

Bem Viver

Unimed

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Ji-Paraná

Ano 10 - N°29
Jul/Ago/Set/2018

www.unimedjpr.com.br

Mala Direta Postal
Básica
9912337436/2013 - DVRO
UNIMED JI PARANA COOP DE
TRAB MEDICO
CORREIOS



Uma relação de **CONFIANÇA**

Um jeito diferente de
cuidar da sua saúde.
Pág. 17

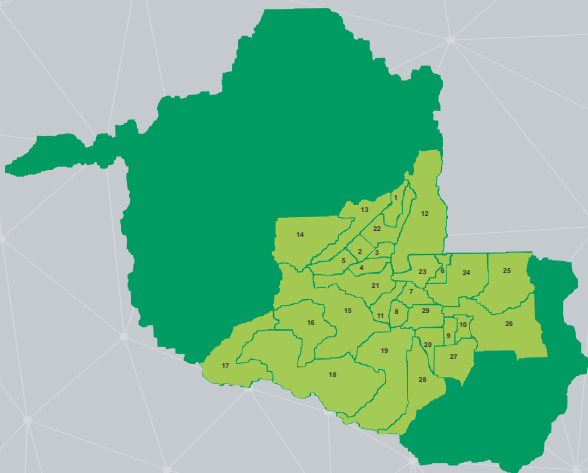
HÁ 23 ANOS

Comprometida com a saúde e desenvolvendo com Rondônia.

CELEBRAR COM VOCÊ.
ESSE É O PLANO.



ONDE ESTAMOS PRESENTES



- 1 - Vale do Paraíso
- 2 - Nova União
- 3 - Teixeiraópolis
- 4 - Urupá
- 5 - Mirante da Serra
- 6 - Ministro Andreazza
- 7 - Castanheiras
- 8 - Novo Horizonte
- 9 - São Felipe
- 10 - Primavera de Rondônia
- 11 - Nova Brasilândia
- 12 - Ji-Paraná
- 13 - Jaru
- 14 - Governador Jorge Teixeira
- 15 - São Miguel do Guaporé
- 16 - Seringueiras
- 17 - Costa Marques
- 18 - São Francisco do Guaporé
- 19 - Alta Floresta
- 20 - Santa Luzia
- 21 - Alvorada
- 22 - Ouro Preto do Oeste
- 23 - Presidente Médici
- 24 - Cacoal
- 25 - Espigão do Oeste
- 26 - Pimenta Bueno
- 27 - Parecis
- 28 - Alto Alegre dos Parecis
- 29 - Rolim de Moura

Expediente

Conselho de Administração

Diretoria Executiva

Diretor presidente – Alcílio de Souza
Diretora de Atenção à Saúde – Magna Sueli Ramalho de Lucas
Diretor Administrativo e Financeiro – Rodrigo Zipparo
Superintendente Executiva – Gilvani Fares

Conselheiros Administrativos

Rodrigo Carvalho
Luiz Sérgio
Stênio Macedo
Francisco Gozzi

Conselho Fiscal

Edgardo Franco
Marilene Rodrigues de Carvalho
Hamilton Giovanini

Conselho Técnico e Ético

Bartolomeu de Sá Basílio
Osmar da Silva
Efraim Brasília Navarro Vieira Magalhães

Coordenação Editorial

Assessoria de Comunicação e Marketing
Jornalista Responsável – Estefânia Procópio
Analista de Marketing – Nathalia Celestina

Revisão Editorial

Francisco Gozzi

Colaboração

Cristiane Abreu
Eduardo Faria

Projeto Gráfico

DM3

Editoração e Impressão


Mega Ideias
5 mil exemplares

Fale Conosco

comunicacao@unimedjpr.com.br

Central de Atendimento
Avenida Transcontinental, 1019
Centro Ji-Paraná /RO
CEP 76900-091

www.unimedjpr.coop.br
unimedjpr@unimedjpr.com.br

 (69) 3411-3800

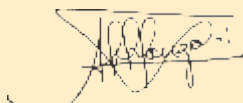
Na SOCIEDADE

A nossa Unimed completou 23 anos e cuidamos de quase 50 mil vidas de forma direta, isso é motivo de alegria para todos nós! Hoje estou como presidente e tenho orgulho de ser um dos fundadores desta cooperativa, que há mais de duas décadas, desenvolve junto com Rondônia. Com quase 200 médicos cooperados, celebramos o crescimento da Unimed Ji-Paraná em 29 cidades rondonienses, que gera oportunidades para mais de 160 colaboradores.

A Cooperativa sempre esteve atrelada ao desenvolvimento das cidades, aos eventos realizados, para atender a sociedade e hoje estamos sintonizados com o que preconiza o sistema a Unimed. Avançou em tecnologia, qualidade nos serviços prestados e ampliou relacionamento através da comunicação com todos os nossos públicos.

Ações alicerçadas no sonho de médicos visionários, histórias de lutas e superação, que fazem parte do dia a dia da nossa Unimed. Gratidão aos colaboradores que dão forma e vida a Unimed Ji-Paraná, as coirmãs, as federações, a confederação, a Unimed do Brasil que nos permitem ser chamados de sistema, integrando, unindo e elevando o nome Unimed. Não podemos parar, vamos em frente! Novas conquistas tecnológicas serão lançadas cabendo-nos a escolha do que é melhor para nossos pacientes, mantendo-nos fiéis aos nossos princípios de ética e respeito àqueles que em nós depositam sua confiança. A participação ativa, de cada um dos cooperados, através das escolhas que definem os rumos da nossa Unimed.

Esta edição da Revista Bem Viver é muito especial para nós, porque ela traz um pouco da nossa história, as realizações do presente e ainda nos faz olhar para os desafios do futuro. Estamos empenhados em continuar com a missão de promover a qualidade e melhor atender aos nossos beneficiários através da implantação do maior projeto de nossa Unimed - **Atenção Integral à Saúde (AIS).**



Alcílio de Souza
Diretor Presidente

◀ **NUTRIÇÃO 10**

Perigos das dietas da moda

◀ **DICAS UTEIS 11**

Regras básicas para um exercício seguro

◀ **ESTRATÉGIA 12**

Unimed Ji-Paraná fortalece relacionamento na região

◀ **CONSCIENTIZAÇÃO 14**

Maio Amarelo e Faça Bonito tem o apoio da Unimed Ji-Paraná

◀ **AIS 17**

Transformação do modelo assistencial

◀ **GIRO 22**

Unimed presente no primeiro Bem Estar Global em Rondônia

◀ **REPERCUSSÃO 23**

Homenagem aos profissionais da área da comunicação no Dia da Imprensa

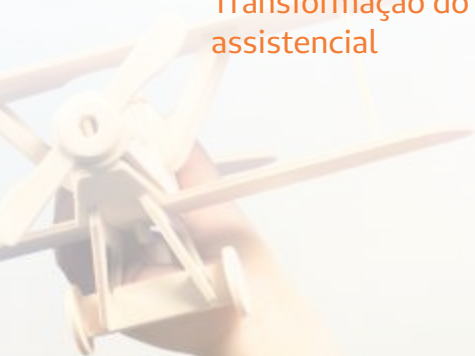
◀ **QUALIDADE DE VIDA 24**

1º Corrida do Coração teve a participação de colaboradores Unimed

◀ **23º ANIVERSÁRIO DA UNIMED JI-PARANÁ 28**

◀ **EVENTOS 31**

◀ **UNIMED INFORMA 34**



SUMÁRIO



Equipe conceituada com atendimento diferenciado!

