



**Unimed**

# +você

**Comemoração  
dos 30 anos  
da Unimed AS**

**Cuidados  
com os olhos  
no verão**

**Dicas para  
alimentação  
das crianças**

**Comunidade:  
eventos e notícias  
da região**

## Palavra do Presidente

Em 2013, a Unimed Alto da Serra completou 30 anos. Há trinta anos somos responsáveis pela bandeira Unimed junto aos vinte municípios da região do alto da serra. Apostamos em um modelo de negócio que tem por princípio fundamental a cooperação e que em razão deste princípio, tornou a Unimed a maior cooperativa médica do mundo e a empresa líder de mercado no segmento de planos de saúde no Brasil.

No sentido de promover a saúde, a Unimed Alto da Serra está a cada dia mais preocupada e comprometida em oferecer diferenciais de qualidade aos nossos clientes. Este princípio irá nortear muitos projetos para o ano de 2014, os quais serão divulgados aos nossos clientes através deste informativo e outros veículos de comunicação.

Em 2014, a atenção do mundo estará voltada para o Brasil em razão da Copa do Mundo. Nossa torcida pela seleção brasileira é enorme, mas a nossa torcida pelo Brasil é maior ainda. Para garantir que você possa aproveitar intensamente cada momento de 2014, estaremos prontos e preparados para cuidar bem de você, de sua saúde e de sua família.



Dr. Atilio Costanzi Filho – Presidente

Que a Copa do Mundo do Brasil deixe um legado ainda maior de valorização do esporte e da saúde.

Estamos felizes por cuidar da sua saúde e ter você como integrante da grande família Unimed, pois o nosso caminho é feito pelos nossos próprios passos, mas a beleza da caminhada depende daqueles que vão conosco! Um forte e fraterno abraço a todos e um 2014 repleto de realizações e saúde.

## Sumário

30 Anos Unimed Alto da Serra 10 e 11

Cuidados com os olhos no verão 17

### E mais:

ARTIGO MÉDICO 3 ATUALIZAÇÕES MÉDICAS 5

COMUNIDADE 6 NOTÍCIAS 12 UNIBABY 14

5 ANOS CLÍNICA UNIMED ALTO DA SERRA 16

SAÚDE E BEM-ESTAR 18

## Expediente

**Informativo da Unimed Alto da Serra**  
Sociedade Cooperativa de Serviço Médico Ltda.

**Sede**  
Vacaria – RS – Rua XV de Novembro, 556 – Centro  
CP 232 – CEP 95200-000 – Fone/Fax: 54 3511.2588  
e-mail: unimed@unimed-as.com.br | www.unimed-as.com.br

**Direção Executiva**  
Presidente: Atilio Constanzi Filho  
Vice-Presidente: Leonardo Vieira Grazziotin  
Superintendente: Maria Teresa Xavier Aquino

**Diretores**  
Mateus José da Luz, Oscar Germano Winter Neto e  
Janaina Simões Pires Santos

**Gerente**  
Rogério Armiliato Panassol

**Coordenadores**  
Elisandra Duarte, Paula Borges, Aline Rotava e João Fernando Osório  
As colunas assinadas são de inteira responsabilidade dos autores.

**Colaboração**  
João Fernando Osório (Coordenador de Mercado)  
Lisiane Trentin (Departamento de Comunicação da Unimed Alto da Serra)

**Fotógrafos**  
Crystal Photos / Esdras Rose

**Projeto Gráfico**  
Dara Comunicação

**Gráfica / Tiragem**  
Nordeste / 8.000 exemplares

Mande suas dúvidas, sugestões ou dicas para  
o e-mail [comunicacao@unimed-as.com.br](mailto:comunicacao@unimed-as.com.br)  
Sua opinião ajudará no próximo informativo. Até lá!

# Já se passaram 33 anos

No dia 05 de dezembro de 2013 completei 33 anos de formatura, pertencendo a ATM 80 – PUC RS. Neste período presenciei fatos muito interessantes, principalmente no cenário da Cardiologia. No início dos anos 80, a principal arma propedêutica do cardiologista era o estetoscópio e a história clínica, contentávamos com a realização do diagnóstico, as drogas não eram muitas; lembro-me da dificuldade de controlar um quadro de hipertensão severa, do tratamento do diabetes, o qual era delegado apenas a endocrinologistas, não tendo o “link” entre diabetes e doença vascular.

Em relação a Cardiopatia Isquêmica, o que tinha importância era o diagnóstico anatômico da obstrução e o tratamento cirúrgico, uma frustração para o cardiologista clínico. Já no final dos anos 80, as coisas começaram a mudar no âmbito nacional, porém, o acesso era demorado.

O Dr. Bocchese e eu, participávamos de um curso de atualização no INCOR – SP, viajávamos a cada 15 dias, de ônibus e constatávamos um hiato entre o que se fazia em São Paulo e em Porto Alegre. Numa destas idas a São Paulo, trouxe no bolso uma dose de estreptoquinase de uso endovenoso, indicado para o tratamento do infarto agudo do miocárdio (IAM). Na mesma madrugada em que cheguei atendi uma paciente com IAM e pela primeira vez (1988) foi usada esta medicação no HNSO, estando a paciente bem até hoje.

