

conexão

A revista do médico Unimed

Universo Unimed •

3ª edição do Simpósio das Unimeds de MG, RJ e ES debateu os rumos e objetivos do sistema cooperativista médico e da saúde suplementar nacional

Vida de Qualidade •

Com a chegada do fim do ano, as férias se tornam um compromisso inadiável na agenda dos médicos que desejam mais qualidade e disposição na rotina

Trajetória de **determinação**

Uma das mulheres mais admiradas da TV brasileira, Glória Maria conta, com exclusividade, os segredos para se reinventar e superar desafios que resultam em crescimento e aprendizado diário

ANS - nº 363944

dmccanzian

Cuidar hoje do amanhã.

#esseéoplano

CUIDAR DE VOCÊ ESSE É O PLANO.

A UNIMED SABE QUE SEUS PLANOS
SÃO IMPORTANTES PARA SUA VIDA
E SE CUIDAR É A MANEIRA DE VOCÊ
REALIZAR CADA UM DELES.

Unimed 
Federação Minas

Carta ao Médico

Atitude transformadora

Vivemos sempre tentando garantir que o amanhã seja melhor que hoje. A transformação é intrínseca ao ser humano. E é isso que nos conduz à ininterrupta busca pelo aperfeiçoamento das atividades e pela melhoria dos serviços prestados.

O Simpósio das Unimeds de Minas Gerais, Espírito Santo e Rio de Janeiro, realizado no fim de agosto, em Ouro Preto, incitou importantes reflexões acerca do papel do sistema cooperativista e dos caminhos que estamos trilhando para alcançá-lo com plenitude. Nesse contexto, a mudança se mostra uma importante aliada na conquista dos objetivos. Não conseguimos resultados diferentes se percorremos o mesmo caminho.

Ao fim do Simpósio, a jornalista Glória Maria nos presenteou com a sua história de superação de limites e adaptação a novos cenários. As experiências dela nos mostram o quão importante o amadurecimento e o aprendizado contínuo são para alcançarmos nossos objetivos de progresso. Conheça e se inspire nas vivências da repórter, que transitou por diferentes áreas do jornalismo e aceitou, com entusiasmo, aventuras que a fizeram repensar anseios e limites, por meio de uma entrevista exclusiva concedida à equipe da **Conexão Unimed** (páginas 16 a 19).

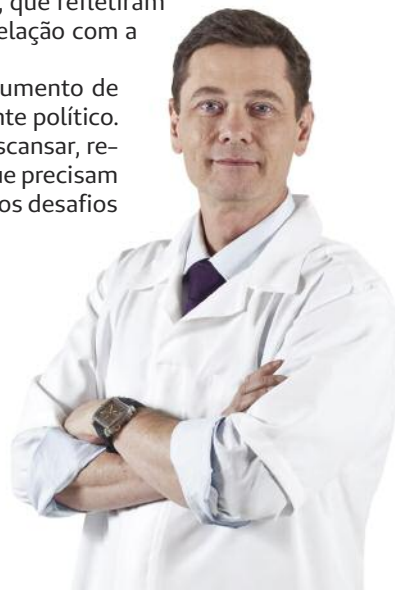
Alguns fundamentos básicos fazem parte desse dinâmico processo de renovação, e a confiança em nós mesmos é um deles. Sem a autoconfiança e estima elevada, nós, médicos, não conseguimos prezar, com qualidade, pela saúde do outro, afetando assim todo o nosso trabalho e vida. Este assunto é abordado em uma das reportagens desta edição, que também traz uma avaliação do atual cenário econômico brasileiro.

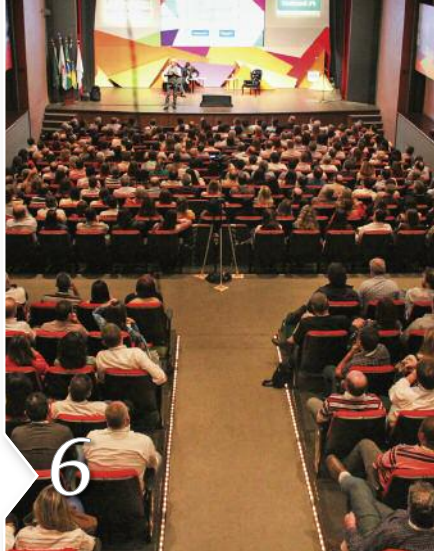
Entender a movimentação de mercado, diante das grandes mudanças políticas deste ano, se torna condição fundamental para avaliarmos os investimentos e as metas para o próximo ano. Para auxiliar-nos nessa compreensão, trazemos a opinião de dois especialistas da área: o economista Alexandre Schwartsman e o sociólogo Demétrio Magnoli, que refletiram sobre o panorama econômico brasileiro e sua relação com a conjuntura mundial.

Somos o pilar da saúde nacional, um instrumento de melhoria da vida das pessoas e importante agente político. Por isto, vamos aproveitar o fim do ano para descansar, repensar projetos e ações e avaliar as mudanças que precisam ser feitas para iniciarmos 2015 prontos para novos desafios e transformações.

Boa leitura!

Marcelo Mergh Monteiro
Presidente Executivo





6

Universo Unimed

Integração, direcionamento e mais conhecimento foram os pontos fortes do Sósio das Unimeds de MG, ES e RJ



8

Cenário

Economia brasileira enfrenta dificuldades. Veja opinião de especialistas



14

Comportamento

Se não tratada, baixa autoestima pode levar a estagnação da vida pessoal e profissional

conexão
A revista do médico Unimed

Capa

Com cerca de 40 anos de profissão, a jornalista e apresentadora Glória Maria já atuou em diferentes áreas e localidades, sempre com o propósito de aprender e superar seus próprios limites

16



ANS - nº 36394-4

Expediente: Revista Conexão - Publicação da Unimed Federação Minas • **Diretoria Executiva:** Marcelo Mergh Monteiro - Presidente Executivo / Cláudio Laudares Moreira - Diretor de Integração e Mercado / Paulo César de Araújo Rangel - Diretor de Controle • **Conselho Federativo:** Helton Freitas - Intrafederativa Inconfidência Mineira / Antônio de Pádua Brandão Raposo - Norte de Minas / Alberto Fuad Bichara - Intrafederativa Triângulo Mineiro/ Hugo Campos Borges - Intrafederativa Zona da Mata / Dilson Lamaita Miranda - Intrafederativa Sul de Minas / Gulivert Hudson Melo de Oliveira - Intrafederativa Leste Nordeste • **Conselho Fiscal:** João Luiz Coutinho Crespo - Unimed Barbacena / Miguel José de Vito - Unimed João Monlevade / Jorge Henrique Moreira Agostinho - Unimed Araguari / André Luiz Botrel Ferreira - Unimed Lavras / Luiz Antônio Hooper de Souza - Unimed Vale do Aço / Cássio Costa - Unimed Montes Claros • **Junta Eleitoral:** Délio Pereira dos Santos, da Unimed Três Vales / Neli Nunes Coelho Torres, da Unimed Sete Lagoas/ Luiz Gonzaga de Rezende Júnior, da Unimed Monte Carmelo • **Conselho Editorial:** Luiz Otávio Andrade - Assessor de Regulação e Saúde Integral / Sheyla Bertholascete Leite - Superintendente de Desenvolvimento e Relacionamento / Cristiano Silva Rocha - Superintendente de Negócios / Rony Hudson Flóres - Gerente de Comunicação e Marketing / Ana Cristina de Azevedo - Analista de Comunicação e Marketing • **Edição:** Rony Hudson Flóres e Ana Cristina de Azevedo • **Jornalista Responsável:** Flávia Rios MT 06013 • **Produção Editorial:** Rede Comunicação de Resultado - Tel. (31) 2555-5050 • **Coordenação de produção:** Jeane Mesquita, Lúcia Linhares e Viviane Miranda • **Redação:** Pamella Berzoini, Rayane Diegues e Viviane Miranda • **Revisão:** Liza Ayub • **Foto de capa:** Tomich Produções Artísticas - Gláucia Rodrigues • **Identidade visual e editoração:** Arte Grafia Comunicação - Tel.: (31) 2515-1888 - E-mail: artgrafia@uol.com.br" artgrafia@uol.com.br • **Pré-impressão e impressão:** Gráfica Formato • **Tiragem:** 16.800 exemplares • **Fale conosco:** (31) 3277-2584 • **E-mail:** comunicacao@unimedmg.coop.br • **Endereço:** Av. Brasil, 491, Santa Efigênia, CEP: 30140-001 Belo Horizonte - MG - www.unimedmg.coop.br • **É permitida a reprodução de qualquer matéria desde que citada a fonte. As opiniões dos artigos assinados são de responsabilidade dos autores.**



20

Vida de Qualidade

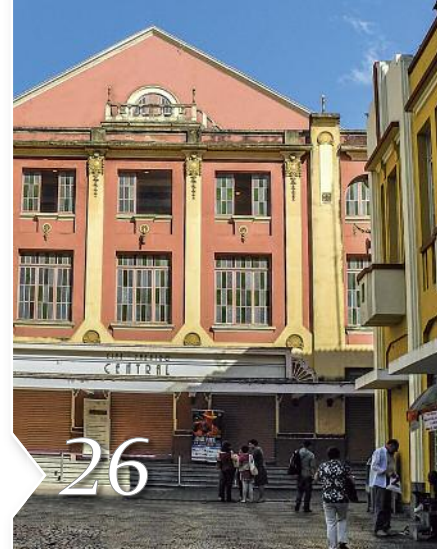
As férias são um período de renovação de energia e diversão com a família e amigos



24

Estilo

Moda e cuidado com aparência auxiliam no relacionamento e tratamento de pacientes



26

Aqui tem Unimed

Juiz de Fora encanta pelas características interioranas e cosmopolitas

12 Estetoscópio (notas) – Fique por dentro do processo de aprovação de uma nova geração de drogas para o combate da hepatite C e da determinação que trata do uso de jaleco por profissionais da saúde

13 Estetoscópio (reflexões do Simpósio) – Judicialização do sistema de saúde, relacionamento com a mídia e incentivo à prevenção foram as reflexões de destaque durante o Simpósio das Unimeds de MG, ES e RJ

30 Tempo Livre – Os novos ares e ensinamentos trazidos pelas viagens e hobbies, como fotografia e gastronomia, são alguns dos passatempos dos médicos desta edição



Credenciado





De Minas para o BRASIL

Simpósio das Unimeds de MG, ES e RJ debate temas de grande importância para médicos e para a saúde suplementar no Brasil

Ouro Preto foi sede do terceiro maior evento do Sistema Unimed nacional, o *Simpósio das Unimeds de Minas Gerais, Espírito Santo e Rio de Janeiro*, ocorrido no fim de agosto.