- ▶ Maternidade
- ▶ Pronto Atendimento Infantil 24 horas
- ▶ Centro Cirúrgico com 02 salas
- ▶ Sala de Parto Humanizado
- ▶ Emergência Ginecológica

A Unidade Materno Infantil HCR oferece atendimento médico nas áreas de obstetrícia, ginecologia e infantil 24 horas. A UMIH está preparada para dar todo tipo de assistência médica à mulher, estando ou não gestante; inclusive atendimento de urgência e emergência, oferecendo uma equipe conceituada, com atendimento diferenciado.

Dra. Gislaine M. R. Chaves
Diretora Técnica Médica
CRM 468/RO



69.3416-6600
Rua Almirante Barroso, 1798
Casa Preta - Ji-Paraná/RO



Tem site novo no ar!

Acesse: www.unimedjpr.coop.br



O site da Unimed Ji-Paraná está de “**cara nova**”. A nova versão já está no ar proporcionando aos usuários uma *experiência* mais dinâmica, organizada e atrativa, que torna mais simples o acesso a conteúdos e serviços.

Agora responsivo, o site foi criado para se adaptar em diferentes plataformas, como computadores, tablets e smartphones. Um layout adequado que se ajusta ao tamanho das telas.

A cooperativa está investindo em ações que facilitem a vida dos nossos beneficiários. Através de um projeto alicerçado pela união de médicos visionários, avança e alcança cada vez mais os objetivos traçados.

A nossa Unimed investe em tecnologia, qualidade nos serviços prestados e amplia relacionamento através da comunicação com todos os nossos públicos.



Mudar para oferecer sempre mais



Radioclin apresenta a migração do atendimento automático para a customização de relacionamentos

Prestes a completar 15 anos, a Radioclin acredita que uma de suas missões é contribuir para a qualidade de vida das pessoas, oferecendo um serviço de excelência com profundo comprometimento humano.

À frente da empresa estão os médicos Rodrigo Carvalho e Tameke Berno que buscam por novas tecnologias, técnicas e aprofundamento em suas especializações. “Números falam muito sobre o sucesso de um negócio, mas é o cuidado com as pessoas que nos move”, declara o médico diretor técnico.

Referência em diagnósticos por imagem para Ji-Paraná e região, oferecendo um amplo rol de exames como Ressonância Magnética, Tomografia Computadorizada Multislice, Raios-X, Mamografia, Ultrassonografia com Doppler e com Elastografia ShearWave e Densitometria Óssea.

O primeiro de Ji-Paraná para exames cardiológicos e angiotomografias de coronárias com score de cálcio

40% de redução aproximada de radiação ao qual o paciente será exposto nos exames feitos frente aos convencionais existentes



O novo tomógrafo com 128 canais é o mais moderno do mercado neste tipo de aparelho e garante benefícios aos pacientes.

Exames menos invasivos com imagens altamente detalhadas e tridimensionais, desde a visão de obstruções até acúmulo de cálcio nas artérias. Menos exposição do paciente à radiação de acordo com idade e situação de saúde.



Agilidade e conforto

Sala de espera humanizada para maior comodidade.

Ampliação para 1700m²

CONSULTÓRIOS E ATENDIMENTOS

humanizado e de excelência

Investimentos na criação de um andar próprio e com toda uma dinâmica específica para receber consultórios, médicos e especialidades afins com nosso rol de serviços.

Parceiros de confiança

Laboratório Padrão realiza atendimento e entrega de exames aos pacientes

ATENDIMENTO QUALIFICADO



RADIOCLIN

Excelência em Diagnóstico por Imagem

www.radioclinro.com.br | 69 992147381

Ji-Paraná - Rua Paraná, 1210 - Casa Preta (69) 3422-3333

Rolim de Moura - Rua 25 de Agosto, 5135 - Centro (69)3442-3434



Dr. Rodrigo Carvalho

Diretor Técnico da Radioclin e Médico Radiologista. Título de especialista em Radiologia e Diagnóstico por Imagem pelo CBR/AMB. Graduado em medicina pela UFJF com residência médica pelo INCA. CRM 1982. RQE 646.



Dra. Etuany E. Polisel

Médica graduada pela Unicastelo. Pós-graduada em Endocrinologia e Metabologia pelo IPMED/SP. CRM 5206.



Dr. Júlio A. Pereira

Médico pelo Centro Universitário do Espírito Santo (UNESC). Especialização com residência médica em Radiologia e Diagnóstico por Imagem. CRM 4405.



Dr. Paulo Ricardo C. Soares

Neurocirurgião. Membro da Sociedade Brasileira de Neurocirurgia. Formando pela Santa Casa de Limeira/SP, formação com ênfase em técnicas minimamente invasivas da coluna. CRM 2805. RQE 1656.



Dr. Raffaello Miranda

Ortopedista e Traumatologista pela Unesp. Atuação em cirurgia da coluna. USP Ribeirão Preto. CRM 5369. RQE 1710.



Dr. Thiago Caetano Fuly

Graduação em medicina pela UFF/RJ. Especialista em Radiologia e Diagnóstico por Imagem pela UFES/ES com título pelo CBR. Subespecialidade em Músculo Esquelético pelo HCor/SP. CRM 3998. RQE 957



Dra. Tameke Berno

Médica graduada pela UFJF/MG com título de especialista em Nutrologia com RQE pela ABRAN. Pós-graduada em Dermatologia pelo Cemepe/BH e CBCME/BH. CRM 2074.



Dra. Jeanne Bessa Fuly

Ginecologista e Obstetra Titulada RQE 967. Subespecialidade em Ultrasonografia Ginecológica e Obstétrica pela UFES - RQE 968. Graduada pela FMC/RJ. Mestre em Ciências Farmacêuticas pela UVV/ES. CRM 3997



Dra. Kezia Magna de Paula

Atendimento infantil. Pós-graduada em Pediatria pela Faculdade Gaúcha. CRM 2409



Quelson da Fonseca

Enfermeiro pela Uninove/SP. Pós-graduado pela Faculdade de Ciências Wenceslau Braz e ALK - Escola de Acupuntura. Curso de formação em Auriculoterapia pela UFSC. COREN 0061/18.



Dr. Sérgio Arantes

Médico pela Universidade Est. de Londrina. Ortopedista com título de especialista pela SBOT. Habilitação em Densitometria Óssea pelo CBR. CRM 255. RQE 784 e 785.