Os estudos e pesquisas continuavam a se desenvolver e, pela primeira vez, num congresso em São Paulo assisti uma palestra do Dr. Decourt, que falava sobre endotélio. Esta, realmente, foi um marco na minha vida profissional, juntamente com uma conversa com Dr. Protásio Lemos da Luz, num jantar na casa de sua mãe, Dona Sueli Lemos, quando cheguei à conclusão que o meu papel como médico cardiologista, numa cidade do interior, tinha que mudar. Comecei a me dedicar para que as pessoas não ficassem doentes. Na época, os grandes centros estavam se aparelhando com tecnologia de ponta, para o tratamento das doenças cardiovasculares e eu aqui em Vacaria, iniciava uma batalha no combate aos

fatores de risco para doença cardiovascular.

Quando cheguei a Vacaria em 1984, só queria atender pacientes com infarto agudo. Passados estes anos todos, faço de tudo para que este quadro não se concretize.

Às vezes, me sentia meio deslocado nos congressos, só se falava em cineangio, angioplastia, stents. E eu, como não tinha acesso imediato a estes recursos, insistia com os pacientes no combate aos fatores de risco. Para minha satisfação comecei a ver, principalmente nos congressos europeus, a importância do tratamento clínico adequado, pois agora já dispomos de drogas que comprovadamente reduzem eventos e mortalidade cardiovasculares.

Em relação ao combate dos fatores de risco cardiovascular é necessário tempo, paciência, explicar ao paciente qual o papel destes no desenvolvimento da sua doença, algo bem mais difícil do que solicitar exames. A relação médico-paciente é fundamental no sucesso desta ação, como exemplo, cito o abandono do tabagismo. Não adianta dizer: “O senhor precisa parar de fumar!” Temos que auxiliar o paciente a abandonar este vício e ter a consciência de que este ato médico não se consegue numa consulta.

No mês de novembro de 2013, no Congresso AHA, em Dallas, muito se falou em outro fator de risco: a inatividade física que conseqüentemente leva à obesidade e à diabetes.

É fundamental para a saúde do sistema cardiovascular a atividade física, qualquer coisa que faça com que a pessoa se movimente.

No meu consultório, muitas vezes, sou procurado por pacientes querendo saber como estão suas artérias, se elas têm alguma obstrução. Nestes casos, a minha conduta é sempre orientar o paciente em relação à presença dos fatores de risco, pois baseado nisto temos vários escores para classificar se o paciente é de: baixo, médio ou alto risco. De acordo com estes escores, vamos planejar uma intervenção e, com isso, diminuir o risco para o desenvolvimento da doença cardiovascular.

Pouco adianta estar preocupado com a obstrução das artérias e continuar fumando, não realizar

## Artigo médico

atividade física, não melhorar a dieta.

Para combater os fatores de risco, temos que fazer uma mudança no estilo de vida (MEV) e o papel do médico é esclarecer e auxiliar o paciente a conseguir êxito neste difícil segmento do tratamento clínico. Sinto-me o melhor e maior médico quando auxilio alguém a parar de fumar.

Os pacientes sempre buscam soluções milagrosas e rápidas. Vejo isso em relação ao implante de stents. Há um equívoco, as pessoas acham que após a colocação destes, os seus problemas terminaram. Grande engano, os stents só terão sucesso se estiverem junto com o uso de drogas adequadas e intensa mudança de estilo de vida.

Nos dias de hoje, as decisões sobre qual a melhor conduta para o tratamento dos pacientes, são tomadas por vários especialistas, formando um verdadeiro time.

Tenho certeza que a atuação do cardiologista é fundamental para estabilizar, evitar a progressão e até mesmo promover a regressão da doença cardiovascular.

Por outro lado, vejo com muita tristeza, o fato das pessoas não darem o devido valor à sua saúde,

priorizando bens de consumo, como automóveis, eletroeletrônicos e principalmente o celular.

A cada dia, mês, ano que passa, mais difíceis estão ficando as coisas, o governo trazendo médicos de todos os cantos, abrindo faculdade em qualquer cidade sem ter a preocupação com a qualidade. Um médico com um nível de conhecimento bom é algo que requer bastante investimento, tem altos custos.

A mensagem final é de que não podemos desanimar, temos que agir como verdadeiros médicos para a melhor prestação de nosso serviço à população e só assim recuperar o nosso prestígio profissional.



*Dr. Leovegildo Guazzelli Neto*

## Atualizações Médicas

Durante 2013 os médicos da Unimed AS participaram de dezenas de encontros, congressos e simpósios sempre com o objetivo de buscar, cada vez mais, a sua atualização e trazer novas tecnologias e informações para seus clientes. Abaixo, fotos do VI

Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria e IV Simpósio Sul-Americano de Pediatria, que se realizou de 12 a 15 de junho na PUCRS em Porto Alegre.



*Dr.ª Maria Teresa Xavier Aquino  
e Dr.ª Karin Maria Velho Dutra*



*Dr.ª Maria Teresa Xavier Aquino, Dr. Jaer Jair  
Dornellas Camargo, Dr. Antônio Carlos Nicolodi  
e Dr. Antônio Bortolon*

## Antônio Francisco Bortolon

VI Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria e IV Simpósio Sul-Americano de Pediatria  
12 a 15/06/2013, PUCRS, Porto Alegre - RS

XX Curso de Pneumologia Pediátrica  
15 a 17/08/2013, Hospital da Criança Santo Antônio

Congresso Sul-Riograndense de Especialidade Pediátrica  
23 e 24/08/2013, Bento Gonçalves - RS

XL Congresso Brasileiro de Alergia e Imunopatologia  
30/11 a 03/12/2013, Belém - PA

