

PREVENÇÃO

Nova vacina contra Herpes Zóster já está disponível na Unimed Rio Preto

1ª CORRIDA DE INCLUSÃO

Evento do Instituto Unimed Rio Preto será realizado no dia 18 de setembro

**PRATICIDADE
E CONFORTO**

Check-in on-line do Laboratório Unimed Rio Preto reduz ainda mais o tempo para a realização de exames

DIAGNÓSTICOS PRECISOS DESDE O INÍCIO DA VIDA.

Conte com equipamentos de alta tecnologia, atendimento humanizado e um corpo clínico especializado e reconhecido nacionalmente e internacionalmente em imagem pediátrica.

Entre em contato e conheça todos exames do **Ultra-X Kids**.

Ambiente
lúdico e
acolhedor.



ULTRA-X

Medicina Diagnóstica

Unidade Redentora
Rua Cila, 3033
São José do Rio Preto/SP

Unidade Boa Vista
Rua Capitão José Verdi, 1421
São José do Rio Preto/SP

(17) 4009-4444
(17) 99237-4000 
www.ultrax.com.br

RT: Dr. Antonio Soares Souza - CRM 30.349



**Loteamento náutico com taxas
atrativas de financiamento e
alto índice de valorização**

Imagem meramente ilustrativa

Rio Tietê

**Estrutura completa com
+ de 30 opções de lazer**

O Salto do Avanhandava une tranquilidade,
natureza e muito mais em uma localização
com fácil acesso e vias 100% asfaltadas.

Obras
6 meses
adiantadas

Invista agora

Com taxas de apenas 0,5% ao
mês e financiamento direto
com a incorporadora



Visite o plantão de vendas:
Em frente à Rodovia Assis
Chateaubriand KM 263
Barbosa - SP

 **(18) 99642-8276**
saltodoavanhandava.com.br

Realização:

Ferreira 
ferreiraengenharia.com.br

Escaneie o QR Code
e saiba mais



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.



Nosso objetivo é garantir sempre o melhor aos nossos 1.600 médicos cooperados e mais de 300 mil clientes. Por isso, em busca de facilidades e opções que ofereçam a melhor experiência, trazemos constantemente inovações para nos tornarmos, em breve, uma empresa 100% digital.

Nesta edição da Revista Viva Unimed, apresentamos algumas delas. A mais recente é o Check-in On-line do Laboratório Unimed Rio Preto. Por meio dele, conseguimos reduzir, ainda mais, o tempo que o cliente leva para fazer a coleta no nosso laboratório.

Isso porque, ao chegar no local com o pré-agendamento, o cliente já vai direto para a coleta e não precisa fazer o processo de cadastro e autorização de guia presencialmente junto às atendentes, pois isso já foi feito on-line.

Nesta mesma linha, oferecemos também a opção, no site da Unimed Rio Preto ou aplicativo exclusivo, da obtenção dos resultados desses exames de forma on-line. Tudo muito simples, intuitivo e prático.

Vale ressaltar que continuamos em pandemia e a covid-19 ainda é uma ameaça. Precisamos ficar atentos ao calendário vacinal. Isso é fundamental, não podemos permitir que a doença continue a fazer vítimas sabendo que temos a vacina à disposição.

Para isso, trazemos também uma matéria sobre a atual fase da campanha de vacinação em São José do Rio Preto. Nela, estão todas as informações necessárias e como você deve proceder para regularizar o seu esquema vacinal. Não deixe de ler.

E por falar em vacina, acabamos de disponibilizar na Unidade de Vacinação da Unimed Rio Preto uma nova vacina contra uma doença importante, a Herpes Zóster. Mais abrangente e indicada para pessoas com mais de 18 anos, ela protege contra a manifestação da doença que acomete indivíduos que já tiveram contato com o vírus da varicela um dia (catapora). Para mais informações, entre em contato pelo telefone (17) 3202-1112.

Nesta edição da Viva Unimed trazemos ainda diversas matérias de interesse de toda família que tratam de assuntos como comportamento, economia, saúde, esportes, prevenção, qualidade de vida e bem-estar. Não deixe de ler e compartilhar o conteúdo.

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 XV - nº99 | ago | set 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 Madalhan

Coordenação de Jornalismo
Rodolfo Borduqui

Fotografia
Xavier Neto, Edvandro Ferreira,
Arquivo Comunic e
SMCS/Prefeitura de Rio Preto

