



# Conheça o Check-up da Firjan SESI.

Tempo e saúde são  
preciosos demais.  
Por isso, reunimos os  
dois no mesmo serviço.



Saúde da **Firjan SESI**.  
Nosso maior bem é a vida.

**Firjan SESI**  




## Check-up da Firjan SESI: prevenção e saúde para você

Manter a saúde em dia é um verdadeiro desafio em meio a tantas tarefas da rotina diária. Muitas vezes, por falta de tempo para cuidarem de si mesmas, as pessoas acabam adiando algo tão importante.

O Check-up é um serviço exclusivo e diferenciado, com foco no cuidado à saúde e na prevenção de doenças.

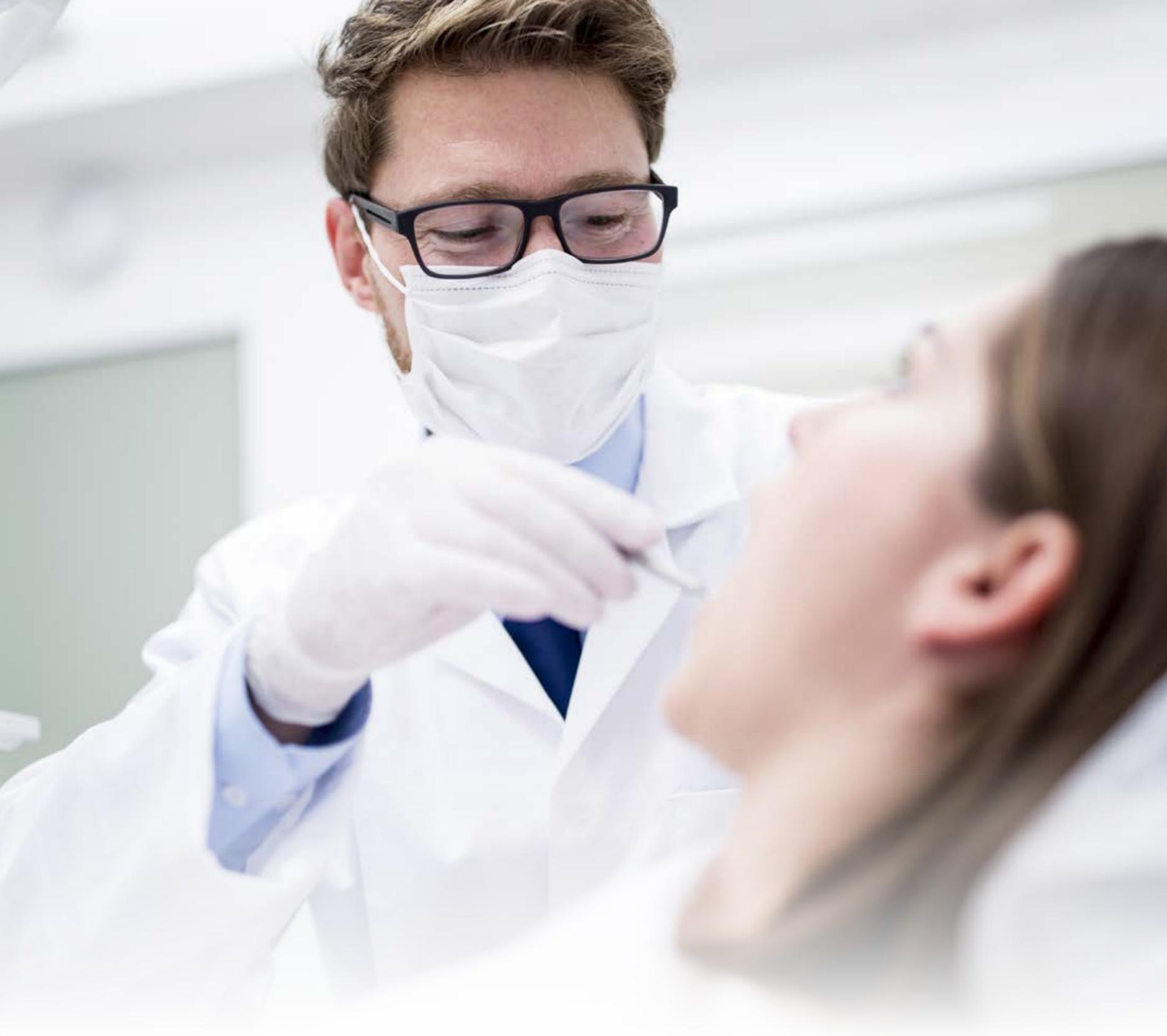
Foi pensado para pessoas como você, que desejam ganhar tempo e realizar uma avaliação de saúde completa, elaborada de forma sistêmica, personalizada e abrangente, de acordo com faixa etária, histórico pessoal, hábitos de vida e antecedentes familiares.