Dra. Vanessa Faria

Atendimento infantil. Pós-graduada e Dermatologia pela IPEMED de São Paulo e Pós-graduada em Pediatria pela Faculdade Gaúcha. CRM 4003

Perigos das dietas da moda

Entenda porque é mais eficaz e saudável colocar em prática mudanças que mantêm resultados em longo prazo

Dieta do passarinho, da lua, do ovo cozido, da proteína, do tipo sanguíneo, detox...

Você com certeza já ouviu falar alguma dessas dietas, que prometem resultados “milagrosos” em um curto período de tempo. Mas será que de fato elas funcionam e, ainda mais importante, são saudáveis?

Conforme a Academia Americana de Médicos de Família, estas dietas geralmente não geram resultados em longo prazo e podem impactar negativamente na saúde. Segundo o órgão americano é provável que grande parte do peso perdido corresponda à água e massa magra, e não gordura corporal. Com o passar do tempo, as pessoas que colocam em prática as “dietas da moda”, mas não promovem a reeducação dos hábitos físicos e alimentares, geralmente acabam recuperando o peso que inicialmente perderam.

Métodos saudáveis para perder peso:

- ▶ Durante as refeições, mastigue os alimentos pausadamente.
- ▶ Nas refeições principais, procure compor o prato da seguinte maneira: saladas variadas, uma proteína (frango ou peixe) e um tipo de carboidrato integral (arroz, macarrão, etc.).
- ▶ Prefira gorduras poliinsaturadas e monoinsaturadas mais saudáveis, como azeite de oliva, peixes de água fria e oleaginosas (castanhas, nozes, amêndoas, ave-lãs, etc.).
- ▶ Não pule as refeições, independentemente de estar em processo de emagrecimento ou não. Caso tenha exagerado na refeição anterior, ingira alimentos leves para manter o corpo abastecido (sopas, caldos, frutas, verduras e legumes).
- ▶ Pratique atividades físicas regularmente, pelo menos 150 minutos (2h30) semanais de atividades físicas de intensidade moderada ou 75 minutos de exercícios de alta intensidade.
- ▶ **Converse com o seu médico para desenvolver um plano de emagrecimento seguro e eficaz.**



◀ Dietas da moda limitam as escolhas alimentares e não incentivam alimentação equilibrada



Dicas para evitar lesões durante os treinos

É preciso estar atento a alguns cuidados durante a prática dos exercícios para garantir a execução de movimentos seguros

Regras básicas para o exercício seguro:

- ▶ Faça aquecimento e alongamentos antes de iniciar os exercícios físicos – caminhe, estique, balance suavemente os braços e as pernas.
- ▶ Preste atenção aos sinais do seu corpo. Não se exercite quando estiver doente, pois o risco de ter lesões durante o treino é maior.
- ▶ Aumente o nível de intensidade gradualmente.
- ▶ Aprenda a maneira correta de fazer cada um dos movimentos contidos no treino e faça com atenção.
- ▶ Prefira um treino curto e bem executado, do que sacrificar a postura para terminar mais rapidamente um grande conjunto de exercícios.
- ▶ Ao ficar semanas ou meses sem praticar exercícios, recomece com cautela, levantando pesos mais leves, escolhendo exercícios mais simples e fazendo menos repetições.
- ▶ Ao sentir dor muscular contínua ou intensa, que começa durante o treino ou logo depois, ou persistir por mais de uma semana, procure o seu médico.
- ▶ Depois de concluir o treino caminhe suavemente até perceber que a frequência cardíaca e a respiração estão regulares.
- ▶ Hidrate-se durante a prática, principalmente em dias quentes e úmidos.

Fonte: Harvard Medical School

Gestão itinerante garante *fortalece*

São 29 municípios rondonienses que integram a área de abrangência da Unimed Ji-Paraná

Realizada pelos membros do Conselho de Administração da Cooperativa, a agenda gera estímulo aos cooperados, aumenta relacionamento com as unidades de saúde conveniadas. “O objetivo é apresentar as ações da nossa Unimed, também ouvir as críticas e sugestões”, sobretudo acreditamos que viver bem e favorecer que todos tenham mais qualidade de vida seja a nossa missão”, ratificou o diretor presidente Alcílio de Souza.



RELA CIONA MENTO

◀ O objetivo é aproximar a cooperativa de seus prestadores e cooperados. A troca de informações fortalece boas práticas.



imento na região

O plano de saúde já era um desejo antigo da instituição e a saúde do nosso colaborador sempre foi nossa prioridade. **Sandra Marques** Mantenedora da Facimed

Mais qualidade de vida aos colaboradores, através dos benefícios do plano de saúde oferecido pela Unimed Ji-Paraná. Esta é a proposta das empresas.

CONFIANÇA

"A reformulação de contrato agregou e nos trouxe segurança. É diferente contar com atendimento aqui, a agilidade conta muito quando realmente precisamos." **Jorge Andre Valéri** Gerente geral da Honda Cometa Moto Center



1,5m

Distância que aproxima

Um metro e meio faz toda diferença na vida do ciclista

Não é à toa que a lei obriga o motorista passar a 1,5m de uma bicicleta (art. 201 do Código de Trânsito). Essa distância tem seus motivos, embora nem sempre sejam claros para quem ainda não experimentou usar a bicicleta no trânsito.

O movimento 1,5m surgiu para lembrar que respeitar o ciclista faz bem e está na lei. É o que protege os ciclistas contra as finas de automóveis e cujo descumprimento já vitimou vários ciclistas. A Lei estabelece que, caso o motorista não tenha espaço o suficiente para ultrapassar o ciclista, ele deve aguardar e reduzir a velocidade para, somente então, seguir seu caminho sem comprometer a segurança do ciclista.

Existem diversos motivos para que seja respeitada a distância de 1,5m entre ciclistas e veículos: o ciclista pode ter um desequilíbrio momentâneo que altere sua trajetória um pouco para o lado (como os ocasionados pelo deslocamento de ar, por exemplo), pode ter que desviar de algum buraco na via ou ter o guidão tocado pelo espelho retrovisor dos carros.



A Unimed Ji-Paraná apoia



A sede aderiu em 2018 pela primeira vez a fachada da corporativa a campanha



Tendo o mês de maio como parâmetro para elevar a conscientização no trânsito através das ações do 'Maio Amarelo', a nossa Unimed fortaleceu o cronograma desenvolvido pelo **Detran** na região. A nossa marca sempre esteve atrelada ao desenvolvimento das cidades, aos eventos realizados, para atender a sociedade dentro daquilo que necessita. Até dezembro, a Unimed apoiará as orientações sobre atenção no trânsito feitas pela *Equipe de Educação no Trânsito do Detran de Ji-Paraná* distribuindo material educativo a respeito.

"Faça Bonito"



Unimed Ji-Paraná fortalece a mobilização de proteção às crianças e adolescentes

A 9ª edição da Campanha de Combate ao Abuso e Exploração Sexual Contra Crianças e Adolescentes "Faça Bonito" no município de Ji-Paraná contou novamente com o engajamento da Unimed. A mobilização coordenada pelo Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS) e Serviço de Proteção e Atendimento Especializado as Famílias e Indivíduos (PAEFI) teve também o envolvimento de entidades, empresas e órgãos públicos.



