

PREVENÇÃO

Vacina contra o HPV ajuda a evitar doenças como Câncer do colo do útero

NÚMERO 100

Revista Unimed Rio Preto chega à centésima edição trazendo informações de qualidade



“ASSIM QUE ME SINTO”

Novo projeto do Instituto Unimed Rio Preto promove inclusão por meio da empatia e do esporte

somos
COOP

mamografia

Um cuidado que vale seu tempo.

O diagnóstico precoce aumenta as chances de cura do câncer de mama.

Tire um momento para se cuidar e realize sua mamografia na unidade

Boa Vista do Ultra-X.

WWW.ULTRAX.COM.BR

UNIDADE REDENTORA
R. CILA, 3033, REDENTORA

UNIDADE BOA VISTA
R. CAPITÃO JOSÉ VERDI, 1421, BOA VISTA

  [ultraxrp](#)



ULTRA-X

Medicina Diagnóstica

O DIAGNÓSTICO DA SUA VIDA.



SALTO
do Avanhandava

Construa a casa dos seus sonhos,
ainda em 2022, em um dos loteamentos
náuticos mais completos do Brasil

Rio Tietê

Portaria com
segurança
biométrica
24hs.

Piscina - Academia
Salão de festas

Lotes de
600m²
a **1.200m²**

Foto do local



Academia



Piscina



Quadras de tênis

Imagens meramente ilustrativas

Financiamento direto com a incorporadora em até 144 meses.



Restaurante do Píer
El Toro by KuKi Bonadio

Visite o plantão de vendas:
A 40 minutos de Rio Preto

Em frente à Rod. Assis Chateaubriand
KM 263 - Barbosa - SP

Realização:

Ferreira 25 anos
ferreiraengenharia.com.br

Escaneie o QR Code
e saiba mais



(18) 99642-8276
saltodoavanhandava.com.br

O Loteamento SALTO DO AVANHANDAVA encontra-se devidamente aprovado e com registro na matrícula 61.323 R.006 do CRI de Penápolis. O projeto da Marina e do Restaurante são empreendimentos apartados do loteamento e serão implantados posteriormente.



O mês de outubro é muito especial para a Unimed São José do Rio Preto e para todos os médicos do Brasil. No dia 18, celebramos o aniversário de 51 anos da cooperativa e também o Dia do Médico.

Uma data especial que nos orgulha muito por saber que estamos há tanto tempo junto aos nossos cooperados, clientes e toda a sociedade, valorizando o trabalho médico, garantindo a melhor experiência aos beneficiários e o bem-estar para a comunidade.

Coincidentemente nesse mês, chegamos à edição número 100 da Revista Viva Unimed. Projeto especial que nasceu com objetivo de levar informações de qualidade e com credibilidade à toda população.

Hoje, são impressos dez mil exemplares e distribuídos aos cooperados, muitos clientes, clínicas, hospitais, laboratórios e pontos de grande circulação na cidade. Além disso, as edições estão disponíveis também no site www.unimedriopreto.com.br de forma virtual, para que todos possam acessar.

Nessas 100 edições, trouxemos assuntos importantes relacionados à saúde, qualidade de vida e bem-estar. Sempre com fontes confiáveis e temas atuais. Tudo para manter nossos leitores bem informados e atualizados sobre os assuntos do momento.

Nesta edição, trazemos uma matéria especial sobre isso e também várias outras, como uma sobre a importância da vacinação contra o HPV e outra a respeito das campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul.

Todos terão também informações sobre a primeira Corrida de Inclusão do Instituto Unimed Rio Preto, que reuniu mais de mil atletas, amadores e profissionais, em um evento especial cujo objetivo foi promover e incentivar a inclusão por meio do esporte.

Não deixe de ler e compartilhar com seus amigos, vizinhos e parentes.

Uma ótima leitura a todos!

José Luis Crivellin

Presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto



Unimed S. J. Rio Preto
Av. Bady Bassitt, 3877 - Vila Imperial
CEP 15015 700 | Tel. 17 3202 1234

A Revista Viva Unimed é uma publicação da
Unimed São José do Rio Preto | SP
Ano XVI - nº100 | out | nov 2022

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Dr. José Luis Crivellin
Diretor Presidente

Dr. José Luis Esteves Francisco
Vice-presidente

Dr. Geovanne Furtado Souza
1º Tesoureiro

Dr. Atílio Maximino Fernandes
2º Tesoureiro

Dr. Gilmar Valdir Greque
1º Secretário

Dr. Luiz Sergio Ronchi
2º Secretário

Dr. Henrique Gandolfi
Diretor Educativo

CORPO GERENCIAL

Sergio Maciel da Silva
Diretor Geral de Operações

Ana Paula Kuba Ide
Diretora de Marketing e Vendas

Fulvio Rogério Garcia
Diretor Executivo de Saúde

João Luís Caron
Diretor Executivo de Operações Assistenciais

Sandro Augusto Goes
Diretor Executivo Administrativo Financeiro

PRODUÇÃO EDITORIAL

Comunic Comunicação Estratégica
Tel. 17 3201 7510

Jornalista Responsável
Elaine Madalhano

Coordenação de Jornalismo
Rodolfo Borduqui

Fotografia
Xavier Neto, Edvandro Ferreira,
Arquivo Comunic e
Elton Rodrigues

Departamento Comercial
Cláudia de Paula
Tel. 17 3201 7510 | 99775 3637

Projeto Gráfico e Diagramação
Ricardo Nardelli e Vinicius Razera

Impressão Fotogravura
Tiragem 10 mil exemplares

Fale Conosco:
elaine@comunic.com.br
comunicacao@unimedriopreto.com.br

Informações (portal/redes sociais)
www.unimedriopreto.com.br

@unimedsaososedoriopreto
/unimedriopreto



LABORCLIN
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS

A prevenção
salva vidas!
Se conheça, se ame,
se cuide!

