



MANUAL DE USO

Como utilizar seu
Assistente Pessoal de Saúde

Especial para



Olá!

Sua Equipe de
Cuidado Médico 24h
lhe dá **BOAS VINDAS!**



Para ajudar você a usufruir de todos os benefícios que o seu **BIO Assistente Pessoal de Saúde – Unimed Ribeirão Preto** pode oferecer, elaboramos este guia.

Nas próximas páginas você vai saber tudo que precisa para encontrar o **BIO** na loja do seu sistema, instalar, fazer o primeiro acesso e começar a interagir com a equipe de saúde. Ainda vai ver como é fácil usar o **BIO no WhatsApp**, se preferir.

E mais: veja como fazer suas postagens, registrar sintomas, organizar suas informações de saúde, solicitar atendimento, receber receitas ou pedidos de exame e muito, muito mais.

Uma nova **jornada de saúde** começa agora pra você.

Aproveite!



O que o BIO tem?

Seu **Assistente Pessoal de Saúde** te conecta com médicos e enfermeiros **24 horas** e ajudar a cuidar da sua saúde em todos os momentos.

Avalie sua saúde geral respondendo as perguntas e personalize seu **calendário** de ações de saúde, assim podemos, juntos, antecipar e evitar problemas e doenças. Acompanhe sua **rotina de cuidado** com uma equipe de saúde que conhece você e avalia imediatamente as informações que você posta no **app BIO** ou envia pelo **BIO WhatsApp**.

E mais:

- Acesse todos os dias para dizer como se sente (feliz, normal, triste?) e **acompanhar seu humor** e os sinais que ele emite sobre sua saúde;
- Está com algum **sintoma**? Basta postar e em instantes falar com uma enfermeira, que vai saber exatamente o que você deve fazer.
- Vamos acompanhar sua **alimentação**? É só postar e pedir sugestões. Nossa equipe também tem nutricionistas pra te ajudar.
- São diversas **categorias de postagem**. Escolha a que melhor se encaixa com o que você quer dizer e poste para iniciar o atendimento e deixar tudo organizado para quando quiser consultar no futuro;
- No **BIO** você também faz **consultas médicas** por telemedicina, recebe **pedidos, receitas** e atestados e tem sempre à mão suas informações, para levar a todos os médicos e serviço que visitar.



Instalação

Acesse a loja de aplicativos do seu celular e busque por **BIOaps**

Você vai encontrar este ícone:



Agora é só baixar o app!

Se você quiser usar o **BIO pelo WhatsApp**, basta adicionar o número **(16) 3600 8257** e mandar um **Oi BIO!** Usando o WhatsApp, basta seguir a conversa normalmente e responder as perguntas para conectar com a equipe. Se preferir usar o app, continue a leitura!



WhatsApp

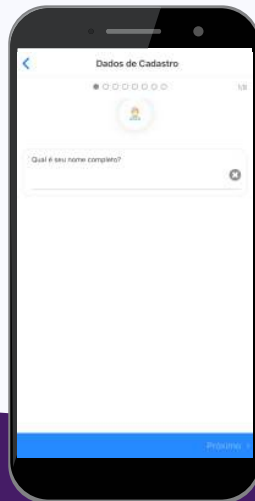


Primeiro acesso



01 Você está na tela inicial!

Clique no botão **Novo cadastro** e preencha seus dados. Você precisa fornecer:



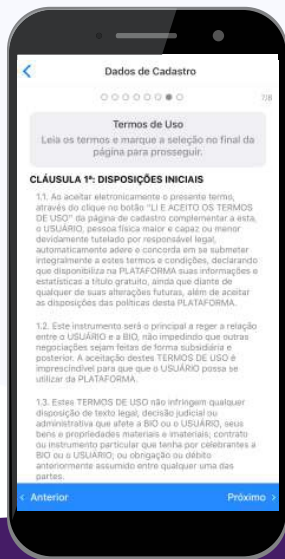
Nome completo
CPF
E-mail
Celular
Estado (UF)
Cidade

Seus dados pessoais são protegidos e usados apenas para atendimento e prientação médica, em absoluto sigilo.



Primeiro acesso

02 Termos de uso
Leia e aceite ao fim da página.



03 Senha temporária
Escolha como receber e aguarde



04 Acesso liberado
Clique em **Fech**ar



Primeiro acesso



05

Você voltou para a tela inicial!