## Adalberto de Carvalho Valle Neto

XVII Congresso Sul-Riograndense de Ginecologia e Obstetrícia  
19 e 20/04/2013

## Arivaldir Borges Oliboni

XVII Congresso Sulbrasileiro de Ortopedia e Traumatologia  
22/06/2013

## Alexandre Rigo Visentin

III Congresso Brasileiro de Neurointensivismo  
13 a 15/06/2013, Belo Horizonte - MG

## Gabriela Pogle Fonseca

XXV Congresso Brasileiro de Cirurgia Dermatológica  
01 a 05/05/2013, Campos do Jordão - SP

## Grazielle Viapiana

XX Curso de Pneumologia Pediátrica  
15 a 17/08/2013, Porto Alegre - RS

## Jaer Jair Dornellas Camargo

XVI Simpósio de Doenças de Inverno: Rinite, Rinossinusite e Asma  
XIV Workshop de Otorrinolaringologia Pediátrica  
XV Fórum Interativo de Otites,  
II Curso de Foniatria e I Otite Médica Brasil  
03 e 04/05/2013, Porto Alegre - RS

VI Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria e IV Simpósio Sul-Americano de Pediatria  
12 a 15/06/2013, PUCRS, Porto Alegre - RS

## Janaína Simões Pires Santos

XXX Congresso Panamericano de Oftalmologia  
07 a 10/08/2013, Rio de Janeiro - RJ

## Karin Maria Velho Dutra

XVI Simpósio de Doenças de Inverno: Rinite, Rinossinusite e Asma  
XIV Workshop de Otorrinolaringologia Pediátrica  
XV Fórum Interativo de Otites,  
II Curso de Foniatria e I Otite Médica Brasil  
03 e 04/05/2013, Porto Alegre - RS

VI Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria e VI Simpósio Sul-Americano de Pediatria  
12 a 15/06/2013, PUCRS, Porto Alegre - RS

## Kátia de Alencar Rodrigues

Seminário de Homeopatia, Medicina Interna e Terapêutica  
24 e 25/05/2013

Congresso Nacional da Associação Brasileira de Reciclagem e Assistência em Homeopatia  
28 a 31/08/2013

## Leovegildo Guazelli Neto

III Simpósio de Primavera Novas Fronteiras da Ecocardiografia: dos fundamentos à prática  
18/10/2013, São Paulo - SP

2ND Cardiovascular Symposium in Brazil  
04 e 05/05/2013, São Paulo - SP

## 9º DiabeteSul 2013

12 e 13/04/2013, Porto Alegre - RS

## 73rd Scientific Sessions

Junho de 2013, American Diabetes Association, Chicago

XXXIV Congresso da Sociedade de Cardiologia do Estado de SP

## Lenise do Nascimento Macedo

XVII Congresso Paulista de Nefrologia, Fórum de Nutrição em Nefrologia e Simpósio Internacional Pré-Congresso  
18 a 21/09/2013, Atibaia - SP

## Maicon de Oliveira

XX Curso de Pneumologia Pediátrica nas sessões de Interpretação de Raio X  
15 a 17/08/2013, Porto Alegre - RS

## Marcel do Nascimento Martins

XIV Congresso Brasileiro de Coluna  
27 a 30/08/2013, Florianópolis - SC

## Marcio Gasperin Wanderley

XVII Curso de Atualização em Imagem SPR  
02 a 04/08/2013, São Paulo - SP

## Márcio Luiz de Abreu

XII Semana Brasileira do Aparelho Digestivo  
24 a 27/11/2013, Goiânia - GO

## Maria Teresa Xavier Aquino

VI Congresso Gaúcho de Atualização em Pediatria e VI Simpósio Sul-Americano de Pediatria  
12 a 15/06/2013, PUCRS, Porto Alegre - RS

Curso de Facilitador em AIDPI Neonatal promovido pela Secretaria de Saúde do Estado do RS  
10 a 12/12/2013, PUCRS, Vacaria - RS

XX Curso de Pneumologia Pediátrica  
15 a 17/08/2013, Hospital da Criança Santo Antônio

## Mario Golin da Costa

XVIII Congresso Sulbrasileiro de Ortopedia e Traumatologia  
20 a 22/06/2013, PUCRS, Gramado - RS

## Meire Adriana Silva

XVII Congresso Sul-Riograndense de Ginecologia e Obstetrícia  
19 e 20/04/2013

## Oswaldo Luis Bortolon

XI Congresso de Amor Exigente  
15 a 18/08/2013, Maceió - AL

## Olando Alberto Caus

XVII Congresso Sul-Riograndense de Ginecologia e Obstetrícia  
19 e 20/04/2013

## Pablo Manozzo Trevisol

XXXIV Congresso da Sociedade de Cardiologia de São Paulo - Ampliando os horizontes na prevenção cardiovascular

## Rafael Ragnini Pereira

Simpósio de Flebologia e Estética da SBACV

## Sabino Veremzuk Xavier

XLII Congresso Brasileiro de Radiologia e XXVII Congresso Brasileiro de Medicina Nuclear

## Tiago Bernardi Franco

XXXIV Congresso Brasileiro de Urologia  
16 a 20/11/2013, Natal - RN

### Unimed realiza palestras de primeiros socorros e reanimação cardiopulmonar

No ano de 2013, a Unimed Alto da Serra realizou palestras sobre primeiros socorros e reanimação cardiopulmonar em diversas empresas de nossa região.

Na foto, destaque para as palestras realizadas aos colaboradores das empresas Sumabras, Rodaros e Hercosul.

Leve para sua empresa e para sua semana SIPAT as palestras da Unimed.