HORÁRIO

SEG a SEX
06h às 18h
SÁB
06h às 12h

TELEFONE

17 3334.5555
17 99612.8436

RUA RIO PRETO, 3203
VILA REDENTORA
S. J. DO RIO PRETO/SP
15015-760

DR. DIMAS BECHARA - CRM 35941

CONVÊNIOS ATENDIDOS:



08. UNIMED

REGISTRO ELETRÔNICO DE SAÚDE BENEFICIA COOPERADOS E CLIENTES DA UNIMED RIO PRETO

10. COMPORTAMENTO

UNIMED RIO PRETO MANTÉM O CORAL UNIENCANTA COM CERCA DE 40 VOLUNTÁRIOS

12. SAÚDE

SAIBA MAIS SOBRE A IMPORTÂNCIA DAS CAMPANHAS OUTUBRO ROSA E NOVEMBRO AZUL

16. HISTÓRIA

REVISTA VIVA UNIMED CHEGA AO NÚMERO 100 TRAZENDO INFORMAÇÕES DE QUALIDADE

20. BEM-ESTAR

1ª CORRIDA DE INCLUSÃO REUNIU MAIS DE 1.100 ATLETAS EM SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

22. RECONHECIMENTO

UNIMED RIO PRETO É ELEITA UM DOS “LUGARES INCRÍVEIS PARA TRABALHAR” NO BRASIL

23. INOVAÇÃO

UNIMED RIO PRETO LANÇA CLUBE DE VANTAGENS EXCLUSIVO PARA COOPERADOS E CLIENTES

24. CUIDADOS

SERVIÇOS ADICIONAIS DA UNIMED PODEM SER CONTRATADOS JUNTOS AO PLANO DE SAÚDE

26. PREVENÇÃO

VACINAÇÃO CONTRA O HPV É EFICAZ PARA A PREVENÇÃO DE DOENÇAS CAUSADAS PELO VÍRUS



14. ESPORTE

PROJETO DO INSTITUTO UNIMED RIO PRETO PROMOVE A INCLUSÃO POR MEIO DA EMPATIA

28. TRABALHO

PROGRAMA TRAINEE OFERECE OPORTUNIDADES PROFISSIONAIS PARA RECÉM-FORMADOS

30. SAÚDE

SAIBA MAIS SOBRE A MONKEYPOX, DOENÇA VIRAL CONHECIDA COMO A “NOVA VARÍOLA”

31. CORPORATIVO

UNIMED RIO PRETO OFERECE SOLUÇÕES IDEAIS PARA EMPRESAS DE TODOS OS PORTES

LANÇAMENTO



MONREAL

by Tarraf

Perspectiva Ilustrada da Fachada

ENCONTRE A SUA NATUREZA,
ENCONTRE-SE NO MONREAL.

APARTAMENTOS

140 m² | **3** suítes | **2** vagas

VARANDAS DE FRENTE PARA A AVENIDA JK



AV. PRES. JUSCELINO KUBITSCHEK DE OLIVEIRA,
BAIRRO RECANTO REAL | (17) 99251 1100

ARQUITETURA:

RIVABEN

PAISAGISMO:

BurleMarx
ESCRITÓRIO DE PAISAGISMO

DECORAÇÃO:

**crisrina
barbara**
interiordesigner

REALIZAÇÃO:

TARRAF



Segurança e PRATICIDADE

Por Rodolfo Borduqui

REGISTRO ELETRÔNICO DE SAÚDE FACILITA E BENEFICIA COOPERADOS E CLIENTES UNIMED RIO PRETO

A Unimed São José do Rio Preto utiliza o Registro Eletrônico de Saúde (RES). Trata-se de uma plataforma capaz de armazenar e compartilhar informações médicas dos beneficiários como dados clínicos, resultados de exames, receitas e muito mais, tudo on-line e acessível em todo o País.

Na prática, isso permite que qualquer médico cooperado da Unimed pode acessar todo histórico de exames do paciente, onde quer que ele seja atendido, inclusive fora de Rio Preto. O RES é uma importante ferramenta que contribui para que os médicos possam garantir, com qualidade e segurança, a melhor experiência de cuidado aos seus pacientes.

Mas para isso, é preciso que todos os beneficiários autorizem a utilização desses dados pela cooperativa. Basta acessar o portal www.unimedriopreto.com.br, fazer o login, clicar em “Aceitar o RES”, ler os termos até o final e confirmar clicando no botão “Aderir ao RES”. É tudo muito rápido e simples.

O mesmo processo pode ser feito por meio do aplicativo da Unimed Rio Preto. Basta clicar no menu que fica no canto superior esquerdo, depois em “Minha Saúde” e, então, em “RES Aceito”. Ler os termos e clicar em “Aceitar”. Se você ainda não possui o aplicativo, faça a leitura do

QR Code ao lado para fazer o download, é totalmente gratuito.

Facilidade que beneficia também os médicos cooperados. Por meio do RES eles conseguem acessar os dados do paciente, evitando assim o pedido de exames que possam ter sido solicitados por outro médico recentemente, por exemplo, e ainda avaliar todo histórico de saúde, o que contribui para diagnósticos mais precisos.

“É muito importante que todos aceitem o RES, pois se trata de uma ferramenta fundamental que facilita o dia a dia, ajuda a evitar repetições de exames e ainda contribui para agilizar os atendimentos e a resolutividade dos casos. Por isso, não deixe de aceitar”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

Faça a leitura do QRCode abaixo e instale o app da Unimed Rio Preto





TAJARA
LABORATÓRIO

a n o s

Tajara. *Toda nossa confiança e muito mais conforto e praticidade em três unidades sempre que precisar.*

EM BREVE
NOVA UNIDADE NO
DAHMA



UNIDADE REDENTORA:
RUA CILA, 3092



UNIDADE VIVENDAS:
AVENIDA JOSÉ MUNIA, 7000



UNIDADE SHOPPING CIDADE NORTE:
ESTACIONAMENTO DO
SHOPPING CIDADE NORTE

☎ 17 2136.7900

Horário de funcionamento:

De segunda à sexta das 6h30 às 18h

Sábados das 6h30 às 12h

📷 laboratoriotajara

tajara.com.br



TAJARA
LABORATÓRIO



Dra Flávia Tajara Sinibaldi - CRM - 95039



MÚSICA:

uma aliada da saúde física e mental

Por Ana Balestrieri

UNIMED RIO PRETO MANTÉM CORAL UNIENCANTA COM CERCA DE 40 VOLUNTÁRIOS

Que a música é excelente para o corpo, alma e mente, isso já é do conhecimento de quase todo mundo. Ela é capaz de acalmar, estimular a memória, aliviar dores, além de ajudar na concentração, na memória, entre tantas outras coisas.

De acordo com estudos feitos por cientistas da Universidade de Oxford, na Inglaterra, cantar, principalmente em grupo, faz com que o corpo produza endorfina, substância que é responsável pela sensação de bem-estar, dá mais disposição, reduz o estresse, melhora a capacidade pulmonar, ativa o sistema circulatório, e muito mais.

Benefícios que os integrantes do Coral Uniencanta conhecem muito bem. Mantido pela Unimed São José do Rio Preto, o coro é formado por 40 integrantes que se apresentam em diversos locais da

cidade e região, como praças, shoppings, teatros e muito mais.

Totalmente voluntário, o grupo conta com clientes Unimed Rio Preto, colaboradores e pessoas da comunidade. O Uniencanta já esteve presente em dezenas de eventos, levando música e encantamento para milhares de pessoas.

