

Método RECOMEÇO 90

Acompanhamento médico estruturado dos 90 dias após a alta hospitalar

Programa de transição de cuidado conduzido pela Dra. Claudia Cogo para pacientes que recebem alta de internações em UTI ou enfermaria, após sepse, pneumonia, AVC, infarto e grandes cirurgias. Estrutura a fase de maior risco de perda funcional e reinternação com equipe liderada pela Dra. Claudia (nutricionista, fisioterapeuta, educador físico e cuidador, quando necessário) e evolução medida por indicadores objetivos. Inclui suporte de homecare para desospitalização assistida, com conclusão domiciliar de antibioticoterapia venosa administrada e monitorada pela equipe. **Ao final dos 90 dias, o paciente retorna ao médico que o encaminhou.**

OITO FRENTES DE TRABALHO

- R** **Revisão clínica completa** e conciliação medicamentosa
- E** **Exercício e força funcional** com fisioterapia orientada
- C** **Correção nutricional** com readequação alimentar semanal
- O** **Organização do cuidado** e coordenação de especialistas
- M** **Monitoramento contínuo**, com visitas domiciliares conforme o plano
- E** **Equilíbrio cognitivo e emocional**: memória, sono, humor
- Ç** **Controle de riscos**: quedas, complicações, reinternação
- O** **Objetivos de vida** definidos com paciente e família

INDICADORES MEDIDOS AOS 0, 15, 30, 60 E 90 DIAS

- Velocidade de marcha e teste de sentar e levantar
- Força de preensão palmar e circunferência da panturrilha
- Independência funcional (escalas de Katz e Lawton)
- Número e adequação dos medicamentos em uso
- Quedas, intercorrências e idas ao pronto-socorro

PERFIL DE ENCAMINHAMENTO

- Alta hospitalar nos últimos 90 dias, de UTI ou enfermaria
- Adultos a partir dos 50 anos com perda funcional na internação
- Sarcopenia com perda de independência, mesmo sem internação recente
- Candidatos à desospitalização assistida, em alinhamento com a equipe hospitalar
- Indicação confirmada em avaliação individual

FLUXO DO PROGRAMA

ENTRADA

Avaliação ampliada

Pode começar ainda na internação. Avaliação Geriátrica Integral, indicadores de partida e plano individual. Relatório de entrada ao colega.

DIAS 15 • 30 • 60

Reavaliações

Indicadores comparados ao ponto de partida e ajuste do plano, no ritmo que o estado do paciente definir. Relatórios parciais de contrarreferência.

DIA 90

Alta do programa

Síntese da evolução e retorno ao médico de origem, com relatório final. Se a recuperação pedir, o acompanhamento segue além dos 90 dias.

COMPROMISSOS COM O COLEGA QUE ENCAMINHA

- **Contrarreferência garantida**: relatórios na entrada e a cada reavaliação
- **Retorno do paciente** ao encerrar o programa, sem exceção
- **Condutas preservadas**: ajustes sempre alinhados entre médicos
- **Canal direto** de médico para médico para discussão de casos

Dra. Claudia Cogo

Especialista em Clínica Médica • RQE 10497 • Medicina Intensiva • RQE 10498

Pós-graduada em Geriatria pelo Hospital Israelita Albert Einstein (SP) • CRM-ES 10090 • Vitória, ES

Discussão de casos: **(27) 99766-5757**
claudiacogogeriatra@gmail.com •
www.claudiacogo.com.br