Com uma equipe médica e profissionais multidisciplinares qualificados, você será atendido em ambientes exclusivos para realizar consultas, avaliações, diagnósticos, exames e prevenção de patologias. Tudo isso no mesmo dia e no mesmo lugar, sem perda de tempo.



## Conheça nosso ambiente

- O Centro de Referência em Saúde e Segurança do Trabalho da Firjan SESI é um espaço completo de tecnologia e corpo técnico de excelência. Seu objetivo é levar soluções integradas, inovadoras e customizadas em SST para empresas.
- Localização estratégica e de fácil acesso, no coração empresarial do Rio de Janeiro (Centro/Cinelândia).
- Layout e dinâmica de atendimento que permitem exclusividade e privacidade na realização de exames e avaliações.
- Ambiente funcional, com café da manhã personalizado e balanceado.
- Especialidades médicas e equipe multidisciplinar com olhar integral para a saúde.
- Conveniência e praticidade: cabines individuais para troca de vestuário, guarda-volumes, kit higiene, sistema interno de TV, Wi-Fi, estacionamento conveniado e muito mais.



## A importância **de fazer** **o check-up**

- Detectar fatores de risco e doenças que possam comprometer o bem-estar futuro.
- Ganhar tempo e comodidade, com uma avaliação de saúde sistêmica e mais abrangente.
- Manter em dia a boa saúde, com base nas mudanças necessárias de estilo de vida, para ter maior longevidade, capacidade laboral e qualidade de vida.
- Realizar a autogestão da saúde.
- Manter boa disposição e vida saudável para uma carreira de sucesso.

- O check-up é realizado por meio de exames, avaliações e consultas para o diagnóstico precoce de doenças. Também conta com a apresentação de medidas e soluções para melhorar a saúde, qualidade de vida e prevenção.
- Todos os exames e atendimentos são realizados no mesmo local, em período único.
- Diferenciais que você encontra aqui:

Ultrassonografia de tireoide para ambos os gêneros

Audiometria

Consulta cardiológica integrada com o teste ergométrico

Sessão de Shiatsu

Consulta de Psicologia

Avaliação funcional do movimento

Avaliação odontológico

- Consulta de retorno para entrega completa do relatório de resultados realizado via telemedicina.

# Conheça os planos disponíveis

Para melhor atender suas necessidades específicas, o programa de Check-Up\* pode ser adquirido em três modelos.

## PLANO **BASIC**

O plano Basic, que avalia a saúde do indivíduo de maneira completa e personalizada, com indicação de exames e consultas de acordo com o gênero e a faixa etária.

### **BASIC MULHER 35+ E 40+**

Grade de exames:

- Hemograma Completo com contagem de plaquetas
- Glicemia
- Ácido úrico
- Colesterol total e frações
- Triglicérides
- Creatinina
- Ureia
- Hemoglobina glicada
- TSH
- FSH, LH e estradiol\*
- Provas de função hepática(TGO, TGP, transaminase, bilirrubina fosfatase alcalina, gama GT)
- ECG
- Teste ergométrico\*
- Sumário de urina
- Parasitológico de fezes
- Pesquisa de sangue oculto\*
- Consulta clínica médica
- Consulta ginecológica com preventivo
- Consulta oftalmológica com tonometria
- Ultrassonografia abdominal total
- Ultrassonografia mamária
- Ultrassonografia transvaginal
- Ultrassonografia de tireoide\*

\*Exclusivo 40+.

\*Ao optar pelo Programa de Check-Up Firjan SESI, você contrata um serviço com valor único, não sendo possível desmembrar o pacote escolhido, nem incluir ou excluir procedimentos sem solicitação e análise prévia.

# Conheça os planos disponíveis

## PLANO **BASIC**

O plano Basic, que avalia a saúde do indivíduo de maneira completa e personalizada, com indicação de exames e consultas de acordo com o gênero e a faixa etária.

### **BASIC HOMEM 35+ 40+ 45+**

Grade de exames:

- Hemograma completo com contagem de plaquetas
- Glicemia
- Ácido Úrico
- Colesterol total e Frações
- Triglicérides
- Creatinina
- Ureia
- Hemoglobina glicada
- TSH
- Provas de função hepática (TGO, TGP, transaminase, bilirrubina fosfatase alcalina, gama GT)
- PSA \*/\*\*
- ECG
- Teste ergométrico \*/\*\*
- Sumário de Urina
- Parasitológico de fezes
- Pesquisa de sangue oculto\*\*
- Consulta clínica médica
- Consulta urológica\*\*
- Consulta oftalmológica com tonometria
- Ultrassonografia abdominal total
- Ultrassonografia de próstata\*\*
- Ultrassonografia de tireoide\*\*

\*Exclusivo 40+

\*\*Exclusivo 45+

# Conheça os planos disponíveis

## PLANO **ESSENCIAL**

Avaliação completa da saúde pelas principais especialidades médicas na identificação de riscos.