“O objetivo do coral é oferecer música de qualidade aos mais diferentes públicos. Sabemos o quanto a cultura é fundamental para a formação humana e, infelizmente, muitas vezes as pessoas não têm condições de prestigiar um espetáculo. Por isso, as apresentações do Uniencanta são, na maioria das vezes, gratuitas e abertas à comunidade, assim como a participação. Todos podem assistir e cantar”, afirma o conselheiro e diretor Comercial e Marketing da Unimed Rio Preto, Atílio Maximino Fernandes.

“A música, além de cultura, também é saúde mental. Cuida e previne doenças do quadro emocional como depressão, ansiedade e outros. Ajuda na fixação da memória, sociabiliza os corallistas, reduz a timidez e eleva a autoestima. É uma forma da Unimed Rio Preto oferecer às pessoas qualidade de vida e cultura ao mesmo tempo”, ressalta o regente do Uniencanta, Gustavo Musa Lemes.

Para participar do coral, basta ter interesse e disponibilidade para os ensaios e apresentações. “Ele é aberto à sociedade. Acreditamos que todas as pessoas estão aptas para entrar no grupo”, completa Lemes.

Para a professora e artista plástica, Hipólita Raquel Cláudio Martin, o coral já faz parte da vida e da rotina. “Estou no Uniencanta há anos e percebo que a música já faz parte de mim e da minha família. Desde criança eu estudo música e estar no coral me dá alegria e esperança.

Além disso, fiz amizades que, até mesmo em tempos de pandemia, continuamos nos comunicando, inclusive de forma on-line”, explica a corallista.

Os ensaios são realizados sempre às segundas-feiras, às 19:30h, no auditório da Unimed Rio Preto, avenida Bady Bassitt, 3877, segundo andar. Para participar, basta enviar um e-mail para: sustentabilidade@unimedriopreto.com.br. Participe!

“Faz parte do nosso compromisso com a sustentabilidade promover cultura de qualidade. Quando o Uniencanta se apresenta, vai além de um espetáculo. É um exemplo para toda a sociedade, além de promover qualidade de vida e bem-estar a todos os voluntários participantes. Um projeto que nos orgulha muito”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.



UNIDADE DE CARDIOLOGIA

ECOCARDIOGRAMA / 3D / 4D

CINTILOGRAFIA

ECO TRANSESOFÁGICO

ELETROCARDIOGRAMA

ECO DE ESTRESSE FARMACOLÓGICO

ERGOMETRIA

ULTRASSOM DE CARÓTIDAS

HEMODINÂMICA

ULTRASSOM VASCULAR

HOLTER

MAPA

Dra. Gracia H. C. P. Thevenard - CRM. 44778

Dr. Sérgio Henrique Ledesma | Dr. Marcio Oliver Rocha Viana

FAX/PABX (17) 3211-4242 | 3211-4244

Centro de Diagnóstico da Beneficência Portuguesa

Rua Luiz Vaz de Camões, 3236 - CEP 15015-750 - São José do Rio Preto - SP

SONOCOR
Ultrassom Cardiovascular Ltda.

(17) 3231-8747

e-mail: sonocor@gmail.com



Eliane descobriu o câncer de mama por meio de um exame de rotina

OUTUBRO ROSA

e **NOVEMBRO AZUL**

Por Andrea Inocente

CONHEÇA A IMPORTÂNCIA DESSES MOVIMENTOS QUE INCENTIVAM A DETECÇÃO PRECOCE DO CÂNCER DE MAMA E PRÓSTATA

Por ano, no Brasil, são registrados 626 mil novos casos de câncer. Entre eles, o de mama e o de próstata, com 66.280 e 65.840 registros, respectivamente. São casos como o da farmacêutica Eliane Cristina de Toledo Galhardo, 47 anos, que, há quatro anos, em um mês de outubro, foi diagnosticada com câncer de mama.

“Fiz um autoexame de rotina, observei um caroço na mama esquerda, achei estranho, procurei meu médico. Foi pedida uma mamografia e o diagnóstico veio no mesmo dia. Passar pelo câncer de mama é enfrentar muitos monstros, é ter que lidar com pensamentos do tipo “Será que vou morrer?”, é ter que trabalhar a

autoestima e manter a vaidade apesar das mudanças na aparência, colocar em pauta todas as decisões tomadas em sua vida, refletir sobre o sentido de viver, reconstruir a fé e aprender a ser feliz em meio à tempestade”, lembra.

Para alertar sobre a necessidade de exames preventivos periódicos, são realizados, anualmente no Brasil, dois movimentos - Outubro Rosa e Novembro Azul - ações de intensificação em todo o País de orientações sobre prevenção e encaminhamento para exames de rotina, como a mamografia e o toque. O mesmo tipo de orientação é promovida pela Unimed Rio Preto em todas suas unidades locais e regionais.

Causas

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (INCA), um em cada três pacientes pode ser curado se a doença for descoberta logo no início. Casos de câncer de mama e próstata, por exemplo, se o tratamento for iniciado imediatamente, as chances de mortalidade pela doença diminuem.

Segundo a Sociedade Brasileira de Mastologia, diversos fatores podem aumentar as possibilidades de desenvolvimento de câncer de mama, como obesidade, sedentarismo, não ter tido filhos, histórico familiar. Porém, as chances aumentam com a idade, sendo mais comum após os 40 anos.

No caso do câncer de próstata, o risco cresce com o avançar da idade. No Brasil, a cada dez homens diagnosticados com

câncer de próstata, nove têm mais de 55 anos. Homens cujo pai ou irmão tiveram câncer de próstata antes dos 60 anos também estão predispostos a desenvolver a doença.

Para detectar o câncer de mama precocemente, mulheres, independentemente da idade, devem fazer o auto-exame de rotina e, a partir dos 40 anos, ir anualmente ao ginecologista para que sejam solicitados exames como a mamografia e o papanicolau. A maior parte dos cânceres de mama é descoberta pelas próprias mulheres. No caso dos homens, vale a mesma recomendação de procurar um médico para acompanhamento e exames específicos.

Sinais e sintomas do câncer de mama

- **Caroço (nódulo) endurecido, fixo e geralmente indolor**
- **Alterações no bico do peito (mamilo)**
- **Pequenos nódulos na região embaixo dos braços (axilas) ou no pescoço**
- **Saída espontânea de líquido de um dos mamilos**
- **Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja**

Sinais e sintomas do câncer de próstata

- **Dificuldade de urinar**
- **Demora em começar e terminar de urinar**
- **Sangue na urina**
- **Diminuição do jato de urina e necessidade de urinar mais vezes durante o dia ou à noite**



ASSIM QUE ME SINTO

Por Rodolfo Borduqui

PROJETO DO INSTITUTO UNIMED RIO PRETO PROMOVE A INCLUSÃO POR MEIO DA EMPATIA E DO ESPORTE

Praticar um esporte como a corrida, seja ela de longa ou curta distância, pode representar um grande desafio para muitas pessoas. Porém, se o atleta for um deficiente visual, as dificuldades certamente serão ainda maiores.