O evento reuniu cerca de 900 pessoas, em sua maioria lideranças das cooperativas médicas do Sistema, para alinhar estratégias entre os três estados, com foco único na geração de melhores resultados. O Simpósio contou com o patrocínio da Sescop/Ocemg, Sistema OCB/ES, OCB/RJ, Unimed do Brasil, Unicred MG, FESC, Central Nacional Unimed, Seguros Unimed, IBBCA Administradora de benefícios e Asben Administradora de benefícios, importantes parceiros e incentivadores deste evento.

Com o tema central *Em busca do Ouro – Objetivo Único Resultados Otimizados*, o Simpósio estimulou a reflexão sobre a trajetória do Sistema Unimed, no atual setor nacional de saúde suplementar, e o debate das evoluções necessárias nas cooperativas para maior valorização do trabalho do médico cooperado.

Para o presidente da Unimed Federação Minas, Marcelo Mergh Monteiro, a realização de mais uma edição do *Simpósio das Unimeds* reforça uma importante mensagem para as cooperativas. “Sob a

ótica da união e intercooperação, estamos no caminho certo. Juntos, conseguimos avaliar de maneira concreta e sensata as mudanças que impactaram o cenário nacional da saúde suplementar. Nosso papel é buscar os melhores resultados em nosso trabalho e promover o desenvolvimento de todo o setor no Brasil”, enfatiza.

Esse direcionamento é também motivo de orgulho para o presidente da Unimed do Brasil, Eudes de Freitas Aquino. “São três estados que se uniram para conjugar esforços, ideias e contribuições importantes para o cooperativismo nacional. Além do sentido emblemático, o *slogan* do evento nos traz algumas reflexões. Para conquistarmos o ouro, precisamos inovar e criar soluções para superar os obstáculos criados, muitas vezes, de forma desavisada por entidades e órgãos que não conseguem entender o verdadeiro papel do sistema cooperativista no Brasil”, pontua.

A opinião é reforçada pelo presidente da Unimed Federação do Espírito Santo, Alexandre Augusto Ruschi. “É com muita alegria que tivemos tantos participantes durante este evento. Espero que essa terra dos inconfidentes nos leve a novos rumos neste ano tão importante para o país. Estamos precisando de uma nova realidade na saúde suplementar. A

Unimed do Brasil está pronta para cumprir o seu papel institucional e social de criar uma agência positiva para a sociedade brasileira”, afirma.

Para o presidente da Unimed Federação Rio de Janeiro, Euclides Carpi, que será o anfitrião da próxima edição do Simpósio das Unimeds, a ser realizada em 2015, a oportunidade foi ímpar, principalmente pelo simbolismo da cidade escolhida como sede. “Foi no berço da história desta terra que muitos debates e ideais encheram de orgulho os brasileiros por seus princípios republicanos. E, muitos anos depois, estamos juntos aqui, novamente, na busca dos ideais unimedianos, que são sustentados por nossa crença maior: o cooperativismo médico.”

Programação completa

Durante quatro dias, os participantes usufruíram de uma rica programação. Dentre as palestras com foco no Sistema Unimed, destaque para a *Procapcoop*, que abordou a linha de crédito para as cooperativas, ministrada pelo diretor de Desenvolvimento Social do BNDES. O representante explicou o processo que visa promover o fortalecimento da estrutura patrimonial das cooperativas e a melhoria da prestação dos serviços de saúde.



O diretor de Integração e Mercado da Unimed Federação Minas, Cláudio Laudares, mediu mesa-redonda sobre o Papel da Mídia no setor de saúde



Durante o evento, representantes refletiram sobre os caminhos e horizontes do Sistema Unimed

Seguindo esse direcionamento, o diretor-presidente da Unimed Noroeste, Leandro Zambon, proferiu a respeito dos *Desafios e perspectivas quanto à remuneração do trabalho médico*, um dos principais debates da área médica atualmente.

Os médicos e representantes do Sistema também foram convidados a participar da mesa-redonda sobre *Controle e redução de despesas administrativas*, com a presença do presidente da Unimed Uberlândia, Elias Izeth Domingos, do diretor administrativo-financeiro da Unimed Vitória, Marcus Azevedo Tanure, e do diretor financeiro da Federação Rio e presidente da Unimed Resende, João Alberto da Cruz. Eles discutiram alternativas e métodos de gestão para que as despesas administrativas, operacionais e de tecnologia sejam melhor empregadas,

resultando em mais produtividade e eficiência para as cooperativas.

Outro assunto abordado foi a *Importância do intercâmbio*, que teve a presença do presidente da Seguros Unimed, Rafael Neto, do presidente da Federação Minas, Marcelo Mergh, e do diretor de Integração Cooperativista e de Mercado da Unimed do Brasil, Valdmário Rodrigues Júnior. O grupo delineou os novos caminhos para o fortalecimento das singulares no setor de saúde suplementar, sendo o intercâmbio um processo de troca e manutenção da rede cooperativista, visto os resultados que gera ao Sistema Unimed.

Para estimular a reflexão acerca do papel da justiça, da política e da mídia na promoção da saúde e do cooperativismo médico, a programação ainda incluiu mesas-redondas temáticas com a presença

de representantes de instituições externas ao Sistema Unimed, como parlamentares, jornalistas, juizes e desembargadores. No âmbito político-econômico, as palestras ficaram a cargo do sociólogo Demétrio Magnoli, que proferiu sobre as mudanças vividas na atualidade do país, e do economista Alexandre Schwartsman, que discorreu a respeito do cenário econômico brasileiro e os desafios enfrentados (página 8).

Os convidados também foram prestigiados com a presença de personalidades ilustres, como a publicitária e consultora de moda Cris Guerra, que fez uma analogia entre vestuário e relacionamento entre paciente e profissionais de saúde (página 24), e os jornalistas Caco Barcelos, que falou sobre liderança e sociedade, e Glória Maria, que convidou os presentes a refletir acerca de renovação e crescimento, tema da matéria de capa desta edição da Conexão Unimed.

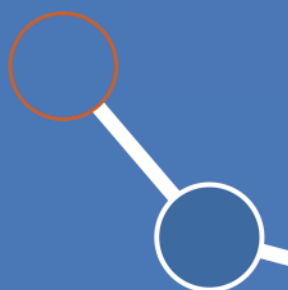
Referências de atuação

Ao todo, 27 cooperativas dos três estados apresentaram projetos bem-sucedidos no *Prêmio Experiências de Sucesso*. O objetivo é reconhecer as iniciativas das singulares que mais trouxeram resultados à gestão interna e à promoção de saúde dos beneficiários. Na categoria *Atenção à saúde*, a Unimed-BH foi a vencedora com o projeto *Redução da cesariana sem indicação*. Na categoria *Relacionamento com o Cooperado*, a Unimed Sul Fluminense conquistou o prêmio com o case *Consulta é compromisso*. E na categoria *Redução das Despesas Administrativas e/ou assistenciais*, o vencedor foi a Unimed Vitória, com o projeto *Novo modelo de remuneração de hospitais*.

A gerente de Operações da Unimed Vitória, Renata Loures, apresentou o case *Novo Modelo de Remuneração Médica*, ganhador na categoria *Redução das Despesas Administrativas*



Reerguendo as estru



Após intenso crescimento, Brasil vive um período conturbado na economia nacional. Quais são as mudanças e os desafios que vêm pela frente?





turmas

Em apenas três anos, o Brasil viu sua taxa de crescimento econômico cair de 4,3% ao ano, em 2010, para 2,3%, em 2013, deixando a população receosa com a drástica virada do Produto Interno Bruto (PIB). Além disso, no último triênio, a inflação média ficou em 6,1% ao ano, superando a meta do governo de 4,5%, desde 2000. Em um período político tão importante para o país, entender o que aconteceu com a economia nacional é fator fundamental para rever investimentos, objetivos e desafios em todos os segmentos.

Embora alguns analistas creditem a desaceleração econômica a fatores externos, como o baixo crescimento de países da Europa e da América do Norte em consequência da crise de 2008, o economista, colunista da Folha de São Paulo e ex-diretor de Assuntos Internacionais do Banco Central, Alexandre Schwartzman, apontou outra análise em palestra realizada durante o *Simpósio das Unimeds de Minas Gerais, Espírito Santo e Rio de Janeiro*, no fim de agosto (confira na página 6).

Para ele, se contemplar a expansão do Brasil e de outros países entre 2009 e 2011 e, depois, de 2012 a 2014, percebe-se uma disparidade expressiva de ritmo. “Enquanto o mundo estava em crise, o Brasil se manteve bem e, quando os outros países retomaram seu crescimento, a economia nacional despençou. Ainda que a crise de 2008 tenha influenciado um pouco, o momento que o país vive não é reflexo direto desse cenário.”



Fotos: Tomich Produções Artísticas

Para Alexandre, PIB menor reflete a queda do número de profissionais ativos

Possíveis causas

Na opinião de Alexandre Schwartzman, as origens da instabilidade econômica são domésticas. Uma delas está ancorada na redução do crescimento da produtividade, que vinha em um ritmo acelerado entre 1990 e 2006 em função de diversas iniciativas reformistas, como abertura comercial, financiamento habitacional, privatização de setores e criação de crédito consignado. Ele explica que, após 2006, houve uma desaceleração da expansão, muito em função do aumento do preço de *commodities*, dos investimentos sociais e dos escândalos de corrupção política, que redirecionaram os esforços para outros temas.

