

Informativo da

**Unimed**   
Araguaína



## **Unimed Araguaína: retrospectiva 2022**

*Confira as principais ações da Unimed Araguaína em 2022, um ano marcado por desafios e superações e com o trabalho sempre focado no melhor atendimento aos clientes, na valorização dos cooperados e no fortalecimento da cooperativa, que completou 30 anos de fundação.*

**Aqui  
tem  
cuidado.**

**Aqui  
tem  
saúde.**

**Aqui  
tem  
Unimed.**

# Rumo ao futuro!

No início de 2022, com a confiança dos colegas cooperados que nos elegeram para representá-los nos próximos quatro anos, assumimos a presidência da Unimed Araguaína.

Estar à frente deste cargo é uma grande honra para todos nós e, digo nós, porque o presidente nunca trabalha sozinho. Temos ao nosso lado os colegas diretores e conselheiros e toda a equipe de colaboradores da cooperativa.

E foi com o compromisso de honrar essa confiança depositada em nosso grupo que trabalhamos em cada minuto deste primeiro ano da gestão. Investimos em capacitação e aperfeiçoamento dos diretores e de nossos colaboradores e na melhoria

de nossos serviços.

Afinal, queremos que o médico cooperado sinta orgulho de fazer parte da Unimed Araguaína, que também é de cada um deles, e que caminhe ao nosso lado na construção diária do futuro da nossa Unimed.

Hoje, aos 30 anos, a Unimed Araguaína é uma cooperativa sólida, robusta, madura, que vem enfrentando e vencendo os desafios deste ainda incerto mercado pós-pandemia.

Entendemos que estamos no rumo certo e que podemos ir muito além, cumprindo a nossa missão de gerar trabalho e renda para nossos cooperados, promover saúde e bem-estar e levar uma assistência de



**Renato Borges Azevedo**  
Presidente

excelência a nossos clientes.

Se olharmos juntos para o futuro, nosso barco vai flutuar cada vez mais e com maior velocidade e sustentabilidade rumo ao fortalecimento e crescimento da nossa cooperativa.

Essa é a nossa meta e contamos com o apoio e a participação de todos para alcançá-la!

## ÍNDICE

### Consulta

A Unimed Araguaína segue pagando pela consulta médica um dos maiores valores da saúde suplementar.

**Página 4**

### Agenda

Simpósios, encontros, cursos e vários eventos voltados para o aperfeiçoamento profissional destacaram-se na agenda da diretoria e de nossos colaboradores em 2022.

**Páginas 5 a 7**

## UNIMED ARAGUAÍNA EM FOCO

### DIRETORIA EXECUTIVA 2022/2023

**Renato Borges Azevedo**  
Presidente

**Marcelo de Oliveira Melo**  
Vice-presidente

**João Vitor Quadra Vieira dos Santos**  
Superintendente

**Leonardo Medeiros Cintra**  
Diretor de Mercado

Conselheiros Vogais  
**Luiz Carlos de Oliveira**  
**Edgar Toledo de Aguiar Júnior**

### CONSELHO FISCAL 2022/2023

**Hueverson Junqueira Neves,**  
**Carlos Gama e Veneziano, Maycon**  
**Brescancin de Oliveira**  
(Efetivos)

**Caio Augusto Ferreira do Amaral,**  
**Everton Pereira Dias Lopes e**  
**Claudivan de Abreu**  
(Suplentes)

**Unimed**   
Araguaína

ANS - nº 313084

Ano 7 Número 22 Janeiro/2023  
Informativo oficial da Unimed Araguaína  
Cooperativa de Trabalho Médico de Araguaína  
Av. Tocantins, número 1232, Centro,  
Araguaína (TO)  
+55 (63) 3411-8600  
www.unimedaraguaína.com.br

Edição: Santa Inteligência Comunicação  
Jornalista Responsável: Rosane Rodrigues  
da Cunha - MTb 764/JP-GO  
imprensa@unimedaraguaína.com.br  
Diagramação: Praza Media Creation  
Fotos: Unimed Araguaína e Freepik



POSSE

Leonardo (esq.), João Vitor, Renato e Marcelo: diretoria

## Nova diretoria da Unimed Araguaína tomou posse em abril

Eleita em Assembleia Geral Ordinária realizada em 15 de março de 2022, a nova diretoria executiva da Unimed Araguaína foi empossada em 1º de abril de 2022 para a gestão 2022/2026. Na AGO, também foram eleitos os membros do conselho fiscal para a gestão 2022/2023.

À frente da presidência da cooperativa está o médico Renato Borges Azevedo, que na gestão anterior respondia pela Diretoria de Mercado e, agora, substitui Luiz Carlos de Oliveira.

Renato Borges Azevedo assumiu a presidência no ano em que a Unimed Araguaína completou três décadas de fundação, se consolidando como uma cooperativa sólida, independentemente de ser uma operadora de pequeno porte.

“Devemos olhar para o futuro, DIZ O PRESIDENTE”

“Estamos num momento de maturidade, no qual devemos olhar para o futuro e traçar planos para o crescimento sustentável de nossa carteira para que possamos, cada vez mais, gerar trabalho e renda para o nosso cooperado”, afirma o presidente.

Segundo Renato Borges Azevedo, a nova diretoria tem a missão de fazer com que o cooperado sinta orgulho de fazer parte desta instituição. “Afim, estamos todos no mesmo barco e, se olharmos juntos para o futuro, este barco vai flutuar cada vez mais e com maior velocidade”, diz.

O presidente também ressalta a importância de investimentos na melhoria dos serviços prestados, visando aumentar a satisfação dos clientes, entregando a eles uma melhor experiência de atendimento, que possa gerar na comunidade uma sensação de necessidade de fazer parte deste grupo.

### CONFIRA A COMPOSIÇÃO DA DIRETORIA EXECUTIVA E DO CONSELHO FISCAL

#### DIRETORIA EXECUTIVA 2022/2023

Presidente:

**Renato Borges Azevedo**

Vice-presidente:

**Marcelo de Oliveira Melo**

Superintendente:

**João Vitor Quadra Vieira dos Santos**

Diretor de Mercado:

**Leonardo Medeiros Cintra**

Vogal:

**Luiz Carlos de Oliveira**

Vogal:

**Edgar Toledo de Aguiar Júnior**

#### CONSELHO FISCAL 2022/2023

Efetivos:

**Hueverson Junqueira Neves, Carlos Gama e Veneziano e Maycon Brescancin de Oliveira**

Suplentes:

**Caio Augusto Ferreira do Amaral, Everton Pereira Dias Lopes e Claudivan de Abreu.**

# Consulta paga pela Unimed Araguaína sobe para 175 reais

O valor pago pela Unimed Araguaína segue entre os maiores da saúde suplementar no Brasil

Há tempos, apesar dos desafios do mercado, a Unimed Araguaína vem se destacando como uma das operadoras que melhor remuneram a consulta médica em todo o Brasil. Em 2022, mesmo com um cenário econômico nada favorável, a cooperativa manteve essa tradição e reajustou o valor da consulta pago a partir de 1º de julho para R\$ 175,00.

De acordo com a diretoria executiva, 2022 foi um ano de intensos

desafios. Apesar das dificuldades, a cooperativa seguiu firme e trabalhando para superá-los.

“Nossa diretoria segue com a visão de sempre valorizar o serviço do cooperado e, dentro das possibilidades, promover uma melhor remuneração”, disse o comunicado enviado pela diretoria executiva aos médicos cooperados, no qual a Unimed Araguaína anunciou que, após a análise do fluxo de caixa da cooperativa até maio de 2022, foi aprovado o reajuste de 9,38% no valor das consultas eletivas.

O reajuste aplicado buscou minimizar os efeitos inflacionários sobre a renda dos cooperados. As tabelas de procedimentos não tiveram alterações, pois seguem a tabela elaborada, praticada e reajustada pela Unimed do Brasil.

“Entendemos que o reajuste no valor da consulta é a melhor forma de atingir nosso objetivo, pois contempla a todos, independentemente de realizarem ou não procedimentos médicos”, finalizou o comunicado.

**175 REAIS**

É O VALOR ATUAL DA CONSULTA ELETIVA, QUE TEVE UM REAJUSTE DE **9,38% EM 2022**



## CAMPANHAS AMPLIAM ACESSO AOS PLANOS UNIMED

Em 2022, a Unimed Araguaína deu sequência às campanhas comerciais para ampliar o acesso de novos clientes aos planos Unimed.

Foram oferecidos descontos e vantagens em contratações de pessoas jurídicas. Você também quer ser cliente Unimed Araguaína?

**Fale com a gente:**

(63) 3411 8614 ou

(63) 3411 8615.

## ACONTECEU EM 2022



### 14º WORKSHOP DE VENDAS 1ª CONVENÇÃO DE MERCADO

Entre 31 de março e 2 de abril, no Tauá Resort & Convention, em Alexânia (GO), o presidente Renato Borges Azevedo e as colaboradoras Savana Coutinho e Tarcila Silva participaram do 14º Workshop de Vendas e 1ª Convenção de Mercado, promovidos pela Unimed Federação Centro Brasileira e Unimed Goiânia.

### 48º CONARH

Entre 18 e 20 de abril, a gerente Geral, Valdirene Santos, participou da edição de 2022 do Conarh (Congresso Nacional sobre Gestão de Pessoas). Realizado em São Paulo (SP), o evento teve como tema “Pessoas, Gestão e Negócios”. A participação teve a parceria do Sistema OCB/Sescoop/TO.



### INTEGRA CB

Em 10 de junho, o presidente Renato Borges Azevedo e vice-presidente Marcelo de Oliveira Melo participaram, em Goiânia (GO), da primeira edição do Integra CB Diretoria, promovida pela Unimed Federação Centro Brasileira com a participação expressiva de representantes de Unimeds de Goiás e Tocantins. A programação incluiu apresentações nas áreas jurídica, contábil, de intercâmbio e de comunicação e marketing.



### PALESTRA

Em 29 de julho, o presidente Renato Borges Azevedo participou de mais uma reunião do Conselho Federativo da Unimed Federação Centro Brasileira, realizada em Goiânia (GO). Durante o encontro, também foi ministrada a palestra “Uma visão de futuro para a saúde no século XXI”, por Marcelo Smarrito, digital advisor da Seguros Unimed, Unimed Goiânia e CNU.

### X SIMPÓSIO: A CONECTIVIDADE E A JORNADA DO USUÁRIO

Em 15 e 16 de setembro, a diretoria executiva da Unimed Araguaína (Renato Borges Azevedo/presidente; Marcelo de Oliveira Melo/vice-presidente; João Vitor Quadra Vieira dos Santos/superintendente e Leonardo Medeiros Cintra/diretor de Mercado) e a gerente Geral, Valdirene Santos, participaram, em Goiânia (GO), do X Simpósio da Unimed Federação Centro Brasileira. Com foco na conectividade, na inovação e no relacionamento com os clientes, o evento proporcionou a troca de experiências e aprimoramento de conhecimentos do público sobre temas atuais da saúde suplementar e do Sistema Unimed.



## ACONTECEU EM 2022

### CONVENÇÃO NACIONAL UNIMED

Entre 5 e 7 de outubro, em Gramado (RS), aconteceu a 51ª Convenção Nacional Unimed, e a Unimed Araguaína, claro, participou, sendo representada pelo presidente Renato Borges Azevedo, o vice-presidente Marcelo de Oliveira Melo e a gerente Geral, Valdirene Santos. Promovido pela Unimed do Brasil, o maior evento do Sistema Unimed debateu temas, como o futuro dos planos de saúde.



### 8º WCM

Realizado em Belo Horizonte (MG) nos dias 17 e 18 de outubro, o 8º Congresso Internacional World Coop Management (WCM) contou com a participação da gerente Geral, Valdirene Santos. O WCM é o mais importante encontro de presidentes e dirigentes do setor cooperativo brasileiro e aborda os melhores caminhos e estratégias para a realização de bons negócios. A participação da Unimed Araguaína deu-se em parceria com o Sistema OCB/Sescoop/TO.

### HSM EXPO 2022

Em 22 e 23 de novembro, o presidente Renato Borges de Azevedo participou do maior evento de gestão empresarial da América Latina: HSM Expo, realizado em São Paulo (SP). Essa edição trouxe uma proposta baseada na criação de novas conexões, trocas de conhecimento, experiências de aprendizado e geração de insights. A participação teve a parceria do Sistema OCB/Sescoop/TO.



### AUDITORIA EM SAÚDE SUPLEMENTAR



Entre setembro e dezembro de 2022, diretores, cooperados e colaboradores participaram do curso de Auditoria em Saúde Suplementar, ministrado pela Faculdade Unimed. Promovido pela Unimed Araguaína, o curso visou a atualização e aprimoramento do setor de auditoria médica da cooperativa e abordou temas, como normativas em saúde, auditorias prospectiva, concorrente, retrospectiva de contas médicas e de alto custo, gestão da assistência à saúde e perspectivas da gestão de tecnologias.

## ACONTECEU EM 2022



### JANTAR MARCA A COMEMORAÇÃO DO DIA DO MÉDICO E DOS 30 ANOS DA UNIMED ARAGUAÍNA



Um jantar de confraternização, realizado no dia 14 de outubro, marcou as comemorações dos 30 anos da Unimed Araguaína e do Dia do Médico. O evento reuniu diretores da cooperativa e médicos cooperados, que foram presenteados com uma mala de bordo personalizada. A primeira a receber o presente foi a médica Maria Lúcia Carneiro Barbosa de Brito, uma das pioneiras da Unimed Araguaína.

### CONFRATERNIZAÇÃO E HOMENAGEM PARA ENCERRAR 2022 E RECEBER O NOVO ANO

Música ao vivo, dança, brincadeira de amigo secreto, bingo, um delicioso jantar e muita animação marcaram a confraternização dos colaboradores da Unimed Araguaína. A festa, oferecida pela cooperativa e realizada em 17 de dezembro, marcou também o encerramento de um ano de muito sucesso e união de toda a equipe e diretores. A colaboradora Juycelia Vieira, que completou 20 anos de Unimed, recebeu uma homenagem especial.



### OUTUBRO ROSA E NOVEMBRO AZUL: SAÚDE EM PAUTA



A Unimed Araguaína aproveitou as campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul, respectivamente, de prevenção ao câncer de mama e ao câncer de próstata para levar informações aos clientes sobre cuidados com a saúde. Em palestras realizadas na sede da cooperativa e em empresas clientes, os médicos cooperados Evelling Lorena Cerqueira de Oliveira, mastologista, e João Vitor Quadra Vieira dos Santos, urologista, orientaram o público sobre a prevenção. Eventos educativos como esses já estão programados para 2023.

### IMERSÃO 'O MONGE E O EXECUTIVO'

“Pessoas transformadas, transformam ambientes. Ambientes transformados, transformam uma instituição”. Esse foi um dos aprendizados que a gerente Geral da Unimed Araguaína, Valdirene Santos, trouxe da imersão ‘O Monge e o Executivo’, da qual participou entre 9 e 11 de novembro. “A imersão foi enriquecedora para minha vida pessoal e profissional. Acredito que nosso comportamento influencia em tudo a nossa volta. Às vezes, temos que mudar de comportamento, para termos novos resultados”, disse.



# Deixe o seu cérebro descansar



**Assim como o corpo, o nosso cérebro precisa de momentos de relaxamento para funcionar bem**

**E**m meio a uma enorme lista de tarefas, você tenta trabalhar sem parar para cumprir todas as atividades? Saiba que essa não é a melhor estratégia, pois pode ocorrer uma queda no seu rendimento e até uma qualidade inferior dos resultados obtidos.

Isso acontece porque o nosso cérebro, da mesma forma que o corpo, também necessita de momentos de descanso. Temos um limite de energia e de concentração, e, quando tentamos ir além desses níveis, pior tende a ser o resultado da execução das tarefas que precisamos realizar.

O motivo está em dois mecanismos de controle que temos no cérebro. O primeiro é a rede executiva, que é ativada quando precisamos de determinadas habilidades para cumprir uma função. O segundo é a rede padrão, responsável pelo “stand by” do cérebro, ou seja, quando estamos em momentos de descanso e divagação.

Para que a nossa mente funcione bem, a chave é alternar entre essas duas redes: não apenas ficarmos constantemente focados em algo, mas também termos alguns minutos para “não pensar em nada”.

Agora, que tal Mudar IHábito e dar descansos periódicos ao seu cérebro? Sua saúde física, mental e seu rendimento vão te agradecer.

## SINAIS DE QUE O SEU CÉREBRO PRECISA RELAXAR

- **Mudanças de humor e irritação;**
- **Perda de memória;**
- **Falta de concentração;**
- **Dores e desconfortos;**
- **Sono sem qualidade.**

**◀◀ SE NOTAR ESSES SINAIS, DÊ UMA PAUSA EM SUAS ATIVIDADES, OLHE PARA SI MESMO, RELAXE E, SE NECESSÁRIO, BUSQUE AJUDA PROFISSIONAL.**

## ALTERNE ENTRE A LÓGICA E A CRIATIVIDADE

**D**escansar o cérebro não significa que você precisa dormir entre uma atividade e outra. Basta alternar entre uma tarefa que exige muito esforço mental, como um exercício de matemática, e

outra que requer mais o campo da criatividade.

Você verá como essa simples conduta irá te ajudar a ter mais concentração e melhor desempenho para cumprir as demandas que estão na sua agenda.