



PREVENÇÃO

## Acidente de trânsito é a principal causa da morte de jovens

Autoridades de trânsito são unânimes em informar que a falta de preparo dos motociclistas e o aumento da frota em todo o país são os principais responsáveis pelo aumento significativo de acidentes envolvendo motocicletas. Para mudar esse triste cenário, entre outras medidas, é fundamental a mudança de comportamento. Só ela pode reduzir as tristes estatísticas. Motociclistas se acostumam de forma rápida ao novo meio de transporte e esquecem que estão com o corpo exposto, portanto, com maior risco de acidente no trânsito. Por menor que seja a colisão, seu corpo é arremessado longe, provocando sua morte ou sequelas muito graves.

### A vida em jogo sob duas rodas:

O alerta de especialistas deve ser motivo de cobrança dos pais dos jovens e bastante discutido pelos motociclistas. Proteção e cautela são fundamentais para diminuir os impactos em caso de acidentes. Acompanhe:

- Se beber, não pilote: Nunca conduza um veículo de duas rodas sob efeito do álcool. Mesmo que ache que foi só um golinho. Andar de moto já oferece perigos e é preciso estar com todos os seus sentidos em alerta.



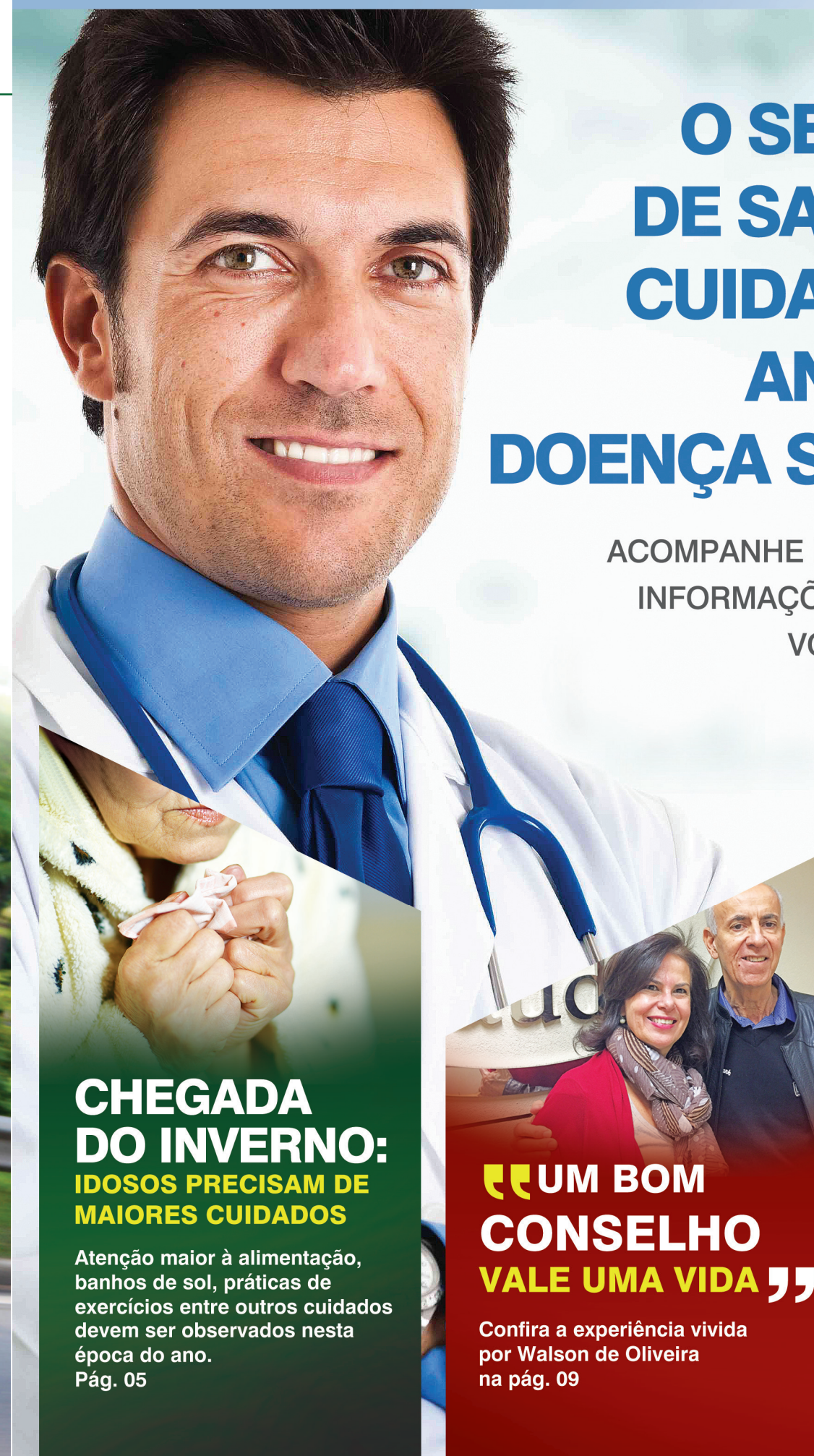
- Moto em dia: Atenção para a manutenção preventiva verificando prazos de troca de peças, revisões, velas, válvulas, freios entre outros itens.
- Use sempre capacete: 70% dos acidentes fatais com motocicletas decorrem de batidas na cabeça. Mesmo que vá "ali pertinho", vá equipado. Sempre! Procure conhecer o material do capacete e seu nível de segurança.
- Tenha habilitação específica: Mesmo para as motos de 50 cilindradas, conhecidas como "cinquentinhas" é preciso ter a Autorização para Conduzir Ciclomotor ou CNH.
- Proteja os pés: É comum o motociclista machucar os pés em calçadas ou em colisões laterais com veículos. Não use tênis. É preciso usar botas de alta resistência, sem salto.
- Cuidado com as mãos: Sempre a primeira reação é usar as mãos para diminuir o impacto do tombo. O resultado são queimaduras e fraturas. É preciso estar sempre de luvas e, a exemplo, das botas que sejam de boa qualidade.