Outro fator que elucidaria esse cenário é o fato de haver um menor número de pessoas trabalhando no país. “A população em idade ativa, que corresponde aos habitantes com mais de 15 anos de idade, em 2004, crescia a 2% ao ano. Hoje, ela

caiu para 1%. O envelhecimento da população é um fenômeno demográfico, mas o cenário não é resultado apenas disso”, revela o especialista.

Essa análise demonstra que a população economicamente ativa, que realmente está trabalhando ou buscando emprego, está encolhendo. Uma das possibilidades encontra-se no comportamento de jovens de 18 a 24 anos, que, na década de 2000, correspondiam a 70% deste grupo e, nos últimos quatro anos, caiu para 66%.

Programas de financiamento da educação e o comportamento da nova geração, que prioriza o trabalho informal, podem ser alguns dos fatores que levaram a essa retração. “Estamos diante do pior quadro possível. Se nós temos menos gente trabalhando e, em paralelo, uma queda do crescimento da produtividade, o PIB realmente vai crescer muito menos e os investimentos começarão a ir embora”, observa Schwartzman.

Somado a isso, ainda há a inflação, que a cada dia mais impacta a competitividade de vários setores. “Os salários estão crescendo mais que o país e a produtividade, gerando custos altos para a indústria e o setor de serviços. Se essas áreas sofrem, têm que cortar custos, e é aí que o medo do desemprego nos assola novamente.”

O economista pontua que a inflação está sendo contida por duas decisões equivocadas e que, em breve, serão insuficientes para impedir o aumento do



índice. “Uma é o não reajuste do preço de gasolina e energia e a outra é o congelamento da taxa cambial, que, desde março, está a 2,20. O governo não deveria interferir nessas questões, pois isso não é realismo fiscal e, em longo prazo, prejudicará a economia do país.”

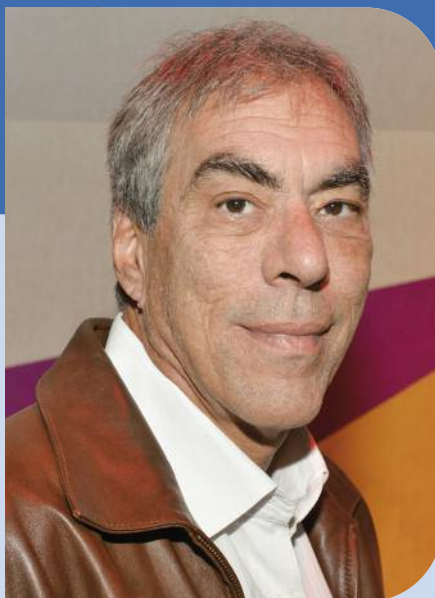
O baixo desempenho fiscal relacionado ao *superávit* do governo, isto é, a economia feita para quitar juros da dívida pública, também contribuiu para os atuais resultados. Entre 2003 e 2008, o governo produzia um *superávit* correspondente a 3% do PIB; hoje, ele não chega a 1%, o que influencia no valor que o país detém para investimentos.

Segundo o sociólogo e colunista da Folha de São Paulo, Demétrio Magnoli, também presente ao *Simpósio das Unimeds*, a combinação desses três fatores – cumprimento da meta de inflação a 4,5%, câmbio flutuante e *superávit* positivo – pode ser entendida como o tripé macroeconômico que vinha sendo priorizado na política nacional desde a década de 90 para garantir estabilidade econômica, e que se deteriorou nos últimos anos. “O mais difícil será fazer as tão sonhadas reformas tributária, trabalhista e política para reorganizar a estrutura de governo, restabelecer a credibilidade interna e externa e reduzir o custo Brasil com investimentos em infraestrutura”, reflete.

Cenário internacional

Demétrio Magnoli também fez uma avaliação da economia internacional que repercutiu no panorama brasileiro da atualidade. Segundo ele, o país está vivenciando o encerramento de dois ciclos: um econômico internacional e o outro político nacional do lulo-petismo, sendo ambos compreendidos com a entrada da China no mercado mundial.

Um forte exemplo do impacto já provocado é o fato de que, em 1980, os Esta-



Entrada da China na economia é um dos fatores apontados por Demétrio para as mudanças no cenário internacional

dos Unidos eram responsáveis por 25% do PIB mundial e, hoje, correspondem a 18%. E o tigre asiático, que, em 1980, correspondia a 2%, agora, contribui com quase 18%. “Vivemos uma grande transformação e isso não quer dizer uma decadência americana, e sim, que décadas após as duas grandes guerras mundiais, outras economias se tornaram importantes. A americana, que continua sendo a maior do mundo, se normalizou dentro de um quadro cada vez mais multipolar”, diz.

A China se tornou o principal produtor e exportador de manufaturados, sendo os Estados Unidos o maior importador. Esse quadro, de acordo com Demétrio Magnoli, depois de muitos anos, levou à raiz da crise econômica de 2008. “Segundo manuais de Bancos Centrais de diversos países, um longo período de crescimento econômico gera pressões inflacionárias, que devem ser combatidas com o aumento das taxas de juros, retirando dinheiro do mercado e reduzindo o consumo.”

No entanto, essa regra não se aplicou ao país norte-americano e a outras grandes economias do Ocidente entre 2000 e 2009, pois os itens com menor custo impediram a inflação e aumentaram o consumo. “Estava sobrando muito dinheiro no mundo, o que não provocou aumento

de preços, mas provocou o crescimento da inflação do mercado imobiliário e de ações. O estouro dessa ‘dupla bolha’ se deu em 2008”, recorda o sociólogo.

A outra consequência da entrada da China foi que a nação também se transformou na maior importadora de *commodities* como combustíveis, alimentos e matérias-primas minerais e agrícolas. Com a alta procura, houve uma explosão extraordinária dos preços desses produtos, estimulando a economia de países exportadores. “Isso teve consequências econômicas e políticas. Brasil, Venezuela e Rússia, por exemplo, viveram como veleiros empurrados por um forte vento de polpa e experimentando um crescimento exorbitante. Do ponto de vista político, ainda influenciou a permanência no poder e a popularidade de estadistas como Vladimir Putin, da Rússia, e Hugo Chaves, da Venezuela, mesmo eles sendo considerados ditadores”, acrescenta Demétrio Magnoli.

No entanto, o país asiático, após um desenvolvimento significativo, também está alcançando o seu equilíbrio. “Os chineses estão exportando menos produtos manufaturados, pois os mercados consumidores estão saturados e importando menos. Com isso, eles precisam direcionar os esforços para o mercado interno, e a previsão é que o crescimento do país seja menor nas próximas décadas”, vislumbra.

Com o desaquecimento da economia asiática, as *commodities* deverão reduzir os preços dos produtos, o que levará os demais países a tomar novas medidas. “Aqueles que ficaram reféns dessa alta demanda já estão sofrendo, pois os preços estão caindo. Sobreviverão apenas os mercados que forem bastante competitivos e tiverem diferenciais de tecnologia e qualidade para oferecer ao tigre asiático.”

Este é o nosso
novo cartão.



A CREDIBILIDADE E A QUALIDADE DA SEGUROS UNIMED VOCÊ JÁ CONHECE. **MAS O CARTÃO É NOVIDADE.**

Nós, da Seguros Unimed, estamos nos renovando constantemente para atender aos nossos clientes cada vez melhor. Por isso, a partir de agora, o cartão do segurado ganhou um novo visual, seguindo a nova identidade e logotipo da Seguros Unimed. E, para que todos se adequem à mudança, o processo será feito de forma gradativa. Assim, o cartão atual continua valendo até a vigência.

Esperamos que tenha gostado da novidade.

www.segurosunimed.com.br



Patrocinadora Oficial da Seleção Brasileira.



Orientações para estabelecimentos de saúde

A Anvisa lançou o manual Conforto Ambiental em Estabelecimentos Assistenciais de Saúde, já disponível para consulta pela internet no portal da Agência. O guia tem orientações para a melhoria dos ambientes de promoção à saúde a fim de aumentar a comodidade de pacientes, trabalhadores e demais usuários desses estabelecimentos. As orientações buscam, ainda, um equilíbrio entre as determinações dos regulamentos técnicos e as diversidades ambiental, social e cultural presentes frente à concepção predial de hospitais, clínicas e postos de saúde, por exemplo.

A publicação, separada em capítulos, será distribuída na versão impressa a vigilâncias sanitárias, hospitais e profissionais de saúde, entre gestores, projetistas de prédios hospitalares e autoridades da área. Em 2002, com a publicação da Resolução da Diretoria Colegiada (RDC) nº 50, a Anvisa apresentou as primeiras disposições sobre o assunto para as unidades de saúde brasileiras, com noções de conforto térmico, acústico e luminoso. O novo manual aprofunda essas diretrizes e abrange questões nos âmbitos olfativo, ergonômico e visual.

Tratamento inovador

Uma nova geração de drogas para o tratamento contra a hepatite C está em processo de aprovação pela FDA, agência americana que regulamenta fármacos. O medicamento, que não apresenta efeitos colaterais graves, inibe as enzimas ligadas à replicação do vírus HCV sem o uso do interferon, substância presente nos tratamentos convencionais e responsável por sérios efeitos adversos.

Atualmente, a hepatite C, principal causa de transplantes de fígado em todo o mundo, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), possui tratamento lento, com inúmeras implicações aos pacientes e eficácia inferior a 80%. A expectativa é que o novo medicamento tenha êxito de quase 100%, com o tratamento concluído em até 12 meses.



Sem riscos para a saúde

A nova lei que proíbe o uso de jalecos e uniformes hospitalares fora das unidades de saúde no Estado já está em vigor. A norma, que se encontra na Lei 21.450, artigo 83 do Código de Saúde de Minas Gerais, com o inciso "zelar pelo uso adequado das vestimentas de biossegurança e dos equipamentos de proteção individual e não permitir que os funcionários deixem o local de trabalho utilizando-os", tem o objetivo de evitar possíveis contaminações, visto que os

trajes podem transportar germes, sendo um risco aos pacientes.

