

Blog VIDA MEMORIAL: cuidando da qualidade da sua vida

Há apenas seis meses no ar, o Blog VIDA MEMORIAL já conta com 150 mil seguidores nas redes sociais do blog. Faz parte do projeto VIDA MEMORIAL, criado há 13 anos como um programa destinado aos clientes do plano de saúde MEMORIAL SAÚDE que sofrem de doenças crônicas e necessitam de acompanhamento médico contínuo. O Blog é uma ferramenta estratégica para comunicação com o público e levar informações de grande relevância sobre qualidade de vida, medicina preventiva, alimentação saudável e exercícios físicos, reforçando o posicionamento do **GRUPO MEMORIAL** que é disseminar práticas de vida saudáveis à população.

No site www.vidamemorial.com.br, o leitor encontrará conteúdo cuidadosamente elaborado. São vídeos, entrevistas, reportagens, histórias de pacientes e orientações para uma vida saudável. Dentre os temas abordados, podemos destacar: endometriose, câncer de mama, H1N1 x gripe normal, diabetes, longevidade, além de dicas de alimentação e exercícios físicos, entre outros.

Um dos vídeos mais acessados do blog, com mais de 27.800 visualizações, é sobre a dança sênior para a terceira idade, que além de divertido, apresenta os muitos benefícios que esta atividade pode trazer à saúde. Outro vídeo em destaque é sobre a importância da reeducação postural global, conhecida como RPG, terapia oferecida aos pacientes do MEMORIAL SAÚDE muito antes de a ANS determinar que seria obrigatória no ROL das terapias dos planos de Saúde.

Para a integrante do projeto Vida Memorial, Dalva Barbosa, a RPG foi a solução contra

as dores crônicas que ela sentia na coluna. "Eu dormia e acordava com muita dor, e o RPG me ajudou. Antes eu chorava de dor ao varrer um cômodo da minha casa e hoje não me sinto mais assim", relata.

"As principais queixas que chegam até a nossa equipe é a postura cifótica acentuada, que é o tronco inclinado para frente e isso traz desequilíbrios. Devido a essa má postura e endurecimento da cintura, quando a pessoa tropeça, ela acaba, na maioria das vezes, tendo quedas. A RPG além de tratar da correção postural, traz mais benefícios, inclusive para a mente, os pacientes ficam mais felizes, com autoestima, se sentem mais úteis e participam mais da vida familiar", detalha a fisioterapeuta do GRUPO MEMORIAL, Alzira Lima.

O diferencial do projeto VIDA MEMORIAL é o tratamento psicológico e nas atividades holísticas como: aula de canto, dança sênior, acupuntura, oficina da memória, entre outras ações, quebrando o paradigma dentro da atenção à saúde que sempre se baseou na medicina curativa.

"Acreditamos que o blog, é um canal de comunicação que tem beneficiado a população. O conteúdo disponibilizado impacta de forma positiva na melhora da qualidade de vida, reduzindo as chances futuras de doenças crônicas", explica o superintendente do Memorial Saúde, Dr. Pasquale Caruana.

