

CONFIRA NESTA EDIÇÃO:

- | | |
|---|---|
| 1. Oficina da Memória | 4. Saúde mental materna |
| 2. Atendimento nutricional na clínica Acolher Neuro | 5. Conheça o Grupo de Monitoramento da Gestante |
| 3. Fibromialgia e depressão | 6. Reajuste abaixo da média |

FUNDAFFEMG

Oficina da Memória promove o bem-estar mental



Um dos impactos do envelhecimento é o declínio da memória e do funcionamento da cognição. Em casos mais graves, ele é ocasionado por transtornos como Alzheimer, estresse, ansiedade e depressão. Para reduzir os danos, é importante que pessoas idosas estimulem o raciocínio, por meio de atividades cognitivas.

A FUNDAFFEMG realizou quatro encontros do grupo **Oficina da Memória** durante o mês de abril. As dinâmicas envolveram atividades que visam aprimorar a atenção, a concentração, a percepção, o raciocínio lógico e a memória. Foram aplicados exercícios de visualização, imaginação, expressão corporal e verbal, além da estimulação visuoespacial.

[Veja no site como foram os encontros do Oficina da Memória](#) e saiba como participar das próximas edições.



FUNDAFFEMG

Conheça o atendimento nutricional da clínica Acolher Neuro

Pessoas com Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e Transtorno do Espectro Autista (TEA) podem apresentar dificuldades alimentares, como seletividade, baixa aceitação de novos alimentos e hábitos restritivos. Para lidar com o desafio, o nutricionista é o profissional que elabora estratégias para ampliar a variedade de alimentos consumidos, corrigir deficiências nutricionais e melhorar a relação do indivíduo com a alimentação.

Para atuar no desenvolvimento nutricional, a clínica Acolher Neuro oferece atendimento humanizado e personalizado com nutricionista para atender às necessidades específicas das crianças de 0 a 18 anos com as neurodiversidades. O objetivo é garantir um acolhimento diferenciado, tanto para a criança quanto para a família, proporcionando conforto, orientação e suporte integral.

[Saiba mais sobre o atendimento nutricional da clínica Acolher Neuro.](#)

Para você

Como a fibromialgia afeta a saúde mental feminina

O mês de maio é voltado para a conscientização sobre a fibromialgia, uma síndrome reumática caracterizada por dores crônicas generalizadas e persistentes com duração de mais de três meses, principalmente em músculos e tendões. Apresentando maior incidência em mulheres, a enfermidade tem causas diversas que envolvem disfunção no sistema nervoso central, com influências genéticas, ambientais e psicológicas.

De acordo com a Sociedade Americana de Ansiedade e Depressão, cerca de 20% dos pacientes com dores crônicas desenvolvem depressão devido aos efeitos das dores, como prejuízo ao sono, limitação da qualidade de vida e impacto no desempenho das atividades do dia a dia.

[Confira como a fibromialgia impacta a saúde mental feminina.](#)

Para você

A saúde mental materna

A maternidade é um desafio diário e cada fase do desenvolvimento dos filhos é acompanhada por dúvidas e incertezas que impactam as mães emocionalmente. Muitas vezes, elas têm uma trajetória silenciosa e solitária em que surge o questionamento: quem cuida de quem cuida? Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), uma em cada cinco mulheres sofrerá um episódio de transtorno mental durante a gestação ou até um ano após o parto.

Para apoiar as futuras mães no desafio da maternidade, no dia 31 de maio será realizada mais uma edição do Curso Casal Grávido, em que serão abordados os cuidados na gestação, durante o parto e no pós-parto.

Confira o texto especial no site sobre a [saúde mental materna](#) e saiba como participar do curso.

FUNDAFFEMG

Reajuste abaixo da média, compromisso com a qualidade mantido!

Nos últimos anos, as operadoras de planos de saúde têm enfrentado desafios significativos, especialmente com o aumento dos custos assistenciais decorrentes da incorporação de novas tecnologias e da inclusão de medicamentos de alto custo, conforme definido pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS). Esses fatores impactam diretamente os reajustes aplicados no mercado, resultando em aumentos expressivos nas mensalidades dos planos.

Informamos que o valor da cota para o período de junho a agosto de 2025 será de R\$336,80. Reforçamos que, nesse período, a Diretoria, em conjunto com o Conselho Curador, decidiu não cobrar o fundo de reserva. Ressaltamos que essa medida não compromete a situação financeira atual da FUNDAFFEMG, que segue equilibrada, conforme os princípios de responsabilidade e gestão adotados.

Para você

Conheça o Grupo de Monitoramento da Gestante

Por meio deste Grupo, a FUNDAFFEMG oferece às suas beneficiárias gestantes um cuidado completo durante toda a gestação e nos três meses após o parto.

Para participar, a gestante conta com diversos benefícios, como isenção de coparticipação em consultas e exames do pré-natal; acesso ao Curso Casal Grávido, realizado semestralmente em um sábado, de forma presencial e remota; acompanhamento durante a internação e na alta hospitalar, caso necessário; além de visita domiciliar de uma enfermeira após o parto, para avaliação, orientações sobre amamentação e os primeiros cuidados com o recém-nascido.

Caso tenha interesse em participar, entre em contato com a Central de Atendimento:

Telefone/WhatsApp: (31) 2103-5858
E-mail: fundaffemg@fundaffemg.com.br

