



PROGRAMA
PESO
SAUDÁVEL

 Fundação
Zerrenner | **ambev**



POR QUE FALAR SOBRE PESO E SAÚDE?

Falar sobre peso não é falar apenas sobre aparência. É falar sobre saúde, bem-estar, qualidade de vida e futuro. A obesidade é uma condição de saúde reconhecida mundialmente, que pode trazer impactos importantes para o corpo, para a mente e para a rotina diária das pessoas.

No dia a dia, o excesso de peso pode dificultar atividades simples, como caminhar, subir escadas ou dormir bem. Com o tempo, também pode aumentar o risco de desenvolver doenças como diabetes, pressão alta, problemas no coração e nas articulações.

Pensando nisso, a Fundação Zerrenner e a Ambev criaram o Programa Peso Saudável, uma iniciativa de cuidado e acolhimento, que oferece acompanhamento especializado para colaboradores que precisam de um suporte mais próximo para cuidar da saúde.



OBESIDADE NO MUNDO: UM DESAFIO DE TODOS

A obesidade se consolidou como um dos maiores desafios de saúde pública da atualidade. Em diferentes países e faixas etárias, o número de pessoas com excesso de peso e obesidade cresce de forma consistente, impactando diretamente a qualidade de vida e aumentando o risco de diversas doenças crônicas.

Esse cenário é resultado de uma combinação de fatores: mudanças profundas no padrão alimentar, aumento do sedentarismo, jornadas de trabalho extensas, altos níveis de estresse, pouco tempo dedicado ao autocuidado e ampla disponibilidade de alimentos ultraprocessados. Esses elementos, somados ao longo do tempo, criam um ambiente que favorece o ganho de peso e dificulta a manutenção de hábitos saudáveis.



A Organização Mundial da Saúde reforça que a obesidade não deve ser tratada como uma falha individual, mas como uma condição complexa, influenciada por fatores biológicos, sociais, econômicos e comportamentais. Por isso, seu enfrentamento exige abordagens contínuas, humanizadas e baseadas em acompanhamento profissional qualificado.

Diante desse contexto, cresce o reconhecimento do papel de empresas e instituições na promoção da saúde. Programas bem estruturados contribuem para oferecer informação confiável, suporte adequado e acompanhamento seguro, criando condições reais para mudanças sustentáveis e melhoria do bem-estar das pessoas.



OBESIDADE NO BRASIL: REALIDADE QUE PRECISA DE ATENÇÃO

No Brasil, a obesidade também vem aumentando ano após ano. Hoje, mais da metade da população adulta está acima do peso, e uma parte significativa já vive com obesidade. Isso significa que milhões de pessoas enfrentam desafios de saúde relacionados ao peso.

Muitas vezes, a obesidade se desenvolve aos poucos, sem que a pessoa perceba. Quando chega aos graus mais elevados, como a obesidade grave (IMC acima de 40), o cuidado precisa ser ainda mais próximo e especializado.

E foi pensando nisso, que a Fundação Zerrenner criou o Programa Peso Saudável, com o objetivo de oferecer acompanhamento contínuo, orientação e apoio para quem realmente precisa de um cuidado mais estruturado.





