



Amor, carinho e dedicação

Para cuidar dos seus filhos, a gente segue a sua receita

Dia das Mães

Para quem é mãe, não tem nada mais importante do que os filhos. E a Unimed entende esse amor como ninguém. Tanto que para cuidar deles, a gente segue a sua receita: muito carinho, dedicação e ternura. São os melhores médicos, os melhores hospitais e o melhor atendimento para garantir a saúde dos seus filhos e a sua tranquilidade. Unimed. Só tem uma pessoa no mundo que cuida da sua família melhor do que a gente: você. Feliz Dia das Mães.

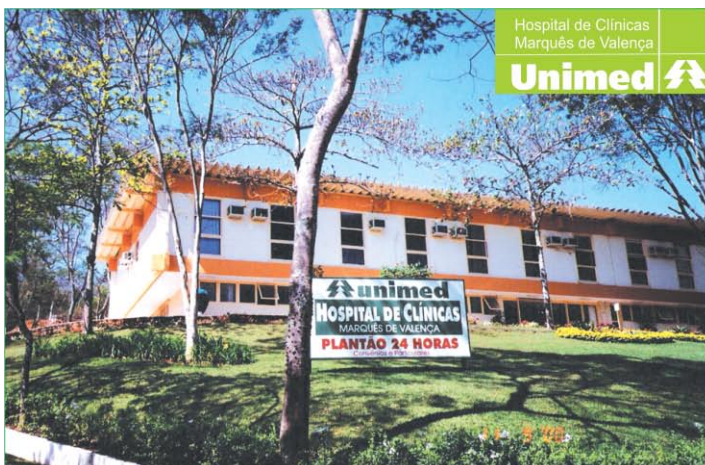
Conheça o novo gerente

Ele já passou por vários setores

Mudar para avançar. Assim, podem ser consideradas as modificações administrativas que resultaram em reestruturação de pessoal e renovação de quadros. A mudança de maior impacto premiou um dos funcionários mais antigos. Max Theodoro foi alçado ao cargo de gerente geral, depois de ter passado por praticamente todos os setores da administração da Unimed Marquês de Valença.

Iniciando na nova função no início do mês de fevereiro, Max, apesar de surpreso, aceitou de pronto o desafio. "Talvez seja o ano da minha vida", disse, acrescentando que, justamente neste ano, ingressou na Faculdade de Administração. Na empresa, Max passou pelos setores de Contabilidade, Financeiro, Financeiro/Contábil e Pessoal, o que lhe deu visão abrangente e o conhecimento de todos os funcionários, sobretudo porque, ele já tem doze anos de trabalho na Unimed Marquês de Valença.

(Leia mais na página 5)



ATENÇÃO:

Nossos telefones mudaram.

O novo telefone da nossa Sede é (24)2453- 9750
e do Hospital de Clínicas Marquês
de Valença (24) 2453- 9700.



Unimed
Marquês de Valença

**CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO
(2006-2010)**

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente:

Dra. Márcia M. Galvão Pereira

Vice-Presidente:

Dr. Carlos Henrique Diniz Branco

Diretor Administrativo

Dr. Carlos Castilho de S. Fonseca

CONSELHEIROS

Dr. Oscar Silva Leite Pinto

Dr. Paulo César I. Jannuzzi

Dr. Édio Diniz Ferreira

Dr. Gerson França Leite

CONSELHO FISCAL (2007-2008)

Dra. Marize Duque L. Reis Cruz

Dr. José Angel Mastache Astorgano

Dr. Orotavo Lopes da Silva

SUPLENTE

Dr. Fernando A. Vidinha Fontes

Dra. Luz Marina Marques Luz

Dra. Águeda Maria Salles Ávila

COMISSÃO TÉCNICA E DE ÉTICA MÉDICA (2006-2010)

Dr. Leonardo Maciel Gomes

Drª Cátia Helena de Paiva Fernandes

Dr. Ubiratan Dias Coelho

SUPLENTE

Dr. Carlos Alberto Queiroz

Dr. Arnaldo F. Pentagna

AUDITORES

Dra. Águeda Maria Salles Ávila

Dr. Oscar Silva Leite Pinto

COORDENADOR DA SUB-SEDE DE MIGUEL PEREIRA

Dr. José Antônio Gomes Rodrigues

**Telefones UNIMED
MARQUÊS DE VALENÇA:**

Hospital Unimed:

(24)2453-9700

Unimed Marquês de Valença:

(24) 2453-9750

Escritório Miguel Pereira:

(24) 2484-2636

Planos de Saúde (Vendas):

• Damadic: (24)2453-2528/6558

• Univendas: (24) 2453-4340

O Marquês: (24)2453-4060

Editorial

Drª Márcia Machado Galvão Pereira - Presidente

No mês de março realizou-se a AGO desta cooperativa de trabalho médica, para prestação de contas do exercício de 2006, coincidindo com um ano de gestão da atual Diretoria Executiva. Apesar de todas as dificuldades conseguimos crescer, graças a colaboração dos funcionários, cooperados e a dedicação da Diretoria Executiva e dos conselheiros.

