



TELEATENDIMENTOS GRATUITOS

Todos sabem que estamos passando por um momento de pandemia, no qual o distanciamento social, ainda é, a única forma para prevenir o contágio do coronavírus. Por isso o teleatendimento é uma possibilidade de cuidar da saúde física e mental sem nos expormos a covid-19.

Atualmente, além dos teleatendimentos pagos, há disponível também os gratuitos. A equipe da saúde do trabalhador da PROGEPE, visando o bem-estar físico e mental de nossos servidores, vem divulgar alguns desses, onde não há necessidade de pagar para obtê-los.

Teleatendimentos para a população em geral:



Telesaúde.rio: Uma plataforma de atendimento médico online, com consultas virtuais agendadas pelo próprio cidadão com médicos de família e comunidade, capacitados para acolher e resolver grande parte dos problemas de saúde da nossa população. Para ter acesso ao serviço o usuário deve estar cadastrado no Portal Identidade Carioca e entrar no endereço eletrônico: <http://agenda.saude.rio/AgendaCarioca.aspx> utilizando o usuário e senha do portal. Se não tiver cadastro, será direcionado ao link para cadastramento. Deve ter um computador ou celular com acesso à internet. A consulta é gratuita, pelo SUS!

Teleatendimento CEJAM: consulta realizada por telefone de segunda à sábado das 7h às 18h. O teleatendimento conta com uma equipe multiprofissional composta por médicos e enfermeiros de plantão para esclarecer dúvidas relacionadas ao coronavírus e outros temas de saúde. Ao ligar para **0800 770 1484** e escolher a opção número 1, você será atendido e receberá orientações sobre seu quadro clínico.

Missão covid: é uma plataforma onde o paciente que apresenta sintomas da COVID19 é atendido gratuitamente através da telemedicina (ligação por vídeo) por um médico voluntário. Para ter acesso ao serviço, o paciente realiza um cadastro através do endereço eletrônico: <https://missaocovid.com.br/paciente>.



Saúde Voluntária: Com o objetivo de diminuir a lotação em ambientes de saúde e oferecer bem-

estar, esta plataforma oferece uma gama de especialidades, tais como apoio psicológico, orientação médica, nutricional e/ou fisioterápica, além de terapias integrativas como o Reiki. Os interessados devem realizar o cadastro online e aguardar o contato para agendamento. Os atendimentos são realizados via videochamada. Acesso: <https://saudevolutaria.com.br/>

Grupo CREARE: é uma plataforma que oferece atendimentos psicológicos de caráter emergencial e psicoeducativo através de videochamada pelo aplicativo Whatsapp. O diferencial desse canal é que oferecem atendimento também na Língua Brasileira de Sinais – LIBRAS. Para agendar, basta acessar a plataforma pelo endereço eletrônico <https://sites.google.com/view/grupocreare/acolhimento-voluntario/acolhido>, escolher o profissional e entrar em contato com este pelo Whatsapp.

Quer conversar? Escuta voluntária: a Casa Frida, através de um grupo de psicanalistas, oferece uma escuta voluntária como forma de acolhimento e cuidado para qualquer pessoa angustiada ou com medo da propagação da covid-19. Os interessados podem entrar em contato pelo e-mail: contato@casafrida.com.br, pelo telefone (whatsapp): (11) 95597-3362, ou ainda pelo endereço eletrônico: <https://www.acasafrida.com.br/events/quer-conversar>



Clínica Virtual NUTES/UFPE: a Clínica Virtual do Núcleo de Telessaúde da UFP (NUTES/UFPE) com o objetivo de acolher e orientar toda a população durante a pandemia, criou a teleorientação e teleconsulta clínica coronavírus. Para maiores informações e agendar

atendimento é só acessar o endereço eletrônico: <https://nutes.ufpe.br/coronavirus/populacao/>

Teleatendimentos para os profissionais da saúde:



Rede de apoio psicológico: é uma plataforma que faz a conexão dos profissionais da saúde que estão na linha de frente do combate à saúde a atendimentos psicológicos com psicólogo voluntário. Através do endereço eletrônico: <https://www.rededeapoio psicologico.org.br/> o profissional de saúde preenche um formulário e através dele a plataforma vai procurar um psicólogo

que possa atender, e então, envia um e-mail para o profissional de saúde informando os dados do psicólogo para o mesmo fazer contato e agendar o atendimento.

IGT com você: o Instituto de Gestalt Terapia e Atendimento Familiar (IGT) disponibiliza apoio emocional a todos os profissionais da saúde e equipe administrativa hospitalar que estão ou não na linha de frente de combate ao covid-19, através de encontros que são realizados na modalidade on-line. O profissional interessado pode fazer a inscrição através do link: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScM1jFrlkxApKbPd5_958c70taFJ89a1z1Ok0P7hAgcF1VRrA/viewform

Psicanalistas on-line: a Sociedade Brasileira de Psicanálise da cidade do Rio de Janeiro (SCP RJ) está prestando atendimento emergencial gratuito, restrito ao período de isolamento social, aos profissionais de saúde em contato com a covid-19 através do telefone: (21) 99169-9923.

Telepan Saúde Medicina UFMG: Teleatendimento em saúde mental e em saúde geral



realizado pela equipe da Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais juntamente com seus parceiros e colaboradores voluntários para todos os trabalhadores da área da saúde **que estão na linha de frente da**

PANDEMIA 2020. Acesso à plataforma: www.medicina.ufmg.br/telepansaude

Acolhida Covid-19: é uma plataforma que oferece apoio psicológico com psicólogos voluntários para os profissionais que estão na linha de frente do combate a Covid-19. Os agendamentos são feitos neste link: <https://acolhida.reservio.com/>

Teleatendimentos para pessoas em luto pela covid-19:

Cuidado ao luto pela covid-19: é um programa de acolhimento para pessoas que perderam um ente querido para a covid-19. O acolhimento é realizado através do endereço eletrônico: <http://www.cuidadoaoluto.com.br/preciso-ajuda/> e pode ser realizado de forma individual ou grupal.



Proalu: é um programa de acolhimento ao luto do Departamento de Psiquiatria da UNIFESP que oferece acompanhamento emocional por meio de plataforma digital ou telefônica. Para agendamento é só mandar um e-mail, com nome e telefone, para acolheluto@gmail.com, a equipe entrará em contato e marcará o primeiro atendimento

Referências:

<https://www.acasafrida.com.br/>

<https://acolhida.reservio.com/>

<http://www.cuidadoaoluto.com.br/>

<http://www.igt.psc.br/site/index.php/67-igt-com-voce?highlight=WyJ2b2NcdTAwZWFiXQ==>

<https://missaocovid.com.br/paciente>

www.medicina.ufmg.br/telepansaude

<https://nutes.ufpe.br/coronavirus/>

<https://prefeitura.rio/cidade/prefeitura-lanca-a-telessaude-rio-central-de-consultas-medicadas-por-videoconferencia-e-amplia-acesso-a-saude-no-municipio/>

<https://saudevoluntaria.com.br/>

<https://sites.google.com/view/grupocreare/página-inicial>

<https://spcrj.org.br/>

<https://teatendimento.cejam.org.br/>

<https://www.rededeapoipsicologico.org.br/>