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

@unimedsaosjosedoriopreto
/unimedriopreto



Laboratório de confiança
para **toda a família**



LABORCLIN

EXAMES COM QUALIDADE

HORÁRIO
SEG A SEX
06H ÀS 18H
SÁB
06H ÀS 12H

TELEFONE
(17) 3334-5555
(17) 99612-8436

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

DR. DIMAS BECHARA - CRM 35941



7. TECNOLOGIA

CARTEIRINHA VIRTUAL FACILITA O DIA A DIA DOS CLIENTES DA UNIMED RIO PRETO

8. AMOR

CAMPANHA MUNDIAL AGOSTO DOURADO INCENTIVA A DOAÇÃO DE LEITE MATERNO

10. PREVENÇÃO

JÁ ESTÁ DISPONÍVEL NA UNIMED RIO PRETO A NOVA VACINA CONTRA HERPES ZÓSTER

12. PANDEMIA

CONFIRA A ATUAL FASE DA VACINAÇÃO CONTRA A COVID-19 EM SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

16. SAÚDE

MODA ENTRE OS JOVENS, CIGARRO ELETRÔNICO PODE SER MAIS NOCIVO DO QUE SE IMAGINA

20. CIDADANIA

1ª CORRIDA DE INCLUSÃO INSTITUTO UNIMED RIO PRETO SERÁ REALIZADA NO DIA 18 DE SETEMBRO

22. PRATICIDADE

CLIENTES UNIMED RIO PRETO PODEM ACESSAR RESULTADOS DE EXAMES SEM SAIR DE CASA

24. SOLIDARIEDADE

CAMPANHA DO AGASALHO DA UNIMED RIO PRETO BENEFICIOU VÁRIAS INSTITUIÇÕES DA CIDADE

26. BEM-ESTAR

RIO PRETO OFERECE DIVERSAS OPÇÕES GRÁTIS PARA QUEM QUER PRATICAR UMA ATIVIDADE FÍSICA



14. PRATICIDADE

CHECK-IN ANTECIPADO NO LABORATÓRIO UNIMED RIO PRETO REDUZ O TEMPO DAS COLETAS

28. NOVIDADE

NOVOS FORMATOS DE MEDICAMENTOS, COMO BALAS E DOCES, JÁ ESTÃO DISPONÍVEIS NO MERCADO

30. COMPORTAMENTO

COM O AUMENTO DO NÚMERO DE CICLISTAS, CRESCE TAMBÉM A PROCURA POR SEGURO PARA BICICLETAS

INOVAÇÃO

na palma da mão

Por Rodolfo Borduqui

CARTEIRINHA VIRTUAL FACILITA O DIA A DIA DOS CLIENTES DA UNIMED RIO PRETO

Foi-se o tempo em que era preciso andar com a carteira repleta de documentos pessoais. Hoje, vários deles já possuem as versões digitais que podem ser acessadas facilmente pelo smartphone. Carteira de motorista, documento do carro ou moto, título de eleitor, cartão de crédito, entre outros, estão disponíveis on-line, o que facilita muito.

Pensando nisso, na praticidade e para melhorar ainda mais a experiência do cliente, a Unimed Rio Preto também disponibiliza a versão digital da carteirinha do plano de saúde. Para utilizar é muito simples.

Basta baixar o aplicativo da Unimed Rio Preto gratuitamente na Apple Store (IOS) ou Play Store (Android) e fazer o login. Caso o paciente tenha esquecido o cartão em uma consulta ou para a realização de um exame, é só acessar a Carteirinha Virtual.

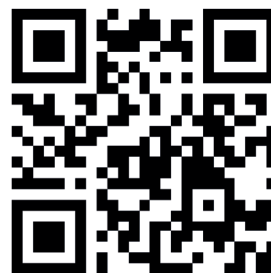
O aplicativo irá exibir a imagem do cartão e uma senha (token) que deverá ser apresentada à secretária, juntamente com um documento com foto. Mais uma facilidade que vem ao encontro da proposta da Unimed Rio Preto em se tornar uma empresa 100% digital.

“A principal vantagem é a comodidade em não ter que levar a carteirinha física sempre que for passar por atendimento. Isso facilita

muito a vida do cliente”, explica o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

No aplicativo, além da carteirinha virtual, os beneficiários podem ainda acessar o Guia Médico com geolocalização, o extrato de utilização do plano, histórico de boletos, verificar o informativo de Imposto de Renda, utilizar o chat de atendimento on-line para tirar dúvidas, realizar atualização cadastral, consultar resultados de exames laboratoriais e de imagem, histórico de atendimentos, entre outros recursos. Tudo de forma simples, intuitiva e extremamente prática.

Não deixe de baixar e instalar o app no seu smartphone. Para isso, basta fazer a leitura do QR Code abaixo ou acessar a loja de aplicativos do seu celular e buscar por Unimed São José do Rio Preto.





AMOR

Nathália é a favor da
amamentação e incentiva
outras mães

AGOSTO DOURADO

CAMPANHA MUNDIAL INCENTIVA A DOAÇÃO
DE LEITE MATERNO E O ALEITAMENTO

Por Ana Bárbara Chiles

Primero alimento ingerido pelo ser humano logo após o nascimento, o leite materno é fundamental e contém todos os nutrientes essenciais para o crescimento e o desenvolvimento do bebê. O Brasil possui a maior rede de doação de leite humano do mundo. São mais de 150 postos de coleta, mais de 200 bancos de leite, além das coletas domiciliares.

Porém, mesmo com tudo isso, de acordo com a Rede Brasileira de Banco de Leite Humano, atualmente, só é possível atender 60% da demanda de recém-nascidos internados em UTIs Neonatais. Por isso, e para incentivar a doação e o aleitamento materno, criou-se a campanha Agosto Dourado.

A cor foi designada pela OMS (Organização Mundial de Saúde), por simbolizar a luta pelo incentivo à amamentação. Ela está relacionada ao padrão ouro de qualidade do leite materno. No Brasil, agosto também é o “Mês do Aleitamento Materno”.

Em São José do Rio Preto, a campanha é realizada por diversas instituições. Uma delas é a Unimed Rio Preto que também possui parceria com o Banco de Leite Humano, serviço especializado que é administrado pela prefeitura, por meio da Secretaria de Saúde.



Todos os anos, a Unimed Rio Preto promove ações nas redes sociais e campanhas para incentivar não apenas a doação, mas o ato de amamentar, ressaltando a importância e os benefícios para os bebês e mães.

Além disso, a cooperativa ainda conta com o programa Beabá Bebê, com atendimento para mães beneficiárias com dificuldades no aleitamento materno e cuidados com a criança. O serviço existe há 23 anos e já assistiu, em média, mais de 26 mil mães.

“O objetivo do programa é acolher e acompanhar as mulheres do início da gestação até o 1º ano de vida do bebê. Prestamos serviço gratuito às clientes, com informações, esclarecimentos e vivências, aprimorando os cuidados com o bebê e estimulando o aleitamento materno”, ressalta a supervisora da Equipe Multidisciplinar da Unimed Rio Preto, Aline de Mendonça.

A maquiadora e empresária Nathália Marcondes Basílio, mãe da pequena Bella, de dois anos de idade, sabe bem a importância da amamentação. Desde o nascimento da filha, ela se deparou com alguns questionamentos vividos por toda mãe de primeira viagem e, agora, já está no processo de desmame.

“Eu sou muito a favor da amamentação, nós temos uma estrutura muito boa em Rio Preto, como o Banco de Leite, por exemplo. Existem muitas pessoas que estão de braços abertos para ajudar a tirar todas as dúvidas durante esse processo de descobertas”, conta a maquiadora.

Programa Beabá Bebê

Informações (17) 3202-1130

Banco de Leite Humano

Av. dos Estudantes, 1886 - Jardim Novo Aeroporto

Horário de funcionamento: das 08h às 16h

Telefone (17) 3214-3422



NOVA VACINA

contra Herpes Zóster

Por Rodolfo Borduqui

UNIMED RIO PRETO JÁ CONTA COM O NOVO IMUNIZANTE, QUE PODE SER TOMADO A PARTIR DOS 18 ANOS DE IDADE

Há pouco tempo, o cantor Justin Bieber chamou a atenção do mundo por conta da síndrome de Ramsay Hunt, que provocou a paralisção de parte do rosto do artista. Em um vídeo publicado nas redes sociais, ele explica que, por causa do problema, está com dificuldades com relação aos movimentos da boca e pálpebras.