Sempre pensando em nos modernizar, adquirimos novos equipamentos para o nosso hospital, dentre eles um moderno equipamento de anestesia, proporcionando maior tranquilidade ao trabalho

médico e mais segurança para nossos usuários. Investimos também em equipamentos de informática e adquirimos uma central telefônica digital para melhor atender nossos usuários, os novos telefones estão listados neste jornal. Fizemos importantes reformas administrativas e estamos trabalhando junto à ANS para registrar um novo plano de saúde o "UNIMED FÁCIL", que sem dúvida será benéfico para a população, será um plano mais acessível, co-participativo, onde o usuário poderá controlar os custos de utilização do seu plano. Ainda em 2007, trabalharemos investindo



em projetos de responsabilidade social e medicina preventiva. Esperamos ainda conseguir o selo de "responsabilidade social" que é a premiação para as unimed que trabalham efetivamente nesta área. Finalizando só temos a agradecer àqueles que trabalham junto conosco e que acreditam no nosso empenho.

Marcia Galvão

Valença, 06 de março de 2007

A Diretoria do Hospital das Clínicas Marquês de Valença

Sr. Presidente,



"O mais importante é a dedicação e o empenho que você coloca em seu trabalho, em sua missão"

Com muita alegria, vimos expressar nosso sentimento de gratidão e apreço às diversas equipes técnicas que constituem esse Centro Hospitalar.

Com certeza, o excelente atendimento recebido durante uma internação rápida para um procedimento cirúrgico, dias 07 e 08 de fevereiro, é motivo de agradecermos a Deus, o de encontrar nesse momento da nossa fragilidade, profissionais competentes, responsáveis, atenciosos e amigos. Como foi importante, sentirmos essa grande harmonia de conjunto.

Especial agradecimento aos médicos Dr. Gerson França Leite, Dr. Joaquim Ferreira de Paula e Dr. Afrânio Leite Vilarinho, presenças tranquilas, confiáveis e transmitindo confiança aos pacientes que em suas mãos colocam suas vidas.

Eficiência é a palavra que encontramos para definir, no momento, o ambiente cirúrgico. Pode ser uma simples imagem, no entanto, manifesta o sentido elevado de humanismo desses profissionais médicos.

Obrigada. Deus os abençoe, iluminando as suas vidas mostrando sempre o melhor caminho para alcançarem seus objetivos.

Da cliente e amiga

Wanda Lourença Moreira




UROLOGIA

Dr. Leonardo Maciel Gomes
CRM 5261937-9

AVALIAÇÃO DA PRÓSTATA
TRATAMENTO DE CÁLCULO RENAL
IMPOTÊNCIA SEXUAL - CIRURGIA UROLÓGICA


Miguel Pereira - RJ:
Clínica Dr. Muniz - (24) 2484 - 2311

Valença - RJ:
Clínica São Lucas - (24) 2453- 4105



Publicação bimestral da
Unimed Marquês de Valença.
Av. Nilo Peçanha, 428 - Valença - RJ
e-mail: direxe@mvalenca.unimed.com.br

Produção:



Editor Jornalista Responsável:
Gustavo A. Barros (MTb 16709)

Redação e Comerciais:
(24) 2453-4060/(24)8115-9302

Impressão:
Gráfica Rioflorense

Tiragem: 6 mil exemplares

Os colaboradores participam de forma espontânea, sem nenhum vínculo empregatício com este veículo. Artigos e conceitos assinados não refletem necessariamente a opinião deste periódico, sendo de responsabilidade de seus autores.



Convênio continua atraindo vantagens

Prestação de serviços e saúde são os novos destaques

O Convênio Desconto Unimed Marquês de Valença continua a oferecer boas oportunidades aos nossos clientes e cooperados. Nesta edição, destaque para a estréia de novos conveniados. A partir de agora, o curso de Oratória Rogéria Guida; a cirurgiã-dentista, doutora Rosa Maria Fontoura Machado; o Centro Integrado de Saúde Santa Clara e o Jornal Local oferecem descontos e vantagens para a grande família Unimed Marquês de Valença. Eles juntam-se aos 21 estabelecimentos comerciais e seis prestadores de serviços que já atuam no Convênio Desconto.

Fonoaudióloga especialista em voz e professora universitária de técnica vocal, Rogéria Guida atua nas

áreas empresarial, jurídica, didática, jornalística, política (discurso, debate, argumentação, improviso e fluência) e artística. "Não é possível a coragem e o prazer de viver para aqueles que se rendem à inibição", ressalta. Atuando há vários anos no Rio de Janeiro, o Curso de Oratória Rogéria Guida é ministrado, agora, também, em Valença, aos sábados.

Os beneficiários do convênio dispõem, ainda, de desconto nas consultas de diversos novos profissionais da área de saúde. Começando pela dentista, doutora Rosa Machado, e passando por um verdadeiro elenco de especialidades oferecidas pelo Centro de Saúde Santa Clara. Acupuntura (Elida Dias), Odontologia (Márcia Hayashi e Diogo

Monteiro), Nutrição (Janaina Anthero), Terapia Ocupacional (Regina Coelho), Psicologia (Jaqueline Guimarães), Fonoaudiologia (Luciana Rocha César), Enfermagem (Rafael de Freitas), Massoterapia (Maria Teresa Giesta), Natação (professores Fabrício, Daniel e Fabiano) e Hidroginástica (Marcelo dos Santos e Carlos Roberto da Silva).

Por fim, o Jornal Local, semanário, lançado recentemente, em Valença, oferece desconto nas assinaturas e nas publicidades dos médicos cooperados.



Convênio Desconto

RELAÇÃO DE PARTICIPANTES



Novos adeptos

MIGUEL PEREIRA

Dra Maria Luiza Braga Vizeu (psicóloga) Tel.: (24) 9968-3368. Desconto nas consultas e outras facilidades.

Dra Nisia Sousa do Valle (fonoaudióloga) - Tel.: (24) 8117-6662. Desconto especial nas consultas.