## O SEU PLANO É DE SAÚDE. QUER CUIDAR DE VOCÊ ANTES QUE A DOENÇA SE INSTALE!

ACOMPANHE NAS PÁGINAS CENTRAIS INFORMAÇÕES IMPORTANTES PARA VOCÊ E SEUS FAMILIARES

Págs. 06 e 07



### CHEGADA DO INVERNO: IDOSOS PRECISAM DE MAIORES CUIDADOS

Atenção maior à alimentação, banhos de sol, práticas de exercícios entre outros cuidados devem ser observados nesta época do ano.  
Pág. 05

### UM BOM CONSELHO VALE UMA VIDA

Confira a experiência vivida por Walson de Oliveira na pág. 09

### A VIDA EM JOGO SOB DUAS RODAS

Acidentes com motociclistas ceifam milhares de vidas de jovens todos os anos.  
Pág.12







## NOSSA HISTÓRIA

### CAPÍTULO 23 - CONTINUAÇÃO

#### Reuniões do Conselho Diretor em 2012

**01.03:** aprovado por unanimidade o balanço e demonstrações contábeis de 31.12.2011; formalização do contrato de locação de imóvel para a cooperativa de Avaré; apresentação do projeto JAVA pela T.I., economias obtidas nas autorizações junto à rede credenciada; e o novo projeto PQV – Programa de Qualidade Vida no S.P.A. Saúde.

**28.06:** Aprovação do balancete de 30.04.2012; filiação da Sicoob Credice-ripa; discussões sobre questões relacionadas ao ISS e contratos assinados com empresa Orizon.

**15.08:** Aprovação do balancete de 30.06.2012; apresentação do estudo atuarial da empresa BMV Consultoria com aprovação de reajuste de 16% linear para os planos dividido em quatro vezes.

**23.10:** Aprovação do balancete de 31.08.2012; fim das adesões aos planos Silver e Silver Empresarial, implantação da coparticipação referente às despesas indiretas dos atendimentos médico-hospitalares; renovação das carteirinhas dos beneficiários.

**20.12:** Aprovação do balancete de 31.10.2012; informação sobre seguro de vida aos conselheiros; melhoria de resultados junto à ANS.

#### Reuniões do Conselho Diretor em 2013:

**31.01:** Aprovação do balancete de 30.11.2012; constituído grupo para estudo da cobrança de coparticipação nos atendimentos de quimioterapia e radioterapia e novo formulário de adesão em vigor a partir de fevereiro/2013.

**07.03:** Apresentação da história do S.P.A. que comemorou 20 anos de existência bem como sua estrutura funcional e informações sobre eleições em abril de 2013.

**04.04:** Aprovação do Balanço Patrimonial de 31.12.2012; isenção da coparticipação em quimo e radioterapia a partir de maio de 2013; anúncio do treinamento anual para associadas.

**24.04:** Primeira reunião do novo Conselho Diretor eleitos na AGO na mesma data. Conselheiros elegeram por unanimidade o Dr. João Emygdio Gonçalves, da Coopama, para o cargo de presidente do Conselho Diretor, gestão 2013 a 2017.

**20.06:** Aprovação do balancete de 30.04.2013, apresentação da ampliação da rede de prestadores para criação de planos regionais e ações de desospitalização X home-care, com redução da sinistralidade, homenagem aos ex-presidentes, na passagem de 20 anos do S.P.A. Saúde aos ex-presidentes Reginaldo Balbino Pereira, Dr. Francisco Pereira Lopes (in memoriam), Matusalém Vilela Lemos e Carlos Roberto de Toledo Ribeiro. Inaugurada a sala de Assessoria Médica Dr. Francisco Pereira Lopes e descerramento do painel com a ata de fundação da entidade em 17.12.1992.

**14.08:** Aprovada suspensão temporária da joia de admissão a partir de setembro p.f., matéria aprovada na reunião da Comissão Especial do Conselho Diretor em 31.05.2006, independente das associadas terem atingido o limite fixado na reunião realizada em 29.06.2006, com os valores carreados vinculados ao Programa de Promoção da Saúde e Prevenção de Doenças, sem direito de devolução de qualquer valor, mesmo em caso de retirada da associada do S.P.A. Saúde. Definido a destinação mensal de R\$2,00 da contribuição das associadas ao mencionado programa, concordância de prestação de serviço dos integrantes do Conselho de

forma voluntária, aprovação do balancete de 30.06.2013, apresentação de estudo técnico atuarial mostrando diferença de sinistralidade entre planos e para seu equilíbrio, aprovação de aplicação do reajuste de 9,04% nos planos Bronze A, Bronze C, Café Com Leite A e C e reajuste de 10% para os planos Gold e Silver, ambos a partir de setembro/2013.