Preencha seu **CPF** e informe a **senha temporária** que você recebeu por **SMS** ou **e-mail**. **Clique Conectar**.



Em seguida **crie sua nova senha** e clique em **Enviar**.



Questionário de Saúde



Agora precisamos conhecer você melhor!

06 Clique **OK** e responda o **Questionário de Saúde** com a maior precisão possível.



Estas informações são muito importantes para definir seu **Calendário de Cuidado** individual e para que seus médicos e equipe prestem o melhor atendimento.

Ao encerrar o Questionário de Saúde **seu BIO está pronto** e sua Equipe de **Cuidado 24 horas** está a postos!



Outras configurações

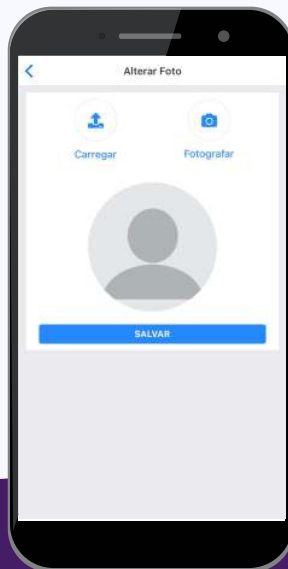
Medicamentos

Configure para receber lembretes e orientações



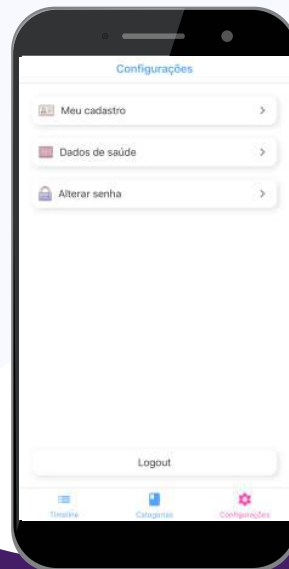
Sua foto

Use uma foto recente e não esqueça do sorriso



Configurações

Acesse Configurações para editar ou atualizar seus dados



Humor diário

Você finalizou a configuração inicial. Seu BIO está pronto para uso e conectado diretamente com a nossa Equipe de Saúde 24h.

A partir de agora, toda vez que fizer o primeiro acesso do dia no seu **BIO** você verá esta tela. Escolha sempre a opção que estiver mais adequada ao seu **estado de humor** naquele dia. Esta informação é muito valiosa para a Equipe de Cuidado Médico.



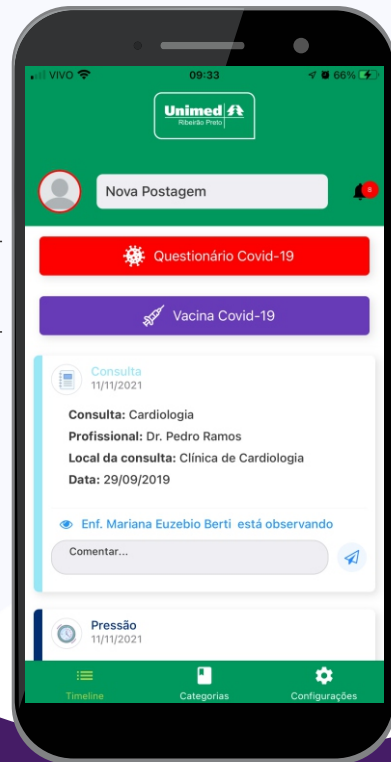
Linha do tempo

A página de entrada do seu app BIO mostra as informações e postagens em ordem cronológica (linha do tempo). Assim fica fácil encontrar a data daquele exame, consulta ou qualquer interação com a equipe de saúde.

Informações postadas aparecem **ordenadas por data**. Basta rolar a página para ver todas.

Botão para **Questionário Covid-19** aparece em destaque, usado para empresas e operadoras que exigem emissão do selo diário para controle. O botão **Vacina Covid-19** também aparece no alto, para facilitar o acesso aos registros.

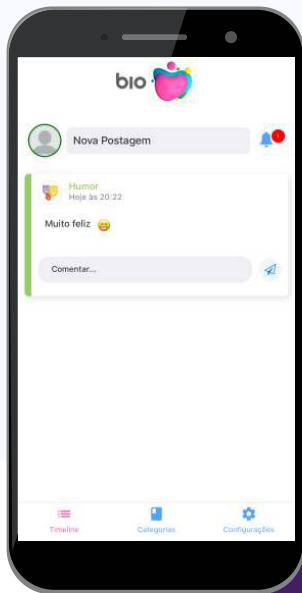
*



*Esta é a imagem da linha do tempo personalizada para usuários Unimed Ribeirão Preto.



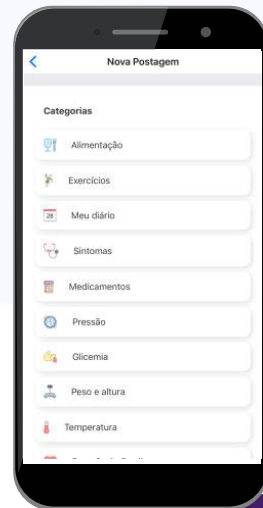
Como fazer uma postagem



Para fazer suas postagens, comece clicando sobre o campo **Nova Postagem**, ao lado da sua foto.

Na tela que abre depois do clique, **escolha a categoria da postagem** que você quer fazer.

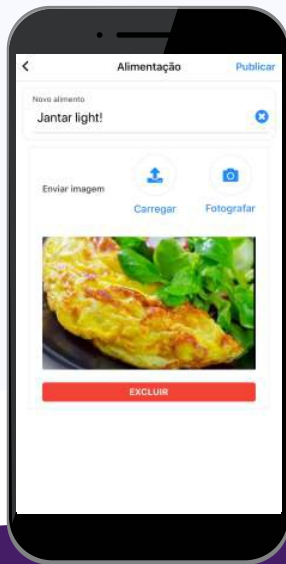
Depois, **preencha os campos com as informações solicitadas** para cada tipo de postagem e em seguida clique no botão **Publicar**.



Categorias de postagem

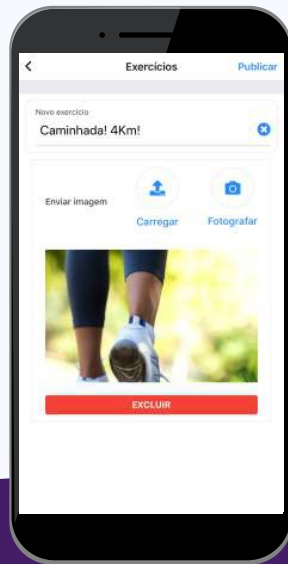
Alimentação

Poste suas refeições e receba orientações para comer melhor.



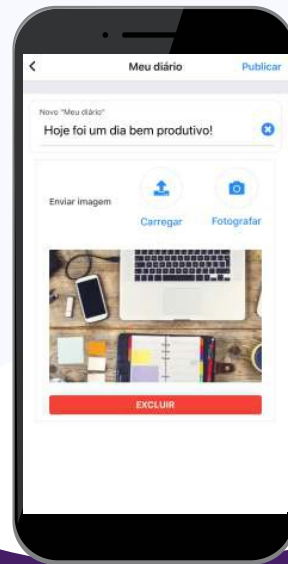
Exercícios

Registre suas atividades e tenha dicas e incentivo.



Meu Diário

Sua rotina influencia na sua saúde. Poste os fatos do dia!



Categorias de postagem

Sintomas

Se algo não está bem, informe sintomas e receba atendimento.

The 'Sintomas' form on a smartphone screen includes a back arrow, a 'Publicar' button, and a list of symptoms: 'Dor de cabeça', 'Febre', 'Dor abdominal', 'Náusea e vômito', 'Diarreia', and 'Dor'. Below the list is a pain scale labeled 'Escala de dor: Dor moderada' with a visual slider and a sad face icon. At the bottom, there is a field for 'Outro sintoma' with the text 'Tontura' and a plus icon.

Medicamentos

Mantenha sempre em dia sua agenda de medicamentos.

The 'Medicamentos' form on a smartphone screen includes a back arrow, a 'Publicar' button, and fields for: 'Nome do medicamento' (VYTORIN 10MG + 20 MG (CP)), 'Apresentação' (COMPRIMIDO), 'Modo de uso' (Oral), 'Forma de uso' (Uso contínuo), 'Dosagem' (1 CP), 'Frequência' (1 vez ao dia), and 'Quais horários do medicamento?' (1ª Dose: 08:00).

Pressão

Poste sua pressão para que a Equipe acompanhe e comente.

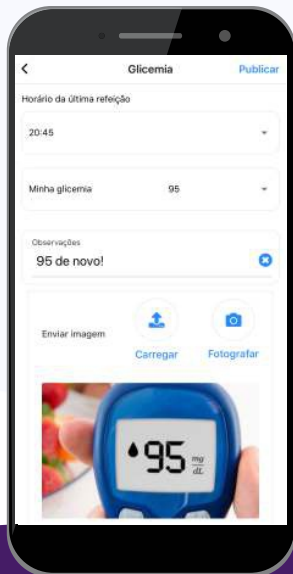
The 'Pressão' form on a smartphone screen includes a back arrow, a 'Publicar' button, and fields for: 'Maior (Sistólica)' (120) and 'Menor (Diastólica)' (80). It features an 'Observações' section with the text 'Mantendo a pressão normal!' and a plus icon. Below are buttons for 'Enviar imagem', 'Carregar', and 'Fotografar'. At the bottom, there is a photo of a person's arm with a blood pressure cuff.



Categorias de postagem

Glicemia

Mantenha a glicemia controlada com o auxílio das enfermeiras.



Peso e altura

Acompanhe seu IMC e tenha apoio da Equipe na dieta.



Temperatura

Verifique e poste para que a Equipe te oriente sobre que fazer.



Categorias de postagem

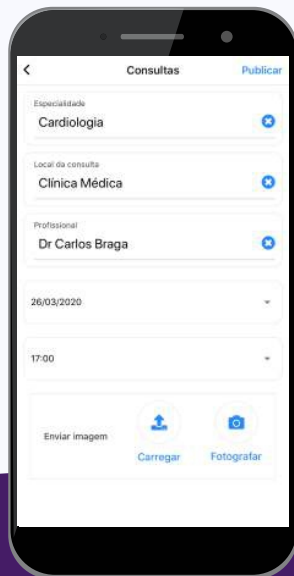
Frequência cardíaca

Em repouso ou depois do treino, poste e receba comentários.



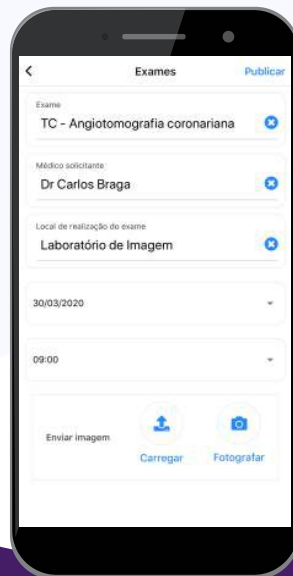
Consultas

Acompanhamento antes e registro depois das consultas.



Exames

Não perca nenhum detalhe e archive seus exames com segurança.



Categorias de postagem

Internações

Dados das suas internações arquivados e comentados.

Internações Publicar

Hospital
Hospital do Coração

UF
São Paulo - SP

Cidade
Ribeirão Preto

Motivo da internação
Cateterismo

01/04/2020

01/04/2020

06:00

Agenda de aferições

Rotinas de controle com agenda e lembretes.

Agendamento de aferições Publicar

Tipo de aferição Pressão

27/03/2020

04/04/2020

Dias da semana

Seg Ter Qua Qui Sex Sáb

Dom

Número de aferições por dia 2

Horários das aferições

1ª aferição 08:00

Atestado Médico

Informações importantes sempre à mão.

Atestado médico Publicar

24/04/2020

11:00

Necessidade de assistência
Exames

Período de afastamento

1 dias

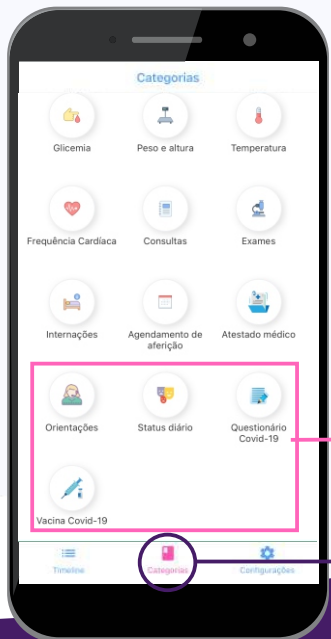
Nome do médico
Dr Carlos Braga

Nº de registro do médico
123456

CID



Categorias de postagem



Todas as suas postagens ficarão arquivadas na sessão **Categorias**.