RIO PRETO

Farmácia Sant'ana - Tel.: (32) 3283-1133. Desconto de 15% nas compras à vista, de genéricos. Desconto de 12,5% de remédios éticos à vista ou para 30 dias.

VALENÇA

Dra. Bruna dos Santos Ferraz (Psicóloga) Tel.: (24) 2452-0215 ou 9967-8618 - 20% de desconto, por atendimento.

Dra. Rosa Maria Fontoura Machado (Cirurgiã-dentista) - Tel.: (24) 9228-4575. Reikin Shopping, Sala 202. Av. Nilo Peçanha, 222 - Centro - Valença - RJ. Desconto: 10% nas próteses e 20% nos demais serviços. Orçamento Grátis.

Dr. Evandro Leal Figueira (cirurgião-dentista) - Tel.: 2452-1704 - 30% de desconto sobre tabela do Sindicato dos Odontólogos; tratamento acima de R\$ 60,00 pagamento em 2x ou mais em cheques pré.

Evi-Dente Centro de Reabilitação Oral - Dr. Alessandro Huelber e Dra. Alessandra Mailli Pinheiro - tel.: 2453-1142. 30% de desconto na primeira consulta à vista; e 10% de desconto sobre o planejamento (tratamento) total.

Dra. Elizabeth Feijó - (cirurgiã-dentista) - Tel.: 2452-5703, 9259-4247 e 8112-4235. Desconto de 40%

sobre tabela do sindicato de Odontologia. Acima de R\$ 60,00, pagto. em 2X com cheque pré.

Uniodonto Marquês de Valença - Planos de Saúde Odontológicos. Tel.: (24)2453-1427 e 9292-6232. Descontos especiais e diferenciados para clientes Unimed.

GG Fashion - Tel.: 2453-6306. 15% de desconto nas compras à vista; Pagamento sem desconto, com cheque para 30/ 60/ 90 dias.

Via Expressa Boutique - Tel.: (24) 2453-4195 - 5% de desconto a mais do preço à vista praticado.

Kelvin - Moda Masculina - Tel.: (24) 2453-4030. Compras à vista parceladas em 5 vezes no cartão de crédito.

CADI - Tel.: 2453-1002. Mensalidade inicial gratuita.

Centro Educacional Brincar e Criar - Tel.: 2453-2838. Desconto de 50% nas três primeiras mensalidades para novos alunos Unimed

Vivarte Escola de Dança - Tel.:2453-3332. Desconto de 40% na mensalidade de seus cursos de dança para novos alunos Unimed.

Etal Turismo - Tel.: 2453-4722 ou 9968-9846 - 25% de desconto na primeira mensalidade de Dança Sênior. Treinamento para professores de inglês, professor Steve French - Tel.: 2453-4722 / 9815-1892 - 20% de desconto na primeira mensalidade para novos alunos/professores.

Trustec - Tel.: 2453-1827. Desconto de 3% nas

compras à vista (fora cartões de telefone) e desconto de 5% na área de prestação de serviços (manutenção).

Etal Madeiras - Tel.: 2453-4757. 5% de desconto nas compras à vista, acima de R\$ 300,00; exceto cimento; pagamento sem desconto, com cheque para 30 / 60 / 90 dias; 3x no cartão sem juros e 3x no cheque pré (entrada / 30 / 60 dias).

Drogaria PharmAtiva - 17% de desconto nas compras à vista; 10% de desconto nas compras com preço à vista com prazo de 30 dias no cheque ou cartão; pagamento sem desconto, com cheque para 30/60/90 dias ou 2x no cartão; nas compras de perfumaria 12% para pagamento à vista ou 5% de desconto no cheque para 30 dias ou no cartão.

Drogaria Geral - Tel.: 2453-4556. 17% de desconto nas compras à vista; 10% de desconto nas compras com preço à vista com prazo de 30 dias no cheque; pagamento sem desconto, com cheque para 30/60/90 dias ou 2x no cartão; nas compras de perfumaria 12% para pagamento à vista ou 5% de desconto no cheque para 30 dias ou no cartão.

Gaia Farmácia de Manipulação - Tel.: 2453-8740. Desconto de 10% nas compras à vista e 5% nas compras com prazo de 30 dias no cheque.

Ótica Povão - Tel.: 2453-4185 - 25% de desconto nas compras à vista; 15% de desconto nas compras a prazo.

Promenade - Tel.: 2453- 4523. Desconto de 11% de desconto à vista.

Disk-Veterinária - Consultório Veterinário da Dra.

Stella - Tel.: 2453-1155. Desconto de 20% nas consultas e 10% nas vacinas, na hospedagem e no banho e tosa.

Ultragaz - Disque gás e água. Av. Silvana B. Graciosa, 367 - Aparecida Tel.: 2452-7767 / 2452-9091. Preço à vista com prazo de 30 dias no cheque.

Posto Ale - Rua N.Sra. Aparecida, 1827, Chacrinha. Tel.: (24) 2453-1688. Desconto de 10% na troca completa de óleo e ducha grátis.

Nei DJ - DJ, som e iluminação para festas no geral. 20%. Nei Lúcio DJ. Tel.: 8111-9702. 20% de desconto para clientes Unimed.

Revelar Digital Foto Studio - Rua Araújo Leite, 72 loja D - Tel.: 2453-1378. Desconto nas revelações digital e analógica e serviços.

Artemisia Farmácia de Manipulação - Rua dos Mineiros, 21-A - Tel.: 2453-3400. Desconto nos produtos destacados para esta promoção.