O trajeto a ser percorrido, as imperfeições no solo, a presença de outros atletas em volta, e até fatores como sol ou chuva, ficam ainda mais potencializados quando o atleta não pode contar com a visão. Pensando nisso, e com objetivo de promover a inclusão e estimular a empatia, o Instituto Unimed São José do Rio Preto criou o projeto “Assim que me sinto”.

Por meio dele, pessoas que não possuem deficiência visual podem ter a experiência de praticar corridas de rua com os olhos vendados e com ajuda de atletas guia. Dessa forma, eles conseguem

se colocar no lugar do outro para conhecer uma nova realidade e, depois, poder compartilhar a experiência e respeitar ainda mais os deficientes.

Para uma primeira experiência, o Instituto Unimed Rio Preto convidou 15 voluntários para participar. Eles passaram por um treinamento especial comandado pelo medalhista paralímpico Rafael Lazarini, atleta que já disputou algumas das principais competições do atletismo paraolímpico, como as Paralimpíadas Rio 2016, na modalidade atleta guia da competidora Terezinha Guilhermina.

“Nós realizamos uma vivência de como guiar um deficiente visual e ser guiado também. A ideia foi mostrar como o deficiente se sente durante uma prova e também no dia a dia. Uma forma de instruir e fazer com que todos passem a dar mais

valor à importância da acessibilidade”, afirma Lazarini.

Por meio de atividades e orientações, todos puderam começar a ter uma ideia do desafio que estaria por vir, a 1ª Corrida de Inclusão Instituto Unimed Rio Preto, realizada no mês de setembro. Um dos participantes do treino e da corrida foi o administrador de empresas Rodney Egidio Novaes.

“Ao colocar à venda e sair caminhando no primeiro dia de treino, logo pude perceber o quão difícil seria esse desafio. A impressão inicial é que iria tropeçar ou bater a cabeça em algo a todo o momento. Também demorei um pouco para estabelecer confiança no guia”, explica Novaes.

Para ele, a experiência foi incrível. “Pude sentir na pele um pouco das inúmeras dificuldades vivenciadas por pessoas que possuem deficiência visual. Me fez refletir e ensinou a dar valor à vida que tenho, bem como respeitar ainda mais as pessoas que possuem deficiências. Iniciativas como essa despertam olhar empático e respeitoso aos portadores de deficiência e nos motivam garantir que a inclusão aconteça de fato na prática”, ressalta o administrador.

Segundo o presidente do Instituto Unimed Rio Preto, Gilmar Valdir Greque, “para promover a inclusão, é muito importante que as pessoas se coloquem no lugar das outras. A empatia é fundamental neste processo. Só quando sentimos na pele o que o outro



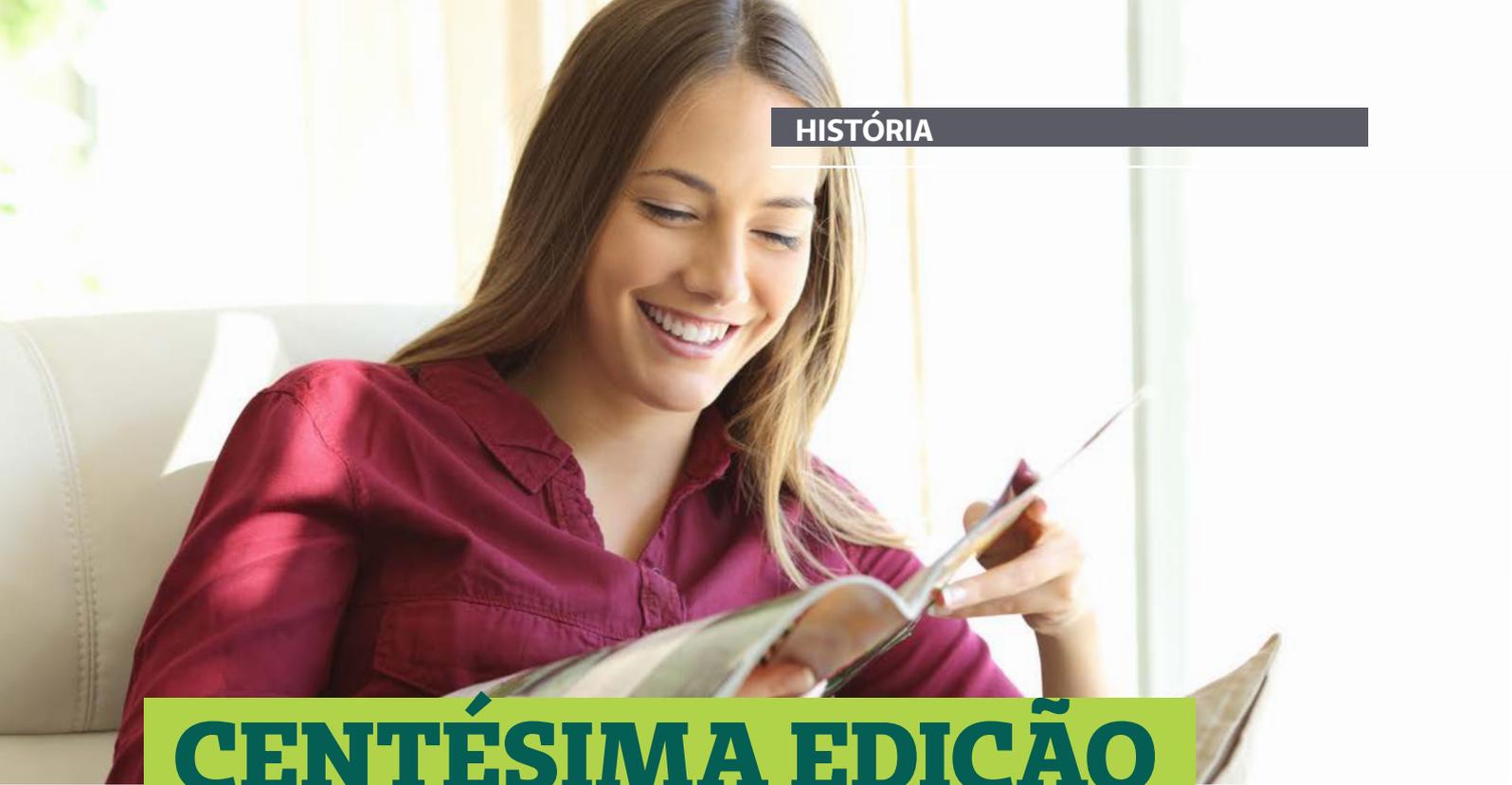
Rodney participou do projeto correndo vendado com a ajuda de um atleta guia

passa, quais as reais dificuldades, é que conseguimos nos mobilizar e realmente incluir. E é exatamente esse o propósito do “Como eu me sinto”. Essa foi apenas a primeira experiência de muitas que virão”, afirma Greque.