Maiores informações pelo fone 54 3511 2588.



### Unimed auxilia Lar Santa Cecília

Convicta de seu papel social na comunidade de Vacaria e região, a Unimed Alto da Serra vem colaborando mensalmente com o Lar Santa Cecília, através da doação mensal de leite.

Segundo o atual presidente da Unimed – Dr. Atílio Costanzi Filho – “o trabalho desenvolvido pelo Lar é de extrema importância para a sociedade e fundamental para os jovens que recebem este acompanhamento”.

O Lar Santa Cecília é uma instituição voltada ao atendimento de crianças menos favorecidas da comunidade e subsidiada através de doações e colaborações de diversas pessoas.

É fundamental que as empresas da região possam presenciar este trabalho e se solidarizem com a causa, alcançando recursos para viabilizar o trabalho do Lar e até mesmo potencializar as atividades, podendo atingir um número cada vez maior de crianças carentes.

### Unimed presente na 3ª Caminhada da Longevidade

Aconteceu no dia 15 de dezembro de 2013, a 3ª Caminhada da Longevidade, com participação de mais de 300 pessoas. A caminhada fez parte das programações da 11ª Feira de Pequenas Frutas, Artesanato e Mel de Vacaria e 1ª Feira de Frutas Nativas do Rio Grande do Sul que serviu para divulgar e incentivar entre os participantes o hábito da caminhada e a promoção da atividade física como fator importante para a melhoria da saúde.

O evento contou com a participação da Secretaria Municipal de Agricultura, Avalia Consultoria Agrônômica, Clínica Veterinária São Francisco, Ivocar Multimarcas, Dicafer, GZ Bombas Diesel, Boschi Chapeação e Pintura, Schio Cereais, Banco do Brasil e Unimed Alto da Serra.



**3ª Caminhada da Longevidade**

## Aeromodelismo Vacariense

Aconteceu nos dias 3 e 4 de agosto, na cidade de Vacaria, o 2º Encontro Vacariense de Aeromodelismo – EVAER, evento que reuniu um público de mais de 1.000 pessoas que conferiram os diversos aeromodelos dos participantes de Vacaria e demais cidades do Rio Grande do Sul e Santa Catarina. O sol brilhou e os 49 pilotos inscritos lotaram os céus de Vacaria com escalas, jatos, treinadores, warbirds e paraquedas RC que coloriram o evento, demonstrando perícia e precisão.

A iniciativa e organização do evento foi do grupo GRUVAER – Grupo Vacariense de Aeromodelismo. A Unimed Alto da Serra esteve presente, prestigiou o evento e parabeniza os organizadores.



## Unimed faz homenagem no Dia da Mulher

No dia 8 de março, Dia Internacional da Mulher, a Unimed Alto da Serra homenageou clientes, médicas e colaboradoras com uma linda rosa. Pequenos gestos que fizeram esse dia ficar ainda mais especial.



### Caminhada Pela Vida comemora aniversário de Vacaria

A 6ª Caminhada pela Vida foi realizada no dia 22 de outubro de 2013, como parte integrante da programação em comemoração ao Aniversário de Vacaria. O evento contou com a presença de mais de 360 pessoas e foram arrecadados mais de 380 Kg de alimentos, doados para o Asilo Santa Isabel e Asilo Santa Edwiges. A Caminhada Pela Vida já se tornou um evento tradicional no calendário do município e tem o objetivo de incentivar a prática esportiva e hábitos saudáveis na comunidade.

A Unimed Alto da Serra esteve presente no evento e enfatiza a importância da caminhada como atividade física que auxilia na qualidade de vida e na promoção da saúde das pessoas.



### Unimed participa da Volta Ciclística

Aconteceu nos dias 23 e 24 de novembro de 2013 a 6ª Volta Ciclística de Vacaria, que contou com a presença de atletas de todas as cidades do Estado e também de Curitiba, Mato Grosso do Sul, além de um atleta internacional, David Brune, vindo da Alemanha.

A prova foi de muita resistência e contou com 3 etapas realizadas em 2 dias, sendo que no sábado os atletas percorreram 120km de Vacaria até Bom Jesus (ida e volta), e no domingo a prova contra relógio e de circuito. Participaram mais de 100 atletas nos 2 dias de provas. O vencedor da principal categoria – Elite – foi Endrigo Pereira, um atleta da equipe da ACIVA, que atualmente também faz parte da equipe Memorial de Santos – SP.

Dentre os participantes de Vacaria, destacamos os

seguintes premiados: Marcelo Costa, Eduardo Rech, Willian Rosa, Eugenio Sussela, Rodrigo Lima, Luara, Carlos Oliveira, Gustavo Hoffman, Marcos Lorenzetti, João Nelsom e Paulo Oliveira.

A Unimed esteve presente prestigiando o evento e proporcionando segurança e atendimento aos atletas, valorizando sempre o esporte e o ciclismo.



### Unimed Alto da Serra: parcerias feitas com o coração.

A Unimed Alto da Serra, ao longo dos últimos anos, tem procurado desenvolver cada vez mais o conceito de responsabilidade social, no sentido de focar suas ações não somente no núcleo de clientes, mas também nos setores menos favorecidos da sociedade. Nesse sentido tem buscado desenvolver projetos sociais ligados à saúde, através do incentivo à prática de esportes e hábitos saudáveis. Nessa caminhada, inúmeras parcerias foram estabelecidas, a exemplo das parcerias com a Liga de Combate ao Câncer de Vacaria e do Grupo Arco-Íris filiado à federação Amor Exigente. A Unimed Alto da Serra, está orgulhosa em participar, como patrocinadora e apoiadora, dos projetos dessas entidades. Confira alguns dos materiais desenvolvidos no ano de 2013.