**31.10:** Apresentação dos projetos de gerenciamento de sinistro, pacientes crônicos e programas de promoção pelo Dr. Wilson Scarpioni Grassi e pelo gerente Denilson Luciano, a estrutura e funcionamento dos setores de sua área e indicadores de desempenho, aprovação do balancete de 31.08.2013.

**19.12:** Apresentação das ações da Gerência Financeira por Ricardo de Oliveira Garcia, aprovação do balancete de 30.10.2013, aprovação da prorrogação do contrato de aluguel para a Cooperativa de Laticínios de Avaré, autorização da transferência de empregados e dependentes para o plano coletivo empresarial.

#### Reuniões do Conselho Fiscal em 2012

**29.03:** Aprovado por unanimidade o balanço e demonstrações contábeis de 31.12.2011.

**31.08:** Aprovado por unanimidade o balancete de 30.06.2012 e aplicação do reajuste de 16% nas mensalidades em quatro vezes.

**20.12:** Aprovado por unanimidade o balancete de 31.10.2012.

#### Reuniões do Conselho Fiscal em 2013

**03.04:** Aprovação do Balanço Patrimonial de 31.12.2012.

**06.06:** Primeira reunião do novo Conselho Fiscal elege por unanimidade Oswaldo de Paiva Pinto Filho como presidente, aprovação do balancete de 31.03.2013.

**22.08:** Aprovação do balancete de 30.06.2013, bem como a suspensão temporária da joia de admissão a partir de setembro p.f., reajustes dos planos como decidido na reunião do Conselho Diretor de 14.08.2013, bem como a prestação de serviço dos integrantes do Conselho de forma voluntária.

**19.12:** Aprovação do balancete de 30.10.2013.

#### Assembleia Geral em 2012

**10.04:** Aprovado por unanimidade o Relatório de Administração de 31.12.2011, plano orçamentário do ano, e a filiação da Cooperativa do Sudoeste Mineiro Ltda. – Casmil.

#### Assembleia Geral em 2013

**24.04:** Aprovado por unanimidade o Relatório de Administração de 31.12.2012, plano orçamentário anual de 2013, filiação da Cooperativa de Crédito Rural de Itai-Parapanema-Avaré e eleição dos novos integrantes dos Conselhos que passou a ter a seguinte constituição: Conselho Diretor: Efetivos: João Emygdio Gonçalves, Clésio Vilela Reis, Noé Francisco Rodrigues, Luiz Fernando Ribeiro, José Francisco Rodrigues Gomes, Paulo Augusto Galvão Lucchesi, Paulo Augusto Galvão Lucchesi e Oswaldo Henrique Paiva Ribeiro. Suplentes: Carlos Wagner de Pádua Becker, Leonardo De Mello Brandão e Jesus Oliveira. Conselho Fiscal: Efetivo: Oswaldo de Paiva Pinto Filho, Ralph de Castro Junqueira e Oswaldo Netto Junior. Suplentes: Márcio Vitor Teodoro, Adélia Beatriz da Silva Hokari e José de Paula Galvão Júnior. Aprovada a manutenção dos superintendentes Reginaldo Balbino Pereira (Sup. Geral) e Hildo Grassi (Sup. Operacional).

Resumo das atas feito por **Hildo Grassi**

S.P.A. Saúde – Sistema de Promoção Assistencial  
R. Maestro Cardim, 1.191, 8º andar – Paraíso – SP.  
Fone: 11.3146.3131. Site www.spasaude.org.br  
E-mail faleconosco@spasaude.org.br

Este informativo é dirigido a todos os beneficiários do S.P.A. Saúde, bimestralmente, de forma gratuita. É permitida a reprodução das matérias desde que citada a fonte. Sugestões e críticas podem ser encaminhadas para comunicação@spasaude.org.br

Conselho Diretor: Luiz Fernando Ribeiro (Presidente), Oswaldo de Paiva Pinto Filho, Sandro da Silva Oliveira, Noé Francisco Rodrigues, Oswaldo Netto Junior, José Francisco Rodrigues Gomes e Pedro Augusto Fernandes Guimarães. Conselho Fiscal: Leonardo de Mello Brandão (Presidente), Ricardo Campos Borges e José Neife de Miranda. Superintendentes: Reginaldo Balbino Pereira (Assistencial) e Ricardo de Oliveira Garcia (Operacional). Conselho Editorial: Cristina Pinto, Elaine Teixeira, Ester Pereira e Wilson Grassi. Assistente de Comunicação: Talita Rodrigues.

Jornalista responsável: Ana Souza Mtb 12.815.

Diagramação: King Propaganda.

Impressão: Gráfica Casa da Criança de Jacutinga.  
Fotos: Ana de Souza e divulgação.  
Tiragem: 10.000 exemplares.

ANS - N° 324493



O S.P.A. Saúde dá as boas-vindas aos novos beneficiários titulares inscritos nos planos. Eles e seus familiares passam a contar com a qualidade e segurança dos nossos planos.