“Promover e incentivar a inclusão de pessoas com deficiência por meio do esporte é um dos mais nobres compromissos do Instituto Unimed Rio Preto. Projetos como esse são fundamentais para isso e reforçam a importância de promovermos, cada vez mais, iniciativas para que a toda a sociedade se conscientize a respeito do tema”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.



Integrantes do projeto participaram de uma oficina com o atleta Rafael Lazarini



CENTÉSIMA EDIÇÃO

Por Rodolfo Borduqui

REVISTA VIVA UNIMED CHEGA AO NÚMERO 100 TRAZENDO INFORMAÇÕES DE QUALIDADE A COOPERADOS, CLIENTES E POPULAÇÃO

No mês de fevereiro de 2006, começou a circular, em São José do Rio Preto, a Revista Viva Unimed. Uma publicação inovadora, com a chancela da Unimed Rio Preto, que tinha como objetivo levar aos cooperados, beneficiários e toda população, informações de qualidade sobre saúde, prevenção, bem-estar, comportamento, novidades sobre a cooperativa médica, alimentação, sustentabilidade, qualidade de vida, e muito mais.

Revista que chega, em outubro de 2022, à centésima edição, o que faz da Viva Unimed uma das mais duradouras publicações editoriais de todo Sistema Unimed e da região noroeste paulista. Bimestral, ela já foi lida por milhares de pessoas e distribuída em São José do Rio Preto para cooperados, clientes, além de clínicas, consultórios, laboratórios, hospitais, locais de grande circulação na cidade como conveniências, shoppings, entre outros.

Projeto que acompanhou o crescimento da Unimed Rio Preto. Quando foi lançada, em 2006, a cooperativa contava

com aproximadamente 130 mil clientes e 1.172 médicos cooperados. Hoje, são mais de 300 mil clientes e 1.600 médicos.

Além disso, a estrutura da Unimed aumentou consideravelmente nesse período. Atualmente, a empresa conta, além da sede administrativa, com o Complexo de Saúde Unimed, na avenida Bady Bassitt, Espaço Viver Bem, na avenida Clóvis Oger, Espaço Unimed #CuidarDeVC, no Plaza Avenida Shopping, além da Unimed Serviços e Pronto Atendimento em Olímpia.

Ao longo de 16 anos, a Revista Viva Unimed esteve presente na vida de milhares de pessoas, levando conhecimento e informações importantes, com absoluta credibilidade, fontes reconhecidas e temas atuais. Um trabalho fundamental que se tornou referência, inclusive para outras Unimeds e publicações locais.

“A comunicação sempre será um dos mais importantes pilares de uma empresa. E na Unimed Rio Preto não seria diferente. Por isso, a criação da revista foi um projeto acertado que, mesmo após 16 anos, continua atual e relevante para os cooperados,



História

O conjunto das 100 edições da Revista Viva Unimed ajuda a contar parte da história da cooperativa médica. Ao longo dos anos, as pautas sempre trouxeram não apenas informações sobre saúde, qualidade de vida e bem-estar, mas também fatos importantes para a Unimed Rio Preto, conquistas, inaugurações, premiações, entre outros.

Sem falar nas informações sobre o plano de saúde e benefícios que a Unimed Rio Preto oferece aos seus cooperados e beneficiários, como os serviços próprios, vacinas, inovações tecnológicas, novidades, eventos exclusivos, sustentabilidade, e muito mais. Um recorte histórico que revela o compromisso com a excelência, com a valorização dos cooperados e com a experiência dos clientes.

“A Revista Viva Unimed é mais do que um veículo de comunicação. Trata-se de um importante meio de informações da Unimed Rio Preto junto a todos os públicos que fazem parte da cooperativa. Fazemos questão de trazer temas da atualidade, respaldados por fontes de credibilidade. Tudo para oferecer uma leitura de qualidade que contribua com o bem-estar de todos. É um orgulho muito grande para nós chegarmos à centésima edição com olhos no futuro”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

beneficiários e toda população. Ela evoluiu com a cooperativa, tornou-se exemplo para o mercado editorial e sinônimo de credibilidade. Um retrato da excelência que é oferecida a todos pela Unimed Rio Preto”, afirma a jornalista responsável pela publicação, Elaine Madalhana.

Além da versão digital, que pode ser acessada no site www.unimedriopreto.com.br, são impressos dez mil exemplares para distribuição a todos os médicos cooperados, clínicas, hospitais, muitos clientes, entre outros.





Laboratório Unimed Rio Preto

***Atendimento para beneficiários
Unimed e particular.***

*Agilize seu atendimento com o check-in digital pelo
nosso site. Sem fila para um atendimento rápido e fácil.*



E muito mais benefícios para você!

- ★ *Alas infantis exclusivas*
- 🗑️ *Agendamento de coletas domiciliares via WhatsApp*
- ➔ *Fluxo de atendimento unidirecional*
- 🧪 *Exames genéticos e de alta complexidade*
- 🚗 *Estacionamento próprio*
- 💰 *Pagamento no cartão parcelado em até 10x*

🕒 Segunda a sexta, das 6h às 18h, e sábado, das 6h às 12h.

📍 Rua Antônio de Godoy, 4180 - Redentora

📞 17 99236-7397

🌐 unimedriopreto.com.br

Unimed 
S. J. do Rio Preto

ANS n.º 335100



1ª CORRIDA DE INCLUSÃO

Instituto Unimed Rio Preto

Por Rodolfo Borduqui

EVENTO SOLIDÁRIO TEVE 100% DO VALOR DAS INSCRIÇÕES REVERTIDO PARA IMPORTANTES PROJETOS DE INCLUSÃO

Um evento para promover a inclusão, incentivar a prática esportiva e a solidariedade. Assim foi a 1ª Corrida de Inclusão Instituto Unimed Rio Preto, realizada em setembro, com chegada e largada na praça José Gerosa (Praça do Vivendas), em São José do Rio Preto.

Com mais de 1.100 participantes, entre atletas profissionais e amadores, a prova teve percursos de 5km e 10km na modalidade corrida, 5km de caminhada e Corrida Kids. Além de total estrutura para os participantes, com uniforme, cronometragem, diversas tendas com massagem, hidratação, alimentação, entre outros, o evento teve várias atrações culturais espalhadas por todo o percurso, como o Coral Uniencanta e um DJ.