**FUMAR CAUSA DANOS À SAÚDE E REDUZ A PRODUTIVIDADE NO TRABALHO.**



### Novembro Azul

A Unimed Alto da Serra, seguindo o objetivo do Outubro Rosa, desenvolveu o material Novembro Azul. O câncer de próstata é o assunto dessa campanha, com o objetivo de alertar os homens para os sintomas mais frequentes dessa doença.



**NOVEMBRO AZUL**

A Unimed Alto da Serra participa da luta contra o câncer de próstata.

## 30 Anos Unimed AS



No dia 13 de dezembro de 2013 no Restaurante Mangiare realizou-se o Jantar de Confraternização dos 30 anos da Unimed Alto da Serra. Participaram os médicos cooperados e seus acompanhantes.

Na ocasião prestou-se homenagem aos ex-presidentes, através de uma placa

comemorativa aos 30 anos de Fundação da Unimed Alto da Serra. O atual presidente, Dr. Atilio Costanzi Filho, em seu discurso ressaltou a importância que cada um dos ex-presidentes tiveram ao longo do tempo, suas participações e realizações nesse 30 anos de história.



Dr.ª Maria Teresa Xavier Aquino, Dr. Mateus José da Luz, Dr. Dirceo Trevisan e Dr. Oscar Germano Winter Neto



Dr. Flávio Guazzelli, Nelci Guazzelli e Dr. José Inácio Bocchese



Caroline Pontalti Trevisan, Noemy Guazzelli, Thiago Guazzelli, Gisele Gargione Guazzelli, Domênica Schio e Luís Augusto Guazzelli Filho



Dr. Atilio Costanzi Filho, Dr. Mario Golín Costa, Dr. Décio Dal Molin e Dr. Helmio dos Santos Pothin



Dr. Adriano Messalas Granetto, Dr. Túlio Trevisan e Dr. Cristiano de C. Antonini



Claudio Varaschin e Giuliano Hoffmann



Dr. José Inácio Bocchese



Dr.ª Maria Teresa Aquino Xavier e Dr. Dirceo Trevisan recendo a placa pelo Dr. Ademar Trevisan



Dr.ª Maria Teresa Aquino Xavier e Luís Augusto Guazzelli Filho recobendo a placa pelo Dr. Luís Augusto Guazzelli



Dr. Antonio Sádjo Perreira Xavier e Dr. Sabino Verenzuk Xavier



Dr. Mateus e Dr. João C



Dr. Atilio Costanzi Filho



Lisiane Trentin, Dr<sup>a</sup>. Maria Teresa Xavier Aquino e Aline Dias Fiamingue



Dr. Mário Germano de B. Wanderley, Dr. Antonio Sádio Pereira Xavier e Dr. Sebastião L. de Azambuja Santos

Greice Minossi Oliboni, Dr. Arivaldir Oliboni, Thiago Minossi Oliboni e Matheus Machado Oliboni

## Histórico de Gestões Unimed Alto da Serra

Dr. José Inácio Bocchese  
1983 - 1987

Dr. João Antonio Xavier Jacoby  
1991 - 1994

Dr. João Cesar Borges  
2003 - 2009

Dr. Clewer Jacoby Schüler  
1987 - 1989

Dr. Luiz Augusto Guazzelli  
1994 - 2000

Dr. Antonio Francisco Bortolon  
2009 - 2012

Dr. Ademar Antônio Trevisan  
1989 - 1991

Dr. Antônio Sádio Pereira Xavier  
2000 - 2003

Dr. Atilio Costanzi Filho  
2012 - 2015



Dr. José da Luz Cesar Borges



Dr. Antonio Francisco Bortolon e Dr<sup>a</sup>. Sandra Todeschini Bortolon



Dr<sup>a</sup>. Janaina Simões Pires Santos e Dr. Atilio Costanzi Filho



Médicos homenageados

30 anos

Unimed Alto da Serra/RS

Saúde se faz assim.

## Médicos da Unimed realizam curso e treinamento ACLS

Nos dias 30 e 31 de agosto de 2013, diversos médicos da Unimed realizaram na sede da Unimed o ACLS - Advanced Cardiovascular Life Support, um curso de suporte avançado de vida em cardiologia. Os instrutores foram Dr. Claudio Azevedo e Dr. Max Steinert. Trata-se de um curso de treinamento em emergências cardíacas, ressuscitação e atendimento ao paciente com ataque cerebral (acidente vascular cerebral) desenvolvido pela maior entidade médica da área cardiológica americana - American Heart Association.

O Advanced Cardiac Life Support - ACLS - Suporte Avançado da Vida em Cardiologia - é um curso de imersão teórico-prático dirigido ao atendimento das emergências cardiológicas, incluindo as diversas modalidades de parada cardiorrespiratórias, arritmias letais, tratamento inicial do infarto agudo do miocárdio e suas complicações, e do ataque cerebral, com informações e habilidades técnicas necessárias para a ressuscitação cardiopulmonar para adultos.

A parte prática utiliza manequins dotados de simuladores das mais variadas arritmias, eletrodos para monitorização e sensores para desfibrilação e cardioversão. Os médicos que participaram do curso destacaram a qualidade e a importância do treinamento para a atividade médica.