Esta síndrome é causada pelo mesmo vírus que provoca a varicela (catapora). Em algum momento da vida, a pessoa que já teve contato com o vírus na infância ou fase adulta, pode desenvolver outros problemas, entre eles, a síndrome de Ramsay Hunt, que é mais rara, ou outra doença mais comum, a Herpes Zóster.

Estudos mostram que uma em cada três pessoas irá desenvolver a Herpes Zóster ao longo da vida, risco que aumenta ainda mais após os 50 anos e

entre os imunocomprometidos. Além disso, 99,5% dos adultos maiores de 40 anos já tiveram contato com o vírus da varicela durante a vida.

Popularmente conhecida como cobreiro, a doença se manifesta por meio de erupções avermelhadas e pequenas bolhas sobre a pele, em diferentes locais do corpo. Um dos efeitos mais temidos dessa doença é a dor neurálgica, que pode persistir mesmo após a recuperação das erupções cutâneas e se tornar crônica. O que muita gente não sabe é que existe vacina contra a Herpes Zóster.

Na Unidade de Vacinação da Unimed Rio Preto estão disponíveis dois tipos de vacinas. Uma delas, que acaba de chegar ao Brasil, é a Herpes Zóster (recombinante) Shingrix. Ela pode ser tomada por qualquer adulto com 18 anos de idade ou mais e o esquema vacinal é composto por duas



doses administradas com intervalo de dois a seis meses.

A outra é indicada apenas para pessoas com mais de 50 anos. As únicas restrições desse segundo tipo são de que portadores da doença não podem ter registrado manifestações nos últimos seis meses e ela não é indicada para indivíduos com problemas graves como câncer e HIV.

De acordo com a enfermeira responsável pela Unidade de Vacinação da Unimed Rio Preto, Renata Appendino, “além de seguras e eficientes, as vacinas ajudam a proteger contra a Herpes Zoster. Caso a pessoa tenha alguma dúvida, ela pode falar conosco que daremos todas as orientações”, afirma.

Para mais informações, basta entrar em contato pelo WhatsApp (17) 99282-8780 ou telefone (17) 3202-1112. A Unidade de Vacinação funciona de segunda à sexta-feira, das 8h às 19h, e aos sábados, das 8h às 14h.



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





VACINAÇÃO

contra a covid-19

Por Rodolfo Borduqui

CONFIRA A ATUAL FASE DA VACINAÇÃO EM RIO PRETO E
MANTENHA SUA CARTEIRA EM DIA

Ao contrário do que muitos pensam, a pandemia de covid-19 ainda não acabou. O avanço da vacinação e a imunização de boa parte da população traz uma falsa sensação de que a doença não é mais um grande problema, uma vez que os casos estão se tornando menos graves.

O que não se pode esquecer, é que isso só foi possível por conta da vacina e da adesão em massa da população brasileira. Mas não é hora de se descuidar e prejudicar esse avanço tão importante. Somente com o maior número de pessoas com a quantidade certa de doses, será possível

voltar, cada dia mais, ao normal.

Hoje, São José do Rio Preto oferece vacinação para praticamente todas as faixas etárias. Confira a atual fase que é realizada pela Secretaria da Saúde e não deixe de tomar todas as doses recomendadas para a sua idade. Juntos, podemos avançar no combate a essa doença. E não deixe de continuar se protegendo higienizando sempre as mãos, evitando aglomerações e usando a máscara em locais fechados ou muito movimentados. Mesmo não sendo obrigatório, o uso ainda é recomendado.

Crianças de 3 e 4 anos com comorbidades e/ou deficiência

Os pais ou responsáveis podem deixar o contato em uma das seis unidades de saúde que estão aplicando a vacina Coronavac (UBS Central; Estoril; Jaguaré; São Deocleciano; Santo Antônio; e Vetorazzo), para receber o imunizante com doses remanescentes. É necessário apresentar documentos pessoais e atestado que comprove a comorbidade.

Crianças de 5 a 11 anos

Pais e responsáveis devem comparecer às UBSs com os documentos pessoais da criança além de comprovante de residência de Rio Preto. As unidades solicitam que os pais preencham o termo de assentimento para fins de registro dos dados no Sistema VacíVida.

Pessoas com idade acima de 12 anos

Primeira dose:

Basta apresentar documento pessoal com foto, CPF e comprovante de residência de Rio Preto em uma UBS da cidade.

Segunda dose:

- ***AstraZeneca** - intervalo de 56 dias entre doses.
- ***Coronavac** - intervalo de 28 dias.
- ***Janssen** - intervalo de 61 dias.
- ***Pfizer** - o intervalo entre doses é:
 - 3 semanas ou 21 dias para adultos (18 anos ou mais);
 - 8 semanas ou 56 dias para adolescentes (12 a 17 anos).

Terceira dose:

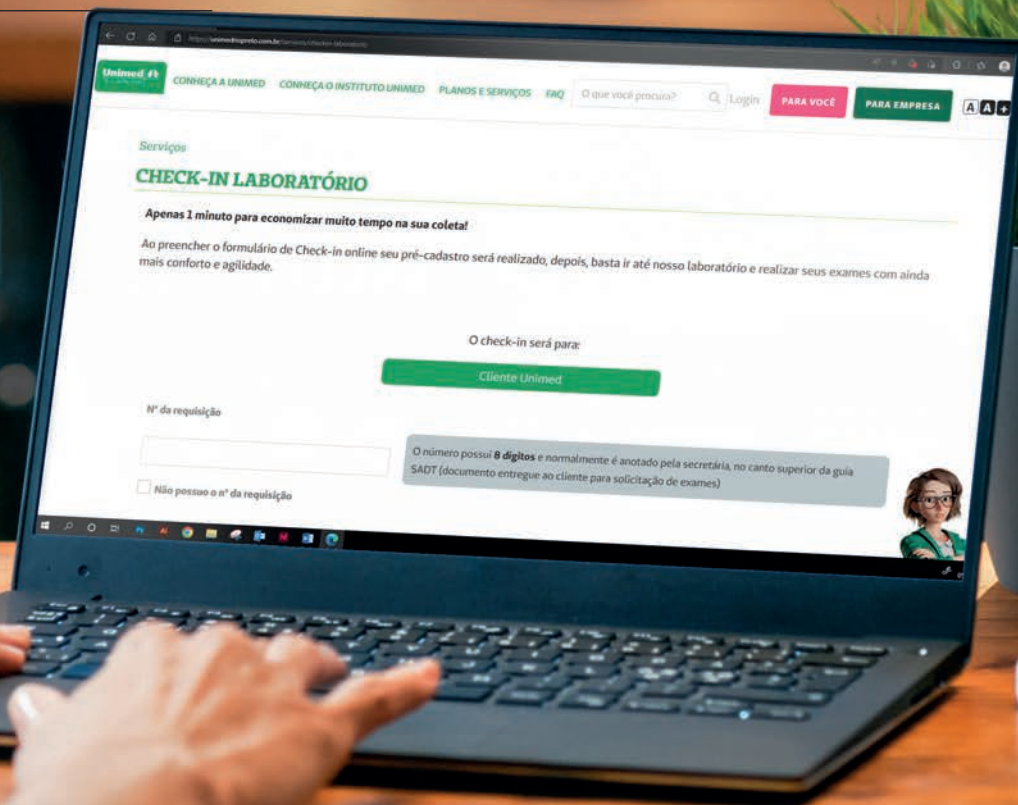
*Adolescentes e Adultos (12+):
122 dias após o recebimento da segunda dose.

*Adultos com alto grau de imunossupressão: 28 dias após o recebimento da segunda dose e após 122 dias da primeira dose adicional.

Quarta dose:

População com 35 anos ou mais e Trabalhadores da Saúde:
122 dias após o recebimento da terceira dose.

Para mais informações acesse o site
<https://www.riopreto.sp.gov.br/coronavirus>.



Mais

PRATICIDADE

Por Rodolfo Borduqui

CHECK-IN ANTECIPADO NO LABORATÓRIO UNIMED RIO PRETO REDUZ O TEMPO PARA A REALIZAÇÃO DAS COLETAS

A Unimed São José do Rio Preto acaba de inaugurar um novo Laboratório na cidade. Localizado na rua Antônio de Godoy, 4180, ele oferece mais de 1.500 tipos de exames laboratoriais e diferenciais que facilitam muito para quem precisa utilizar o serviço.

Um deles é o Check-In do Laboratório Unimed Rio Preto. Trata-se de uma funcionalidade cujo objetivo é agilizar ainda mais o atendimento ao beneficiário no processo de coleta. Isso contribui para melhorar a experiência do paciente e garantir a satisfação.

O processo é muito simples. Ao saber que precisa fazer algum tipo de exame laboratorial, basta que o cliente acesse o site www.unimedriopreto.com.br/servicos/checkin-laboratorio.

Depois, ele deve preencher o campo com o número da requisição da guia ou o número do CPF. Em seguida, selecionar o local que prefere fazer a coleta, a data desejada e anexar uma foto da guia.

Fazendo isso, ao chegar no laboratório no dia marcado, o cliente não precisa passar pelo processo de triagem junto à recepção. Ele já é direcionado diretamente para a coleta, reduzindo ainda mais o tempo de todo processo.

O Laboratório Unimed Rio Preto funciona de segunda-feira à sexta-feira, das 6h às 18h, e aos sábados, das 6h às 12h. Estão disponíveis diversos tipos de exames como: bioquímicos; imunológicos; hormonais; hematológicos; parasitológicos; microbiológicos; autoimunidade; uroanálise; e genéticos de alta complexidade.

São facilidades que garantem agilidade no atendimento e redução de prazo de liberação de resultados e laudos. O Laboratório Unimed Rio Preto é aberto a toda população e mais informações podem ser obtidas por meio do WhatsApp (17) 99236-7397.

“Nossa meta é oferecer a todos um serviço de excelência que contribua para melhorar ainda mais a experiência dos clientes e de toda população. O Check-in On-line é mais uma facilidade que se junta, por exemplo, ao fluxo inteligente do laboratório. Tudo para facilitar e reduzir, cada vez mais, o tempo de espera, a realização dos exames e a satisfação de todos”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

O novo Laboratório possui espaço infantil exclusivo com recepção própria, salas diferenciadas e personalizadas para atendimento de recém-nascidos a adolescentes. Aos adultos são oferecidas salas de coleta modernas com os melhores profissionais e equipamentos de ponta, inclusive sala para coleta de exames com período prolongado, locais de coletas especiais para homens e mulheres, além

de espaço exclusivo para desjejum e amplo estacionamento próprio.

Coletas externas

Além do novo Laboratório, a Unimed Rio Preto continua disponibilizando diferentes pontos de coleta de exames. Em Rio Preto isso pode ser realizado no Complexo de Saúde Unimed, avenida Bady Bassitt, 4.870; Espaço Unimed #cuidardevc, Plaza Avenida Shopping - 1º Piso; e Espaço Viver Bem, avenida Clóvis Oger, 900. Em Olímpia, a coleta pode ser realizada na Unimed Serviços; praça Altino Arantes, 8.

O Laboratório Unimed Rio Preto oferece também serviço de coleta em domicílio. Basta agendar o dia e horário via Whatsapp (17) 99236-7397 e (17) 3202-1209 que uma equipe especializada irá até o local para a coleta. Será cobrada apenas uma pequena taxa extra referente ao deslocamento. Este serviço está disponível de segunda-feira a sábado, das 7h às 11h.

O Laboratório Unimed fica na
rua Antônio de Godoy, 4180



Os perigos do

CIGARRO ELETRÔNICO

Por Carlos Cristal

MODA ENTRE OS JOVENS, USO DO DISPOSITIVO PODE SER MUITO MAIS NOCIVO DO QUE SE IMAGINA

Os cigarros eletrônicos, conhecidos também como “vapes”, “pods” ou “pen drives”, têm elevado o consumo de tabaco entre a população jovem. O principal argumento, é um falso discurso de serem menos nocivos do que os cigarros convencionais ou servirem como terapia alternativa para parar de fumar.

A Comissão de Tabagismo da Sociedade Brasileira de Pneumologia, porém, desmente essas informações e reforça que esses dispositivos causam dependência e podem provocar diversas doenças, especialmente respiratórias, cardiovasculares e até câncer.

De acordo com pesquisa recente de uma universidade dos Estados Unidos, os aerossóis produzidos pelos dispositivos eletrônicos contêm mais de duas mil substâncias perigosas à saúde e outras milhares ainda desconhecidas não divulgadas pelos fabricantes.

Segundo o médico e coordenador da Comissão Científica de Tabagismo da Sociedade Brasileira de Pneumologia, Paulo César Corrêa, a chegada destes dispositivos ao Brasil representa um grande problema para a saúde pública.

“Vivemos em país onde não temos muita fiscalização das leis e isso fez com que uma nova epidemia de nicotina surgisse. Esses dispositivos podem ser facilmente encontrados em estabelecimentos comerciais, representando grande perigo, principalmente, para os mais novos”, afirma Corrêa.

No mês de julho, a diretoria da Anvisa manteve, por unanimidade, a proibição dos cigarros eletrônicos com a adoção de medidas para combater o mercado ilegal e informar melhor a população sobre os riscos desses produtos. A medida foi muito comemorada, já que em agosto, no dia 29, é comemorado o Dia Nacional do Combate ao Fumo.



“Os cigarros eletrônicos possuem um filamento que, quando aquecido, libera níquel, cobre e latão junto à inalação do vapor produzido. A quantidade de níquel que entra em contato com o corpo humano neste caso é de duas a 100 vezes maior do que nos cigarros comuns. Para conhecimento, o níquel é uma substância altamente cancerígena”, explicou o médico.

Ainda de acordo com ele, a maior parte dos usuários é formada por jovens, de 18 a 30 anos, que se sentem atraídos pelos dispositivos pelo aroma agradável, sabores variados e pela sensação de inovação tecnológica e liberdade.

“Eles foram desenvolvidos para persuadir os mais jovens. São compactos, as baterias podem ser recarregadas em computadores usando os mesmos cabos de celulares e trazem a sensação de independência”, alertou o médico.

José Henrique, de 30 anos, faz parte de um grupo de pessoas que desconhecia os riscos de se inalar as substâncias contidas nos dispositivos. “Conheci o cigarro eletrônico no dia do meu aniversário. Um grupo de amigos chegou com o dispositivo e me apresentou. Nunca tinha fumado antes, mas, pela insistência dos amigos, provei para ‘pertencer’ ao grupo. Hoje, tento sempre negar e falo que não quero. Muitas vezes acabo cedendo pela insistência dos amigos. Não fazia ideia de que fazia tão mal à saúde”, afirmou Henrique.

Programa Respiro

Pensando na saúde dos clientes, a Unimed Rio Preto oferece um programa multidisciplinar para o tratamento do tabagismo. Trata-se do Programa Respiro, criado para ajudar pessoas a diminuir e até cessar o ato de fumar.

Baseado em protocolos clínicos que buscam resultados não só na cessação do tabagismo, mas nos impactos clínicos da doença, o Programa atua com equipe interdisciplinar por meio de abordagem multidimensional.

Para isso, oferece atendimento multidisciplinar nas áreas médica, de enfermagem, nutricionista, psicologia, educação física e fisioterapeuta. Para se inscrever, basta acessar www.unimedriopreto.com.br/cliente/servicos/medicina-preventiva, selecionar “Você pode parar de fumar” e preencher o cadastro.

“Desde que começamos o projeto, já atendemos mais de 80 pessoas. É muito importante que o indivíduo queira parar de fumar. Esse é o ponto inicial”, explicou a enfermeira responsável pelas Linhas de Cuidados Crônicos na Unimed Rio Preto, Anelieze Marques de Souza.

Mais informações também podem ser obtidas pelos telefones (17) 3202-1120 ou 3202-1130.



Novo Laboratório Unimed Rio Preto

**Agilize seu atendimento
com o Check-in digital.**



Check-in: ganhe tempo fazendo
seu agendamento online pelo nosso site.



Atendimento para beneficiários Unimed e particular



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

Horário de atendimento

Segunda a sexta, das 6h às 18h
Sábado, das 6h às 12h



Rua Antônio de Godoy, 4180
Redentora – São José do Rio Preto

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 100% SOLIDÁRIO SERÁ REALIZADO NO DIA 18 DE SETEMBRO

No dia 18 de setembro, atletas profissionais e amadores irão participar da 1ª Corrida de Inclusão Instituto Unimed Rio Preto, que será realizada na cidade às 7h, com largada e chegada na praça José Gerosa (Praça do Vivendas).

A prova terá percursos de 5km e 10km na modalidade corrida, 5km caminhada, e as inscrições já estão abertas. Basta acessar www.minhasinscricoes.com.br/Evento/CorridaInclusao e selecionar a categoria. As vagas são limitadas e os inscritos terão direito a um kit com camiseta, mochila, e medalha de participação.

O evento contará também com a Corrida Kids, da qual poderão participar crianças de 5 a 13 anos de idade. Para se inscrever, basta que um adulto



Lançamento da corrida contou com demonstrações de esportes Paralímpicos

responsável pela criança acesse o site e clique em Corrida Kids. A inscrição é gratuita e as vagas são limitadas.

A corrida, além de total estrutura para os atletas, terá ainda diversas atrações



culturais espalhadas por todo o percurso. Um incentivo a mais para os participantes e uma forma de tornar a prova ainda mais atraente e divertida.

Todo valor arrecadado com as inscrições será revertido para os projetos “Reforma e ambientação da academia do Clube Amigo dos Deficientes - CAD” e “Pernas Solidárias”, do Instituto Unimed Rio Preto.

O objetivo é que os atletas façam uma ação social contribuindo com esses dois projetos que têm como objetivo promover a inclusão por meio do esporte, da qualidade de vida e do bem-estar de pessoas com deficiência.

Inclusive atletas do projeto “Pernas Solidárias”, com diferentes tipos de deficiências, farão a prova. Eles participam das corridas de rua da cidade por meio do projeto do Instituto Unimed Rio Preto, que custeia o valor das inscrições para incentivar o esporte e promover a inclusão.

“A corrida será um evento muito importante. Além de praticar uma atividade

física, os participantes irão correr juntamente com atletas do projeto ‘Pernas Solidárias’ e ainda irão fazer uma ação social, uma vez que o valor das inscrições será 100% revertido para projetos do Instituto. Venham praticar esporte e fazer o bem”, convida o presidente do Instituto Unimed Rio Preto, Gilmar Valdir Greque.

Para inscrições ou mais informações, faça a leitura do QR Code abaixo:



Serviço:

Evento: 1ª Corrida de Inclusão Instituto Unimed Rio Preto

Data: 18 de setembro, às 7h

Local: Praça José Gerosa (Praça do Vivendas)



Presidente do Instituto Unimed Rio Preto, Gilmar Valdir Greque, apresentou os detalhes da corrida

Totalmente ON-LINE

Por Barbara Chiles

CLIENTES PODEM ACESSAR RESULTADOS DE EXAMES SEM SAIR DE CASA

A Unimed São José do Rio Preto trabalha constantemente para melhorar ainda mais a experiência dos mais de 300 mil clientes e auxiliar os 1.600 médicos cooperados no dia a dia.

Neste sentido, a cooperativa médica oferece facilidades como, por exemplo, acessar os resultados de exames de forma on-line por meio do aplicativo exclusivo ou site. O serviço existe há alguns anos e se consolidou ainda mais durante a pandemia.

“Ele foi desenvolvido pensando na comodidade do paciente e foi muito importante no período de restrições por causa da covid-19, já que as pessoas não podiam sair de casa para pegar os resultados dos exames”, explica a supervisora do Laboratório Unimed, Narayane Sales Desiderio.

Para utilizar é bem fácil, basta baixar o app ou acessar o site www.unimedriopreto.com.br e realizar o cadastro. Após se cadastrar, é preciso digitar o e-mail ou CPF e a senha.

Na tela inicial do aplicativo, selecione a opção “Resultados de Exames” e estarão disponíveis para consulta todos os realizados pelo paciente.

No site, basta clicar no botão vermelho “Para Você”, no topo da página, fazer o login e clicar em “Resultados de Exames”, que fica no menu à esquerda da tela.

Uma outra maneira de acessar os resultados é por meio do QR Code disponibilizado na guia após a realização do procedimento. De forma simples e rápida o cliente acompanha os exames sem sair de casa.

“Queremos tornar a Unimed Rio Preto 100% digital e o aplicativo tem contribuído muito para isso. O paciente consegue ter acesso a diferentes serviços em um único lugar, facilitando não apenas o dia a dia dele, mas também o trabalho dos médicos cooperados”, afirma o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.

Quem sempre utiliza o aplicativo é a vendedora de semijoias, Nubia Lima. Ela é cliente Unimed Rio Preto e usa a plataforma para verificar os resultados dos exames e marcar consultas.

“Sempre que preciso, busco tudo no aplicativo. É um serviço muito prático e que te dá toda a assistência necessária, mesmo que de forma on-line”, conta Nubia.

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



**Boa
Comunicação**
pode ajudar você
a construir melhor
reputação e atrair
clientes

Assessoria de Imprensa • Marketing Digital • Vídeos • Design



 17 3201.7510

 Rua **Paquetá**, 2156 – 15025-180
São José do Rio Preto – SP

**Conheça um pouco mais
do nosso trabalho**



Colaboradores da Unimed Rio Preto participaram de uma gincana para arrecadar roupas e cobertores

INVERNO SOLIDÁRIO

Por Rodolfo Borduqui

CAMPANHA DO AGASALHO DA UNIMED RIO PRETO BENEFICIOU DIVERSAS INSTITUIÇÕES DA CIDADE

A tradicional Campanha do Agasalho da Unimed São José do Rio Preto foi novamente um sucesso. Ao todo, foram arrecadados mais de quatro mil peças de roupas e cobertores doados por cooperados, colaboradores e toda população. Uma ação solidária que irá beneficiar centenas de pessoas.

Em 2022, as doações foram revertidas para seis instituições: Albergue Noturno Protetor dos Pobres; Asilo de Schmidt; Associação Anjo da Guarda; Associação Madre Teresa de Calcutá; Instituto Lar Esperança; e Lar Vicentino.

Para chegar a este volume de peças, a Campanha do Agasalho contou com diversos pontos de coleta espalhados pela cidade como nos prédios próprios da cooperativa, clínicas de cooperados e até empresas, como a Rissi Contabilidade Médica.



“Quando soubemos da campanha, entramos em contato com a Unimed Rio Preto para nos oferecer como ponto de coleta. É uma campanha muito importante e, por isso, decidimos apoiar e ajudar a incentivar”, afirma o diretor da empresa de contabilidade, José Eduardo Rissi.

Outra ação importante foi a Gincana do Bem, realizada pelos colaboradores da Unimed Rio Preto. Divididos em equipes, eles se esforçaram para arrecadar o maior número possível de roupas e cobertores. Uma ação em equipe que vai ao encontro dos princípios cooperativistas e que foi fundamental para o sucesso da campanha.

Para o conselheiro e diretor Comercial e de Marketing da Unimed Rio Preto, Atilio Maximino Fernandes, a participação de muitas pessoas foi essencial para o sucesso da ação. “Especialmente nessa campanha tivemos a colaboração de vários médicos cooperados. Muitos até autorizaram que suas clínicas fossem pontos de coleta. Por isso, agradecemos a participação de todos, além dos colaboradores e sociedade”, afirma.

Estar sempre junto à comunidade para fazer o bem e incentivar a cidadania faz parte dos princípios da Unimed Rio Preto não apenas junto aos mais de 300 mil clientes e 1.600 cooperados, mas de toda sociedade.

“Nossa campanha já é tradicional e nos permite ajudar centenas de pessoas



anualmente. Mas nada disso seria possível sem ajuda de todos. Nós apenas organizamos e damos o primeiro passo, mas sem as doações e participação dos cooperados, colaboradores e população, nada disso seria possível. Muito obrigado a todos”, ressalta o presidente do Conselho de Administração da Unimed Rio Preto, José Luis Crivellin.





Que tal praticar um esporte **DE GRAÇA?**

Por Rodolfo Borduqui

RIO PRETO OFERECE VÁRIAS OPÇÕES PARA QUEM QUER SE MOVIMENTAR SEM PAGAR NADA

A prática de atividades esportivas regulares é extremamente importante para garantir qualidade de vida, saúde e bem-estar. Mesmo sabendo disso, muitas pessoas ainda buscam desculpas como a falta de tempo e até de dinheiro para se matricular em uma academia ou escola de algum outro esporte como natação, futebol, entre outros. Mas você sabia que existem várias possibilidades para a prática de atividades totalmente gratuitas em São José do Rio Preto?

Uma atividade física, realizada pelo menos três vezes na semana, ajuda a fortalecer o sistema imunológico, diminuir a pressão arterial e melhorar a circulação sanguínea, controlar a glicemia, evitar a perda óssea, emagrecer

e controlar o peso, melhorar problemas como a insônia, além de promover o bem-estar físico e mental.