"Essa campanha já está prevista em nosso planejamento anual. Prezamos pela qualidade de vida das pessoas, nossa participação efetiva na sociedade ratifica nosso compromisso e todos os segmentos precisam assumir a sua responsabilidade", enfatizou o diretor presidente Dr. Alcílio Souza.

"Há anos contamos com apoio da Unimed, somos gratos pela parceria que dá exemplo para outras empresas aderirem também".
Glécia Ranny Alves, coordenadora CREAS/ PAEFI.



Alerta

Segundo dados apresentados pelo **Disque 100**, a cada 15 segundos uma criança é abusada sexualmente no mundo, e a cada 8 minutos uma criança é abusada sexualmente no Brasil. "Essa realidade precisa ser mudada e só depende de nós. Acreditamos que só com o trabalho da equipe multifuncional em favor desta causa não conseguiremos avançar", disse a coordenadora Glécia, ao ratificar a importância do envolvimento de todos. A campanha tem como símbolo uma flor, lembrando do cuidado e da necessidade de defesa do direito de meninas e meninos crescerem de forma saudável e protegida.

DENUNCIE DISQUE 100


Combate ao Abuso e à Exploração Sexual de Crianças e Adolescentes



MAXIMUS
HOTÉIS

O Maximus Hotéis é sem dúvida o melhor de Ji-Paraná e região, disponibilizando também espaços para a realização de eventos e reuniões de médio porte!

 Rua Doutor Osvaldo,
142, Ji-Paraná - RO

 (69) 3422-9033

AIIS

Atenção
Integral
à Saúde

Mais importante que tratar doenças é preservar a saúde.

Novo modelo de cuidar

Com foco no cliente, Unimed Ji-Paraná traça estratégias para transformação do modelo assistencial

Estar sempre à frente é importante. Pensando na qualidade de vida dos clientes e na evolução da cooperativa, a Unimed tem investido no cuidado à saúde, com foco na prevenção. Um dos destaques são os programas da Medicina Preventiva que conta com equipe multidisciplinar composta por médicos e profissionais das áreas de enfermagem, nutrição e psicologia que trabalham ações integradas de assistência, promoção da saúde e prevenção de doenças.

Ter esse cuidado faz da Unimed Ji-Paraná a maior operadora de plano de saúde do Estado de Rondônia. Entender o futuro da saúde permite que ela acompanhe as demandas do mercado e com qualidade de vida para quase 50 mil beneficiários.

Ampliar esse modelo de assistência que inspira o cuidado integral, acompanhamento contínuo e incentivo constante a cultura de promoção da saúde é o foco da Unimed Ji-Paraná. Esse é o modelo de Atenção Integral à Saúde (AIS). Trata-se de um sistema de gestão em saúde bem sucedido em países como Inglaterra, Holanda, Espanha e Canadá, que olha o indivíduo de forma integral, tanto aspectos físicos quanto psicossociais.



A diretora de Atenção Integral à Saúde da Unimed Ji-Paraná, Magna Sueli Ramalho de Lucas, acredita que esse modelo vai além de tratar, e sim de cuidar. “Este novo modelo preza pela integração dos serviços médicos oferecidos aos pacientes durante todo o ciclo de vida, considerando o contexto social, psicológico e familiar que envolve o paciente. Na realidade é uma evolução do programa Medicina Preventiva com ampliação das linhas de cuidado”.

A Singular enfrentou muitos obstáculos para chegar à fase de aprovação e muitos desafios estão por vir. Um deles será a transição de uma nova cultura relacionada ao autocuidado, onde almeja uma população mais consciente e saudável.



Acompanhamento contínuo

Para o diretor administrativo da Unimed Ji-Paraná, Rodrigo Zipparro, é preciso uma mudança cultural em relação aos cuidados com a saúde. “Hoje, a cultura do nosso cliente ainda é a de apresentar queixas pontuais e não a de olhar a saúde como um todo. É nesta mudança que buscamos. Para a cooperativa, o projeto simboliza um novo direcionamento estratégico com foco na atenção integral e no gerenciamento de saúde dos clientes”, afirma.

Na visão do presidente da Unimed Ji-Paraná, Alcílio de Souza, a transição assistencial é uma tendência debatida mundialmente, pois o cenário do setor de saúde apresenta a incidência de doenças crônicas e longevidade da população. “Com o envelhecimento da população, é importante investir em um modelo assistencial resolutivo para que as pessoas além de viverem mais, vivam melhor”, reforça. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que em 2020 cerca de 80% da carga total de doença será devido às doenças crônicas não transmissíveis, o que aumenta mais ainda a defasagem do atual modelo.



SET/2017

Apresentação do AIS ao Conselho de Administração



DEZ/2017

Explicação do novo modelo assistencial pelo Dr. Cloer Vescia, Coordenador de Atenção Primária à Saúde (APS) da Unimed do Brasil, durante a AGE



MAI/2018

Aprovação para a implantação do AIS na AGE



MAI/2018

A Unimed Ji-Paraná discute ações para a implantação do novo sistema de atenção, o AIS

Atenção Integral à Saúde

Conheça essa forma de cuidar!



Trata-se de um conceito amplo que reflete uma estratégia frente à necessidade de concepção de um novo modelo para a saúde, tendo como um dos segmentos fortes a atenção primária e a ênfase na Medicina Preventiva, que se afirma como opção para reestruturação dos sistemas de saúde com base na atenção integral, articulando-se com as modernas práticas de gestão, utilizando a epidemiologia clínica como ferramenta e voltando-se à informação em saúde, a partir da vigilância, alicerçando-se na promoção da saúde e na prevenção de riscos e doenças.

Dentro do Sistema Unimed acreditamos que o indivíduo deve ser cuidado integralmente. Muitos falam de visão 360 graus e da pessoa no centro de toda a atenção. É assim que estamos nos organizando. Para que ela venha em primeiro lugar, independentemente do que sinta e de que enfermidade tenha.

Por isso, nosso foco se volta, neste momento, para a Atenção Integral à Saúde. Estamos agindo para que o beneficiário Unimed seja cuidado estando enfermo ou até mesmo saudável.

Assim, abrangemos cuidados preventivos, que vão desde educar a todos sobre a melhor forma de cuidar da saúde até o acompanhamento contínuo de um médico e equipe multidisciplinar, quando necessário, sempre baseado nos princípios da APS (atenção primária à saúde).

➤ Como funciona?

Atenção personalizada, com plano de cuidado individualizado.

Acompanhamento da vida clínica para um cuidado com ainda mais qualidade (no tempo correto, apropriado, seguro, eficiente, centrado na pessoa).

O atendimento oferecido prima pelo acesso fácil ao seu médico de atenção primária, sendo resolutivo, além da longitudinalidade que permite a manutenção do acompanhamento ao longo da vida, priorizando a qualidade do atendimento.

Quais os diferenciais do *Atendimento Integral à Saúde*?