Oratória Rogéria Guida- Curso de Oratória - Rua dos Mineiros, 55 - Sala 102 - Tel.:(24) 9292- 8927 / 9292- 9350 / 9269-9464. Desconto de 10% .

Centro Integrado de Saúde Santa Clara - Rua Silva Jardim, 260 - Centro - Valença - RJ. Telefax.:(24) 2452- 0436. E-mail: cissantaclara@oi.com.br. Desconto de 25% (acupuntura, odontologia, nutrição, terapia ocupacional, psicologia, fonoaudiologia, enfermagem, massoterapia.

Jornal Local - Rua dos Mineiros, 3 - Sala 202 - Centro - Valença - RJ. Telefax.: (24) 245- 4060. Desconto de 10% nas assinaturas e para médicos cooperados, 20% nas propagandas.



Serviços de Oncologia Especializados

- Consultas de Oncologia clínica de média complexidade;
- Quimioterapia em alta complexidade;
- Equipe multi disciplinar especializada;
- Equipamentos de última geração;
- Atendimento agendado.

Rua Adelaide Badenes, nº 300/ parte- Centro Miguel Pereira (ao lado do Hospital Fundação)

(24) 2483- 8660

CONVÊNIOS:

- UNIMED;
- GOLDEN CROSS;
- PLANFER;
- CAARJ.



Oncologia

PREVENÇÃO NA INFÂNCIA DAS DOENÇAS DO ADULTO

PREVENÇÃO DA DOENÇA CARDIOVASCULAR



Por Dr. Carlos Castilho

A doença cardiovascular, em particular a doença isquêmica coronariana, permanece como problema de destaque na saúde pública. Na doença aterosclerótica é bem estabelecida a relação com fatores de risco potencializadores na prevalência da doença.

As manifestações clínicas, de um modo geral, surgem na meia idade, porém o processo aterosclerótico começa a se desenvolver na infância e a aceleração do processo está diretamente relacionada com os mesmos fatores de risco do adulto.

FATORES DE RISCO

1. **OBESIDADE:** se associa à síndrome metabólica, que inclui hipertensão arterial, dislipidemia, alterações no metabolismo da glicose (hiperinsulinismo; resistência insulínica; intolerância à glicose; diabetes mellitus tipo 11). O controle da obesidade infantil é a estratégia mais efetiva para impedir a instalação da doença arterial coronariana no adulto. A prevenção deve ser feita no âmbito dos cuidados primários da saúde, com monitorização pondero-estatural pelo pediatra; o aumento do índice de massa corpórea independente da idade especialmente com história de pais obesos, torna-se imperativo a orientação nutricional preventiva, neste particular o incentivo ao aleitamento materno exclusivo até o 6º mês de vida é considerado fator protetor contra a obesidade, assim como a introdução correta de alimentos no seu devido tempo e observação de alterações no hábito e dinâmica familiar, importantes fatores de instalação e manutenção da obesidade; daí a importância do envolvimento familiar na prevenção e tratamento da obesidade. As escolas devem participar no processo através da introdução no currículo escolar informações sobre saúde, alimentação, nutrição e atividade física; atuação junto às lanchonetes ou merenda oferecida pela escola assegurando maior disponibilidade de alimentos saudáveis (menor teor de colesterol, gordura saturada e trans, sal, açúcar, mais fibras). É importante também salienta-

o o envolvimento de toda sociedade, órgãos governamentais, indústrias, mídia, com o objetivo de modificar o ambiente, principalmente para os indivíduos geneticamente predispostos.

2. **SEDENTARISMO :** é consenso que o sedentarismo aumenta o risco de obesidade, diabetes mellitus II e doença cardiovascular, enquanto que o exercício físico reduz a morbimortalidade por doença cardiovascular e aumenta a expectativa de vida. O estilo de vida contemporâneo em que às crianças e adolescentes têm como lazer ficar horas frente à televisão, vídeo-game e computadores têm estimulado o sedentarismo, portanto o incentivo a atividade física regular deve partir da exemplificação dos pais, assim como limitando o tempo diante do computador, televisão, entre outros.

3. **DISLIPIDEMIA :** vários trabalhos correlacionam o perfil lipídico alterado (aumento dos valores de LDL - colesterol e triglicerídeos, redução dos valores de HDL - colesterol) e eventos coronarianos. Cerca de 40% a 50% das crianças que apresentam valores de colesterol total e LDL colesterol aumentados permanecem nos mesmos patamares após 10 a 15 anos. Estes dados reforçam a importância da avaliação do perfil lipídico em fases iniciais da vida, nos indivíduos com fator de risco familiar para Doença Isquêmica Coronariana.

4. **HÁBITO ALIMENTAR INADEQUADO:** nas últimas décadas com as mudanças no hábito alimentar em que parte da população realiza refeições fora de casa e alimentos industrializados de preparo rápido e simples em detrimento do consumo de frutas, hortaliças e leguminosas tem

deixado as crianças e adolescentes vulneráveis. O perfil lipídico sofre influência de determinantes genéticos e dietéticos. Os principais nutrientes que influenciam a colesterolemia são as gorduras saturadas, trans e o colesterol. Por outro lado, há evidências que o consumo regular de nutrientes antioxidantes, fibras, potássio, gorduras mono e poliinsaturadas são benéficos. Estudos relacionam o consumo elevado de sódio e aumento da pressão arterial aumenta o risco de doenças cardiovasculares, o uso de anti-hipertensivos e mortes por esta doença.