Mas, antes de começar, é recomendado buscar ajuda de um profissional. Segundo a professora de Educação Física da Medicina Preventiva do Espaço Viver Bem da Unimed Rio Preto, Roberta Magalhães da Silva, “praticar algum tipo de atividade física é muito importante para garantir uma vida mais saudável. Mas antes, é preciso entender e conhecer o seu corpo. E é aí que entra a avaliação médica, para descobrir a existência de limitações, aptidões biológicas e fisiológicas”, explica.

Confira algumas opções de espaços gratuitos e comece hoje mesmo a conquistar saúde e qualidade de vida!



CAMINHADA

A cidade possui várias pistas para a prática de caminhada que funcionam todos os dias da semana, sem restrição de horários, como as da Represa, avenida Philadelpho Gouvêa Netto, Aeroporto, praça do Vivendas, entre outras tantas.

ACADEMIA AO AR LIVRE

Rio Preto conta com dezenas de academias ao ar livre que oferecem equipamentos que ajudam no fortalecimento muscular e alongamento. Podem ser usadas por pessoas de todas as idades e estão instaladas em diversas praças. Basta chegar e usar.



BICICLETAS

Em parceria com a Unimed Rio Preto, a prefeitura promove o Projeto Ciclolazer. Todos os domingos, das 7h às 12h, a população pode ir até o estande que fica ao lado do Júpiter Olímpico e pegar uma bike emprestada. Basta levar um documento com foto.

PISCINAS

Rio Preto conta com quatro piscinas públicas (Centro Esportivo do Eldorado, Antônio Natalone, Engenheiro Schmitt e Pinheirinho). De terça à sexta-feira, de manhã e tarde, as piscinas são para aulas de natação e hidroginástica (adultos e 3ª idade). Aos sábados, domingos e feriados o uso é livre para lazer das 9h às 12h e das 13h às 17h.



ESPORTES COLETIVOS

A cidade conta também com várias quadras poliesportivas que podem ser usadas pela população para a prática de futebol, basquete, vôlei, handebol, futsal, entre outras modalidades. Para saber os locais e horários, basta acessar www.riopreto.sp.gov.br/esportes/, clicar em “Informações”, depois em “Endereços Centros Esportivos e Campos”.

PATINAÇÃO

Quer patinar em um local fechado e com total segurança? O Plaza Avenida Shopping oferece, todos os domingos, uma pista de patinação totalmente gratuita, que funciona das 10h às 18h, no sexto andar do Deck Parking (estacionamento em andares). Basta ir até o local levando os próprios patins e equipamentos de segurança como capacete, por exemplo.



A possibilidade de tomar medicamentos de formas diferentes conquistou a empresária Kelly



DIFERENTES FORMAS de se tomar medicamentos

Por Ana Balestrieri

ALÉM DAS TRADICIONAIS PÍLULAS E XAROPES, NOVOS FORMATOS COMO BALAS E DOCES JÁ ESTÃO DISPONÍVEIS NO MERCADO

Foi-se o tempo em que ingerir medicações era algo ruim, principalmente para crianças e idosos. Com o avanço farmacêutico e da tecnologia, novas fórmulas foram desenvolvidas e o mercado de medicamentos foi se reinventando.

Hoje em dia, é possível encontrar farmácias de manipulação que fabricam fórmulas em formatos diferenciados e sabores deliciosos, como jujubas,

chocolates, gomas, balas, pirulitos, chás, entre outros. Na maioria dos casos, esses medicamentos, feitos em forma de guloseimas, são vitaminas, emagrecedores e suplementos.

Segundo a farmacêutica e CEO da Personalize Pharma, farmácia de manipulação em São José do Rio Preto, Aline Sampaio, existem várias tipos de formulações. “Termos essa possibilidade de variedades para ingerir a medicação é

um avanço enorme. Entendemos que há pessoas com dificuldade de deglutição e outras com resistência a remédios. Mas oferecer um chocolate gostoso, uma goma saborosa, tem aceitação muito maior. Nós recebemos na farmácia inúmeros pedidos para transformar esse momento de dificuldade em prazer”, afirma.

Quando a filha da empresária Kelly Bauch tinha três anos de idade, começou a apresentar resistência para ingerir as vitaminas recomendadas pelo médico. Ao saber que era possível transformar os medicamentos em chocolate e pirulito, logo pediu para manipular.

“A Duda sempre foi muito difícil para aceitar tomar cápsulas e líquidos. Conversando com a farmacêutica, ela me apresentou os diferentes tipos de formulações. Mande manipular as vitaminas em forma de chocolate e pirulito. Foi a minha salvação. Ela já acostumou que, uma vez por dia, pode chupar aquele pirulito e comer aquele bombonzinho.”, cita a empresária.

Mas os doces não ficaram restritos apenas à filha. Por dificuldade de lembrar em tomar as vitaminas, Kelly também mandou manipular os suplementos para sua mãe em forma de bala. “Ela adorou a ideia de tomar as vitaminas em forma diferente. Inclusive, tem até uma bomboniere com as balinhas para que ela possa lembrar-se de ingerir”, completa.



Descontos em medicamentos tradicionais

Oferecer os melhores benefícios aos clientes e cooperados, sempre foi compromisso para a Unimed Rio Preto. Com esse objetivo, a cooperativa médica possui parceria com duas das maiores redes de farmácias do Brasil, a Droga Raia e Drogasil. Em ambas, os clientes ganham 38% de desconto em medicamentos tarjados genéricos e 20% em medicamentos tarjados de marca.

A grande vantagem, além de economizar, é que os descontos são válidos em todo o País. São mais de 1.600 farmácias distribuídas por todos os estados. Para usufruir do benefício, basta apresentar a carteirinha da Unimed Rio Preto nas farmácias das redes na hora da compra, diretamente para o farmacêutico.

A empresária Kelly optou por manipular fórmulas em formato de guloseimas para sua mãe e filha



Proteção

E SEGURANÇA

Por Ana Balestrieri

Luis Rogerio decidiu contratar um seguro para sua bicicleta

PROCURA POR SEGURO PARA BICICLETAS CRESCE CADA VEZ MAIS EM RIO PRETO

Os últimos anos foram positivos para o setor de bicicletas. Segundo dados da Aliança Bike, Associação Brasileira do Setor de Bicicletas, entre 2019 e 2020, esse mercado registrou um crescimento de 50% nas vendas e, em 2021, o número se manteve crescente, com 34% a mais em relação ao ano anterior.

