

Orientações para os Exames Médicos Periódicos de 2025

Leia atentamente todas as instruções a seguir.

1. **Convocação:** O servidor convocado para os exames médicos periódicos receberá uma notificação pelo aplicativo *Sou Gov*.
2. **Acesso ao App:** Entre no *Sou Gov*, acesse a seção *Minha Saúde* e clique em *Exame Periódico*. E selecione a cidade conforme sua lotação (NÃO é possível escolher outra cidade).

Servidores lotados em SANTA ROSA DO SUL e SOMBARIO devem escolher SANTA ROSA DO SUL.

Todos os exames serão realizados em Santa Rosa, exceto a mamografia para as mulheres a partir de 50 anos que será realizada em Criciúma.

3. **Opções de Resposta:** Você pode optar por *aceitar*, *recusar* ou *decidir mais tarde*. Caso aceite, você poderá acessar as guias de exames.
4. **Download das Guias:** Ao aceitar, faça o download das guias e agende os exames nas clínicas credenciadas indicadas no final das guias.
5. **Envio das Guias:** Cada guia corresponde a um exame específico. Envie a guia correspondente para a clínica para a realização do exame.
6. **Avaliação Clínica:** Após concluir **todos os exames**, agende a avaliação clínica na clínica credenciada mencionada na guia.
7. **Preenchimento da Anamnese:** Antes de ir para a avaliação clínica, entre novamente no *Sou Gov* e preencha a anamnese (perguntas sobre seus hábitos). Sem essa informação, o médico não poderá emitir o Atestado de Saúde Ocupacional (ASO). Essa parte é preenchida apenas no app, não é possível imprimir ou fazer download.
8. **Envio do ASO:** Após a avaliação, você receberá duas vias do ASO. Guarde uma via para você e digitalize a outra guia para enviar ao e-mail examesperiodicos@ifc.edu.br. No título do e-mail, escreva ASO -Nome do Servidor-Campus, por exemplo: ASO Maria de Fátima Silva Blumenau.
9. **Opção de Recusa ou Decisão Posterior:** Se optar por recusar ou decidir mais tarde, você pode revisar sua decisão em até 30 dias. No entanto, **o prazo final não será alterado**. Portanto, quanto antes decidir realizar os exames, mais tempo terá para concluir todas as etapas (realizar os exames, preencher a anamnese e **realizar** a avaliação clínica).

10. **Servidores Afastados:** Se você estiver afastado por motivo de licença saúde, capacitação, mestrado, doutorado ou férias, não será convocado. Caso retorne a tempo, envie um e-mail para examesperiodicos@ifc.edu.br para solicitar sua convocação. Indicando o nome completo e campus de lotação. Mas lembre-se que **o último dia para REALIZAR a avaliação clínica é o prazo final indicado na guia e também no app SOU GOV**, quando todos os exames e a anamnese já devem estar concluídos.
11. **Clínicas Credenciadas:** Em algumas cidades, as clínicas credenciadas podem subcontratar laboratórios. Nesse caso, entre em contato com a clínica via WhatsApp para iniciar o atendimento e, se for o caso, receber novas guias conforme os laboratórios e clínicas contratados.

Exames a serem realizados:

- **Todos os servidores:**
 - I. Avaliação clínica
 - II. Exames laboratoriais:
 - a) Hemograma completo
 - b) Glicemia
 - c) Urina tipo I (Elementos Anormais e Sedimentoscopia - EAS)
 - d) Creatinina
 - e) Colesterol total e triglicérides
 - f) AST (Transaminase Glutâmica Oxalacética - TGO)
 - g) ALT (Transaminase Glutâmica Pirúvica - TGP)
 - h) Citologia oncoética (Papanicolau), para mulheres
 - III. Para servidores com **mais de 45 anos**: Exame oftalmológico
 - IV. Para servidores com **mais de 50 anos**:
 - a) Pesquisa de sangue oculto nas fezes (método imunocromatográfico)
 - b) Mamografia, para mulheres
 - c) PSA, para homens
- O exame médico periódico cumpre o que estabelece o artigo 206 a da Lei nº 8.112, de 11 de dezembro de 1990, o Decreto nº 6.856, de 25 de maio de 2009, e a Portaria Normativa/SRH nº 4, de 15 de setembro de 2009.

Validade dos Exame que podem ser aproveitados:

- **Exames laboratoriais:** inferior a 6 meses.
- **Exames preventivos, mamografia, PSA, sangue oculto nas fezes e oftalmológicos:** 1 ano.

Orientações e Preparo para os Exames:

- Entre em contato com as clínicas credenciadas para verificar a necessidade de agendamento.
- **Exames de sangue:** Jejum de pelo menos 8 horas.
- **Exame de urina:** Coletar após realizar higiene íntima, desprezando o primeiro jato de urina e coletando o jato médio no frasco fornecido.
- **Exame de sangue oculto nas fezes:** Não é necessário jejum, mas evite álcool, carnes e leguminosas 48 horas antes do exame, além de suspender o uso de anti-inflamatórios e vitamina C.

Observações Finais:

- Os exames são gratuitos.
- Não são obrigatórios.

Tire suas Dúvidas:

- Para esclarecimentos, participe das sessões de dúvidas via Meet, conforme programação que será enviada por e-mail, ou envie questões à CGP de seu campus.

Lembre-se: O prazo final não será prorrogado, então, programe-se para iniciar os exames o quanto antes. **O prazo final (o qual aparece nas guias e no app SOU GOV) é o último dia para REALIZAR a avaliação clínica, e não apenas para realizar o agendamento da consulta.**

[Clique aqui](#) e conheça o passo a passo a ser executado.

[Clique aqui](#) e acesse mais informações.

Atenciosamente,
Equipe SIASS/IFC.