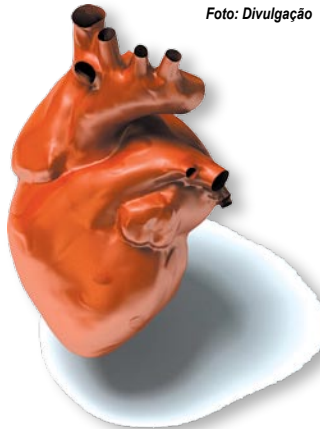


Foto: Divulgação

5. **HISTÓRICO FAMILIAR POSITIVO:** há uma relação direta para doença cardiovascular com a história familiar positiva em parentes de primeiro grau e o risco será tanto maior quanto mais

jovem for o familiar afetado e também quanto maior for o número de familiares de primeiro grau acometidos, portanto a história familiar deve ser sempre atualizada e relacionada aos pais, avós tios e tias que apresentam doença cardiovascular antes dos 55 anos para homens e 65 anos para mulheres. Também devem ser incluídas informações sobre obesidade, hipertensão arterial, dislipidemia, diabetes e tabagismo.

ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO

Dieta:

- adequar a quantidade e qualidade de alimentos com as necessidades de energia para o crescimento e desenvolvimento;
- fazer substituições apropriadas para manter o peso corporal adequado ou perder peso, quando necessário;
- estimular o consumo de frutas, verduras e legumes (5 a 10 porções/ dia), grãos integrais, peixes, aves, carnes vermelhas magras e carboidratos

complexos;

- limitar o consumo de carboidrato simples (açúcar refinado, sucos, achocolatados, refrigerantes, sorvetes e doces).

- limitar a ingestão de sal (menor que 5 g/ dia). Controlar a quantidade de sal no preparo dos alimentos, o consumo de produtos industrializados (congelados, desidratados, enlatados, em conserva, temperos, salgadinhos) e demais alimentos ricos em sódio (embutidos, queijos amarelos, carnes conservadas em sal);- até dois anos não restringir a ingestão de gordura e colesterol;

- após dois anos limitar: gorduras totais 30% do valor energético total: gorduras poliinsaturadas 6 a 10% do valor energético total e monoinsaturadas mais de 10% do valor energético total, estimular o uso de óleos vegetais (soja ou canola) para o preparo de alimentos cozidos, assados ou refogados e para as saladas azeite;

- gorduras saturadas menor que 10% do valor energético total;

- gordura trans menos que 1 % do valor energético total encontrado em produtos industrializados na forma de gordura vegetal hidrogenada e frituras;

- colesterol (< 300mg/ dia);

Atividade Física:

- avaliar o nível da atividade física desenvolvido;

- aconselhar a prática da atividade física: moderada durante 30 minutos diários; intensa durante 30 minutos três à quatro vezes por semana;

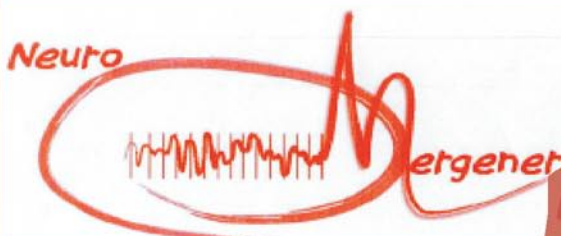
- para adolescentes: exercício de resistência dez a quinze repetições, com intensidade moderada, pode ser combinado com atividade aeróbica;

- diminuir o tempo gasto com atividades sedentárias (limitar no máximo duas horas/ dia);

Tabagismo:

- desaconselhar o início do hábito de fumar; investigar hábitos de fumar em crianças a partir dos dez anos.

Fonte: Comitê de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria



Eletroencefalograma Digital com Mapeamento Cerebral Computadorizado
Agora Valença e região podem dispor do que há de melhor na alta tecnologia do Eletroencefalograma Digital com Mapeamento Cerebral.

Dra. Claudia Mergener

Rua Rui Barbosa, 133 - Centro - Valença-RJ

ELETROENCEFALOGRAFISTA

(24) 2453-3442

CONVÊNIO:

Unimed

MARQUÊS DE VALENÇA



Max Theodoro assume gerência geral

Unimed Marquês de Valença renova gerência, confiando cargo a funcionário com larga experiência na empresa, já tendo passado por vários setores da administração

Unimed divulga Balanço Patrimonial

UNIMED MARQUÊS DE VALENÇA COOPERATIVA DE TRABALHO MÉDICO BALANÇO PATRIMONIAL REFERENTE AO EXERCÍCIO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2006 (Em Reais)		
ATIVO		
	2006	2005
CIRCULANTE	5.677.645,30	4.726.812,02
Disponível	1.587.195,38	2.406.251,91
Realizável	4.090.449,92	2.320.560,11
Aplicações	783.090,56	683.756,47
Créditos de Oper. c/ Plano de Assist. à Saúde	1.660.018,55	1.150.076,29
Outros Valores e Bens	1.647.340,81	486.727,35
REALIZÁVEL A LONGO PRAZO	312.208,25	350.437,15
Outros Créditos a Receber	312.208,25	350.437,15
PERMANENTE	809.580,44	759.700,64
Outros Investimentos	183.110,72	161.191,91
Imobilizado	572.748,93	558.016,10
Diferido	53.720,79	40.492,63
TOTAL DO ATIVO	6.799.433,99	5.836.949,81
PASSIVO		
PROVISÕES TÉCNICAS	972.040,74	445.538,17
CIRCULANTE	2.665.134,79	3.754.442,51
Eventos a Liquidar com Operações de Assistenc.	27.716,30	-
Débitos de Operações de Assistência a Saúde	1.139.236,14	1.134.494,89
Outros Débitos de Operações de Assist. à Saúde	-	92.257,53
Débitos Diversos	1.498.182,35	2.527.690,09
EXIGÍVEL A LONGO PRAZO	643.434,95	184.159,04
PATRIMÔNIO LÍQUIDO	2.518.823,51	1.452.810,09
Capital	939.859,39	826.063,47
Reservas	893.207,38	504.740,81
Sobras/Perdas do Exercício	685.756,74	122.005,81
TOTAL DO PASSIVO	6.799.433,99	5.836.949,81