## Médico recebe medalha Mérito Universitário

No dia 08 de novembro, no Teatro da UCS de Caxias do Sul, o médico pediatra de Vacaria Antônio Francisco Bortolon recebeu a medalha do Mérito Universitário.

A homenagem foi em reconhecimento pela dedicação do pediatra, pelos serviços prestados e por sua atuação na UTI neonatal do Hospital Geral daquela cidade ao longo de 15 anos. O Hospital Geral é administrado pela Universidade de Caxias do Sul.



Reitor da UCS, Isodoro Zorzi, Dr. Antonio Bortolon e Roque Grazziotin Presidente da Fundação Universitária de Caxias do Sul.

## Palestra comemorativa – Semana da Enfermagem

Em comemoração à Semana da Enfermagem, a Unimed Alto da Serra realizou no dia 25 de maio, na Sede Administrativa a palestra “O Papel da Enfermagem nos Tempos Atuais”. Como palestrante Fernanda de Menezes Guimarães, Gerente Técnica de Enfermagem – Superintendência Médica Assistencial do Hospital Mãe de Deus de Porto Alegre. A palestra foi direcionada para enfermeiros e técnicos de enfermagem.



## Unimed realiza 3ª Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho

Aconteceu de 28 de outubro a 1º de novembro de 2013, a 3ª SIPAT: Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho. O evento contou com diversas palestras que abordaram assuntos importantes para a qualificação do trabalho dos colaboradores da Unimed.



## Comemoração do Dia da Secretária

Em comemoração ao Dia da Secretária a Unimed AS promoveu um coquetel para todas as secretárias nas cidades de Vacaria, Lagoa Vermelha e Bom Jesus. A Unimed espera todas no próximo encontro.



## Espaço Unibaby



**Vicenza Borges Ferreira**

Mãe: Paula Regina B. Borges  
Pai: Reginaldo Badalotti Ferreira  
Obstetra: Dr. Dirceo Trevisan  
Pediatria: Dr. Osvaldo Bortolon



**Bernardo Boeno Trentin**

Mãe: Andrea dos Santos Boeno  
Pai: Milton Alexandre Trentin  
Obstetra: Dr. Dirceo Trevisan  
Pediatria: Dr. Ademar Trevisan e  
Dr. Osvaldo Bortolon



**Mariana dos Reis Rosa**

Mãe: Gabriela Fernandes dos Reis  
Pai: Esdras da Silva Rosa  
Obstetra: Dr.ª Luciane Batalha  
Pediatria: Dr. Antonio Bortolon



**Ana Júlia Baldin Severo**

Mãe: Adriana Baldin  
Pai: Júlio de Souza Severo  
Obstetra: Dr. Jucir Michelon  
Pediatria: Dr. Osvaldo Bortolon



**Valentina Silva Dalla Zen**

Mãe: Quetlen Silva  
Pai: André Luis Dalla Zen  
Obstetra: Dr.ª Luciane Daros Batalha  
Pediatria: Dr. Antonio Bortolon



**Carolina Cherobin Chiarelo**

Mãe: Iliane Cherobin  
Pai: Adirlan Chiarelo  
Obstetra: Dr. João Carlos H. Ferri  
Pediatria: Dr. Adalberto de Carvalho  
Valle Netto



**Mitena de Almeida Santos**

Mãe: Fernanda Moreira de Almeida  
Pai: Sandro L. Santos  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatria: Dr. Flávio Mauri Guazzelli



**Cecília Corlassoli Betanin**

Mãe: Joseane Kramer Corlassoli  
Pai: Itamar Betanin  
Obstetra: Dr. Jucir Michelon  
Pediatria: Dr. Antonio Bortolon



**Yasmin Zaffonato Faria**

Mãe: Jéssica Portela Zaffonato  
Pai: Mateus de Matos Faria  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatria: Dr. Ademar Trevisan



**Ana Gabriela T. Gazzana**

Mãe: Adriana Cristina Trampuschi  
Pai: Alan Rangel Gazzana  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatria: Dr. Antonio Bortolon



**João Arthur B. Goulart da Silva**

Mãe: Luciane Godoi Borges  
Pai: Dieison Euzébio Goulart da Silva  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatria: Dr. Ademar Trevisan



**Thiago Rech Carneiro**

Mãe: Viviane de Fátima Rech Carneiro  
Pai: Claiton de Freitas Carneiro  
Obstetra: Dr.ª Célia Mendes Correa  
Pediatria: Dr. Atilio Costanzi Filho



**Uiliany Pires**

Mãe: Priscila Letícia dos Reis Camargo  
Pai: Uilian Pires  
Obstetra: Dr. Thiago Ohlweiler Santos  
Pediatria: Dr. Ademar Trevisan

## Espaço Unibaby



**Davi Picheti Maccari**  
Mãe: Jocenice Ziliotto Picheti  
Pai: Márcio Ivânio Maccari  
Obstetra: Dr. Jucir Michelin  
Pediatra: Dr. Osvaldo Bortolon



**Gabriel Valim Figueiró**  
Mãe: Vanessa Valim Moreto Figueiró  
Pai: David Roberto Borges Figueiró  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatra: Dr. Atilio Costanzi Filho e  
Dr. Flávio Mauri Guazzelli



**Gustavo Giroto Consorte**  
Mãe: Cristiane Toigo Giroto  
Pai: Diogo Vanaz Consorte  
Obstetra: Dr. Dirceo Trevisan  
Pediatra: Dr. Osvaldo Bortolon



**Isadora Silva Padilha**  
Mãe: Queli Venâncio Silva  
Pai: Sidnei Alves Padilha  
Obstetra: Dr. Jucir Michelin  
Pediatra: Dr.ª Grazielle Viapiana