A prova contou também com a participação de 70 atletas com deficiência - física, visual ou intelectual - muitos

integrantes do projeto Pernas Solidárias, do Instituto Unimed Rio Preto. Durante todo o ano, eles participam das corridas de rua da cidade por meio do projeto, que custeia o valor das inscrições para incentivar o esporte



e promover a inclusão.

Todo valor arrecadado com as inscrições da 1ª Corrida de Inclusão Instituto Unimed Rio Preto foi revertido para os projetos “Reforma e ambientação da academia do Clube Amigo dos Deficientes - CAD” e “Pernas Solidárias”. O objetivo dessa doação foi proporcionar aos atletas a oportunidade de fazer uma ação social contribuindo com esses dois projetos, além de participar da prova.

“A corrida foi um evento muito importante. Além de praticar uma atividade física, os participantes puderam correr juntamente com atletas do projeto “Pernas Solidárias” e ainda fizeram uma ação social, uma vez que o valor das inscrições foi 100% revertido para projetos sociais”, explica o presidente do Instituto Unimed Rio Preto, Gilmar Valdir Greque.

Outra ação inovadora foi a realização, pela primeira vez, do projeto “É assim que me sinto”, do Instituto Unimed Rio Preto. 15 atletas, que não possuem deficiência visual, fizeram todo o percurso de 5km com os olhos vendados e com ajuda de um atleta guia. Iniciativa que foi aprovada e emocionou os participantes.

O evento contou também com show musical da banda Dona Encrenca, com a cantora Jaqueline Cardoso, apresentação de dança do grupo Up Down, formado por dançarinos com Síndrome de Down,

e outras ações recreativas, inclusive para crianças, como pula-pula e cama elástica.



Mais de 1.100 atletas participaram da corrida

“Foi uma manhã de inclusão e incentivo ao esporte. Sabemos o quanto ações como essa são fundamentais para promover uma inclusão efetiva. Não se trata de assistencialismo, mas de trabalharmos de forma constante para que as pessoas com deficiência se sintam integradas e participem de atividades juntamente com os demais. E foi exatamente essa a proposta do evento”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.



Corrida Kids reuniu crianças de todas as idades



Destaque

NACIONAL

Por Rodolfo Borduqui

UNIMED RIO PRETO É ELEITA UM DOS “LUGARES INCRÍVEIS PARA TRABALHAR” NO BRASIL

A Unimed São José do Rio Preto acaba de ser classificada, por mais um ano, como um dos “Lugares Incríveis para Trabalhar - 2022”, premiação do UOL em parceria com a Fundação Instituto de Administração (FIA). A pesquisa destacou as empresas brasileiras com os mais altos níveis de satisfação entre os colaboradores.

As organizações vencedoras do Prêmio Lugares Incríveis para Trabalhar - 2022 foram definidas a partir da pesquisa FIA Employee Experience (FEEx), da qual participaram anonimamente 188 mil funcionários de mais de 400 empresas - dessas, 140 alcançaram pontuação suficiente para serem consideradas lugares incríveis para se trabalhar.

“Estamos muito felizes por receber, mais uma vez, esse prêmio. Destacamos o protagonismo, a responsabilidade, o foco e a resiliência presentes em nossa cultura de desempenho & inovação e

enxergamos nossos valores refletidos nas equipes”, comenta Sérgio Maciel, diretor Geral da Unimed Rio Preto.

Dentre os pontos analisados, a Unimed Rio Preto se destacou em tópicos importantes como o trabalho que é realizado com relação ao desenvolvimento dos profissionais, à diversidade, excelência dos processos e às ações de inovação que foram implantadas no último ano. Fatores que se refletem diretamente na qualidade dos serviços prestados aos 1.600 médicos cooperados e mais de 300 mil clientes.

“Este resultado é muito importante, pois sabemos o quanto uma equipe que atua em acordo com os propósitos da empresa é capaz de proporcionar, tanto para garantir a excelência dos serviços prestados, quanto para a satisfação dos cooperados e clientes”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

BENEFÍCIOS

para todos

Por Rodolfo Borduqui

UNIMED RIO PRETO LANÇA CLUBE DE VANTAGENS EXCLUSIVO PARA COOPERADOS E CLIENTES

A Unimed São José do Rio Preto acaba de lançar o “Universo Unimed - Clube de Vantagens”. Por meio dele, médicos cooperados e todos os clientes da cooperativa médica poderão usufruir de descontos em vários estabelecimentos credenciados, como Casas Bahia, Petz, Centauro, Renner, Magalu, Netshoes, Dell, entre outros.

Os benefícios são divididos em categorias como: Comer e Beber; Compras; Conveniência; Cultura e Educação; Lazer e Diversão; Mundo Pet; Saúde e Bem-estar; Serviços; Viagem e Turismo. Todos estão disponíveis no site <https://unimedriopreto.clubevantagens.com.br/>. Para clientes, o login é o número da carteirinha; e para cooperados, o CRM. Para ambos a senha padrão é Unimed@123 (com ‘U’ maiúsculo).

Cada parceiro tem uma mecânica própria de benefícios. Em algumas lojas físicas, por exemplo, é necessário imprimir o cupom e apresentá-lo ao lojista no momento da compra. Nas lojas virtuais,

é preciso utilizar o código de desconto disponibilizado na descrição da oferta ou por meio dos links exclusivos. Os benefícios são atualizados constantemente, para oferecer ainda mais oportunidades a todos.

“É mais uma novidade que chega para garantir ainda mais vantagens para nossos cooperados e clientes, que já contavam com descontos exclusivos, como em farmácias das redes Droga Raia e Drogasil, em todo o País. O clube vem para ampliar esses benefícios”, afirma o presidente da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

Acesse o
Clube de
Vantagens
e garanta os
benefícios





Unimed Air é um dos produtos adicionais que podem ser adquiridos pelos clientes Unimed Rio Preto

Serviços Complementares

ADICIONAIS

Por Carlos Cristal

UNIMED RIO PRETO OFERECE DIVERSOS PRODUTOS QUE PODEM SER CONTRATADOS JUNTOS AO PLANO DE SAÚDE

Cuidar da saúde de maneira preventiva é algo fundamental para quem deseja ter uma vida longa e tranquila. Pensando nisso, além de planos com vantagens únicas e qualidade já reconhecida nacionalmente, a Unimed São José do Rio Preto oferece uma série de benefícios para você cuidar da sua saúde e da família, com opções e atendimentos mais abrangentes.

São os Serviços Complementares Adicionais, criados para proporcionar uma experiência ainda mais completa, com

praticidade, segurança e resolutividade que só os beneficiários Unimed Rio Preto podem contar.

São várias opções que garantem ainda mais proteção e tranquilidade aos clientes. Ao contratar um serviço complementar, a pessoa tem a certeza de que poderá contar com assistência de qualidade em casos específicos.

Conheça as vantagens de cada um deles, aproveite para solicitar informações e passe a ter um dia a dia com mais tranquilidade e qualidade de vida.

Acessórios Ortopédicos

AORT - Acessórios Ortopédicos

Os clientes têm acesso a mais de 350 itens em acessórios ortopédicos disponíveis e próteses para a reabilitação física. Entre eles estão andadores, botas, cadeiras de rodas, muletas, talas e outros.

Saúde na linha

Neste serviço, enfermeiros e médicos esclarecem dúvidas de saúde e auxiliam em situações de emergência por telefone. Essencial para assuntos como primeiros socorros, gravidez, cuidados básicos com filhos, doenças crônicas, preparo para exames e outros.



Unimed Air

Serviço de remoção aérea em UTI em casos nos quais o paciente não tenha disponível a estrutura necessária para atendimento na cidade onde está.

SOS Unimed

Disponibiliza atendimento domiciliar pré-hospitalar em urgência e emergência 24 horas, com ambulância equipada com UTI ou veículo de atendimento rápido.



Garantia Funeral

Serviço de assistência 24 horas que ampara os familiares dos beneficiários em caso de falecimento.

Além de adquiridos separadamente, os beneficiários também podem contratar mais de um Serviço por vez, com condições e descontos especiais. Confira as possibilidades:

Combo Segurança Unimed: formado pelos produtos AORT, Garantia Funeral e Saúde na Linha.

Combo Resgate Unimed: composto pelos produtos SOS Unimed e Unimed Air.

Para mais informações a respeito dos Serviços Complementares Adicionais e combos, basta entrar em contato por meio do WhatsApp (17) 99262-0600 ou pelo site www.unimedriopreto.com.br.



CUIDADO

com o HPV

Por Ana Balestrieri

VACINAÇÃO DESDE A INFÂNCIA É UM DOS MEIOS MAIS EFICAZES DE PREVENIR AS DOENÇAS CAUSADAS PELO VÍRUS

O Papiloma Vírus Humano (HPV) está entre as principais causas do câncer de colo uterino, um dos problemas que mais atingem a população feminina no Brasil, perdendo apenas para o câncer de mama, segundo dados do Instituto Nacional de Câncer (INCA). O vírus pode provocar lesões no colo do útero que, se não tratadas adequadamente, podem levar ao desenvolvimento do câncer.

De acordo com o INCA, existem mais de 200 tipos diferentes de HPVs, sendo que cerca de 40 deles podem infectar o trato ano-genital. Mas o problema pode ser prevenido de forma muito simples: com vacinação.

E para que ela seja ainda mais eficiente, o ideal é que as doses sejam

administradas principalmente em adolescentes, tanto homens quanto mulheres, que ainda não iniciaram a vida sexual, chegando à eficiência de até 100% nesses casos.

“A imunização contra o HPV previne infecções persistentes e lesões pré-cancerosas causadas pelos tipos de HPV 6, 11, 16 e 18. Também previne o câncer de colo do útero, da vulva, da vagina, do ânus e verrugas genitais (condiloma). É uma vacina inativada, portanto, totalmente segura e incapaz de causar a doença”, explica a enfermeira responsável pela Unidade de Vacinação da Unimed Rio Preto, Renata Appendino.

Indicada para mulheres de 9 a 45 anos e homens de 9 a 26 anos, a vacina funciona estimulando a produção de

anticorpos específicos para cada tipo de HPV. Para estar completamente protegido, são necessárias duas ou três doses da vacina, de acordo com a idade. Após a primeira, espera-se 60 dias para a aplicação da segunda dose e, depois de 180 dias da data da primeira, faz-se a terceira e última.

Prevenção

Fabiana Firetti procura se manter sempre informada sobre as vacinas que devem ser aplicadas na filha de 11 anos. Logo que soube da necessidade de imunizá-la contra o HPV, se preocupou em procurar uma unidade de vacinação para que ela recebesse a dose.

“Em momento algum houve preconceito, mas sim a preocupação de vacinar minha filha assim que ela tivesse idade para recebê-la. Pois é muito importante prevenir com relação às doenças sexualmente transmissíveis. O câncer é uma doença muitas vezes incurável. Então, o melhor é prevenir”, afirma Fabiana.

Onde tomar

Para se vacinar contra o HPV, basta ir até a Unidade de Vacinação da Unimed Rio Preto que fica no Espaço Unimed #CuidardeVC, primeiro piso do Plaza Avenida Shopping. O local é aberto a toda população e clientes Unimed Rio Preto têm descontos especiais no valor das doses. A vacinação também pode ser em domicílio. Para isso, será acrescentada uma pequena taxa.

Serviço

Unidade de Vacinação Unimed Rio Preto

Endereço: Av. José Munia 4775, primeiro piso Plaza Avenida Shopping.

Horário de funcionamento: Segunda à Sexta-feira, das 8h às 19h; Sábados, das 8h às 14h.

Telefone: (17) 3202-1112

WhatsApp: (17) 99282-8780

www.unimedriopreto.com.br

Fabiana fez questão de levar a filha para ser vacinada contra o HPV



Iago e Laura participaram do programa de trainee da Unimed Rio Preto



NOVOS TALENTOS

Por Bárbara Chiles

PROGRAMA TRAINEE OFERECE OPORTUNIDADE PROFISSIONAL PARA RECÉM-FORMADOS

Com mercado de trabalho cada vez mais concorrido, programas de estágio ou jovem aprendiz podem ser boas alternativas. Porém, eles são exclusivos para quem ainda está cursando uma universidade. Já para os recém-formados, os programas de trainees são uma ótima opção.

Trainee é o nome dado ao cargo oferecido pelas empresas aos jovens que participam do programa de

treinamento direcionado aos recém-formados. Por meio deles, as empresas costumam treinar esses profissionais para funções específicas internamente e, ao final do processo, eles podem ser efetivados ou não.

A Unimed Rio Preto é uma empresa que conta com um Programa de Trainee que oferece oportunidades para quem busca desenvolvimento e aprendizado. O processo seletivo é uma porta de entrada

Segundo o gerente de DHO, Felipe Marim, programas de trainee são uma oportunidade para recém-formados



de talentos, visando à formação de futuros líderes para a cooperativa.

Com duração de 18 meses, os trainees passam por diversas áreas da empresa. Eles realizam vivências, práticas no ambiente corporativo e participam do Programa de Desenvolvimento de Líderes para acelerar o desenvolvimento profissional.

“Ter um olhar diferente é muito importante para uma empresa que busca melhoria contínua e inovação. A visão desta geração recém-formada é fundamental para que nossa cooperativa se mantenha atualizada”, explica o gerente de Desenvolvimento Humano e Organizacional da Unimed Rio Preto, Felipe Marim.

Especialista em planejamento econômico financeiro e controlador da Unimed Rio Preto, Iago Borela Nunes, participou do programa em 2021 e foi efetivado. Ele passou por diversos processos como a avaliação do currículo, dinâmicas em grupo, envio de vídeo e apresentação de cases para a diretoria.

“Quando soube que seria efetivado, a sensação foi de dever cumprido. Foi um ótimo momento para refletir sobre

toda a trajetória percorrida, fazer um reconhecimento pela dedicação e esforço empreendidos e agradecer por toda a experiência vivida. Também foi um momento de refletir sobre os próximos passos com a certeza de que continuaria o trabalho que vinha sendo desenvolvido”, conta Nunes.

Quem está em busca dessa oportunidade também é Laura Caligaris Perim Morelli, engenheira de produção que está participando do programa este ano. Para ela, é uma experiência única para alcançar os objetivos profissionais.

“Como fazemos o job rotation, é possível ver a importância de cada área dentro da empresa, como elas se interligam entre si e o que pode ser melhorado em cada uma delas. E como o programa trainee é um acelerador de carreira, é possível alcançar posições mais altas na empresa rapidamente, o que, em um processo seletivo normal, não seria possível”, explica Laura.

Para quem se interessou pelo programa, basta ficar de olho no site www.unimedriopreto.com.br e se candidatar quando o próximo processo seletivo for aberto.



MONKEYPOX: a nova varíola

Por Andrea Inocente

SAIBA COMO A DOENÇA SE MANIFESTA, PREVENÇÃO, SINTOMAS E TRATAMENTO

Febre, erupções na pele, dores no corpo, cabeça e garganta. Esses são os sintomas básicos e mais característicos da Monkeypox, conhecida como a 'nova varíola'. A transmissão da doença, causada pelo vírus Monkeypox, do gênero Orthopoxvirus, ocorre por meio do contato com secreções respiratórias, lesões de pele de pessoas infectadas ou objetos recentemente contaminados.

Em São José do Rio Preto, até setembro, dez casos haviam sido registrados, todos em homens e com 100% dos pacientes curados. Em todo o País, segundo dados do Ministério da Saúde, são quase sete mil casos, em pelo menos 22 estados, com registro de óbitos em Minas Gerais e Rio de Janeiro.

“Temos registros de epidemias fora de regiões endêmicas, surtos localizados e espalhamento de casos em vários países e continentes”, explica o infectologista, Francisco Inaldo Mendes da Silva Junior.

Para não ser contaminado, segundo o especialista, existe um imunizante específico, ainda não disponível no Brasil, e medidas de higiene básicas, como lavar as mãos com frequência e usar máscaras.

“Lavar sempre as mãos com água e sabão, evitar colocá-las na boca, nariz e olhos sem higienização adequada e também utilizar máscara descartável, são os meios mais simples e eficazes de prevenção”, explica. O médico também orienta a evitar contato íntimo e sexual com pessoas que tenham lesões na pele ou sintomas da doença. “Vale também não compartilhar roupa de cama, toalhas, talheres, copos, e objetos pessoais”, orienta.

Sobre a vacina contra a nova variante da doença, o Ministério da Saúde diz ter negociado 50 mil doses que deverão ser aplicadas primeiramente em profissionais de saúde que lidam diariamente com amostras de infectados e pessoas que tiveram contato com portadores do vírus. Como são duas doses para imunização completa, apenas 25 mil pessoas deverão ser imunizadas no País.

O órgão também recebeu recentemente da Anvisa permissão emergencial para importação de um antiviral específico que deve ser utilizado em situações graves. Em caso de suspeita, o ideal é buscar atendimento médico.

Planos

EMPRESARIAIS

Por Carlos Cristal

UNIMED RIO PRETO OFERECE SOLUÇÕES IDEAIS PARA EMPRESAS DE TODOS OS PORTES

Um dos benefícios que colaboradores mais levam em conta na hora de optar por uma vaga de emprego é o plano de saúde. Essa busca por melhores atendimentos está atrelada ao grande número de pessoas insatisfeitas com a qualidade da saúde pública no País.

De acordo com dados de uma pesquisa do Ibope, 95% dos brasileiros consideram o plano de saúde fator decisivo no momento de escolher entre uma ou outra vaga de emprego. Além de influenciar na decisão entre as propostas, o plano de saúde já é o terceiro item mais desejado pela população, atrás apenas de educação e da casa própria.

Ciente da importância de ter produtos especiais que atendam a essa necessidade empresarial, a Unimed São José do Rio Preto disponibiliza soluções corporativas exclusivas para clientes de micro, pequenas e grandes empresas. Confira:

Unimed Company e PME Unimed

Planos coparticipativos em que o próprio empresário escolhe os valores de coparticipação, de acordo com as necessidades da empresa. Pode-se optar entre duas opções de mensalidade e

coparticipação, 30% ou 50% do valor do procedimento.

É definido também um teto por utilização e um limitador mensal no valor das faturas. Dessa forma, é possível planejar o orçamento com mais tranquilidade, sem surpresas no fim mês, pois o valor que exceder o teto será cobrado na fatura seguinte, sem adição de juros.

O PME Unimed é exclusivo para empresas com até 29 colaboradores e, por isso, oferece condições especiais para garantir a cobertura aos funcionários e proprietários. Já o Unimed Company é o plano perfeito para empresas de todos os portes.

“O plano corporativo é essencial para todos os empresários que querem garantir qualidade de vida e mais um benefício aos seus colaboradores. Temos a opção certa para todos, não importa o número de funcionários”, explica o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

Para mais informações a respeito das soluções corporativas da Unimed São José do Rio Preto, basta entrar em contato por meio do Whatsapp (17) 99262-0600 ou acesse o Canal de Vendas On-line vendas.unimedriopreto.com.br.



uniprimedobrasil.com.br

DEDICAÇÃO QUE AMPARA, TALENTO QUE COOPERA COM A VIDA

18 de outubro
Dia do Médico

A Uniprime do Brasil homenageia todos os médicos e médicas, que atuam com talento e dedicação sobre a maior riqueza que possuímos: **a saúde**. Para nós, é motivo de grande orgulho contar com a cooperação desses profissionais, que **inspiram e compõem a nossa cooperativa de crédito**, a maior do país com foco na área da saúde.

Feliz Dia do Médico!

 **Uniprime**
cooperativa de crédito


25
anos