Max da Silva Theodoro comemora o fato de estar assumindo um cargo, em empresa de grande porte, justo no momento em que inicia a tão almejada faculdade de Administração. "Eu só tenho a agradecer a confiança da diretoria e o apoio da Valéria, minha esposa", ressaltou. Pai de três filhos, Max Júnior, Raquel e Micaela, que no dia 16 de maio, completará um ano.

Sobre o aumento de responsabilidade, Max encara com tranquilidade. A experiência na empresa tem servido para colocar em prática percepções colhidas nos doze anos de Unimed Mar-

quês de Valença. No cargo, há pouco mais de dois meses, Max tem atuado no investimento em adequação tecnológica. Além disso, destaca o bom relacionamento com a coordenação de Miguel Pereira (doutor José Antônio) e com a administração do hospital da Unimed (Mariza Natal).

Além de Max, novos rostos apareceram. Inês Ávila está de volta a recepção, onde acaba de ingressar Larissa. José Hugo fica no lugar de Max no Financeiro e para o setor chegou Andréa Cristina. Por fim, Cristina é a nova secretária da diretoria.

Dra. Márcia Galvão

CRM 52478990

Gastroenterologia e Clínica Médica

Consultas com hora marcada (3ª e 5ª)

Tel.: (24) 2452-3205

End.: Rua João Rufino, Ed. Panorama - nº 11 - sala 409

Ortopedia e Traumatologia

Dr. Orotavo Lopes da Silva

CRM 5264.772-1

Doenças e Lesões nos ossos e articulações

• Convênio e Particular •

Clinica ORTOVALE - Av. Nilo Peçanha, 561

2453-4191

Centro Médico São Lucas - D. André Arcoverde, 209

2453-4105

Plano de Saúde.
Você já adquiriu o seu?

UNIVENDAS Agente Autorizado **Unimed**

(24) 2452-4340 Valença: Rua Padre Luna, 131 - Centro

(24) 2483-8752 M. Pereira: Rua Maria José, 101, loja 7 - Ed. Julia's

SERRANA
CORRETORA

E-mail: serranaseguros@uol.com.br

Seguro para todos os riscos:
Automóvel;
Vida; Residência;
Empresa; Educação;
Condomínio;
Aluguel;
Resp. Civil

Rua Padre Luna, 131 - Centro - Valença - RJ

Tel.: (24) 2453-4340

Novos telefones: Sede (24) 2453-9750 e Hospital Unimed (24) 2453-9700

Por **Cida Rigotti**
POETA E TERAPEUTA



O Silêncio Chegou

Cida Rigotti

Estava em casa sozinha, nem feliz, nem amuada, talvez mal-humorada.

Não ouvi a campainha, mas percebi um pisar de pesinhos delicados, pela sala a caminhar sem fazer ruído.

Era o silêncio que sem alarido, não pediu para entrar. Chegou de mansinho, passando pela fresta da porta fechada.

Feito um irmãozinho, acenou-me em festa. Sentou-se no sofá comigo e ficou quietinho, fazendo-me companhia nessa noite de Domingo.

FILOSOFANDO

“Quando temos uma razão para viver, é mais fácil encontrar o como-viver”.

Nietzsche

TROVA

Ateu – enfermo que sonha

Na ilusão que persiste.
Um filho que tem vergonha
De dizer que o Pai existe !

SÓ-RINDO No Hospício

O médico faz a visita costumeira e pergunta a cada doente qual é o desejo dele. Chegando a vez do Ferdinando o médico pergunta-lhe:

- E você, o que deseja ?
- Eu queria ter um nariz novo.
- Para que um nariz novo? Você não tem um ?
- É verdade, mas esse já está com dois furos !

PÁSCOA Renovação da Esperança

A Páscoa é um momento de reflexão e de reconciliação conosco e com o próximo.

É uma renovação de energia que nos traz a esperança e nos faz conscientes do sentido cristão de nossa vida.

A Páscoa nos doa a verdadeira alegria proveniente da felicidade que existe em

cada compartilhar. Quando nos decidimos a vencer as resistências do egoísmo, nos tornamos solidários e afastamos de nós os fantasmas da solidão e da angústia existencial.

O compartilhar nos humaniza e ao mesmo tempo nos torna capazes de vivenciarmos os valores religiosos num impulso de autotranscendência para o infinito, para Deus. Só nosso Criador é capaz de levar-nos à completa realização de nós mesmos.

Há dias, recebi um E.mail que joga luz sobre o problema da solidão. É um texto poético de autoria de Francisco Buarque de Holanda.

O momento da Páscoa é apropriado para meditarmos sobre essa bela mensagem impregnada de sabedoria e fé, intitulada: “SOLIDÃO VISTA PELO CHICO BUARQUE”

“Solidão não é falta de gente para conversar, namorar, passear ou fazer sexo... isto é Carência.

Solidão não é o sentimento que experimentamos pela ausência de entes queridos que não podem mais voltar...

isto é Saudade.