São eles:

Beneficiários	Associada
CLÁUDIO RODRIGUES DIAS	ASSOC. COML. INDL. DE TURISMO SERV. E AGRONEGÓCIOS DE PARAGUAÇU
ELAINE ANDRADE MACHADO	ASSOCIAÇÃO COMERCIAL, INDUSTRIAL E AGROPECUÁRIA DE ELÓI MENDES
BIANCA GIOVANNINI MARIANO	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMISSÃO DO SUL DE MINAS LTDA. - SICOOB CREDIVASS
FERNANDA FERREIRA DE LIMA	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMISSÃO DO SUL DE MINAS LTDA. - SICOOB CREDIVASS
GABRIELA MOREIRA GOMES FERREIRA	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMISSÃO DO SUL DE MINAS LTDA. - SICOOB CREDIVASS
HELSON LEOMAR DE SOUZA	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMISSÃO DO SUL DE MINAS LTDA. - SICOOB CREDIVASS
MARILIA DE ANDRADE	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMISSÃO DO SUL DE MINAS LTDA. - SICOOB CREDIVASS
CARLOS ALBERTO R. FIGUEIREDO JR	COOP. DE LAT. MÉDIO VALE DO PARÁIBA
LUCIANE DE FATIMA SILVA DA COSTA	COOP. DE LAT. MÉDIO VALE DO PARÁIBA
CARLOS ALFREDO F. RODRIGUES	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
DOUGLAS PEREIRA DE CARVALHO	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
IVAN VITOR BATISTA FLAUSINO	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
JONATHAS M. GALDINO DA SILVA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
MATEUS DE OLIVEIRA PALA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
MAURO DE SOUZA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
PAULO ROBERTO ALVES DE SOUSA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
REBECA DOS SANTOS JAYME	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
VITOR GOMES JUNQUEIRA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
WALLACE MIGUEL SILVA DUTRA	COOP. DOS CAFEICULTORES DA ZONA DE VARGINHA LTDA.
LUZIA MACHADO FIGUEIREDO LIMA	COOP. DOS PRODUTORES DE LEITE DA REGIÃO DE MOCOCA
JOLIA APARECIDA CARDOSO MORAES	COOP. REGIONAL AGRO-PECUÁRIA DE SANTA RITA DO SAPUCAÍ LTDA
RAPHAEL YAMAZAKI	COOP. REGIONAL AGRO-PECUÁRIA DE SANTA RITA DO SAPUCAÍ LTDA
RENATA ADAMI SCHMIDT	COOP. REGIONAL AGRO-PECUÁRIA DE SANTA RITA DO SAPUCAÍ LTDA
FERNANDO BORGES MORAES	COOPERATIVA AGRARIA DE MACHADO LTDA
RONY LUZ AMARAL	COOPERATIVA AGRARIA DE MACHADO LTDA
HELENA APARECIDA BUENO	COOPERATIVA AGRO PECUÁRIA DE JACUTINGA LTDA
SARA ELIZA BONASSA	COOPERATIVA AGRO PECUÁRIA DE JACUTINGA LTDA
TAMMY NUNES RIBEIRO	COOPERATIVA AGROPECUÁRIA DO VALE DO SAPUCAÍ LTDA
MARTA CRISTINA BRITO BARBOSA MAIA	COOPERATIVA AGROPECUÁRIA DE BOA ESPERANÇA LTDA
DEMETRIUS PICHELI SARTO	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMIS. DA REGIÃO DE VARGINHA LTDA SICOOB CREDIVAR
JOSE FRANCISCO CASTRO PEREIRA	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMIS. DA REGIÃO DE VARGINHA LTDA SICOOB CREDIVAR
ALEXANDRE MARTINS PRUDENTE	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMIS. DA REGIÃO DE VARGINHA LTDA SICOOB CREDIVAR
AMANDA C. DE SOUSA AGOSTINHO	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMIS. DA REGIÃO DE VARGINHA LTDA SICOOB CREDIVAR
LARISSA OLIVEIRA MARCELINO	COOP. DE CRÉDITO DE LIVRE ADMIS. DA REGIÃO DE VARGINHA LTDA SICOOB CREDIVAR
EDUARDO MESQUITA FREIRE	COOPERATIVA DE CRÉDITO RURAL ALTO RIO GRANDE LTDA - SICOOB CREDIGRANDE
JUAREZ ALBERTO ROCHA	COOPERATIVA DE CRÉDITO RURAL DA REGIÃO MOGIANA
MARCOS JOSE NASSER ARAUJO	COOPERATIVA DE CRÉDITO RURAL DA REGIÃO MOGIANA
RENAN BELLÍ	COOPERATIVA DE CRÉDITO RURAL DA REGIÃO MOGIANA
SUELEN DA SILVA ARRUDA	COOPERATIVA DE LATICÍNIOS SERRAMAR
PAULA APARECIDA AGNOLETO	SINDICATO RURAL DE SÃO CARLOS
JOSÉ MESSIAS DE CAMPOS	SINDICATO RURAL DE TAUBATÉ
SIMONE A. FORTES CURSINO	SINDICATO RURAL DE TAUBATÉ





## “O valor de um bom conselho vale uma vida”

A afirmação é de Walson de Oliveira, 69 anos, durante visita à sede do S.P.A. Saúde na última semana de maio. Ele e sua esposa Rosana, ambos beneficiários do plano desde 2004, foram até lá buscar uma autorização de exame e queriam agradecer pessoalmente a Denílson Luciano, o gerente Técnico do plano pelo conselho que solucionou com rapidez e eficiência seu problema. “Vim de Machado para São Paulo assustado com o diagnóstico de câncer linfático. A indicação que eu tinha era de um médico particular e encaminhamento para um hospital também não credenciado e sabia que as despesas seriam muito altas. O Denílson conversou comigo e foi de um profissionalismo impecável. Aconselhou-me a procurar, antes de qualquer procedimento, os especialistas que eu precisava e me encaminhou para a Beneficência Portuguesa. Fui direto pra lá. O atendimento foi imediato, fiz vários exames sofisticados, todos com autorização do plano, e iniciei o tratamento, com internação no mesmo dia. Ao invés da cirurgia imediata, como tinham me orientado, os médicos foram muito pru-

dentos. Chamaram equipe de retaguarda, cardiologistas e oncologistas do hospital e deram início ao tratamento”, lembra Walson, que já sentia-se livre das dores, mais disposto e confiante nos novos procedimentos.