**João Pedro M. Dongeski**  
Mãe: Patricia Kern Melek  
Pai: Eloir Dongeski  
Obstetra: Dr. Jucir Michelin  
Pediatra: Dr. Ademair Trevisan



**Lara Paim Ciotta**  
Mãe: Vivian Paim Ciotta  
Pai: Junior Ciotta  
Obstetra: Dr.ª Sandra Bortolon  
Pediatra: Dr.ª Maria Teresa  
Xavier Aquino



**Alice Rizzon**  
Mãe: Cassiane Dall' Asta Prado  
Pai: Celso Airton Rizzon  
Obstetra: Dr. Jucir Michelin  
Pediatra: Dr.ª Grazielle Viapiana



**Tainá Gomes Moreira**  
Mãe: Taise Eliane G. Moreira  
Pai: Valdoir Moreira dos Passos  
Obstetra: Dr. Adalberto de Carvalho V. Netto  
Pediatra: Dr. Antonio Leandro Nunes Vieira



**João Vítor Lago Dondé**  
Mãe: Camila Dias Lago  
Pai: Cristian Tiburski Dondé  
Obstetra: Dr. Dirceo Trevisan  
Pediatra: Dr. Ademair Trevisan



**Ana Laura S. do Amaral**  
Mãe: Fabiane A. S. do Amaral  
Pai: Edir Edmundo V. do Amaral  
Obstetra: Dr. Jucir Michelin  
Pediatra: Dr. Osvaldo Bortolon



**Erick de Souza Tavares**  
Mãe: Renata Boeira de Souza  
Pai: Douglas de Jesus Tavares  
Obstetra: Dr.ª Luciane S. N. D. Batalha  
Pediatra: Dr. Ademair Trevisan



**Luciano Henrique A. Prandi**  
Mãe: Renata Letti Araldi Prandi  
Pai: Luciano Cardoso Prandi  
Obstetra: Dr. Dirceo Trevisan  
Pediatra: Dr. Flavio Guazzelli



# 5 anos Clínica Ambulatorial e Cirúrgica Unimed Alto da Serra

DR. ANTÔNIO FRANCISCO BORTOLON | CRM 12556 | DIR. TÉCNICO



Administrativo



Ambulatório



Bloco Cirúrgico



Coordenação da Clínica



Laboratório



Farmácia



Manutenção



Recepção



Remoção



Telefonia

Só quem tem o melhor plano de saúde  
pode contar com a melhor estrutura.



ANS-nº 34368-4

## Cuidados com os olhos no verão

Difícil escolher um modelo de óculos de sol em meio a tantas opções. Porém, mais importante do que o tamanho, a cor ou o estilo é observar se o acessório realmente protege seus olhos contra a ação nociva dos raios solares UVA (que penetram profundamente na pele e são os principais responsáveis pelo envelhecimento) e os raios UVB (que agem superficialmente na epiderme, provocando alterações celulares que predispõem o surgimento de câncer). Para esclarecer suas dúvidas sobre o assunto, conversamos com as oftalmologistas Erika Yasaki, do Hospital Israelita Albert Einstein e Keila Monteiro de Carvalho, diretora do Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO):

### De que forma a visão é protegida?

Quando uma pessoa usa óculos escuros, a pupila se dilata naturalmente, porque o organismo entende que está em um ambiente escuro. Esses acessórios são confeccionados para filtrar a luminosidade, mas infelizmente, nem todos oferecem proteção para os raios UVA e UVB, e isso representa um grave perigo à saúde ocular.

Entre não usar e optar por um produto de má qualidade, o que é mais prejudicial?

Se não tiver a proteção correta contra os raios ultravioleta, as lentes escuras aumentam as chances de degeneração macular, ou seja, modelos inadequados fazem mais mal do que deixar o rosto exposto.

### Como escolher a melhor lente?

Depende da necessidade de cada pessoa. As de cor cinza e verde, por exemplo, proporcionam alta fidelidade de tonalidades, reduzem o cansaço visual e garantem conforto ao ar livre. Em casos de doenças oculares, os tons também fazem a diferença. Por exemplo: marrom ou âmbar são indicados para quem tem problema de miopia ou hipermetropia.

É verdade que olhos claros são mais sensíveis à luz?

Sim, porque apresentam menor quantidade de pigmento (que funciona como bloqueio à luminosidade) na íris. Se eles ficarem sempre expostos ao sol, problemas como catarata, pterígio (doença que se caracteriza pelo aparecimento de uma pequena pele cor de rosa que cresce a partir do canto interno do órgão, mas pode atingir o centro) e câncer de pálpebra, serão mais fáceis de se manifestar.

Na hora da compra é preciso prestar atenção aos formatos das armações?

Elas, de modo geral, seguem as tendências da moda e são desenhadas para muitos gostos. Mas, em situações em que é necessária uma proteção extra, como nos dias de praia, as estruturas devem ser um pouco curvadas para não deixar entrar luz pela lateral do rosto. Hoje, há tecnologia até para colocar grau nessas lentes. No caso de doenças com grande fotofobia, essas opções também são usadas.

### Existe algum outro cuidado?

Outra atitude fundamental é escolher um estabelecimento onde são vendidos produtos de qualidade. As pessoas precisam ter a garantia de que os itens seguem todas as normas vigentes, como o certificado de origem e de garantia.