Solidão não é o retiro voluntário que a gente se impõe, às vezes, para realinhar os pensamentos... isto é Equilíbrio.

Solidão não é o claustro involuntário que o destino nos impõe compulsoriamente para que revejamos a nossa vida... isto é Um Princípio da Natureza.

Solidão não é o vazio de gente ao nosso lado... isto é Circunstância.

Solidão é muito mais do que isto.

Solidão é quando nos perdemos de nós mesmos e procuramos, em vão, pela nossa alma.


Solidão é a falta de DEUS que enche e revigora nosso espírito”.

**Parabéns Chico Buarque!
Valeu!!!
Uma Feliz Páscoa
aos caríssimos leitores e
Viva a Vida !**

Foto: Divulgação



Escala de Plantões do Hospital de Clínicas Marquês de Valença

	DOMINGO	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	
07:00 às 19:00	Pediatria	Dr. José Antônio	Dra. Lílian Horta	Dra. Kely	Dra. Andrea Vidal	Dr. Roberto	Dr. Roberto	Dra. Marise ou/ Dra. Sônia
	Geral	Dr. Angel	Dra. Cristiane	Dr. Carlos Alberto	Dr. Victor	Dr. Joaquim	Dr. Angel	Dr. Ricardo Muniz
19:00 às 07:00	Pediatria	Dr. José Antônio	Dra. Lílian Horta	Dr. Roberto	Dra. Andrea Vidal	Dr. Castilhos	Dra. Denise Mouffron	Dra. Elisângela ou/ Dra. Sônia
	Geral	Dr. Angel	Dra. Águeda	Dra. Cláudia Ermida	Dr. Victor	Dr. Rogério Horta	Dr. Ricardo Muniz	Dr. Azulil

Obs.: A escala de plantões poderá ser alterada, eventualmente, por motivo de força maior. Para que não haja dúvida, confirme pelo telefone (24)2453-2020

DESCUBRA UM NOVO CONCEITO EM QUALIDADE DE VIDA

Nutrição * Acupuntura * Terapia ocupacional * Fonoaudiologia * Odontologia * Hidroginástica * Hidroterapia * Natação para bebê * Enfermagem * Fisioterapia neurológica * Reabilitação cardiovascular e respiratória * RPG * ATM * Neuropediatria dermatofuncional * Estética * Pediatria respiratória * Tratamento anticelulite e estrias * Psicologia * Geriatria * Dermatologia * Clínica Médica Oncológica e Infecto-contagiosa

FAÇA UMA VISITA E DESCUBRA O QUE É BEM ESTAR



CONVÊNIOS:

Unimed
Marquês de Valença

Sta. Casa de Misericórdia
de Valença

Rua Silva Jardim, 260, Centro - Valença
Tel.: (24) 2452-0436



Gorduras Trans - porque evitá-las.

A gordura trans começou a ser usada para dar mais gosto, melhorar a consistência e até aumentar o prazo de validade de alguns alimentos. Obtida a partir de um processo químico denominado *hidrogenação* (adição de hidrogênio), cuja finalidade é, transformar óleos vegetais em uma gordura mais grossa.

Margarinas, manteigas e óleos vegetais são alguns exemplos de produtos que sofreram hidrogenação e que são muito utilizados para consumo doméstico e industrial.

No Brasil, desde 1997, as gorduras *trans* são incluídas no grupo das gorduras saturadas.

Seu principal efeito é a hipercolesterolemia (aumento do colesterol

no sangue), que por sua vez, tem relação com as doenças do coração, podendo acarretar a aterosclerose, que por sua vez leva ao desenvolvimento do enfarte, AVC (acidente vascular cerebral), entre outras enfermidades.

Em nossa alimentação habitual consumimos uma certa quantidade de ácidos graxos trans provenientes dos leites e seus derivados, e das carnes dos animais ruminantes (bovinos).

A gordura *trans* vem sendo substituída pela gordura animal, pois tende a ser mais sólida a temperatura ambiente. Alguns exemplos: Substituição da gordura de porco (banha) por óleos vegetais hidrogenados; e

manteiga por margarina.

Os ácidos graxos trans são encontrados em gorduras vegetais hidrogenadas, margarinas sólidas ou cremosas, cremes vegetais, biscoitos, sorvetes, pães, batatas fritas, pastelarias, bolos, tortas, massas, fast foods, produtos de animais ruminantes.

A grande discussão em torno das gorduras *trans* é porque além de aumentarem o nível do colesterol-LDL (colesterol ruim), elas diminuem o nível do **colesterol - HDL** (colesterol bom), daí seu grande efeito maléfico.

A Organização Mundial da Saúde (World...,1995) preconiza o controle no consumo de alimentos que

contenham ácidos graxos *trans*, com vistas à prevenção e tratamento de doenças coronarianas.

Por isso, a importância na escolha dos alimentos a serem colocados a mesa.

Existem, agora, no mercado muitos produtos com identificação de presença ou não dessas gorduras. Então, é preciso ficar atento nos rótulos dos produtos dando preferência a alimentos isentos de gorduras *trans*.

*** Dra. Daniella Guarini é nutricionista**



Dra. Daniella Maria Pentagna Guarini*

Foto: Gustavo A. Barros Barros

Caio

11/01/2007
Arthur Cardozo Lacerda Paiva.
Mãe: Kelli Cristina Braga Cardozo.
Pai: Fábio de O. L. Paiva.

06/02/2007
Pedro Silva Cabral.
Mãe: Juliana P. Silva Cabral.
Pai: Leandro de Carvalho Cabral.