O beneficiário e sua esposa estão satisfeitos com o resultado do tratamento que passa a ser acompanhado periodicamente pela mesma equipe médica. Eles fizeram questão de dar o depoimento para servir de exemplo a outros beneficiários. “O conselho do Denílson foi decisivo para nós. Nessas horas e com dor, a angústia é muito grande. Vale também lembrar a atenção que recebi sempre que procurei a Cristina, a responsável pelo SABe e que agilizou todos os procedimentos que necessitávamos”, concluiu Rosana.

**Nota da redação:** Denílson e Cristina agradecem seus cumprimentos. Mas afirmam que só cumpriram com suas funções. Eles e toda a equipe do S.P.A. Saúde estão diariamente à disposição e buscam sempre as melhores alternativas e tratamentos a vocês e a todos os beneficiários. **Contem com a gente!**



Presidente do Conselho do S.P.A. Saúde, Luiz Fernando Ribeiro e o superintendente Assistencial Reginaldo Balbino Pereira apresentaram os benefícios dos planos.

## Fecoagro conhece benefícios dos nossos planos

A Federação das Cooperativas Agropecuárias de Leite de Minas Gerais, a Fecoagro Leite Minas, no município de Pato de Minas, foi inaugurada em março último e já conheceu as vantagens e benefícios previstos nos planos do S.P.A. Saúde e que podem ser estendidos aos seus associados.

O presidente do S.P.A. Saúde, Luiz Fernando Ribeiro e o superintendente Assistencial Reginaldo Balbino Pereira, estiveram reunidos com o presidente da Fecoagro, Vasco Praça Filho, o vice-presidente Renato Nunes, o presidente da Cemil, João Bosco Ferreira e demais representantes no último dia 26 de maio, na sede da Cemil. Na oportunidade foi apresentado o funcionamento do S.P.A. Saúde e a experiência acumulada ao longo dos seus 25 anos no segmento de autogestão em saúde, acompanhado também por presidentes e representantes de várias cooperativas

da região.

Sem quaisquer objetivos de lucro e exclusivos para os produtores rurais e seus familiares os presentes ao evento conheceram que os planos do S.P.A. Saúde reúnem condições de atender com qualidade e segurança os associados da Fecoagro, bem como estender aos novos beneficiários a possibilidade de participar de programas de promoção da saúde e prevenção de riscos e doenças.

Os dirigentes da Fecoagro estão analisando o material entregue pelos representantes do S.P.A. Saúde para avaliar a possibilidade de levar o novo benefício aos seus funcionários e associados.

## Menor coparticipação

Melhor para você.

E pro seu plano também!

Fique atento e oriente seus familiares:

O seu plano de saúde oferece uma ampla rede de assistência médico-hospitalar. São vários profissionais das mais diferentes especialidades que podem atender os beneficiários em seus consultórios ou em ambulatórios, prontos-socorros, hospitais, clínicas, laboratórios além de fonoaudiologia, psicologia e nutrição.

Procure sempre utilizar os recursos que fazem parte da rede própria do S.P.A. Saúde. Agindo assim, sua coparticipação tem valor menor. É bom para você, para o seu plano e para os credenciados.

Para consultar nossa rede assistencial, procure a associada mais próxima da sua região ou entre no site [www.spasaude.org.br](http://www.spasaude.org.br)

Em caso de dúvidas ligue para o SABe – Serviço de Assistência ao Beneficiário (11) 3473-1617.



Mais um encontro entre as representantes dos planos nas filiais.

Com o objetivo de promover reciclagem de informações, o S.P.A. Saúde recebeu em sua sede, em São Paulo, representantes de associadas que, durante dois dias consecutivos, 6 e 7 de junho, participaram de treinamento específico.

Os superintendentes Ricardo de Oliveira Garcia e Reginaldo Balbino Pereira receberam os profissionais que participaram de palestras com os profissionais das áreas de Cadastro, SABe, Programas de Saúde, Sinistro, Autorizações, Credenciamento, Contas Médicas e Reembolso e Informática. No final do encontro todas receberam certificado de participação.

Estiveram no treinamento representantes das seguintes associadas: Sicoob Credivass, Sind. Rural de Taubaté, Cocarive, Capebe, Credcoonai, Serramar, Coapeja, Sind. Rural de Itajubá, Assoc. Guaratinguetá e Comevap.



Walson de Oliveira e sua esposa Rosana



# O seu plano é de saúde. Quer cuidar de você antes que a doença se instale!



- Imagine que você precisa de um contador que acompanhe todos os assuntos complexos da legislação, os registros do seu negócio que o assessor para crescer e evitar enormes prejuízos? Claro que você vai buscar gente capacitada, de confiança, ou o resultado pode ser desastroso.



## Saúde é investimento

Muitas pessoas ainda buscam o plano de saúde pensando em usá-lo quando surgir doenças. No mercado **os custos são altos** e dificilmente estão preocupados em manter sua saúde em dia. Na maioria das vezes, somos um número no cadastro das empresas que visam lucro. É justamente isso que diferencia o S.P.A. Saúde: **Não tem fins lucrativos, atende só os produtores rurais e seus familiares, e o melhor: Seu principal objetivo é investir em manter sua saúde em dia.**



## Cuidar do plano é garantir o futuro de milhares de vidas

Seu plano é de livre escolha. Cada beneficiário escolhe o profissional que desejar. O que muitas vezes acontece é que, por desconhecimento, procuram um profissional que nem sempre é o especialista mais indicado para o caso naquele momento. **Isso retarda o diagnóstico, implica na exposição a uma série de exames**, aumentam o desconforto, as suas despesas de coparticipação e os custos do seu plano.



## Melhor caminho

Escolha um clínico geral, um profissional que seja o médico da sua família. Ele vai acompanhar sua saúde, a de seus dependentes e ficar do seu lado, mostrando as alternativas corretas para a manutenção de sua saúde, e **indicando, quando necessário, profissionais especializados para a solução dos seus problemas.**



## Alguém para cuidar de você e evitar doenças e mortes

Escolha o seu clínico geral. Esse profissional atende pacientes de diferentes idades e avalia problemas de saúde de todas as partes do corpo. **Antes de sair pesquisando quem consultar, procure seu médico clínico, na região onde você reside.** Ele vai conhecer o quadro de cada paciente e proporcionar melhores resultados em saúde, incluindo menos mortes por doenças graves como câncer, doença cardíaca ou acidente vascular cerebral, doenças que podem ser evitadas se tivermos um acompanhamento periódico de nosso corpo.

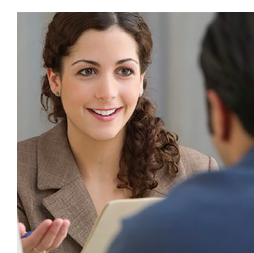


- Agora, reflita sobre como funciona o seu plano de saúde. É bem semelhante à escolha de um contador para o sucesso do seu negócio. É preciso ser de confiança, ter qualidade e principalmente que o assessor para evitar um prejuízo irreversível: perder a saúde.



## Use a rede credenciada e apresente a carteirinha do S.P.A. Saúde

Seu plano conta com médicos, clínicas, laboratórios e hospitais credenciados diretamente pelo S.P.A. Saúde. Para integrar a rede uma série de exigências são feitas para garantir a qualidade de atendimento à saúde dos beneficiários. **É importante que sempre apresente a carteirinha do S.P.A. Saúde.** Alguns beneficiários ainda não o fazem e isso traz como consequência gasto maior na sua coparticipação e nas despesas do plano.



## Assessoria permanente

Muita gente gostaria de participar do S.P.A. Saúde. Ficam frustrados com a negativa. Mas é **exclusivo aos produtores rurais e familiares**, não tem fins lucrativos e o melhor: **investe na assessoria, no cuidado da saúde de seus beneficiários.**



## Indicação de profissionais e até marcação de consultas

Sempre que tiver dúvidas busque orientação junto às representantes na instituição em que é filiado ou ligue para o **SABe, o Serviço de Assistência ao Beneficiário, pelo telefone (11) 3473-1617.** Aqui, profissionais especializados poderão orientá-lo sobre os recursos de cada região e, em caso de dificuldade, auxiliar na marcação de consultas e exames para agilizar seu atendimento.





# Pacientes com câncer têm direitos especiais



Muitas pessoas ainda desconhecem que pacientes diagnosticados com câncer possuem direitos especiais. Fique atento a essas dicas e busque informações.

## FGTS - Fundo de Garantia por Tempo de Serviço

O paciente pode sacar o FGTS, e o PIS/PASEP. Nos casos em que a criança tem câncer e os pais trabalham, eles podem sacar o valor do Fundo. É preciso apresentar documentos originais e o exame que diagnostica a doença.

## Licença médica, auxílio-doença e isenção do Imposto de Renda

Esses benefícios devem ser solicitados ao INSS. Os doentes também podem exigir mais rapidez da Justiça em qualquer processo. Para isso, basta fazer um requerimento diretamente ao juiz responsável pela Vara onde está o caso. É assegurado ao paciente que ele esteja isento do Imposto de Renda relativo aos rendimentos de aposentadoria, reforma e pensão, inclusive as complementações. Para solicitar é preciso procurar o INSS.

## Quitação de imóvel

Os que ficaram com sequelas em consequência da doença ou tratamento e que possuem imóvel financiado (dependendo do contrato e onde haja seguro) é possível que haja a quitação. Isso acontece em caso de invalidez. O doente que tem financiamento imobiliário pelo Sistema Financeiro da Habitação e paga o seguro por invalidez ou morte, junto com as prestações, pode solicitar a quitação total da dívida. Para solicitar, é necessário contatar o banco ou a instituição responsável.

## Carro adaptado e com isenção de taxas

Para ajudar na locomoção de quem ficou com alguma sequela, há o direito de comprar um carro adaptado, com direção hidráulica. O carro adaptado é isento de impostos como IPI, IOF, e ICMS. No geral o desconto gira em torno de 20% sobre o valor de mercado do carro. O paciente também não paga IPVA.