Contempla os **exames laboratoriais, gráficos e de imagem**, com avaliações e consultas nas seguintes **especialidades de medicina**: clínica médica, cardiologia, oftalmologia, urologia e ginecologia.

## PLANO **PREMIUM**

Abordagem mais ampla, com saúde integrativa, potencializando a atuação na saúde preventiva, hábitos e fatores de risco.

Inclui todas as avaliações do Plano Essencial + as especialidades multidisciplinares para **promover a saúde e o estilo de vida**, a partir das avaliações de **nutrição, psicologia, educação física e odontologia**.

### Diferenciais Exclusivos do **Plano Premium**:

- Metodologia com abordagem do estilo de vida e dos fatores de risco, para uma melhor análise e efetividade em saúde preventiva.
- Atuação com visão da saúde integrada, realizada por especialidades médicas e multidisciplinares para promover a saúde.
- Avaliação odontológica.
- Perfil dos sintomas orgânicos alimentares.
- Avaliação Funcional do Movimento.

# O que está **incluso no check-up**

## Circuito de Exames (laboratoriais, gráficos e de imagem) e Avaliações

### **EXAMES LABORATORIAIS**

- Hemograma Completo
- Glicose
- Hemoglobina Glicosada
- Ureia
- Creatinina
- Ácido úrico
- Provas de função hepática
- Lipidograma
- TSH, T4 Livre
- EAS
- Proteína C Reativa
- PSA Total + livre
- Colpocitológico (Fem.)
- Parasitológico de fezes (EPF)
- Pesquisa de sangue oculto
- Anti - HBS
- Anti- HCV

### **SHIATSU**

- Relaxante sessão de Shiatsu

### **EXAMES GRÁFICOS E DE IMAGEM**

- Audiometria aérea e óssea
- RX de tórax (PA e perfil)
- Eletrocardiograma
- Teste ergométrico
- USG abdominal
- USG tireoide
- USG pélvica transvaginal (Fem.)
- USG de mamas (Fem.)
- USG de próstata

### **AVALIAÇÕES E ESPECIALIDADES**

- Avaliação Cardiológica
- Avaliação Clínica Completa
- Avaliação Ginecológica
- Avaliação Oftalmológica
- Avaliação da Composição Corporal
- Avaliação Psicológica\*
- Avaliação Funcional do Movimento com Profissional de Educação Física\*
- Avaliação Odontológica\*
- Avaliação Nutricional com perfil nutricional\*
- Avaliação Urológica para pacientes do sexo masculino

\*Exclusivo para Plano Premium.

## Entenda as etapas do atendimento



Receber ligação e realizar o agendamento.



Receber a confirmação com orientações de preparo.



Receber lembrete do agendamento com 48h de antecedência da data marcada.



Comparecer na data, horário e local agendado para o check-up, para realizar o circuito em até 5h30min com orientações durante as consultas.



Agendar o retorno, no próprio dia do check-up ou posteriormente, de forma on-line por meio de link disponibilizado, em até 30 dias.



Realizar consulta de telemedicina para receber os resultados. Clientes do plano Premium também contam com a teleconsulta de nutrição para a realização do plano alimentar.



Avaliar o serviço.

# Entenda o Circuito do check-up

1

## PRÉ-CHECK-UP

### Questionários Nutricionais On-line

Somente para plano premium

Etapa pré-check-up, com questionário que considera, o padrão de consumo alimentar, bem como os sinais e sintomas orgânicos relacionados a sua alimentação, tornando o check-up ainda mais customizado.

**Nutrição:** avaliação de consumo alimentar e sintomas orgânicos.

2

## CHECK-UP

Realizado no dia do agendamento

3

## PÓS-CHECK-UP

Consulta via telemedicina

Avaliação da consulta

Telenutrição\*

Consulta de telenutrição realizada pós-exames para definir melhor o plano alimentar para clientes do plano Premium.

Entrega dos resultados em uma semana, exceto os do preventivo feminino – colpocitológico

Duração: 20 min.

Serviços também disponíveis para empresas.

Para mais informações, consulte nossos analistas.

 (21) 99925-0363

\*Exclusivo para Plano Premium.



Saúde da **Firjan SESI**.  
Nosso maior bem é **a vida**.

**Firjan** SESI