14/03/2007
Matheus Couto da Silva.
Mãe: Kelly Cristina do Couto da Silva.
Pai: Homero Francisco B. da Silva.

14/03/2007
Rubens de Souza Netto.

Pedro

Mãe: Jaqueline C. de Souza.
Pai: Luciano M. Machado.

21/03/2007
Débora Gonçalves Quirino.
Mãe: Rosália A. Gonçalves Quirino.
Pai: Sebastião Neves Quirino.

06/04/2007
Pedro Daniel Cruz Costa.
Mãe: Claudia de Oliveira Cruz.
Pai: Jean C. Pereira Costa.

07/04/2007
Caio Rodger Elias.
Mãe: Meiry Gama Rodger Elias.
Pai: Antônio C. Braga Elias.

Arthur

Débora

ANIVERSÁRIOS

COOPERADOS

Abril

Dia 01 - Marcelo M. Monastério
Dia 03 - Jaime Rabacov
Dia 09 - Antonio Carlos Machado
Dia 09 - Carlos Alberto Amorim
Dia 13 - Ricardo Gomes Graciosa
Dia 14 - Arnaldo F. Pentagna
Dia 18 - Joaquim F. de Paula
Dia 18 - Jorge Carneiro Dutra
Dia 20 - Carlos Augusto M. Batista
Dia 22 - Maria Inez de F. Narciso
Dia 23 - Neiva Beatriz M.B. Pinto
Dia 24 - Édio Diniz Ferreira

Maio

Dia 02 - J. Fernando P. Mesquita
Dia 06 - Sérgio D. Stocchero
Dia 10 - Alencar Nascimento Pinto
Dia 14 - Rogério de A. P. Horta
Dia 19 - Alcyone dos Santos
Dia 24 - Alex Ribeiro Bello
Dia 24 - Luiz C. Leite da Silva
Dia 26 - Stela M. Simões Correa
Dia 30 - Soleny Furtado da Graça

FUNCIONÁRIOS

Abril

Dia 12 - Rafael F. Ferreira
Dia 14 - Andréia Aiko Hayashi
Dia 18 - Cláudia N. H. Quitério
Dia 22 - Rosinei G. Evangelista
Dia 27 - Fábio Costa de Freitas

Maio

Dia 02 - Jander Florenço Pena
Dia 02 - Ivanil Miguel Antero
Dia 06 - Livia L. F. Moura
Dia 07 - Glauber de O. Guimarães
Dia 10 - Elaine de Lima Cabral
Dia 11 - Vivian A. da Silva
Dia 14 - Ângela da Silva Elias
Dia 17 - Joice Fabiana
Dia 21 - Fátima G. Edwirdes
Dia 24 - Raul Nery C. da Silva
Dia 25 - Viviane C. de Oliveira
Dia 28 - Fabrício G. de Oliveira

Na Corte do MARQUÊS

Convenção

No período de 13 a 15 de abril, em Angra dos Reis, a Federação das Unimed realizou o tradicional Convenção de Vendas (foto ao lado). Participaram do evento, pela nossa Unimed Marquês de Valença, a presidente doutora Márcia Galvão, o gerente geral Max Theodoro, a representante de vendas da Serrana Corretora/Univendas, Edilene Miranda e os vendedores de Valença, Elaine e José de Paula, e de Miguel Pereira, Rejane e Vani.



Planejamento

No dia 10 de abril, a sede da Unimed Marquês de Valença esteve fechada para o público externo por motivo justo. Nesta data, aconteceu reunião dos funcionários com a diretoria executiva para que, durante todo o dia, trabalhassem em torno da construção do planejamento estratégico da empresa.



Funcionários reunidos

Reciclando

A coleta seletiva de lixo passou a fazer parte do dia-a-dia dos funcionários da Unimed com a introdução das lixeiras próprias para a separação do lixo (fotos). A iniciativa foi implementada na sede administrativa e no Hospital de Clínicas Marquês de Valença.



Amor, carinho e dedicação.
Para cuidar dos seus filhos,
a gente segue a sua receita.

ANS - nº 32.108-7

O presente que você sempre sonhou no Dia das Mães: mais saúde e felicidade para sua família.

Unimed

Experiência e Tecnologia para sua segurança

LAPAV

& LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS MARQUÊS DE VALENÇA LTDA.

Rua Domingos Mariano, 151-Centro. Tel.: 2453-4801

Rua Cel. Leite Pinto, 105- Hospital Geral. Tel.: 2453-4678

Em constante processo de expansão tecnológica visando a qualidade final de seu exame

LABORATÓRIO DE PATOLOGIA CLÍNICA

LAB-CLIN

Exames automatizados, controles de qualidade nacionais e internacionais e resultados via internet

Laboratório de Patologia Clínica Dr. Tufic Ganem Ltda.

Rua Bernardo Vianna, 15 - Sala 101 - Centro Valença - RJ - CEP 27600-000

TELEFAX (24) 2453-6541

VISITE NOSSA HOME PAGE NA INTERNET www.labclin.com.br

DAMADIC
DAMADIC - AGENTE AUTORIZADO
Unimed

Conheça este novo benefício.
Assistência Funeral ASCOSERJ

NOSSOS ENDEREÇOS:
MIGUEL PEREIRA:
Rua Áurea Pinheiro, 171 sl. 101
Em cima da Clínica Dr. Muniz
Telefax: (24) 2484-3369
VALENÇA:
Av. Nilo Peçanha, 396, Loja 12
Centro - Galeria Raif Tabet
Telefax: (24) 2453-2528 / 2453-6558