## Dispensa do Rodízio

A liberação do rodízio de veículos em São Paulo beneficia as pessoas em tratamento contra o câncer e proprietários de veículos que transportam o paciente. Para isso é preciso que a relação entre as pessoas necessitadas e o condutor seja comprovada pela dependência junto ao Departamento do Sistema Viário.

## Transporte Público

Aqueles pacientes com renda inferior a um salário mínimo, também podem solicitar o transporte público gratuito. O transporte pode ser municipal, estadual ou interestadual, dependendo da necessidade de locomoção para o tratamento. A Justiça tem assegurado o direito dos pacientes viajarem de ônibus, barco, ou, até mesmo, de avião. Se não conseguir se locomover sozinho, o direito é parcialmente estendido a um acompanhante.

## Prioridade de Atendimento

Além da prioridade de atendimento em bancos e comércios, o benefício se estende a repartições públicas e empresas concessionárias de serviços públicos.

# Idosos precisam redobrar cuidados com a saúde no inverno

Manter-se agasalhado, boa alimentação e prática de exercícios são essenciais para crianças e idosos que costumam sofrer mais nas baixas temperaturas, época em que aumentam o número de problemas respiratórios. Para os geriatras a indicação de manter-se agasalhado e em ambientes aquecidos evita a perda de calor e diminui os riscos de hipotermia, sem contar que é a época em que há aumento de dores articulares e a pressão arterial. Mas atenção: buscar aquecer-se próximo à lareiras, fogão a lenha ou aquecedores exige que o local tenha ventilação, para evitar a concentração de monóxido de carbono, altamente prejudicial à saúde.

## Tome sol e vacinas

Procurar tomar sol sempre que possível, porque incentiva a produção de vitamina D. Os idosos devem evitar contato com pessoas doentes, higienizar sempre as mãos e procurar os postos de saúde para tomar as vacinas disponíveis.

## Atividade física e alimentação ajudam

É de grande importância a atividade física para a qualidade de vida das pessoas, em especial as mais idosas, que devem praticar exercícios que exijam força muscular. Os especialistas lembram que o idoso tem perda de massa muscular, o que propicia à quedas, um grande risco para quem tem mais de 60 anos. A correta alimentação também é indispensável. Normalmente os idosos tendem a consumir mais açúcar, massas e pães, ficando com deficiência de outros nutrientes. A orientação é aumentar o consumo de frutas e verduras.

## Cautela com doentes crônicos

No inverno o quadro dos doentes crônicos pode se agravar e abrir espaço para infecções. É preciso observar que os idosos nem sempre apresentam febre com a pneumonia, por exemplo. Mas se apresentar falta de ar, tosse, e não estiver se alimentando bem é preciso buscar orientação médica.

## Ofereça chás

Os infectologistas orientam que o chá quente é um bom aliado nessa época de gripe. É que as bebidas quentes auxiliam a limpar os vírus que poderiam encontrar-se na garganta e em seguida depositam-nos no estômago onde não podem sobreviver, evitando assim a sua proliferação. O ideal é que sejam consumidos quentinhos.







## CRENCIADOS ( RECORTE E GARDE )

### NOVOS CRENCIADOS

#### AVARÉ

ESPECIALIDADE	CRENCIADO	ENDEREÇO	TELEFONE
PSICOLOGIA	ANA RAQUEL FERREIRA DA SILVA	RUA DISTRITO FEDERAL, 1540 - CENTRO	(14) 3732-0890

#### POUSO ALEGRE-MG

ESPECIALIDADE	CRENCIADO	ENDEREÇO	TELEFONE
MEDICINA NUCLEAR	CORPUS IMAGENS	RUA CIOMARA AMARAL DE PAULA, 140 - DR JOSE ALFREDO DE PAULA	(35) 3449-3350
NEFROLOGIA	INNEFRO	RUA LAURO NUNES DE OLIVEIRA, 303 - SANTA DOROTEIA	(35) 3423-5126

#### SANTA RITA DO SAPUCAÍ-MG

ESPECIALIDADE	CRENCIADO	ENDEREÇO	TELEFONE
PSIQUIATRIA	SONIA MARIANA DA SILVEIRA RAIMUNDO	RUA JOÃO RENNO, 72 - CENTRO	(35) 3471-3941

#### VARGINHA-MG

ESPECIALIDADE	CRENCIADO	ENDEREÇO	TELEFONE
RESSONÂNCIA MAGNÉTICA	MAGNUS IMAGENO MÉDICOS	ALAMEDA OLIVIO BREGALDA, 595 - SANTA LUIZA	(35) 3214-9016
ULTRASSONOGRAFIA	MAGNUS IMAGENO MÉDICOS	ALAMEDA OLIVIO BREGALDA, 595 - SANTA LUIZA	(35) 3214-9016

## D. Alayde compartilha receita de família

Com tradições seculares na agropecuária o produtor e beneficiário do S.P.A. Saúde, Moacyr Dias Pereira é o patriarca de uma família bastante representativa por sua participação na agricultura e criação de bovinos, em Conceição do Rio Verde - MG. Todos os filhos, noras, genro e netos são beneficiários dos planos do S.P.A. Saúde. À frente dessa família, D.Alayde Graciano Pereira, com quatro filhos e nove netos, recebeu carinhosamente nossa equipe para tomadas de imagens para o novo vídeo institucional do S.P.A. Saúde. Mais do que receber, compartilhou conosco o segredo de uma antiga receita da família: pão de queijo e pão de queijo com batata. A delicadeza da vó aliada ao gostinho “de quero mais” desses pães reúnem a família todos os domingos.