COMO A OBESIDADE PODE IMPACTAR A SUA VIDA

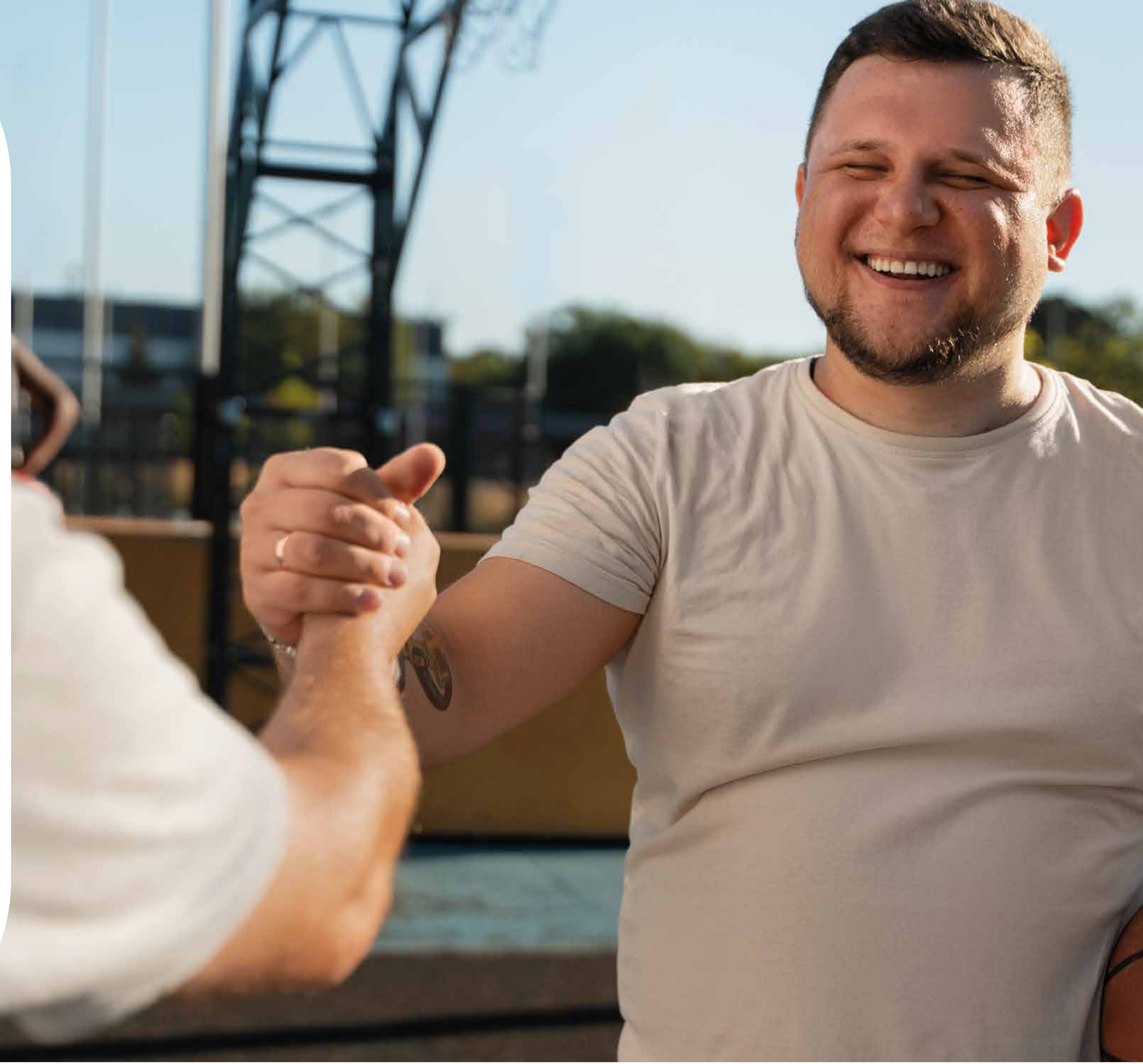
A obesidade pode afetar diferentes áreas da vida, como:

- Saúde física (dores, cansaço, falta de ar)
- Qualidade do sono
- Mobilidade e disposição
- Saúde emocional e autoestima
- Convívio social e profissional

Além disso, pessoas com obesidade grave costumam precisar realizar mais exames, consultas médicas e, em alguns casos, internações. Com acompanhamento adequado, muitos desses riscos podem ser reduzidos.

O objetivo do Programa Peso Saudável não é apenas a perda de peso, mas ajudar você a viver melhor, com mais saúde e segurança.

O PROJETO
DE SAÚDE
PESO SAUDÁVEL





O Programa Peso Saudável é um programa de cuidado em saúde criado para acompanhar colaboradores da Fundação Zerrener e da Ambev que apresentam IMC superior a 40 e possuem plano de saúde FAHZ ativo.