Trabalho em equipe

Medicina centrada na pessoa

Todo o seu histórico de saúde é arquivado eletronicamente

Integralidade – avalia aspectos biológicos, psicológicos e sociais que envolvem os cuidados com a saúde em benefício de uma vida saudável

Busca ativa do paciente, procurando saber se o seu problema de saúde foi solucionado

Foco na prevenção e não apenas no tratamento de doenças

Veja aqui o vídeo que explica a Atenção Integral à Saúde no Sistema Unimed

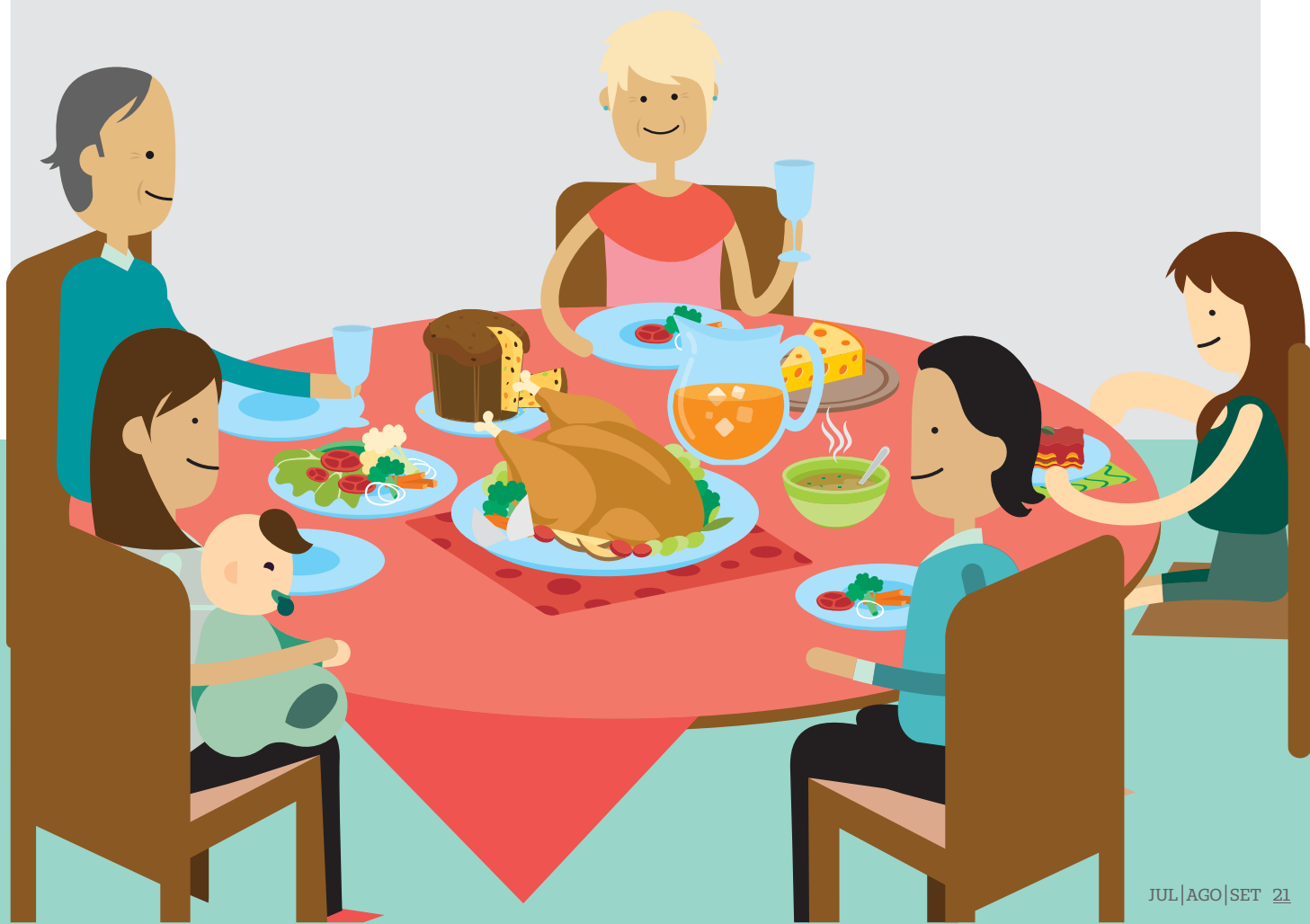


Equilíbrio alimentar

O que você come diz muito sobre o estilo de vida que você leva. Então, se você deseja ser uma pessoa mais saudável, pode começar mudando sua alimentação.

Acesse www.mude1habito.com.br e escolha o hábito que deseja mudar.

MUDE1HÁBITO



Presente na primeira edição do **'Bem Estar Global'** em Porto Velho



SBU e Unimed com serviços na 'Tenda da próstata e do rim', exames da próstata e orientações

No Espaço Alternativo em Porto Velho, a programação de iniciativa da Rede Globo em parceria com o Sesi, teve urologistas com atendimentos gratuitos motivados pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU) e Unimed. “Foram consultas em pessoas com problemas na próstata e cálculo renal. Os encaminhamentos pelo SUS feitos através do sistema de regulação, para a Policlínica Oswaldo Cruz”, explicou o presidente da SBU em Rondônia - Dr. Rodrigo Zipparro, que também compõe a conselho administrativo da Unimed Ji-Paraná.

Inédito em RO

Realizado no dia 20 de abril, Porto Velho foi a segunda cidade no país a receber o Bem Estar Global em 2018. ‘Como vai a saúde da sua próstata?’ e ‘Como evitar a pedra nos rins?’ foram conteúdos em material distribuído pelos parceiros SBU e Unimed. Além do presidente da SBU/RO Dr. Rodrigo, Dr. Carlos Gley Bezerra Costa e Dr. Cid Scarpa participaram voluntariamente e contribuíram com a sociedade positivamente. Centenas de atendimentos por meio das consultas urológicas na tenda diagnosticaram e encaminharam pessoas com problemas na próstata (câncer ou hiperplasia prostática benigna) e cálculo renal.

Resultado positivo

O urologista presidente explicou que houve muita procura pelo serviço e que as pessoas chegaram bem cedo. “Para a maior parte deles essa oportunidade foi a primeira para cuidar da saúde nessa área, mas teve também os que levaram seus exames. Atendimento eficaz para quem aproveitou o serviço”, disse emocionado dr. Rodrigo, comemorando o resultado da parceria.



Próstata - cerca de 50% dos homens têm algum grau da doença após os 50 anos e que mais de 30% necessitam de tratamento durante a vida

DIA DA IMPRENSA

O convite foi estendido a todos os profissionais de comunicação

Inspirada pelo dia em que o país celebra o Dia da Imprensa, considerando a importância e seu valor no desenvolvimento da sociedade é que a Unimed de Ji-Paraná realizou a primeira edição do 'Café com a Imprensa'.



A homenagem ocorrida no dia 01 de junho, também motivou o lançamento da campanha '**Juntos Somos Mais, edição Imprensa**' que consiste na arrecadação de brinquedos, alimentos em toda área de abrangência da nossa cooperativa.