Toda a família de Moacyr Dias Pereira é beneficiária dos nossos planos

### Experimente! Vale a pena:

#### Pão de Queijo

600 gr de polvilho doce, 300 gr de polvilho azedo, 600 ml de leite fervido, 200 gr de manteiga, 9 ovos e 700 gr de queijo cura

**Modo de fazer:** Misture o polvilho doce e o azedo. Separadamente misture o leite fervido com a manteiga. Junte tudo e depois de bem misturado coloque os ovos inteiros batidos e adicione o queijo (pode misturar parmesão ou provolone). Enrole em bolinhas e leve ao forno médio para assar.

**Atenção:** D. Alayde diz que o segredo está em sovar bem a massa.

#### Pão de queijo com batata:

1 k de polvilho azedo, batatas cozidas bem amassadas, 200 gr de margarina, 500 gr de queijo ralado, 1 copo de leite e 4 ovos inteiros

**Modo de fazer:** Aqueça o leite com a margarina para esquentar o polvilho. Junte a batata amassada, os ovos batidos e o queijo ralado e sove bem a massa antes de enrolar em bolinhas e leve ao forno médio para assar.



D. Alayde nos dá a receita



## Hospital das Clínicas Samuel Libânio

Atenção integral, eficiência e acolhimento

Referência em saúde no sul de Minas Gerais, o Hospital das Clínicas Samuel Libânio, em Pouso Alegre, faz parte da rede credenciada pelo S.P.A. Saúde e é considerado uma instituição de referência na região. É um Hospital Universitário, privado, sem fins lucrativos, e tem como mantenedora a Fundação de Ensino Superior do Vale do Sapucaí (FUVS). Possui elevado grau de resolubilidade e atende a vários municípios, principalmente por ser o único pronto-socorro geral da região.

Em visita à instituição, fomos recebidos pela diretora Administrativa do hospital, Jusselma Paiva Reis e conferimos de perto a limpeza, alta tecnologia e profissionalismo do corpo técnico. O Hospital dispõe de um dos mais avançados centros de diagnósticos da região, que pode ser utilizado por nossos beneficiários na realização de diferentes exames e se destaca em vários procedimentos médicos, pela permanente atualização, aquisição de aparelhos de última geração e melhoria em toda sua infraestrutura. Vale lembrar que o hospital ficou, em 2016, como o primeiro classificado na área de transplantes e, de acordo com o Ministério da Saúde, com a segunda classificação em Cirurgias Cardiovasculares de alta complexidade e cirurgias vasculares, além do terceiro lugar em cirurgias e procedimentos em Nefrologia, e destaque nos procedimentos de Oncologia.

### Referência em Minas Gerais

Nosso credenciado, o Hospital das Clínicas Samuel Libânio ocupa papel essencial na manutenção da saúde do Estado de Minas Gerais. Possui o único pronto-socorro geral da região que, após passar por reformas em 2016, integrou novas salas em seu espaço físico e passou a atender cerca de 800 pessoas por dia. É referência em atendimentos de urgência e emergência, atendimento eletivos, gestante de alto risco, alta complexidade em Neurocirurgia Traumatologia, Ortopedia, Transplantes de Córnea, Rim, UTI Adulto Neonatal e Pediátrico.

### Os números impressionam

Outro dado que mostra a força do Hospital Samuel Libânio é a realização, em 2016, de cerca de 12.500 atendimentos e no movimento obstétrico, entre outros procedimentos, 2.917 partos. Somam-se a esses números cerca de 84.000 atendimentos ambulatoriais, com 46.569 radioterapias, 9.053 sessões de quimioterapias, 8.617 hemoterapias, entre outros.

### Especialidades disponíveis

Anestesiologia, Angiologia e Cirurgia Intervencionista, Buco-maxilo facial, Cardiologia, Cardiologia Pediátrica, Cirurgia Cardiovascular, Cirurgia de Cabeça e Pescoço, Cirurgia Geral, Cirurgia Infantil, Cirurgia Plástica, Cirurgia Torácica, Cirurgia Vasculár, Cirurgia Endovascular, Clínica Médica, Dermatologia, Doenças Infecciosas e Parasitárias (DIP), Endocrinologia, Gastroenterologia, Ginecologia e Obstetrícia, Hematologia, Homeopatia, Infertilidade, Mastologia, Medicina Intensiva, Nefrologia, Neurocirurgia, Neurologia, Neurologia Pediátrica, Oftalmologia, Oncologia Clínica e Cirúrgica, Ortopedia e Traumatologia, Otorrinolaringologia, Pediatria, Planejamento Familiar, Pneumologia, Pneumologia Pediátrica, Pré-Natal, Proctologia, Psiquiatria, Radiologia, Diagnóstico por Imagem, Reumatologia, Urologia, UTI Adulto, UTI Neonatal / Pediátrica. Oferece ainda serviços de Fonoaudiologia, Fisioterapia, Psicologia, Terapia Ocupacional e Nutrição.

### Apresente a carteirinha do S.P.A. Saúde

O Hospital das Clínicas Samuel Libânio fica na Rua Comendador José Garcia, 777, fone (35) 3429.3200. Quando necessitar de atendimento de urgência ou realização de consultas e exames, apresente a carteirinha do S.P.A. Saúde.