O programa oferece:

- Acompanhamento com nutricionista e médico endocrinologista
- Orientações personalizadas
- Monitoramento de exames
- Suporte contínuo com duração de até 1 ano
- Isenção de coparticipação do plano de saúde durante a participação

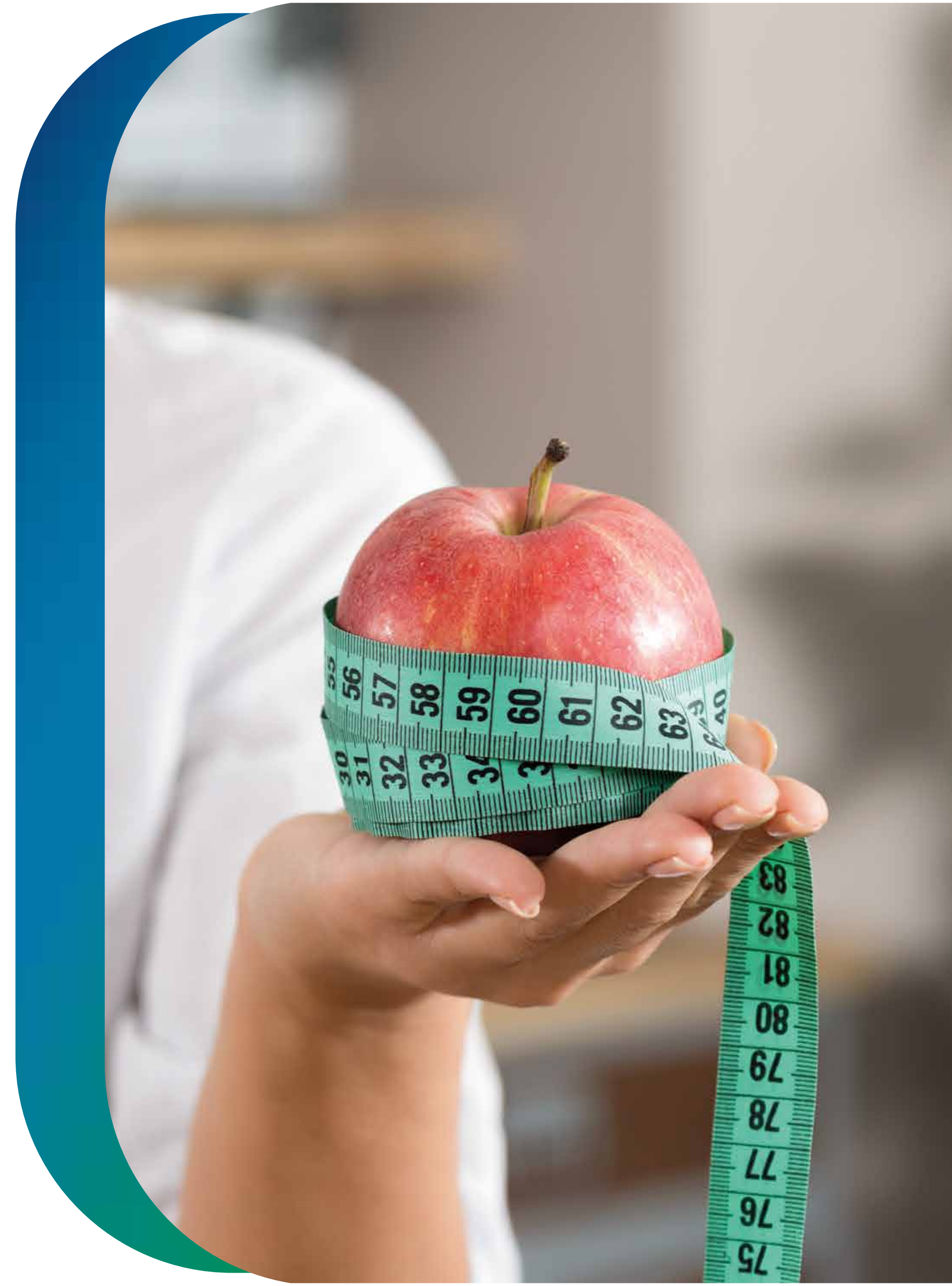
Tudo isso com foco em acolhimento, respeito e cuidado individualizado.