A Vigilância Sanitária Municipal será a responsável por fiscalizar o cumprimento da normativa e a Vigilância Estadual terá a função de coordenar e, quando necessário, executar ações temporais. Caso algum profissional descumpra a lei, o estabelecimento empregador será notificado. A Secretaria de Estado de Saúde ainda não definiu as penalidades a serem aplicadas.

Reflexões durante o Simpósio das Unimeds de ES, MG e RJ

“Quando divulgamos uma situação em que o paciente encontra-se no hospital em condições precárias a espera de tratamento incomodamos e estimulamos rapidamente a mudança. As operadoras precisam aprender a vender a notícia para a imprensa. Esse vender é fornecer informações aprofundadas, com números, explicando projetos bem sucedidos e programas de promoção da saúde que melhoraram a vida das pessoas. Pois, se checarmos e formos conferir sem aviso prévio, e aquilo não for muito embasado, será pior para todos os envolvidos, pois o caso se tornará público”.



Tomich Produções Artísticas

Vanda Sampaio

Jornalista, repórter especial do Jornal Nacional da Band

Divulgação CNU



“O momento é de prevenção. A expectativa e a qualidade de vida aumentaram. Seguiu-se o progresso. Melhores condições de higiene e saneamento, mais recursos para a produção e a conservação de alimentos, além do desenvolvimento de novas ferramentas. Tudo isso tem contribuído para que os esforços agora sejam outros: precisamos buscar a prevenção na promoção da saúde. Somos agentes facilitadores, precisamos garantir mais acesso à informação e impulsionar a conscientização”.

Mohamad Akl

Presidente da Central Nacional Unimed (CNU) desde sua criação, em 1998

“A judicialização é um grande problema para o sistema de saúde, pois cria dois níveis. Aqueles do andar de cima, que têm acesso à justiça e quase tudo que necessitam, e os do andar de baixo, que é onde está o resto da população majoritariamente carente de recursos sociais, educacionais e econômicos. Nenhum sistema de saúde no mundo consegue dar tudo a todos. A grande maioria dos processos no Brasil é baseada em um direito irrestrito, o que tem prejudicado a gestão pública. Cria um sistema ineficaz, pois se gasta com tratamentos cuja evidência científica não é sólida e sem nenhuma consideração de custo e efetividade, capacidade orçamentária do estado e as prioridades de saúde da população. Precisamos mudar a interpretação desse direito e melhorar as evidências científicas para que as decisões considerem mais as razões técnicas e de políticas públicas do país”.



Tomich Produções Artísticas/Glácucia Rodrigues

Daniel Wang

Pesquisador do projeto “A legitimidade do direito à saúde”, da Harvard Law School e Michelsen Institute da Bergen University (Noruega). Pós-doutorando na London School of Economics and Political Science

Autorreconhecimento POR MEIO DO

Já dizia o filósofo grego Epíteto: “As pessoas não são perturbadas por eventos, mas pela visão que têm deles”. E como você se enxerga diante do mundo? A partir dessa interpretação de si mesmo, o indivíduo constrói o que é chamado de autoestima. Mas, diante de um mundo cada vez mais competitivo e individualista, essa questão pode ser a chave para o seu sucesso ou para o seu fracasso.

O psiquiatra da Unimed-BH e mestre em Ciências da Saúde, Marco Túlio de Aquino, salienta que, para entender o significado da autoestima, é preciso saber que sentimentos são manifestações que ocorrem na interação entre a pessoa e o ambiente físico e social em que ela está inserida. “Um indivíduo não nasce com esse aspecto, que é desenvolvido no decorrer da vida e está associado à possibilidade de ele sentir-se livre e amado, de tomar iniciativas e de apresentar criatividade, o que trará positivos resultados para ele.”

Esse tipo de comportamento surge junto com a estruturação de cada um,

desde os primeiros meses de vida. “A relação com o outro, que começa no contato com os pais, forma a visão da pessoa sobre ela mesma, deixando marcas positivas ou negativas que ficam em sua personalidade”, comenta a psiquiatra e psicanalista da Associação Mineira de Psiquiatria, Marília Brandão Lemos Moraes. Diante dessa vivência, a autoconfiança e o autorrespeito são fortalecidos ou destruídos pelos adultos durante a infância, resultando na forma como se é respeitado, amado, valorizado ou encorajado a confiar em si mesmo.

No entanto, o inverso também pode acontecer. “Posso ser amado por minha família e pelos outros e, mesmo assim, não amar a mim mesmo. Posso ser admirado por meus colegas de trabalho, mas me ver como inútil. Posso projetar uma imagem de segurança

e equilíbrio que ilude todos à minha volta e, ainda assim, tremer por dentro ao sentir minha inadequação.” A observação de Marco Túlio de Aquino reflete bem um fato crescente na população: a baixa autoestima.

Um clássico exemplo é quando uma pessoa se sente incomodada ao negar algo para alguém. A ação gera um desconforto e ela acaba concordando com a situação, mesmo não achando correto, e essa atitude gera para ela um alívio. “Quando a pessoa se julga menos capaz

Enquanto a autoconfiança é um sentimento mais racional, de segurança de si mesmo, a autoestima é construída a partir da relação com o outro, explica o psiquiatra Marco Túlio



Arquivo pessoal

OUTRO

A baixa autoestima pode prejudicar o convívio social e, por isso, deve ser cuidada e tratada

Maria Tereza Correia



Para a psiquiatra Marília, o modo como a pessoa se vê é moldado por círculos sociais, como família e amigos

do que poderia ser, não se arrisca em desafios e tem de ficar limitado àquilo que é mais cômodo, com medo do fracasso”, esclarece o psicólogo Leonardo Vasconcelos, da Unimed de Juiz de Fora. “A baixa autoestima faz com que a pessoa evite situações de conflitos, optando por não enfrentar determinada situação.”

Sempre em alerta

Quando um sentimento é recorrente e começa a gerar um problema na vida da pessoa, é preciso ficar alerta. A baixa autoestima pode colaborar no desenvolvimento de consequências clínicas, como ansiedade e depressão. Mais do que isso: pode interferir no convívio em sociedade, no crescimento profissional e na relação com amigos ou companheiros.

“Indivíduos com esse sentimento têm uma visão negativa de si mesmo e de suas relações sociais, afetivas, do trabalho e atividades em geral”, explica Marco Túlio Aquino. Com isso, a pessoa vai se sentindo isolada, mais ansiosa e com medo de lidar com algo que ela não pode – na visão dela – fazer.

Indivíduos deprimidos dão maior amplitude aos problemas, e isso acontece devido a dois elementos básicos: a tríade negativa e as distorções cognitivas. A primeira consiste na tendência de a pessoa ver-se como inadequada ou inapta e ter uma visão negativa do mundo, sem esperança que a realidade possa melhorar. “Quando ela se acha desinteressante, pensa que ninguém gosta do trabalho dela, que nunca será feliz”, exemplifica o psiquiatra. Ele ressalta que essas interpretações podem resultar em comportamentos depressivos. O segundo elemento trata de sentimentos adquiridos no decorrer da vida, associados a experiências, aprendizados, observações e avaliações da pessoa sobre si mesma e sobre o mundo a sua volta.

Como tratar?

Ao questionar os especialistas a respeito da melhor forma de tratamento para casos de baixa autoestima, todos são unânimes em responder que a psicoterapia é a melhor opção. “É uma ótima forma de uma pessoa trabalhar suas dificuldades e descobrir os motivos que resultaram a baixa autoestima. A única diferença é a linha de trabalho que o terapeuta vai utilizar – psicanalista, cognitiva, comportamental e sistêmica”, comenta Marília Morais.

Marco Túlio de Aquino reforça que os procedimentos psicoterápicos permitem que o indivíduo reconheça e entenda a origem do problema. “Ele terá a oportunidade de trabalhar mudanças em padrões cognitivos adquiridos no decorrer da vida e que estejam associados às experiências e aprendizados. Uma das características mais significativas da autoestima saudável é o fato de a pessoa reagir positivamente às oportunidades da vida, seja ela no trabalho, no amor ou no lazer”, relata.



Arquivo pessoal

A baixa autoestima limita a pessoa, fazendo com que ela evite se arriscar em novos projetos e locais, esclarece o psicólogo Leonardo Vasconcelos

A reno

Fotos: Tomich Produções Artísticas

Glória Maria, uma das mulheres mais inspiradoras da TV brasileira, revela o segredo para se reinventar permanentemente e equilibrar o status de referência feminina com a vida pessoal



vação de CADA DIA

A célebre frase do cantor Raul Seixas – “eu prefiro ser uma metamorfose ambulante” – resume certamente o que pensa e como vive Glória Maria. Ao longo de 40 anos de profissão, a jornalista e apresentadora da Rede Globo já realizou distintos trabalhos e enfrentou diferentes desafios.

Começou a carreira cobrindo marcantes acontecimentos políticos e econômicos nacionais e do exterior. Quando se deu conta, estava viajando por países exóticos como Mianmar, Marrocos e Vietnã, se aventurando de bungee jump na Nova Zelândia e praticando rafting nas corredeiras do Grand Canyon, nos Estados Unidos. Diante de todas essas histórias, o que mais contagia é a determinação e bom humor marcantes da jornalista e a sua vontade de superar os próprios limites.

*Nesta entrevista exclusiva à revista **Conexão Unimed**, realizada durante o Simpósio das Federações das Unimed de Minas Gerais, Espírito Santo e Rio de Janeiro, em Ouro Preto, Glória Maria conta como consegue se reinventar diariamente nos âmbitos pessoal e profissional, definindo suas inspirações para encarar a vida como uma escada evolutiva, em que a conquista do topo acontece por meio do autoconhecimento, bem-estar e crescimento interior.*

Você aborda a questão da necessidade da renovação diária. O que isso quer dizer?

Acredito que faz parte da essência do ser humano se reinventar, é um processo constante de evolução. Você não pode ficar parado, é preciso acompanhar o ritmo do planeta. A nossa alma tem uma necessidade de crescer a cada dia e se desenvolver. Ao longo da minha vida, quis fazer coisas novas, ser reconhecida como uma pessoa que sempre deu um passo, que foi em frente. Nascermos um bebê e, quando percebemos, já sabemos falar, andar, construir pontes. A vida é um processo de renovação diária e quanto mais conhecimento absorvermos deste mundo, melhor para nós mesmos. Eu fui percebendo que, para fazer isso, precisava ficar mais alerta e estar pronta para superar as adversidades, os medos e os preconceitos.

Durante sua carreira, você desempenhou diferentes papéis no jornalismo. Como conseguiu se reinventar e executar atividades tão distintas?

Acho que, na vida, não podemos ficar parados, temos que tentar abrir o olhar para o mundo. Fui a primeira mulher no Brasil a cobrir uma guerra (Guerra das Malvinas) e, por muito tempo, estive envolvida com política e economia. Depois, fui para a editoria de comportamento e cultura, até chegar a apresentadora do Fantástico. Fui fazendo um pouco de tudo pois, afinal, vivemos em um planeta que está cheio de atrações para nos oferecer. Vamos encontrando ao longo da vida alguns degraus para subir. E eu quero fazer o maior número de coisas enquanto estiver viva. Quando ficava muito tempo em uma atividade, logo pensava: “não posso fazer isso para sempre, preciso tentar fazer outras coisas e ir além, me forçar a descobrir novos horizontes”.

A área médica tem passado por diversos desafios, como a precariedade da saúde pública e o envelhecimento da população em paralelo à descoberta da cura de doenças crônicas. Na sua avaliação, de que forma o profissional de saúde pode se reinventar para se adequar a esses cenários?

Acredito que todos os profissionais têm a necessidade de criar e crescer. Para isso, é preciso estar com os olhos bem abertos. E o médico tem que fazer isso de uma forma mais ampla. Os desafios vão surgindo, a sociedade vai se modificando e o profissional da área deve acompanhar esses novos cenários. Se ele não tiver sabedoria, o mundo vai caminhar para um lado e ele para outro. O médico tem a sua especialidade, mas, no meu entendimento, precisa conhecer um pouco de todas as outras áreas para ser melhor como profissional e como pessoa. ▶

Por que as pessoas têm dificuldade em mudar ou se reinventar?

Às vezes, achamos que estamos indo junto com o tempo, mas, na verdade, não vamos, ficamos acomodados na nossa casinha e depois não sabemos o motivo de as coisas não acontecerem. Ficamos tão preocupados com o outro, distraídos em saber o que ele está fazendo, melhorando ou perdendo, que não olhamos para nós mesmos e a nossa vida passa batida. É um desgaste inútil de energia. É nesse momento que você se perde e não consegue crescer e se desenvolver. Nós só queremos a vida bela, com nuvenzinha cor de rosa e muita alegria. Só que isso não representa a vida: a vida é feita de lado A e lado B. Esses momentos também são importantes para nos fazer crescer, só que nem sempre sabemos aproveitá-los dessa forma.

Como é viajar e se aventurar por tantos lugares a serviço da comunicação?

Isso é o que eu sei e o que eu gosto de fazer. O mundo está aí para conhecermos. Nós nascemos em uma cidade e em um país, mas vivemos em um planeta que é lindo. Quando viajo, não é que estou conhecendo a geografia, mas que estou diante de pessoas, de sentimentos que me fazem melhorar. Olhar para outras culturas torna as coisas mais claras e compreensíveis e nos faz amadurecer. É exatamente isso que viajar significa para mim: conhecer cada vez mais o ser hu-

mano, a alma das pessoas. Ou seja, viajar é uma descoberta de mim mesma, é uma análise interior. Quanto mais você vai para o mundo, mais se conhece.

Saberia dizer em quantos países já visitou e qual considera o mais atípico?

Já percorri quase 150 países. Eu gosto do mundo, mas a Índia, África, França e Escócia me marcaram muito pela cultura e pelas paisagens. Mas cada lugar tem a ver com a fase em que você se encontra, com o que você quer e como você é. Quanto mais eu viajo, mais eu quero ir. Não abri mão de nada para conseguir viajar dessa forma, muito pelo contrário, esse tipo de trabalho me deu muitas coisas.

Qual foi a aventura mais inusitada ou marcante de que aceitou participar?

A travessia de um balão para o outro, a 3.500 metros de altura. Até hoje eu não sei como consegui fazer aquilo. Mas esse foi um obstáculo que me deu forças para superar outras fragilidades da minha vida. Quando estava lá no alto, pensei: “vou ter que conseguir fazer várias travessias ao longo da minha vida”. Por isso, não podia deixar que um obstáculo me parasse. Outra aventura marcante foi quando subi o Himalaia e cheguei até ao acampamento-base do pico do Everest. Foi uma experiência lindíssima, e se pudesse voltaria lá uma vez ao ano. As pessoas acham que tenho “veia de atleta”, mas não é

nada disso. Não ganho um centavo a mais para fazer as aventuras que aparecem, morro de medo de altura e não sei nadar. Mas acredito que são as experiências que me fazem ser a pessoa que sou hoje. E, por isso, faria tudo de novo.

A Federação Nacional dos Jornalistas (Fenaj) apresentou um levantamento que mostra que as mulheres representam 64% dos jornalistas brasileiros. Apesar disso, os homens são predominantes na ocupação de cargos de chefia. Outro dado marcante é o número de jornalistas brancos e negros. De acordo com o Censo 2000 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 15,4% dos profissionais são negros contra 82,8% de brancos. Dentro desses comparativos, pode dizer se enfrentou ou testemunhou algum preconceito durante a sua carreira?

Sim, e continuo enfrentando. Quando você nasce mulher e negra, em qualquer lugar do mundo, você já surge em uma situação de desvantagem e terá que enfrentar obstáculos e preconceitos ao longo da vida. O segredo é saber se preparar para lidar melhor com eles. Os problemas estão aí, mas temos que buscar solução. Não podemos ficar o tempo todo remoendo essa questão. Tem racismo? Sim, e muito. Teve no passado, tem agora e terá no futuro. Mas isso eu já sei. Então,



Nós nascemos em uma cidade e em um país, mas vivemos em um planeta que tem mil outras atrações. Viajar para mim é conhecer a alma das pessoas



vivo para resolver os problemas e não para ficar me atormentando com eles. Sou uma das poucas mulheres negras da televisão brasileira e, nesses anos todos, o número de repórteres mulheres e brancas se multiplicou ao infinito e, infelizmente, isso não aconteceu com os negros. É uma das formas de preconceito, mas estamos aqui para combatê-lo diariamente por meio da lei, que hoje já protege as minorias, e do nosso trabalho.

Após quase 10 anos como apresentadora do programa Fantástico, você decidiu fazer uma pausa. O que a levou tomar essa decisão?

A minha rotina era a seguinte: preparava o programa de terça a quinta-feira, ficava à disposição para gravar as chamadas na sexta-feira e no sábado e apresentava o programa no domingo. Então, o meu fim de semana era a segunda-feira. Quando chamava meus amigos para sair, eles falavam: “mas Glória, amanhã eu trabalho”. E vivi assim por muito tempo, na contramão da maioria das pessoas. De repente, me deu um clique e eu disse: “preciso dar uma parada para ver o que quero fazer da minha vida”. Não dá para viver só para o trabalho, e queria ver se conseguia melhorar a minha história. Negocie com a Rede Globo essa pausa e fiquei dois anos no mundo: fui fazer um trabalho voluntário com crianças carentes na Índia, na

África e na Bahia, e isso me deu uma energia que achava que não tinha mais. Na Bahia, encontrei minhas duas filhas.

E como foi ser mãe depois de tantos anos?

Eu achava que nunca seria mãe e, por muitos anos, nunca tive vontade de ter filhos. Só que a vida, às vezes, nos muda e agora vejo que nasci para ser mãe. Está sendo uma experiência maravilhosa, com muita aventura e muito aprendizado. Hoje, eu vivo para as minhas filhas. E espero que elas não sejam tão birutas quanto a mãe, em querer correr tantos riscos, mas, se quiserem, é a vida delas. Acredito que filhos a gente educa, prepara-os e deixa-os caminhar.

Você também é vista como uma pessoa que valoriza o bem-estar e a qualidade de vida. O que faz para cuidar da saúde?

Faço pilates e caminho com frequência. Além disso, cuido muito bem da alimentação. Não como nenhum tipo de molho branco, creme de leite, pizza e farinha, só arroz integral de carboidrato. Doce também não entra na minha dieta, prefiro as frutas. Nunca fui de tomar refrigerante e faz muito tempo que não consumo nenhuma bebida alcoólica. Vou ao médico com frequência e tomo dezenas de vitaminas por dia. Elas são para tudo:

sistema imunológico, dar energia, prevenir o envelhecimento das células do cérebro. E todas as pílulas são absolutamente naturais. É algo que me faz bem.

O que o envelhecimento significa para você?

Eu não sei o que é isso, então, não posso responder sobre uma coisa que não conheço (risos). Mas acredito que cada pessoa deve se preocupar com as suas prioridades. Tempo e idade não são preocupações para mim. Quanto mais se pensa no tempo, mais ele é cruel com você. Quando ficamos muito preocupados com a idade, ela o detona e, se você não pensa nela, ela o esquece. O tempo de um é muito diferente do tempo de outro, 24 horas para mim não representam o mesmo tempo para outras pessoas. Então, não sei o porquê do tempo ser definido dessa forma, o que importa é o que está dentro de cada um.

Hoje, quais são as suas prioridades pessoais e profissionais?

Eu gosto de aprender, de crescer. Quero ser uma pessoa plena, fazer o meu trabalho de uma maneira prazerosa e que seja, de alguma forma, útil para as pessoas. O meu objetivo é ser alguém com um olho bem aberto para aprender tudo o que o mundo está me oferecendo e dividir isso com as pessoas. O resto é bobagem.

Descanso MERECE



Talvez você nem perceba, mas ter um período durante o ano para relaxar e deixar de pensar na rotina pode ser tão fundamental quanto a conquista de bons resultados no trabalho. É o que afirma a diretora da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH), Eliane Ramos de Vasconcellos. Segundo ela, quando o profissional consegue “recarregar a sua bateria”, ele retorna às suas atividades mais disposto e com um ganho em sua capacidade de produção.

É preciso se desligar

Embora a maioria das pessoas tenha a consciência da necessidade desse descanso, muitas delas ainda adiam suas férias por longos períodos. Como Clorivaldo Rocha Corrêa, clínico geral e cooperado da Unimed Juiz de Fora, que ficou sem férias durante os últimos cinco anos. “Mesmo nos fins de semana ou em feriados, meu celular estava sempre ligado”, conta. Mas o adiamento do descanso acabou sendo uma opção do médico. Como ocupava um cargo de grande responsabilidade em um hospital da cidade, ele não conseguia encontrar momentos para relaxar. “Sabia que poderia acontecer qualquer ocorrência e que a equipe precisaria de mim.”

Essa situação é mais comum do que se possa imaginar. Excesso de trabalho, pressão psicológica e demasiada responsabilidade são as principais causas para o

presenteísmo. Eliane Vasconcellos explica que, além das ausências injustificáveis, conhecidas como absenteísmo, os profissionais que nunca faltam ao trabalho, mas se sentem sobrecarregados, podem apresentar sérios problemas. “O cansaço do dia a dia é normal, mas se a pessoa está constantemente fadigada, não consegue se concentrar e fica incessantemente pensando no trabalho, de-

envolve estresse. Um mal que, por vezes, aparece apenas em seu estágio mais avançado e pode ser a porta de entrada para doenças mais graves.”

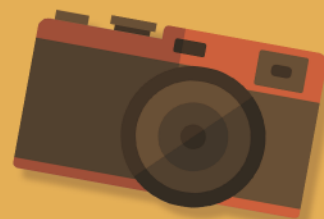
Clorivaldo Corrêa reverteu essa situação a tempo. Em novembro do ano passado, ele, enfim, conseguiu uma folga e viajou com a família para Orlando, nos Estados Unidos, e, agora, pretende tirar as férias regularmente. Ele conta que



O clínico geral da Unimed Juiz de Fora, Clorivaldo Corrêa, hoje sabe bem a importância do equilíbrio entre trabalho e descanso

Arquivo pessoal

IDO



Além de recarregar as energias, as férias representam um cuidado com a saúde e um estímulo para o desenvolvimento constante no trabalho

por sorte não desenvolveu nenhum problema de saúde física ou emocional. “Trabalhar o tempo inteiro não fará com que você resolva os problemas. Tudo tem o seu tempo, e temos que aprender a controlar essa vontade de estar à frente de todas as situações. Um enfarte, por exemplo, pode ter como uma de suas causas o excesso de trabalho e o estresse”, orienta o cooperado.

Pé na estrada

Depois de um período contínuo de trabalho, uma pausa para se desligar dos compromissos é sempre essencial para a pneumologista e diretora administrativa da Unimed Circuito das Águas, Maristela Nogueira Leônidas. Desde o início de sua carreira, ela nunca deixou de ter férias. “Esse período é essencial para que eu possa repor as minhas energias e retornar feliz e motivada ao trabalho”, afirma. E ela tem razão. “Quando exigimos muito do nosso corpo, trabalhamos no limite da força mental e física. Nossa capacidade de produção se fragiliza e não temos mais ânimo para executar, ao menos, as atividades que nos dão prazer”, observa Eliane Vasconcellos.

Apaixonada pela prática de mergulho, Maristela Leônidas fez curso e se certificou. Em todas as suas férias, ela reserva um período para conhecer diferentes lugares propícios para o seu *hobby*. “Já mergulhei no Mar Vermelho, locali-

zado no Oceano Índico, entre a África e a Ásia, considerado o lugar dos sonhos para os mergulhadores; no Caribe, onde o fundo do mar possui uma variedade incrível de corais; e no Brasil, em Fernando de Noronha, em meio a lindos cardumes, tartarugas, araias e tubarões”, revela.

Outras ocasiões em que a médica encontra para descansar são os eventos promovidos pela Unimed Poços de Caldas,

que, por exemplo, realiza, todos os anos, o *Encontro de Águas de Lindoia (SP)*. Cerca de 200 médicos e seus acompanhantes passam um final de semana em um *resort* com diversas atividades de lazer. A ação, que oferece transporte, hospedagem e alimentação aos cooperados, é uma forma de proporcionar um momento de descontração aos profissionais e seus familiares no intervalo de suas férias.



Arquivo pessoal

Tempo para fazer o que gosta é fundamental para a pneumologista Maristela voltar mais bem disposta ao trabalho



Férias em família

Para o cirurgião geral e cooperado da Unimed Uberaba, Emerson Abdulmassih Wood da Silva, as férias são o momento ideal para reunir toda a família. “Como os meus filhos já moram fora de casa, esse período é muito importante para viajarmos juntos e ficarmos sempre unidos”, conta. Para ele, o essencial é organizar a rotina para que esse momento seja de muita tranquilidade. “Com, pelo menos, 15 dias de antecedência, procuro evitar, em minha rotina, procedimentos mais complexos para não correr o risco de não estar por perto caso ocorram complicações. Além disso, nunca deixo de explicar aos meus pacientes que estarei fora por um determinado período e indico outro especialista para que eles possam procurá-lo em minha ausência.”

A dica de Emerson da Silva é dividir o período de descanso em duas vezes ao ano para manter o equilíbrio entre o trabalho e a vida pessoal. Mesmo não sabendo qual o período em que poderá se ausentar, reservar alguns momentos junto à família para relaxar e descansar é sempre uma certeza. “Um escolha de última hora também se torna uma excelente viagem”, opina.

Com planejamento, o médico Emerson da Silva sempre consegue viajar com os filhos e a esposa



Arquivo pessoal

FÉRIAS PROGRAMADAS

Como qualquer profissional, os médicos têm direito a 30 dias de férias para cada ano trabalhado, ficando a cargo da empresa permitir a divisão desse período ou não. Para aqueles que realizam o acompanhamento de pacientes internados, o artigo 8º do Código de Ética Médica proíbe que o profissional se afaste de suas atividades sem deixar outro médico encarregado de seus atendimentos.

No caso dos profissionais liberais, o próprio médico define qual o melhor período para o descanso. “O importante é não postergar para manter-se sempre saudável e de bem com a vida”, orienta Eliane Vasconcellos.

SOMBRA E ÁGUA FRESCA

As férias chegam e, com ela, surgem inúmeras dúvidas. Praia ou montanha? Brasil ou exterior? Onde levar as crianças e quais as recomendações para viagens com animais de estimação? Para saber as respostas, confira algumas dicas e programe as férias sem nenhuma preocupação.

ESTAÇÕES DO ANO

Consulte, com antecedência, como estará o clima no destino escolhido. Se a vontade é curtir o frio, a Serra Gaúcha e países como Chile e Argentina, na América do Sul, e os do Hemisfério Norte são a melhor opção. Ou, se a preferência é o verão brasileiro, as praias nordestinas são as mais procuradas.

EM BOA COMPANHIA

- **Crianças** – Viajar com a família garante muita diversão. Mas, nem sempre, manter os pequenos sempre entretidos é uma tarefa fácil. Por isso, alguns *resorts* oferecem programações especiais com inúmeras atividades para crianças de todas as idades. O Bourbon Atibaia SPA (São Paulo), o Club Med Itaparica (Bahia) e o Costão do Santinho (Santa Catarina) são ótimas escolhas, segundo o site www.guiadaseman.com.br, que apresenta variadas opções de lazer.
- **Pets** – O primeiro passo é levar o animal até o veterinário. Se a viagem for feita de carro, é necessário o uso do cinto de segurança especial; em viagens aéreas, cada companhia possui um regulamento próprio. Para saber quais hotéis aceitam hospedar o seu *pet*, acesse o guia do site www.roteiroanimal.com.br.



TOME AS DECISÕES CERTAS PARA SUA EMPRESA.

Começando pelo seguro.

TODAY



Seguros Patrimoniais: proteção para sua empresa, tranquilidade para você.

A Seguros Unimed trabalha constantemente para encontrar as melhores soluções para deixar o seu negócio cada vez mais seguro. Por isso, criamos os Seguros Patrimoniais que protegem você, sua empresa e seus funcionários. São quatro produtos disponíveis:

- Unimed Responsabilidade Civil para Diretores e Executivos (D&O);
- Unimed Responsabilidade Civil Profissional - Instituições de Saúde;
- Unimed Responsabilidade Civil Profissional Operadoras de Plano de Saúde.

Conheça o plano ideal para a sua empresa:
www.segurosunimed.com.br

Conectados
para cuidar
de você



APARÊNCIA QUE

Vista sob outra ótica, a moda pode ser uma importante aliada na relação médico-paciente

Quando o paciente vai ao consultório, aparentemente, ele não busca inspiração para o próprio figurino. Mas o fato é que a aparência do médico e de sua equipe impressiona e pode causar um efeito positivo ou negativo, a depender das escolhas do dia. De acordo com a publicitária, consultora de moda e cronista mineira Cris Guerra, ainda que sutil, o cuidado com o vestuário e acessórios evoca diferentes percepções no paciente. “O consultório pode ser tanto um lugar para melhorar a disposição das pessoas quanto para deixá-las ‘mais para baixo’, caso seja um espaço que mostre desmazelo com o público que o frequenta”, pontua.

Isso ocorre, em especial, porque a moda apresenta diferentes vieses, sendo um deles uma forma de expressão de si mesmo. É o que acredita a especialista. “Ao nos consultarmos com profissionais que não cuidam de sua própria aparência, nos questionamos se eles terão capacidade para cuidar de nós e, mais, se queremos que desempenhem esse papel de confiança”, observa Cris Guerra. Para que isso não ocorra, o estilo e a preocupação com o vestuário devem ganhar uma nova dimensão. “Não precisamos olhar para a moda como uma tendência ou uma indústria com suas passarelas e capas de revista. Mas a imagem que passamos ao outro diz muito sobre quem somos e, por isso, é importante nos atentarmos para o nosso próprio visual”, acrescenta.

As secretárias também precisam estar atentas. Arethusa Pereira de Sá, secretária de uma clínica médica cooperada da Unimed Curvelo, região Central de Minas Gerais, compartilha dessa opinião. “Eu gosto de estar bem-arrumada, afinal, sou a primeira pessoa que recebe o paciente quando ele chega para a consulta. Uso maquiagem leve, sapato de salto baixo, coloco sempre algum acessório e faço escova no cabelo toda semana. É importante estar apresen-

Para Cris Guerra, a moda é um processo de fortalecimento da própria personalidade

CONTAGIA

tável e com um semblante disposto. Isso contagia outras pessoas”, enfatiza.

Arethuz de Sá trabalha na clínica há 20 anos e revela que esse cuidado faz parte da cultura de toda a equipe, que inclui dois médicos, um cardiologista e uma angiologista. “Eles também estão sempre bem-arrumados, com as unhas feitas e a roupa limpa, que, mesmo sendo branca, ganha novos modelos.” Essa atenção aparentemente simples reflete no relacionamento com o paciente, que sente um atendimento mais próximo. “Conversamos com ele e somos bastante receptivos, procurando atender às suas expectativas para que tenha mais qualidade de vida e saúde. Isso inclui também uma atenção maior com o nosso próprio look”, acrescenta a secretária.

Outro reflexo sentido por ela é o cuidado que alguns pacientes também passaram a ter com os trajes que vestem para ir às consultas. “Se eles procuram os médicos é porque estão com algum problema de saúde e, geralmente, se sentem mais cabibaixos. Quando se arrumam, ficam mais dispostos, recebem um elogio e melhoram a autoestima”, revela Arethuz de Sá.

Um novo olhar

Mas, para causar essa boa impressão, tem-se pela frente o desafio de tornar o ritual de vestir um momento de criação e descobertas de si mesmo. “É interessante perceber que quando estamos mais cansados, geralmente optamos por roupas mais confortáveis e, quando vivemos um momento mais agitado e alegre, temos mais disposição para escolher as peças que iremos vestir”, observa Cris Guerra.

O truque, para ela, é agir de forma inversa, estimulando sensações e novas percepções. “Se estamos tristes e usamos roupas mais coloridas e com melhor caimento, durante o dia, o nosso humor tende a ficar leve, porque nos sentimos mais bonitos. E a ida ao consultório pode ser um

desses momentos, afinal, quando vamos ao médico, normalmente, é porque estamos com algum incômodo”, recomenda.

Ainda que algumas áreas médicas consigam estimular a criatividade mais facilmente, como é o caso da dermatologia e pediatria, profissionais especializados em oncologia, cardiologia ou psiquiatria, por exemplo, podem fazer uso de outros elementos que tornam o ambiente mais confortável e atraente. “Se o médico ou a secretária começarem a se vestir melhor e transformarem, aos poucos, o clima desses espaços mais sóbrios, com uma decoração mais colorida e peças instigantes na recepção, podem incentivar essa preocupação nos próprios pacientes. É nesse tipo de consultório que a moda é ainda mais necessária e pode ajudar a distraí-los do próprio problema, sendo a secretária a principal agente nesse processo”, orienta Cris Guerra.

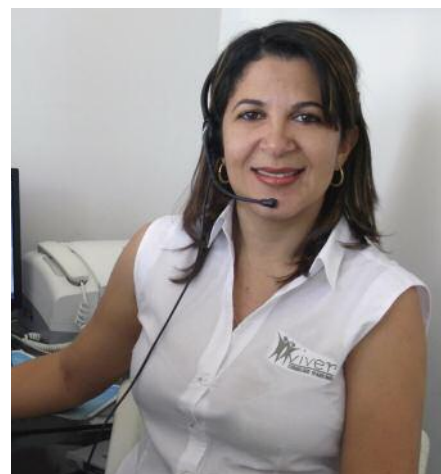
No seu guarda-roupa

Além das regras básicas de higiene e do aspecto novo, a jornalista de moda recomenda algumas dicas para o figurino que podem surtir resultado em curto prazo. Para as secretárias, ela sugere o uso de camisas e regatas de tecido, como crepe, seda, linho e malha, que são sempre bem-vindas. Estampas florais e abstratas agradam aos olhos, mas se o profissional opta pela discrição, o cinza é a cor mais aconselhada, visto que combina com outras tonalidades e demonstra mais elegância.

O sapato de salto traz requinte para o visual, mas a recomendação é usar modelos mais baixos, que são confortáveis e não prejudicam a estrutura óssea corporal. Além disso, acessórios, como cintos, e a chamada *terceira peça*, a exemplo de um casaco, completam o figurino clássico. Estampas de bichos e desenhos podem ser utilizadas, mas com moderação. Outra dica é evitar decotes, roupas justas ao corpo, saia acima do joelho e maquiagem exagerada.

Para os médicos, mesmo usando permanentemente a cor branca, hoje, eles têm à disposição uma infinidade de acessórios para compor melhor o guarda-roupa. Por isso, as mulheres podem optar por um lenço sob o jaleco ou um sapato com mais detalhes, enquanto os homens têm à escolha relógios com pulseiras diferenciadas. São itens sutis, mas que garantem o efeito desejado.

Segundo artigo publicado pela consultora de moda Glória Kaliil, “misturar o branco com tons de bege, cru, gelo ou cinza também é uma boa opção para quebrar a monotonia do branco total”. Assim, aqueles que desejam diferenciar o vestuário, camisas ou camisas coloridas por baixo do jaleco são uma boa alternativa. Ela também recomenda que, nos pés, a preferência seja por sapatos mais fechados, como sapatilhas ou sapatênis. “Dedos e calcanhares à mostra devem ser evitados por questões de segurança médica”, escreve a especialista. “Se os profissionais combinarem todas essas dicas com pele e cabelos bem-cuidados e um sorriso sincero e agradável, os pacientes, com certeza, sairão do consultório se sentindo mais confortáveis”, finaliza Cris Guerra.



Arquivo pessoal

Para Arethuz, cuidado e zelo com o modo de se vestir refletem no bem-estar dos pacientes



CINE THEATRO
CENTRAL

Cidade grande
com jeito de

INTERIOR

Juiz de Fora se destaca por seu crescente desenvolvimento econômico e pelo rico acervo cultural e histórico

Manchester Mineira, Princesa de Minas, Primeiro Sorriso de Minas. Esses foram os carinhosos nomes atribuídos antigamente a Juiz de Fora. Localizada na Serra da Mantiqueira, na Zona da Mata mineira, a cidade é precursora da industrialização no Estado e abriga um rico acervo cultural que marca a história do Brasil, destacando-se pelas suas características cosmopolitas, mas, ao mesmo tempo, provincianas.

De acordo com a Secretaria de Planejamento e Desenvolvimento Econômico Municipal, Juiz de Fora é a quarta cidade mais populosa de Minas Gerais, com 500 mil habitantes. Esse contingente tem contribuído com a expansão da economia local, considerada a quinta maior do Estado. A cidade também ostenta uma importante rede científico-tecnológica, chamada Superuniversidade de Minas, composta pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e as universidades federais de Viçosa, São João Del-Rei, Ouro Preto, Lavras, Alfenas e Itajubá, que com-

partilham experiências em ensino, pesquisa e extensão e encontram formas de otimizar os recursos comuns. “Juiz de Fora é uma cidade muito bem-localizada. Está na rota de investidores e oferece muitos atrativos, entre eles, o valor cultural local, o potencial da população para consumo e a boa economia, que vem crescendo”, frisa o secretário de Planejamento e Desenvolvimento Econômico Municipal, André Zuchi. “Outro diferencial é a qualidade da educação oferecida pela UFJF. Temos quase 50 mil universitários, fato que demonstra a nossa credibilidade na área”, reforça.

Esse cenário positivo resulta em novos investimentos, a exemplo do fomento do setor de turismo de negócios, considerado, hoje, o principal foco de desenvolvimento na cidade. “Para atender a essa meta, estão em construção quatro novos grandes hotéis, com previsão de término em 2015. O nosso objetivo é abraçar esse ramo turístico como atividade local”, vislumbra André Zuchi.

Pioneirismo histórico

Juiz de Fora é sede de um dos mais antigos espaços culturais de Minas: o Museu Mariano Procópio, símbolo da memória histórica nacional, que reúne um grande e significativo acervo artístico, histórico e de ciências naturais do país. A atração, com 78 mil metros quadrados, é dividida em três partes: o casarão de 1861, o prédio principal e os jardins.

O local é obra do engenheiro Mariano Procópio, que se mudou para a Zona da Mata no século XIX, a pedido de Dom Pedro II, para a construção da estrada União e Indústria, que faz a ligação entre ▶

Museu Mariano Procópio disponibiliza mais de 50 mil objetos entre pinturas, esculturas, gravuras, desenhos, livros, fotografias, mobiliário e porcelanas

Carlos Mendonça



a cidade e Petrópolis, município do estado do Rio de Janeiro. O espaço no estilo renascentista, projetado pelo arquiteto alemão Carlos Augusto Gams, era a Villa Ferreira Lage, que abrigava o imperador durante visita à região.

O acervo disponibiliza mais de 50 mil objetos entre pinturas, esculturas, gravuras, desenhos, livros, fotografias, mobiliário, porcelanas e da história natural. Ao entrar no local, os visitantes se deparam com peças do período do descobrimento do Brasil, colonização e expansão territorial, da Conjuntura Mineira e do primeiro reinado de D. Pedro I. O Parque Mariano Procópio é um atrativo à parte. O jardim, idealizado pelo paisagista francês Auguste Glaziou, que veio ao Brasil em 1858 para planejar a urbanização de espaços públicos, valoriza a flora exótica brasileira.