Em São José do Rio Preto, o cenário não foi diferente. Em decorrência desse aumento na procura, houve também um reflexo na busca por seguro. Dados da Porto Seguro Bike revelam que, de 2020 a 2021, as contratações aumentaram 119%.

O gerente da sucursal da Porto em Rio Preto, Marcos Mendes, explica que “recentemente, principalmente no período de pandemia, as bikes deixaram de ser apenas um item acessório de lazer e, para muitas pessoas, passou a ser meio de se locomover, trabalhar, fugir do trânsito e dos riscos de aglomeração”, explica.

Segundo ele, “o seguro para bikes

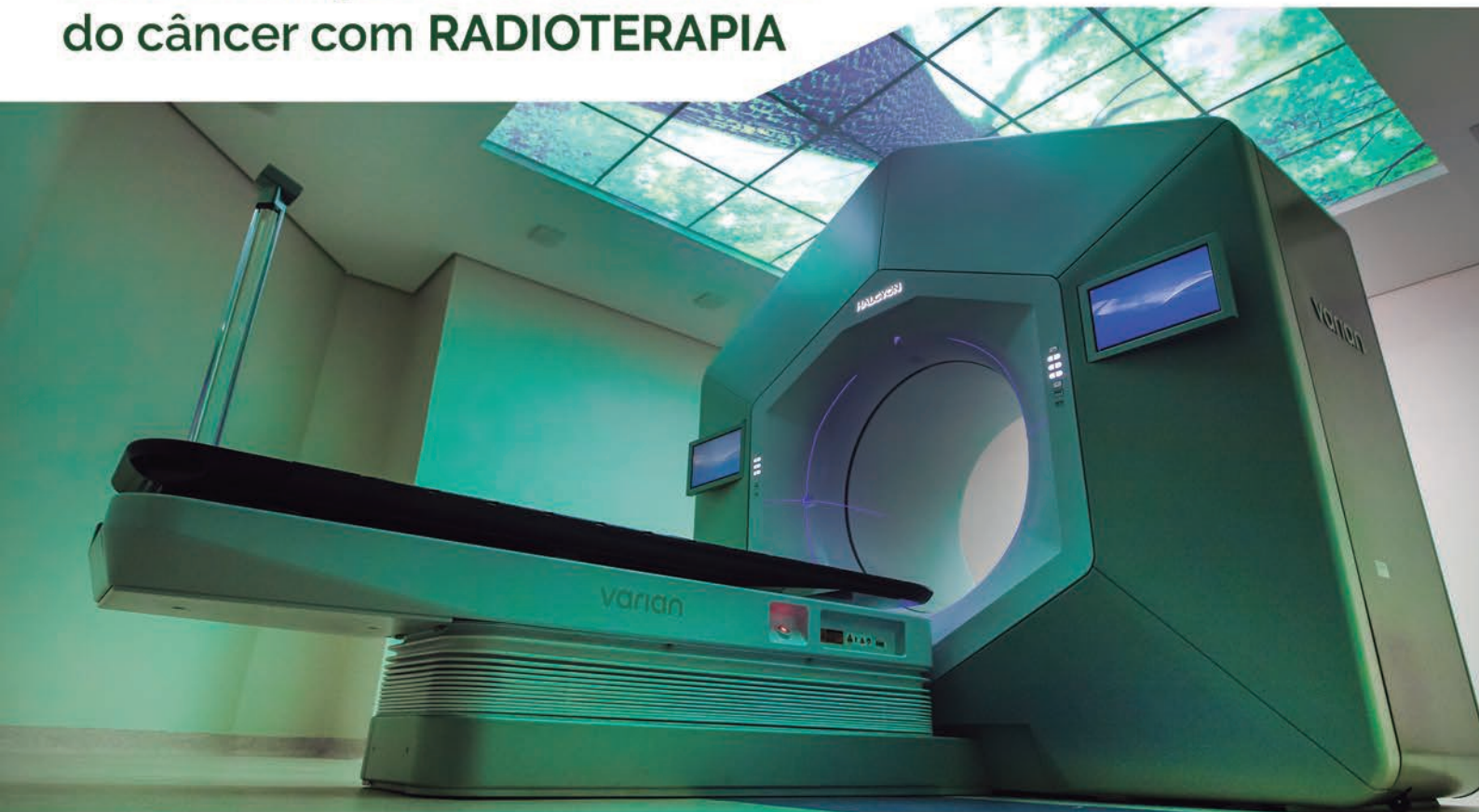
oferece ao ciclista uma sensação de maior proteção contra eventuais prejuízos, pois conta com coberturas completas que podem, até mesmo, incentivar o ciclista a se sentir mais seguro para adotar a bike como principal meio de transporte”, afirma Mendes.

Os seguros para bicicletas oferecem diversas vantagens como coberturas para danos causados na bicicleta, opções adicionais contra roubo, responsabilidade civil em acidentes pessoais, o que se torna um grande diferencial para quem se arrisca em ambientes mais movimentados, por exemplo.

Para se proteger contra roubos e furtos, o ciclista Luis Rogerio Rossi decidiu contratar um seguro bike. “Há muitos anos tenho o hábito de pedalar. Por segurança, nunca ando sozinho. Mas, com a incidência de assaltos, decidi me proteger com o seguro. Hoje, pedalo com mais segurança e na certeza de que, se algo acontecer, estarei protegido”, explica.

URRMEV

Centro completo no tratamento
do câncer com **RADIOTERAPIA**



Halcyon-E

Inovação e Tecnologia em Radioterapia

Dra. Ana Maria Garcia Cardoso - CRM 27.689

- VMAT: Radioterapia em Arco Modulado Volumétrico
- IGRT: Radioterapia Guiada por Imagem
- IMRT
- Radioterapia Conformacionada 3D
- Braquiterapia de próstata
- Braquiterapia ginecológica
- Radiocirurgia cerebral
- Radioterapia ablativa
- Radioterapia superficial de pele
- Betaterapia



Rua: Capitão José Verdi, 1414 - S. J. do Rio Preto



(17) 3232-8700 / (17) 3211-2900



@urrmevrp



/urrmev



urrmev.com.br

Financiamento de Equipamentos
de Trabalho Profissional

CONSULTE, EXAMINE E COMPROVE:

a Uniprime tem as vantagens
que você precisa para dar
um upgrade em sua clínica,
laboratório ou hospital.

FALE COM SEU GERENTE!