Fonte: [www.portalvital.com](http://www.portalvital.com)

# Alimentação saudável

Fim de férias, os pequenos retornam à escola e as dúvidas na hora de montar uma lancheira saborosa e saudável ainda persistem. Crianças em idade escolar já manifestam as suas vontades alimentares e muitas vezes torcem o nariz para frutas, verduras e legumes. Existe uma grande preocupação dos pais em relação à alimentação de seus filhos e principalmente à dificuldade na hora de escolher o lanche escolar, pois o mais saudável nem sempre é o que agrada a criança. Fazer com que as crianças troquem guloseimas como salgadinhos, refrigerantes e balas por alimentos mais saudáveis não é tarefa fácil para a maioria dos pais.

A faixa etária escolar compreende crianças de seis a dez anos de idade. Esse período caracteriza-se por maior atividade física e ritmo de crescimento acelerado, com ganho mais acentuado de peso próximo ao estirão da adolescência. De acordo com o IBGE, o número de crianças e adolescentes obesos no país já chega a 6 milhões. Esse fato faz com que aumentem ainda mais os cuidados dos pais com a alimentação dos seus filhos. As crianças e adolescentes que adotarem hábitos alimentares adequados e estilo de vida saudável, terão melhor qualidade de vida na fase adulta. A alimentação saudável significa a ingestão suficiente de nutrientes para que crianças consigam atingir o crescimento e desenvolvimento normais, assim como a prevenção de doenças relacionadas a alimentação como obesidade, diabetes e doenças cardiovasculares.

O lanche perfeito é aquele que contenha alimentos que são fonte de carboidratos (pães, biscoitos, etc) que darão energia para seu filho brincar e realizar todas as tarefas do dia-a-dia, frutas que fornecem as vitaminas e minerais essenciais para dar pique e proteger contra doenças, e proteínas (de preferência leite e derivados que são fonte também de cálcio), que ajudam a fortalecer o sistema imunológico. Se fizer a opção por sucos, prefira sempre os naturais.

Além dessas sugestões, outros alimentos podem ser utilizados. Para ajudar a escolher um lanche gostoso, saudável e prático, aí vão algumas dicas:

- Faça as compras com antecedência e planeje o lanche com as crianças;
- Procure variar ao máximo as opções de lanches;
- Sempre coloque 1 fruta na lancheira. Mas deixe que a criança participe da escolha da fruta;
- Se o lanche for biscoito ou bolachas, não coloque na lancheira o pacote inteiro. Apenas 5 unidades;
- Coloque sempre uma garrafinha de água na mochila;
- Achocolatados possuem muita gordura e açúcar, devem ser consumidos eventualmente;
- Negocie os alimentos mais nutritivos com os menos nutritivos;
- Use um dia da semana livre e peça sugestão de lanche ao seu filho;
- Em dias muito quentes, evite levar iogurtes, lanches com queijos e frios ou produtos que necessitam de refrigeração;
- Congele a caixinha de suco antes de colocá-la na lancheira. Isso manterá a bebida fria e ajudará na conservação dos outros itens.

Estas sugestões não são individualizadas, variando muito conforme a idade, sexo, atividade da criança, horário, o tipo de refeição realizada anteriormente, doenças, etc. Para as crianças menores de 5 anos, na maioria dos casos, deve-se diminuir as quantidades de alimentos ingeridos ao longo do dia. Para as crianças que estudam no turno da manhã e que tomam um café da manhã completo antes da escola também deve-se diminuir as quantidades.

Fonte: GIONUTRI - Wordpress





# Laboratório Unimed

---

## Confiança e tranquilidade em todos os momentos

- O laboratório possui equipamentos modernos, capazes de realizar diversos tipos de exames;
- Possui um sistema de coleta a vácuo, o qual proporciona maior agilidade e segurança durante a coleta;
- O resultado dos exames é liberado no mesmo dia;
- A Unimed oferece o conforto de realizar a coleta em casa.

ANS nº 34368-4

**Unimed**   
Alto da Serra/RS

Saúde se faz assim.

### Clínica Ambulatorial e Cirúrgica

Rua Borges de Medeiros, 2340 | Vacaria – RS  
54 3511 2588 | [www.unimed-as.com.br](http://www.unimed-as.com.br)

Aberto de segunda a sexta, das 7h às 19h, sem fechar ao meio-dia. Sábados das 7h às 12h.

# Confiança e tranquilidade em todos os momentos.

Os melhores serviços para você, sua família e seus colaboradores.



Plano familiar



Plano empresarial



Laboratório



Clínica



**Unimed Alto da Serra**

Rua Borges de Medeiros, 2340 | Vacaria - RS | 54 3511 2588

**unimed-as.com.br**

ANS nº 34368-4

**Impresso Especial**

9912251781 DR/RS  
UNIMED ALTO DA SERRA

... CORREIOS ...

REMETENTE:  
Unimed Alto da Serra  
Rua XV de Novembro, 556 | Centro | Vacaria - RS  
Fone/Fax 54 3511.2588 | www.unimed-as.com.br

#### USO EXCLUSIVO DOS CORREIOS

- |                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Ausente  | <input type="checkbox"/> Endereço insuficiente        |
| <input type="checkbox"/> Falecido | <input type="checkbox"/> Não existe o número indicado |
| <input type="checkbox"/> Recusado | <input type="checkbox"/> Desconhecido                 |
| <input type="checkbox"/> Mudou-se | <input type="checkbox"/> Outros (Especificar)         |

\_\_\_\_\_  
/ /  
DATA RUBRICA DO RESPONSÁVEL  
\_\_\_\_\_  
VISTO