Desde 2008, os prédios históricos estão fechados para obras de restauração, sem data definida para reabertura. “Mas o jardim está disponível para a visitação, oferecendo variada programação cultural, educativa e científica”, comenta o diretor do Museu, Douglas Fasolato. Ele ainda revela que para ampliar o acesso à história do país, o espaço está inserido em programas de exposições temporárias, inclusive, em outros estados. “Também estamos desenvolvendo um projeto de

mostra itinerante, com reproduções em escolas e em *shoppings centers*”, acrescenta. Mais de 200 mil pessoas visitam o Museu Mariano Procópio durante o ano.

Um passeio pela cultura

Os amantes do modernismo também devem colocar Juiz de Fora no roteiro. A parada obrigatória é o Museu de Arte Moderna Murilo Mendes, que reúne a biblioteca do poeta e crítico de arte, com mais de 2.800 títulos, e um acervo com obras datadas de 1940 a 1960, pertencentes a Guignard, Portinari, Picasso e Miró.

“Todas as peças expostas revelam um pouco da história de Murilo Mendes e fazem um recorte da arte moderna tanto no Brasil quanto no exterior. As poesias dialogam com cada obra de arte, mesclando literatura com artes visuais”, comenta o assessor de imprensa do local, Thauan Monteiro. “Assim que o escritor faleceu, importantes espaços culturais brasileiros, como o Museu de Arte Moderna (MAM), no Rio de Janeiro, disputaram a exibição das obras, mas foi Juiz de Fora, a cidade natal do escritor, a escolhida para abrigar toda a sua história.” Anualmente, cerca de dez mil pessoas frequentam a mostra.

Outra visita imperdível na cidade é ao Cine-Theatro Central, localizado no cora-

ção da cidade, no famoso calçadão da Rua Halfeld. Inaugurado em 1929, o espaço fascina os visitantes com os afrescos no teto e paredes do seu interior. Com obras do pintor italiano Ângelo Bigi, a decoração inspirada na antiguidade clássica conta com cenas de ninfas e faunos em jardins românticos e paradisíacos. Os medalhões com efígies de grandes mestres da música, como Beethoven, Wagner e Carlos Gomes, são outros detalhes históricos que não devem passar despercebidos.

Eventos todo o ano

A agenda anual de eventos apresenta variados atrativos, como o Festival de Bandas Novas, que acontece há 16 anos e fomenta a cena musical do município. Seguindo essa linha, o Festival Internacional de Música Colonial Brasileira e Música Antiga reúnem turistas de diversos cantos do país e do exterior. Um dos eventos mais concorridos é o Miss Brasil Gay, época de grande movimentação na cidade.

Os amantes de cerveja também podem incluir Juiz de Fora em sua rota de experimentação, com visitas aos estabelecimentos (quatro) que fabricam sua própria bebida. Vale lembrar que o município tem uma forte influência da cultura alemã.

Contato com a natureza

Quem estiver em Juiz de Fora e quiser estender o passeio pelas regiões mais próximas, vale uma visita ao Parque Estadual do Ibitipoca, que fica a 62 km da cidade. Localizado no distrito de Lima Duarte, é conhecido por ser o terceiro mais visitado da América do Sul. Por ano, a região recebe quase 75 mil turistas interessados em conhecer sua rica fauna, com espécies ameaçadas de extinção, como a onça-parda e o lobo-guará; e sua flora, a exemplo das orquídeas, bromélias e samambaias. A programação inclui, ainda, mirantes, grutas, piscina natural e cachoeiras, além da subida ao Pico da Lambada, com 1.784 metros de altitude e uma vista panorâmica da região.

De acordo com Marcus Machiori, presidente da Central de Negócios Rede Ibitipoca Turismo e Hospitalidade, a beleza natural da Serra da Mantiqueira oferece aos turistas diversas outras opções de lazer. “Temos muitos roteiros diferenciados, como a visita ao terceiro mais alto cume da Serra. De lá, é possível admirar uma vista maravilhosa, fazer caminhadas ecológicas, entre muitos outros atrativos”, revela. “E para quem gosta de apreciar as peculiaridades da cozinha mineira, o tradicional pão de canela recheado, a lingüicinha artesanal e a cerveja artesanal Ibitipoca são sabores inesquecíveis.”

AQUI TEM UNIMED

UNIMED JUIZ DE FORA

- **Abrangência:** Arantina, Belmiro Braga, Bom Jardim de Minas, Chácara, Coronel Pacheco, Guarará, Juiz de Fora, Lima Duarte, Maripá, Matias Barbosa, Olaria, Passa Vinte, Pedro Teixeira, Rio Preto, Santa Bárbara do Monte Verde, Santa Rita do Jacutinga, Santana do Deserto, Simão Pereira, Tabuleiro.
- **Número de cooperados:** 1.363
- **Número de clientes:** 120 mil
- **Número de hospitais:** 14
- **Número de clínicas:** 102
- **Número de laboratórios:** 29
- **Número de unidades de pronto atendimento:** 3
- **Endereço da sede:** Av. Rio Branco, 2.540, Centro, Juiz de Fora – MG
- **Telefone:** (32) 3249.5550
- **Horário de Funcionamento:** de 8h as 18h (segunda a sexta)
- **Site:** www.unimedjf.coop.br



Inaugurado em 2005, o Museu de Arte Moderna foi formado a partir da doação da biblioteca do escritor e poeta Murilo Mendes



VIAGEM

Arquivo pessoal



Jorge Luiz Rivaldo Smargiassi
Ginecologista/obstetra e cooperado da Unimed Guaxupé

Diversidade cultural

Agradável para mim é a possibilidade de viajar. Em julho deste ano, visitei a Itália e a Suíça com minha família. Para isso, organizei o roteiro com antecedência e comprei as passagens de trem para circular entre as cidades europeias. Tive o prazer de conhecer Roma, Nápoles, Florença, Veneza e Milão e fazer o percurso, também nos trilhos, entre Milão e Zurique, na região dos Alpes. Esse último passeio durou cerca de quatro horas e meia, mas a beleza da vista era tão grande que o tempo passou imperceptível. A grande vantagem de viajar de trem é poder conhecer os lugarejos do interior, longe dos grandes centros, e as suas riquezas naturais.

Conhecer lugares diferentes não só enriquece nossa formação cultural como ajuda a lapidar nossa personalidade e caráter ao extrairmos o que há de melhor no estilo de vida de cada povo. É a amálgama que dá o sentimento de felicidade por ter aproveitado bem um período de descanso tão raro.

HOBBY

A magia da fotografia

Sou oftalmologista, ajudo as pessoas a melhorar a qualidade da visão. Mas qual a diferença entre ver e enxergar? Talvez seja a mesma entre tirar uma foto e fotografar. Há pouco tempo fiz um curso básico de fotografia. Fui em busca de técnica e encontrei essência. Fotografar é observar a alma do momento, a emoção, a luz e captá-las. Mais do que ajustar os pixels de uma máquina, o fotógrafo tem que sentir o tamanho da importância do registro que está fazendo. Muito mais que a velocidade do obturador, nós temos que saber que o tempo não volta, cada instante é único.

A sensibilidade do fotógrafo capta a luz do ser humano e do ambiente. Para tentar fotografar bem devemos observar alguns detalhes antes de clicar no disparador: escolher o cenário de uma foto, o enquadramento, a incidência da luz e tentar achar um ângulo diferente. Esta é a magia da fotografia.

A sensibilidade do fotógrafo capta a luz do ser humano e do ambiente. Para tentar fotografar bem devemos observar alguns detalhes antes de clicar no disparador: escolher o cenário de uma foto, o enquadramento, a incidência da luz e tentar achar um ângulo diferente. Esta é a magia da fotografia.

Arquivo pessoal



Esther Luisa Hercos Fatueto
Oftalmologista e cooperada da Unimed Uberaba

Prazer gastronômico

Divido meu dia entre a rotina do consultório, do hospital e da direção da cooperativa. Para relaxar, me dedico às artes gastronômicas. Sou apaixonado por tudo que envolve culinária e, sempre que posso, faço questão de cozinhar em casa para a família e os amigos, seja em dias comuns ou seja em ocasiões especiais.

Para quem gosta de gastronomia e quer se arriscar mais entre as panelas, tenho algumas dicas simples, mas que dão um direcionamento. Primeiro, procure cursos rápidos e específicos sobre o tema, como técnicas culinárias, para aprender o passo a passo do preparo de receitas. Em seguida, "abra" a sua cabeça e o seu paladar e experimente novos sabores. E, por fim, mantenha-se informado, leia sobre o assunto, frequente feiras gastronômicas e restaurantes diferentes e divirta-se na cozinha.



Arquivo pessoal

João Luiz Coutinho Crespo
Pediatra e diretor-presidente da Unimed Barbacena

Nesta seção, os leitores poderão acompanhar dicas e sugestões sobre cultura, lazer e diversão.

Você tem uma dica?

Escreva para: comunicacao@unimedmg.coop.br



Ter atitude para se cuidar.

#esseéoplano

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

NOVEMBRO AZUL,
NÓS APOIAMOS.

Unimed 
Federação Minas

DICAS DO **BIGODE**

DURA APENAS 10 SEGUNDOS
PARA SALVAR UMA VIDA.
FAÇA O EXAME.



ANS - nº 363944

A UNIMED AEROMÉDICA ACABA
DE ATINGIR A MARCA DE

2.5 MILHÕES
DE CLIENTES 

Em 18 anos de atuação, foram realizados mais de 9.900 transportes, totalizando 6 milhões de quilômetros voados. Hoje, a empresa conta com mais de 110 Unimed's parceiras em 9 estados e, de acordo com pesquisa realizada em 2014, 92,6%* do clientes estão satisfeitos com os serviços prestados.

0800 9 412 412



unimedaeromedica.com.br



Indispensável

* Dados referentes ao 2º trimestre de 2014.
Pesquisa realizada pela empresa Redecall / Unimed Federação Minas.