Nesta sessão também ficam arquivadas as **Orientações** que a Equipe postar para você, além de todos os **status de humor** diário que você registrou. O **Questionário Covid-19** para tirar os selos de *liberação** diários e sua carteira de **vacinas Covid-19** também ficam armazenados em segurança

* Apenas para empresas participantes do programa Covid-19.



Interações com a Equipe 24 horas

Suas postagens geram comentários, orientações e encaminhamentos da Equipe. Tudo o que você informa é visto e analisado por enfermeiros e médicos de verdade.

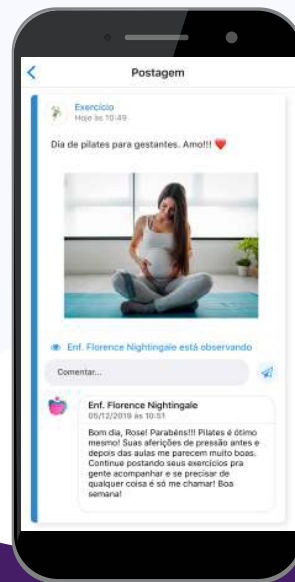
Encaminhamentos



Calendário de Cuidados



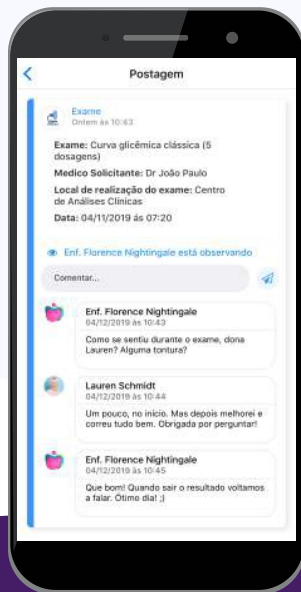
Condições especiais



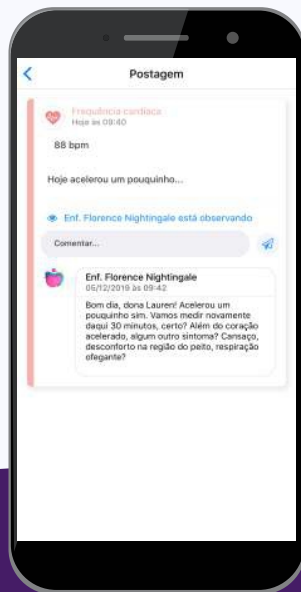
Interações com a Equipe 24 horas

As ações e contatos das enfermeiras podem ser reativos - quando você posta - ou ativos - quando seu Calendário de Cuidado prevê que a Equipe fale com você. Em qualquer situação, a qualquer hora, você tem todo suporte que precisa.

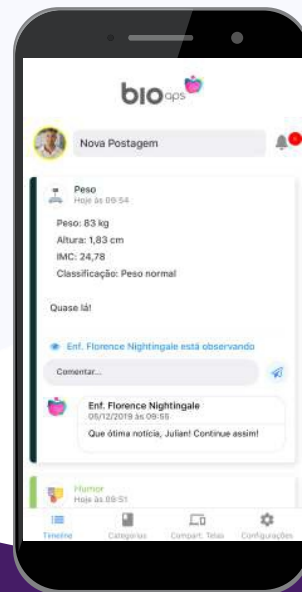
Orientação



Monitoramento



Apoio e suporte



Telemedicina

Você também pode realizar consultas por **telemedicina** com o **BIO**, a critério do médico durante seu atendimento. Na tele-consulta o médico poderá solicitar exames, emitir receitas e atestados, como em uma consulta presencial. E todos os dados do atendimento ficarão registrados em sigilo e com toda segurança.





**Para mais benefícios e funcionalidades,
mantenha seu BIO sempre atualizado!**

Ficou com alguma dúvida ou precisa de
auxílio para instalar ou navegar pelo
seu **BIO Assistente Pessoal de Saúde?**

Entre em contato pelo e-mail
contato@bioaps.com ou pelos canais de
atendimento da sua empresa ou operadora.