"Faremos a recepção destes gêneros e ser a entidade arrecadadora. Depois, deixaremos que a imprensa se encarregue de executar a logística para fazer chegar tudo às entidades filantrópicas", salientou o diretor *presidente Alcílio de Souza*.



Instituto Oftalmológico

**Dr. Stênio
Macedo**

C.R.M: 123.753

- Cirurgia de Catarata (Facoemulsificação)
- Lentes de Contato
- Glaucoma
- Cirurgia Plástica Ocular
- Clínica Oftalmológica Geral

69 3443-1353

Av. Dois de Junho, 2892
Centro - Cacoal/RO

69 3451-8606

Rua Alcinda R. de Souza - 743
Centro - Pimenta Bueno/RO

Ji-Paraná sedia a 1ª Corrida do Coração do interior de Rondônia

Promover
**bem-estar e
qualidade de
vida**

“Ao longo destes 23 anos de fundação da nossa Unimed, sempre promovemos o bem-estar e incentivamos a prática de atividades físicas. Nessa específica, além de provocar a mudança de hábito garantiu superação”.

Diretor presidente
Alcílio de Souza

Com o objetivo de conscientizar sobre a necessidade da prática de hábitos saudáveis, incentivar a prática regular de atividade física e conscientizar a população sobre os fatores de risco cardiovasculares é que a **Sociedade Rondoniense de Cardiologia (SOCERON)** realizou a 1ª Corrida do Coração de Ji-Paraná.

Patrocinada pela Cooperativa, a competição foi organizada pela **OAF SPORTS**, que reuniu 250 atletas participantes de diversas categorias de muitas cidades rondonienses para o percurso de 5km. “A diretoria visionária ofereceu estrutura de apoio, com ambulância e equipe para atendimentos.” Disse o vice-presidente da Soceron, o cardiologista Daniel Mugarbi. Eventos assim resumem muito bem um dos grandes objetivos da Unimed, que é o de incentivar uma vida mais saudável. O evento ocorreu em 27 de maio, premiou a todos com medalha pela participação que teve concentração, em frente ao Máximus Hotéis, onde diversas entidades e empresas parceiras, promoveram integração.



“ Apesar de não ficar entre os primeiros, ter competido foi muito bom, disse Luiz. ”

Entre os competidores, estiveram **três colaboradores** que foram inscritos após uma ação de endomarketing da cooperativa. Luiz Andrade do departamento de Tecnologia da Informação, Thiago Petronílio e José Cláudio – ambos do setor de Contas Médicas da Gerência de Atenção à Saúde.

Importante!

Pesquisadores da Universidade de São Paulo (USP) evidenciaram os benefícios da prática da atividade física para o coração. No estudo eles descobriram que o exercício aeróbico faz uma “limpeza” nas células cardíacas, livrando-as de estruturas que não funcionam bem. Com isso, a prática de exercícios está cada vez mais se confirmando como um importante aliado da saúde do coração.

Procure o médico para avaliar qual atividade, tempo e intensidade é indicada para você.

Fonte: Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo/ Universidade de São Paulo/ Hospital Albert Einstein.



CardioCenter

CENTRO DE CATETERISMO DE CACOAL

PROCEDIMENTOS

- ✓ Cateterismo Cardíaco
- ✓ Angioplastia primária no infarto agudo do miocárdio.
- ✓ Angioplastia com implante de stents convencionais e farmacológicos
- ✓ Aortografia e arteriografia de vasos periféricos
- ✓ Angiografia cerebral
- ✓ Angioplastia de carótidas.
- ✓ Angioplastia e implante de stents em lesões arteriais periféricas e renais
- ✓ Cavografia e filtro de veia cava



*Atendemos SUS,
Convênio e
Particular*

**69 9.8425-5575
3441-7042**

Rua Rosilene Xavier Transpadini,
2200 - Jd. Eldorado - Cacoal-RO
(Anexo ao Hospital São Daniel Comboni).

UTI MÓVEL UNIMED



- ◆ Remoção inter-hospitalares (transferência entre hospitais)
- ◆ Remoção de pacientes adulto, pediátrico e neonatal
- ◆ UTI's móveis e equipamentos de última geração
- ◆ Serviço **24 horas**
- ◆ Equipe especializada em atendimento de alto risco

Também para quem não tem plano Unimed.

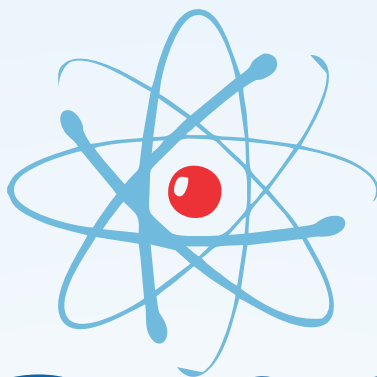
(69) 3411-3800

9 8424-8015

9 9995-9433

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.





ceraji

Centro Radiológico de Ji-Paraná

Tecnologia promovendo vidas

Agora disponível
Ressonância Magnética
de Alto Campo aos
beneficiários da
Unimed Ji-Paraná.

 **Ressonância Magnética**
de Alto Campo

 **Tomografia Multislice**
de 16 canais

 **Mamografia Digital**

 **Ultrassom com Doppler**

 **Densitometria Óssea**

 **Radiologia Digital**

(69) **3421.1727 / 3421.4674**

 **9 8488-4674** / ceraji@uol.com.br

Rua José Geraldo, 1114 | Esq. C/ Dr. Osvaldo
Vila Jotão | Cep: 76908-292 | Ji-Paraná - RO

- Ressonância Magnética
- Tomografia Multislice
- Mamografia Digital
- Ultrassom com Doppler
- Densitometria Óssea
- Radiologia Digital

Os **23 anos** de Fundação da Cooperativa são celebrados

Unimed 
Ji-Paraná

23
ANOS

Com o tema 'Uma noite em Paris', a festa relembrou momentos marcantes da história, envolveu e emocionou a todos por reconhecerem os avanços e conquistas.



A cooperativa é referência entre os planos de saúde na região, comprometida com a saúde e vem desenvolvendo com o Estado de Rondônia. Com quase **200 médicos cooperados**, Unimed Ji-Paraná têm o privilégio de comemorar a confiança de **quase 50 mil vidas** e o crescimento da marca em **29 cidades rondonienses**, gerando oportunidades para **mais de 160 colaboradores**.



O diretor presidente enalteceu a visão dos cooperados por acreditarem no projeto alicerçado pela união e que alcança cada vez mais os objetivos traçados. Alcílio de Souza discursou ladeado pelos integrantes da diretoria executiva e conselheiros de administração

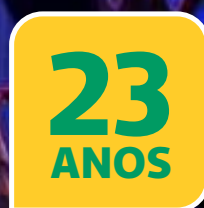
A diretoria celebra, com satisfação, realizada e com sensação de dever cumprido por promover o evento aos que vivem empenhados em continuar com a missão de promover qualidade de vida aos beneficiários, viver bem, em busca de alcançar através do Programa de Atenção Integral à Saúde pela Unimed Ji-Paraná.