QUAL É O OBJETIVO DO PROGRAMA?

O principal objetivo do Programa Peso Saudável é cuidar da saúde do colaborador, oferecendo um acompanhamento organizado, seguro e de qualidade.

O programa busca:

- Apoiar a melhoria da saúde e da qualidade de vida
- Auxiliar o colaborador na perda de peso de forma saudável e segura
- Reduzir riscos associados à obesidade grave
- Orientar sobre hábitos alimentares mais saudáveis
- Acompanhar exames e evolução clínica
- Garantir um cuidado contínuo e bem estruturado





COMO O PROGRAMA FUNCIONA NA PRÁTICA?

O Programa Peso Saudável funciona de forma organizada para garantir que cada participante receba o acompanhamento adequado.

Após a inscrição e aprovação:

- O colaborador recebe orientações iniciais
- Passa a ser acompanhado por profissionais de saúde
- Realiza consultas e exames conforme orientação médica
- Tem suporte para dúvidas e necessidades ao longo do programa

Todo o acompanhamento é registrado em prontuário eletrônico, garantindo segurança e continuidade do cuidado.



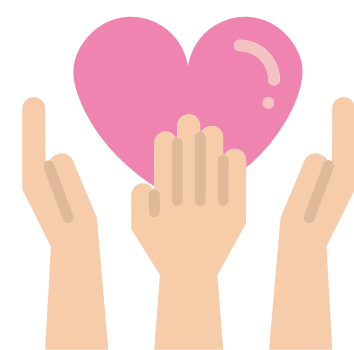
A EQUIPE DE SAÚDE E O SEU ACOMPANHAMENTO

A equipe técnica do Programa Peso Saudável é formada por profissionais que acompanham diretamente os participantes.

Eles são responsáveis por:

- Acompanhar sua evolução no programa
- Entrar em contato quando necessário para realizar o acompanhamento
- Orientar sobre exames, consultas e tratamento mais adequado as suas condições
- Ajudar em dúvidas sobre dieta, medicamentos e exames
- Informar o plano de saúde sobre isenção ou suspensão de coparticipação

Sempre que precisar, você poderá entrar em contato com a equipe para tirar dúvidas e pedir orientação.



QUEM PODE SE INSCREVER?

Podem participar do Programa Peso Saudável:

- Colaboradores da Fundação Zerrenner e da Ambev
- Com plano de saúde FAHZ ativo
- Que apresentem IMC superior a 40



TEMPO DE PERMANÊNCIA NO PROGRAMA

O tempo de participação no Programa Peso Saudável é de **até 1 ano**, contado a partir da aprovação da inscrição.

Durante esse período, você terá acompanhamento contínuo e suporte da equipe.



ISENÇÃO DE COPARTICIPAÇÃO: O QUE VOCÊ PRECISA SABER

Durante a participação no programa:

- Não será cobrada coparticipação do plano de saúde
- A isenção vale para SulAmérica e Unimed
- Exames feitos antes da inscrição continuam com coparticipação
- A isenção pode levar até 4 dias úteis para ser ativada

QUANDO O PARTICIPANTE PODE SAIR DO PROGRAMA

A saída do programa pode acontecer quando:

- O colaborador é desligado da empresa
- Há falta de aderência ao acompanhamento (não atende aos contatos da equipe, não envia os exames solicitados, má conduta/postura com os profissionais).
- O participante decide desistir



POR QUE O PROGRAMA É IMPORTANTE PARA VOCÊ





O Programa Peso Saudável existe para apoiar você em um momento importante da sua vida. Ele oferece:

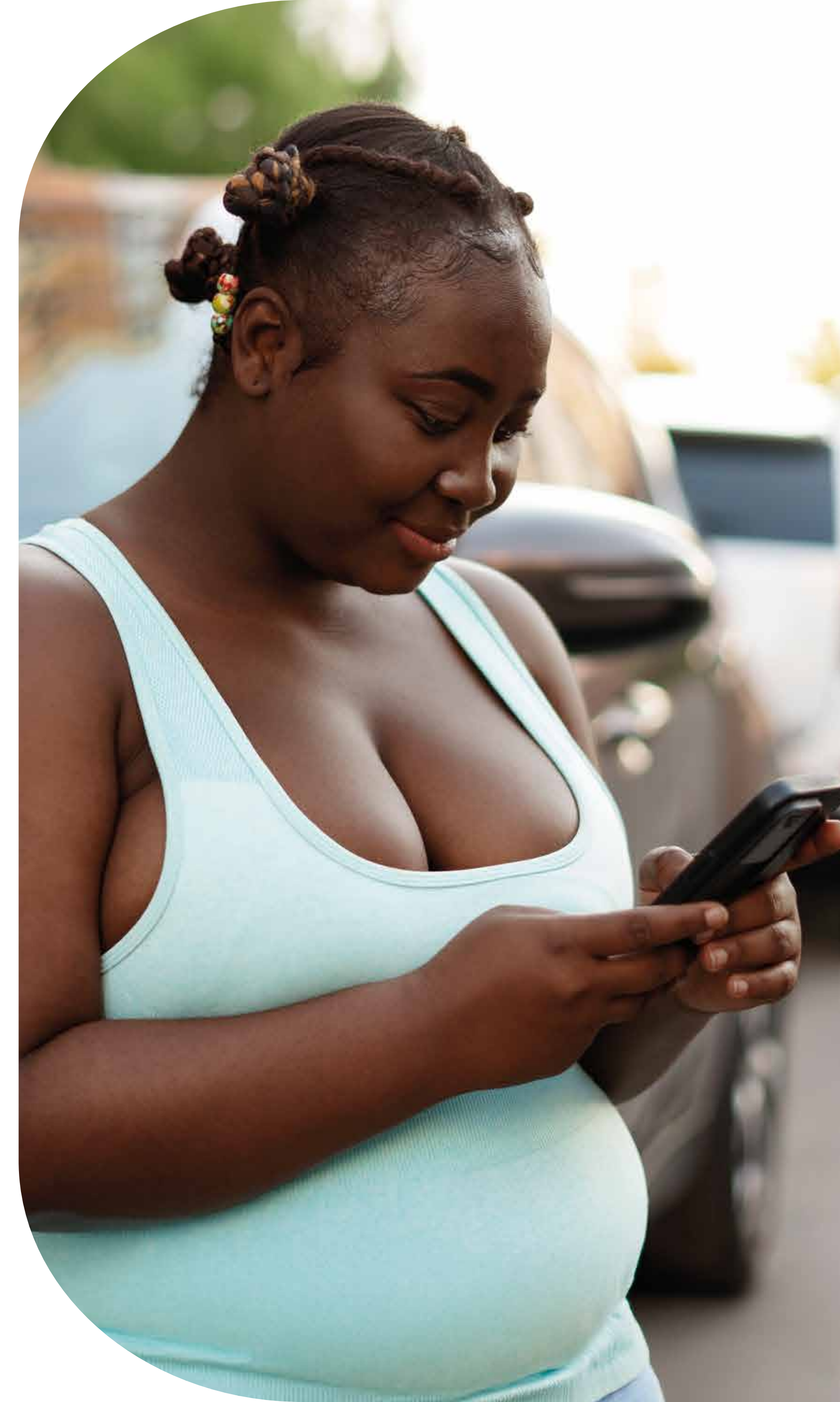
- Cuidado contínuo
- Profissionais especializados
- Apoio real e estruturado
- Redução de riscos à saúde
- Mais qualidade de vida



COMO SE INSCREVER NO PROGRAMA

Faça seu agendamento pelo
App Conecta FAHZ ou pelo **site**:

-  Acesse o **APP Conecta FAHZ**
OU
-  Pelo site **Conecta.fahz.com.br**
-  Clique em **Benefícios**
-  Clique em **Peso Saudável**





CONTATOS PARA SUPORTE:

@ E-mail: pesosaudavel@fahz.com.br

🌐 Fale conosco no site: pesosaudavel.fahz.com.br

Uma iniciativa:

