

Medicina Preventiva reinventa modo de aproximação com beneficiários, mesmo durante a pandemia.

### PROJETO

## Cegonha

Uma das primeiras medidas adotadas pela área de Medicina Preventiva da Unimed Cascavel durante a pandemia de Covid-19 foi dar continuidade ao projeto Cegonha de forma virtual, por meio do WhatsApp. Os conteúdos foram adaptados e os temas, ampliados. Além disso, foram gravados vídeos com as práticas até então abordadas nos

módulos presenciais. Essas medidas permitiram ampliar a captação das gestantes e, somente nas três últimas turmas virtuais, foram 137 participantes. Esse Jeito de Cuidar pode ser percebido nas mensagens de agradecimento enviadas pelas futuras mães:

Obrigada mesmo por toda disponibilidade em nós ajudar e resolver nossas dúvidas, esse grupo está me ajudando muito, principio nesta fase onde precisamos só apoio uma das outras, vocês são de mais, obrigada mesmo ❤️❤️

15:31

Muito obrigada! Os materiais estão em ótima qualidade, tenho certeza que ajudou muito a todas nós! Que o projeto continue sempre tendo todo o sucesso!!

15:31

Agradeço este acompanhamento e atenção tão importantes neste momento em nossas vidas, nos auxiliando com informações riquíssimas e essenciais para preparação da vivência da maternidade 🙏😊🙏. Mesmo em meio a tudo que estamos vivendo, podermos receber o apoio e orientação de vcs contribuem muito 💙💜

15:31

Obrigada pela disposição em nos instruir e ajudar! Por tirar nossa dúvida, pra mim foi de grande valia esse material e trocar experiências com as meninas do grupo foi ótimo! Obrigada pela oportunidade 🙏😊

15:31



### PROJETO

## Idoso Bem Cuidado

O projeto Idoso Bem Cuidado também teve continuidade graças ao uso da tecnologia. Já que os idosos fazem parte do grupo de risco para a Covid-19, e considerando a importância da prática de atividade física, a equipe de Medicina Preventiva, em parceria com a academia, elaborou uma série de vídeos e disponibilizou tudo via link e pelo WhatsApp. Além disso, o telemonitoramento foi ampliado. Ao menos uma vez por semana os beneficiários recebem ligações de acompanhamento sobre o estado de saúde deles.



### PROGRAMA

## Saúde do Colaborador

Em parceria com o setor de RH, a equipe assistencial da medicina preventiva da Unimed Cascavel vem desenvolvendo uma série de ações. A primeira delas foi enviar um formulário denominado perfil epidemiológico, para que o colaborador preenchesse suas principais ações com sua saúde, quanto a prática de atividade física, a alimentação, e o auto cuidado com seu corpo e sua mente.

### Telemedicina

#### Projeto Consulta On-Line

De forma inovadora, nesse período de pandemia, a Unimed Cascavel criou o consultório virtual, que proporciona atendimento médico eletrônico via telemedicina, sem deslocamento do local de trabalho. O sistema dispõe de um prontuário eletrônico, onde o histórico do paciente e sua evoluções ficam registrados, é possível que o médico prescreva exames, emita receitas, tudo de forma não presencial, respeitando o regramento da legislação vigente. Confira alguns depoimentos de colaboradores sobre a teleconsulta que os aproximou do médico de referencia do CAS:

A estrutura montada para o atendimento é excelente, e o recurso audiovisual é de alta qualidade. A médica é extremamente simpática e abordou a consulta de forma rápida e objetiva.

Fui muito bem atendida e tive explicações prévias que me deixaram mais segura em relação a participar de uma consulta assim, pois nunca havia tido essa experiência. Gostei!

Gente, amei tudo! Enfermeira, recepção, médico e todas as pessoas envolvidas estão de parabéns. Amei!

Adorei o projeto. É superinovador e aplicável nos dias de hoje. Parabéns pela iniciativa e pelo atendimento.



### Projeto Saúde Emocional

A psicóloga Ariella Sousa destaca o quanto o autoconhecimento e o bem-estar emocional exercem papéis importantes no enfrentamento a diferentes situações do dia a dia, e isso também foi destacado pelos participantes:

Este projeto foi de muita valia para a minha vida. As práticas repassadas pelas profissionais facilitaram a minha compreensão e a forma de lidar com os meus sentimentos e com os sentimentos das outras pessoas. Estou aprendendo a me expressar melhor e a enfrentar diversas situações do dia a dia que, antes, me impediam de viver melhor a vida. Exemplo disso é que eu já consegui perder um pouco do medo de dirigir em Cascavel.

Com o projeto, foi possível aprender mais sobre o assunto em si, começar a praticar o autoconhecimento, trabalhar melhor a questão da empatia, conhecer o outro e descobrir ferramentas que vão me proporcionar um melhor controle sobre as minhas emoções, tanto dentro quanto fora do ambiente de trabalho.

### Projeto Na Medida

Além disso, o projeto Na Medida teve as atividades direcionadas aos colaboradores da cooperativa. Os módulos foram reformulados e, com o auxílio do aplicativo Zoom, eles realizam atividades físicas três vezes por semana, com orientação de um profissional de Educação Física. Além disso, também são oferecidos módulos virtuais com a nutricionista e a psicóloga do projeto. Nesses encontros pela internet são abordados os aspectos emocionais que podem interferir no processo de emagrecimento e a importância da mudança de hábitos para qualidade de vida.



### Expediente

Diretor-presidente  
DANILO GALLETTO

Superintendência Administrativa e Mercado - Luciana Lazzari  
Superintendência Operações - Fabiano Tykalowitz

Gerência de Promoção e Assistência à Saúde - Cristiane Ezequiel  
Gerência de Mercado - Marcio Rodrigues da Fonseca

Equipe de Marketing, Comunicação e Inteligência de Mercado