Representantes das coirmãs do Estado Elcio Rossi Unimed Vilhena, Robson Bezerra Unimed Rondônia, Alcílio de Souza Unimed Ji-Paraná e Gil Ney Unimed Ariquemes

CELEBRAÇÃO

*O cooperativismo médico comemorado
com parceiros de negócios*



Apoiadores:





Ação reforça importância de mudança de hábitos para longevidade

Em alusão ao **Dia Mundial da Saúde**, celebrado em **7 de abril**, os clientes foram recepcionados com uma maçã e receberam informações sobre a importância de manter alimentação saudável. A ação fortalece o encorajamento a respeito de hábitos saudáveis como alimentação e atividade física, incentivada através da campanha alinhada ao Sistema Unimed 'Mude 1 Hábito'.

Práticas de vida mais saudáveis por meio de pequenas mudanças no cotidiano. #esseéoplano



No dia, as colaboradoras foram recepcionadas na entrada da cooperativa com um mimo

Para celebrar o Dia Internacional da Mulher, a UNIMED JI-PARANÁ promoveu um momento especial entre suas colaboradoras. A ação foi organizada pela Comissão Interna de Comunicação junto ao Gestão de Pessoas. Valorizar o talento e dedicação de todas as 43 médicas cooperadas e um total de 108 colaboradoras, pelo comprometimento e fazer parte desta história.

Diversas áreas atendidas através do Sistema OCB/SESCOOP-RO com capacitações aos colaboradores da Unimed Ji-Paraná e outras cooperativas



FEVEREIRO

Diretores e gestores responsáveis pela qualidade dos processos e operação da cooperativa, souberam como implantar Liderança da ISO 9001:2015 E ISO 14001:2015

JUNHO

Curso de Técnicas e Negociação realizado na sede da Unimed Ji-Paraná, contemplou cooperativas de saúde para melhorar e padronizar os processos com técnicas e habilidades indispensáveis para o sucesso da negociação.

Elaboração de documentos oficiais – Foi aberto para cooperados e colaboradores.

Fortalecimento do sistema Unimed em Rondônia



O diretores presidentes das Singulares rondonienses, Gil Ney Eloi Stabelini (Unimed Ariquemes), Alcílio de Souza (Unimed Ji-Paraná), Robson Jorge Bezerra (Unimed Rondônia) e Élcio Carlos Rossi (Unimed Vilhena), proporcionou momentos de intercâmbio durante o encontro com as Unimed realizadas em junho na sede da Unimed Ji-Paraná.

Beneficiários com atendimento facilitado

Além da sede, a Unimed Ji-Paraná possui cinco escritórios regionais



Foi uma boa solução encontrada para disponibilizar esses serviços, segundo a diretora de Atenção à Saúde, Magna Suely Ramalho de Lucas. *"Para a Unimed Ji-Paraná, a iniciativa vem consolidar a importância do Sistema Unimed junto ao mercado e, principalmente, oferecer atendimento próximo e de qualidade, do jeito que nossos clientes merecem. Isso permite a desburocratização no processo operacional"*, destaca a diretora.



Conheça
nossos
pontos de
atendimento:

▲ Sede administrativa

Ji-Paraná

Av. Transcontinental, 1019, Centro
Telephone: (69) 3411-3800

▲ Escritórios regionais

Cacoal

Rua Amazonas, 2208 Centro
Telephone: (69) 3441-5489

Jaru

Av. Rio Branco, 2154 - Centro
Telephone: (69) 3521- 6730

Escritórios que atendem das
8h às 12h e das 14h às 18h

Rolim de Moura

Rua Corumbiara, 4485 - Centro
Telephone: (69) 3442-1240

Ouro Preto

Av. Daniel Comboni, 1282- Centro
Telephone: (69) 3461-2108/8424-8021

Porto Velho

Rua Benjamin Constant, 308
Arigolândia
Telephone: (69) 3229-9386/3221-5707



"É importante reconhecer o trabalho de quem cuida da gente com tanto carinho. Em tratamento em São Paulo, desde 2008 contra o câncer, só tenho a agradecer o bom atendimento realizado por essa unidade. A cada ano que passa, sou grata por ser tão bem atendida por todos da Unimed Ji-Paraná. Nessas idas e vindas, e de lá para cá, meu relacionamento se fortalece. Ser bem tratada não tem preço!"

Erzi Dias Souza - Cacoal

Foco na solução

Para oferecer atendimento cada vez melhor, a Cooperativa de Trabalho Médico disponibiliza para você mais um canal de relacionamento em que seus questionamentos são tratados com imparcialidade, transparência e autonomia.

Se eventualmente, você não obteve sucesso ao buscar solução para seu pedido ou reclamação através das áreas convencionais de atendimento ao cliente, recorra à **Ouvidoria Unimed**.

ATENDIMENTO

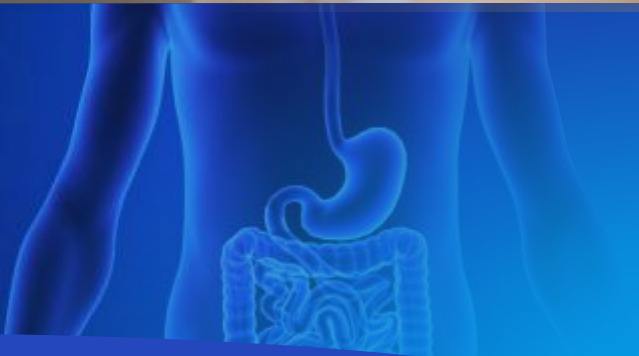
Seg à Sex
(das 08h às 12h e
das 14h às 18h)

ouvidoria@unimedjpr.com.br



Este canal de atendimento não é apto para solicitação de esclarecimentos referente à cobertura assistencial ou pedido de autorização.

A Unimed Ji-Paraná valoriza o relacionamento e a proximidade com os clientes



Dr. Bartolomeu Basílio
Gastroenterologia e Endoscopia Digestiva

Gastroenterologia e Endoscopia Digestiva Adulto / Pediátrica

Dr. Bartolomeu Basílio
Gastroenterologia e Endoscopia Digestiva
CRM-RO 1655 / RQE 1094 / RQE 1141

Center Clínica - Av. Transcontinental, 1022 - Casa Preta, Fones: (69) 3416-9391/98427-9324 - Ji-Paraná/RO
Emergência Hospital HCR - Rua Almirante Barroso, 1530 - Centro - Ji-Paraná/RO



PERGUNTAS FREQUENTES

Esclareça algumas dúvidas sobre seu plano de saúde

Dariamente, a Unimed Ji-Paraná recebe centenas de ligações de beneficiários com algumas dúvidas sobre o uso do plano, principalmente em relação aos processos de autorização e rede credenciada.

Assim, para esclarecer essas e outras questões, confira as Perguntas Frequentes da revista **Bem Viver**, que traz um guia prático com algumas das principais dúvidas.

O que é carência?

