contra Corona	100 cestas e Kits de Limpeza		7/8
Rio Contra Corona	10 álcool gel da lysoform,4 álcool da nivea,16 condicionador,1 cx de condicionador Nyeli Gold,2 cx de álcool Daudt	75 cxs de amostras de pasta de dente infantil e 83 Caixas de Bidrolac	14/8
Rio Contra Corona/ Instituto Santa Ignez	125 Cestas e 125 Kits		12/8
Rio Contra o Corona	100 cestas e 100 kits		27/8
Rio Contra o Corona	100 cestas		3/9
Rio Contra o Corona	110 cestas JBS		8/9
Rio Contra o Corona	10 caixas de ovos Mantiqueira	300 ovos	8/9
Rio Contra o Corona	20 cxs pierre fabre	320	16/9
	5 cx Loreal	60	
	7 cx Lysoform	84	
Rio Contra o Corona	20 CAIXAS DE OVOS	600 OVOS	21/9

Obs: O Rio Contra Corona é uma ação gerida por 3 organizações com credibilidade no Rio de Janeiro: Banco da Providência, Instituto Ekloos e Instituto Phi. <https://www.riocontracorona.org/>