Carência é período que deve ser aguardado para ser atendido pelo plano de saúde em um determinado procedimento, de acordo com o início de vigência do contrato.

Quais são as carências dos planos?

- 24 horas para acidentes pessoais;
- 30 dias para consultas e exames simples;
- 180 dias para exames especiais;
- 180 dias para internação clínica ou cirúrgica;
- 300 dias para parto.

Ainda não recebi a minha carteirinha. Como faço para ser atendido?

Contate a nossa Central de Atendimento ao Cliente SAC pelo 3411-3800 para obter o número do seu cartão ou procure a Unimed de sua cidade para saber quais os procedimentos necessários para ser atendido sem a carteirinha.

O que é Rol de procedimento ANS?

É uma listagem elaborada pela Agência Nacional de Saúde Suplementar - **ANS**, na qual constam os procedimentos que obrigatoriamente deverão ser cobertos pelas operadoras de planos de saúde. O mesmo é aplicado apenas aos contratos novos, ou seja, aqueles assinados a partir de janeiro de 1999, quando entrou em vigor a lei de plano de saúde (Lei 9656/98).

Como devo proceder se eu perder meu cartão de identificação Unimed?

Você deve entrar em contato imediatamente com o Setor Relacionamento com o Cliente, através do telefone (69) 3411-3800, para impedir o uso do cartão por terceiros. Em seguida, deve solicitar a impressão da 2ª via e apresentar o Boletim de Ocorrência, para que não ocorra cobrança referente à emissão do novo cartão. Caso o mesmo tenha apenas quebrado, o cliente deve solicitar uma 2ª via.

O Plano Regional dá atendimento de urgência/emergência em nível nacional?

Sim. Em caso de urgência/emergência fora da área de abrangência do Plano Regional, o cliente poderá ser atendido hospital/rede credenciada, desde que seja caracterizado pelo médico assistente.

Posso ser atendido pelo plano de saúde em qualquer lugar do país?

O atendimento é garantido na área de abrangência geográfica prevista no contrato. Por exemplo, se o plano de saúde for de cobertura nacional, o atendimento será obrigatório em todo o território nacional, desde que seja rede credenciada. Com cobertura regional está limitada a área de atuação da Unimed Ji-Paraná.

Como encontrar um médico/consultório/hospital que tenho direito?

Por meio do site da Unimed Ji-Paraná na aba 'Guia Médico' você pode pesquisar sua rede de atendimento para clínicas, laboratórios e hospitais. Caso não encontre a especialidade que procura no guia, entre em contato com o SAC pelo 69 3411-3800.

Caso eu mude de endereço preciso avisar a Unimed?

Sim, quando ocorrer alguma mudança nas informações do cadastro do cliente, tais como mudança de endereço, telefone, por exemplo, a Unimed Ji-Paraná deve ser informada. Nos casos de planos empresariais, informe sua empresa sobre as mudanças para que ela possa encaminhar à Unimed.

Saiba identificar seu **cartão** Unimed Ji-Paraná

Informação necessária para facilitar o recolhimento correto da alíquota da contribuição ao INSS.

Tipo de acomodação contratada.

Data de início do direito ao plano

Data da validade do cartão.

A Rede de Prestadores que o cliente tem direito e o Tipo de Prestador: refere-se ao tipo de prestador que o cliente contratou, conforme classificação do Manual de Intercâmbio Nacional.

Código do cliente.

Código da Unimed do local de atendimento do cliente.

Nome da empresa ou contratante do plano.

Define a amplitude de cobertura assistencial do plano de Saúde.

Abrangência contratada, podendo ser Nacional, Grupo de Estados, Estadual, Grupo de Municípios ou Municipal.

Código da via do cartão.

Data de Término de Vigência da Cláusula de Cobertura Parcial Temporária.

Descrição do produto contratado.

Nome do Beneficiário

Nome do produto

Unimed Ji-Paraná

0 123 123456789012 1

02/03/1967 INDIVIDUAL 31/12/2007 31/12/2007
Data de Nascimento Acomodação Vigência do plano Validade

MARIA DA SILVA A CARVALHO NA99 MASTER
Nome do Beneficiário Rede de Atendimento

0304 NÃO REGULAMENTADO NACIONAL
Atend. Plano Abrangência

01/01/2007 U JI-PARANÁ
Cobertura Parcial Temporária Contratante

AHBUATORIAL + HOSPITALAR SEM OBSTETRICIA + ODONTOLÓGICO
Segmentação Assistencial do Plano

Local onde o cliente pode ter atendimento quando Regional.

Válido somente com apresentação do documento de identidade

Eventuais alterações ocorridas na rede de prestadores poderão ser consultadas no www.unimedxxx.coop.br e no tel. XX-XXXX-XXXX

Disque-ANS 0800 701 9066 www.ans.gov.br

Área de Atuação do Produto:

NONNONO/NONONO	IMEDIATO	NONNONO/NONONO	00/00/00
NONNONO NONO/NONONO	IMEDIATO	NONNONO NONO/NONONO	00/00/00
NONNONO NONONO NO NON	IMEDIATO	NONNONO NONONO NO NON	00/00/00

NOME FANTASIA DA ADMINISTRADORA NESSE LOCAL

SAC/Informações:
(69) 3411-3800
ANS - nº 347507

Cód. Prod. ANS: 00000000000000000000
CNS 0000000000000000

ESTE CARTÃO É INTRANSFERÍVEL

Código do Produto ANS na Unimed contratada e número de registro da operadora na ANS

Carências que o cliente possui. Porém, carências já cumpridas poderão ser omitidas e a frase Sem carências a cumprir constará neste local.

Número de telefone do SAC, se a Unimed possuir o serviço.

69 3411-3800
www.unimedjpr.coop.br

Av. Transcontinental, 1019 - Centro - Ji-Paraná - RO



Use seu plano com consciência.



GUARDE SEUS EXAMES ANTIGOS: ELES VALEM MUITO.



VÁ AO PRONTO-SOCORRO APENAS SE REALMENTE NECESSÁRIO



VIVER BEM É O MELHOR REMÉDIO



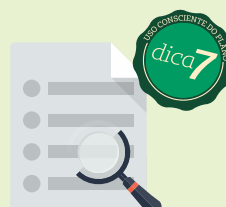
FIQUE ATENTO ÀS CONSULTAS



AUTOMEDICAÇÃO, NÃO!



CUIDE DO SEU CARTÃO QUE ELE CUIDA DE VOCÊ



FIQUE POR DENTRO DO SEU PLANO



UTILIZE OS RECURSOS ON-LINE



IDENTIFICAÇÕES SEMPRE À MÃO



CONFIRA O QUE PRECISA DE AUTORIZAÇÃO PARA ATENDIMENTO FORA DA SUA REGIÃO



CADASTRE E CONFIRA OS BENEFÍCIOS DA BIOMETRIA



SUA SAÚDE TAMBÉM DEVE CONSTAR NO CHECKLIST DE VIAGENS

Unimed 
Ji-Paraná

23
ANOS

Fone: (69) 3411-3800
www.unimedjpr.coop.br



ANS - N° 347.507