



Unimed Paraná elege novo Conselho de Administração

HOBBIES & MANIAS

Conheça a médica que encontrou na música um refúgio

COOPERADO

Fique por dentro da pesquisa com cooperados e familiares sobre o PAC

TECNOLOGIA

Por que o futuro da IA precisa do olhar feminino?

REVISTA
DO SISTEMA
UNIMED DO
ESTADO DO
PARANÁ

#80
ANO 20
JAN-MAR
2026

AMPLA

CONQUISTA QUE REFLETE
A FORÇA DE QUEM COOPERA

**R\$ 355
MILHÕES**

RESULTADO 2025

sisprime
cooperativa de crédito

sisprimedobrasil.com.br

Conselho Editorial

DIRETORIA EXECUTIVA

Diretor-presidente:

Dr. Paulo Roberto Fernandes Faria

Diretor de Saúde:

Dr. Faustino Garcia Alferez

Diretor Administrativo e Financeiro:

Dr. Alexandre Gustavo Bley

Diretor de Inovação e Desenvolvimento:

Dr. Omar Genha Taha

Diretor de Mercado e Intercâmbio:

Dr. Durval Francisco dos Santos Filho

CONSELHEIROS REGIONAIS

Região 1: **Dr. Rafael Francisco dos Santos** (Ponta Grossa)

Região 2: **Dr. Evandro Bazan de Carvalho**

(Norte do Paraná - Cornélio Procopio)

Região 3: **Dr. Alcione Brusiguello Faidiga** (Cianorte)

Região 4: **Dra. Wemilda Marta Fregonese**

Feltrin (Francisco Beltrão)

COORDENAÇÃO EDITORIAL:

Jossânia Veloso - Assessora de imprensa (DRT 2321/PR)

Expediente

PSG EDITORA:

Pedro Salanek Filho e **Giovanna de Paula** (Gestão),

Adriana Vieira, Karina Kanashiro, Talissa

Monteiro e **Thaís Mocelin** (Reportagens)

DIORAMA ESTÚDIO:

Bruna Corso (Direção de Arte e Diagramação)

Lucas Giuliano (Diagramação)

UNIMED PARANÁ:

Jossânia Veloso, Louise Fiala, Lana Martins e Emanuelle Spack (Matérias), **Fabiano Pereira, Gestão de Comunicação e Marketing**

e **assessorias das UnimedS Singulares** (Colaboração). Capa:

Unimed PR. Fotografias: **Banco de Imagens e Unimed PR.**

Impressão: **Tuicial Indústria Gráfica - 11.000**

SSN 2237-2067 n. 80 (2026)

Imagem de capa: Novo Conselho de Administração (2026-2030)

Sugestões e críticas:

assessoriaimprensa@unimedpr.coop.br



Unimed do Estado do Paraná
Rua Antonio Camilo, 283 | Curitiba | PR
CEP 82530-450 | Tel.: (41) 3219 -1488
E-mail: imprensapr@unimedpr.coop.br
www.unimed.coop.br/parana

ANS - n.º 312720

Confira o site da
Revista Ampla



O DESAFIO DA LONGEVIDADE SAUDÁVEL

Volta e meia falamos sobre envelhecimento populacional. Vida longa e morte súbita é o desejo de boa parte das pessoas. Viver saudavelmente, acrescentando mais qualidade de vida aos nossos dias é o desejo de cada um. E isso é cada vez mais possível quando entendemos a responsabilidade que temos em relação à nossa saúde. O autocuidado começa com bons hábitos, seja na alimentação, nas atividades físicas, ou no estilo de vida como um todo. O que implica não só hábitos, mas também valores, comportamentos e até padrões de consumo que expressam quem somos. Tudo isso permeia e é permeado por cultura, pelo ambiente em que vivemos, pelas nossas escolhas em todas as áreas. Não só de saúde, mas de vida: trabalho, relacionamentos, lazer.

Esta edição, a última que assino como presidente da Unimed Paraná, traz na capa, o novo Conselho de Administração, composto pelos colegas Alexandre Gustavo Bley (presidente), Faustino Garcia Alferez (diretor de Saúde), Durval Francisco dos Santos Filho (diretor de Mercado e Intercâmbio), Antonio Farias (diretor de Inovação e Desenvolvimento) e Antonio Valezi (diretor Administrativo e Financeiro); além dos novos conselheiros regionais: Pedro Moyses Soares Jacintho (Região 1), Ribamar Leonildo Maroneze (Região 2), Antonio Carlos Cardoso (Região 3), e Luiz Sérgio Fettback (Região 4).

A edição trata ainda de matérias sobre o PAC, Plano de Assistência ao Cooperado, e o Plano Líder, plano *premium* complementar, além do Universo feminino, IA e desafios profissionais. *Wellness*, movimento de bem-estar levantado pela geração Z, Burnout, entre outros.

No Check-up, você confere os destaques das UnimedS Paranaçuá, Norte do Paraná, Maringá e Francisco Beltrão.

Desejo a todos uma excelente leitura!



Dr. Paulo Roberto Fernandes Faria
Diretor-Presidente

Confira nosso site e sua revista on-line em:

www.revistaampla.com.br

Acesse, também, nosso LinkedIn:

www.linkedin.com/in/revista-ampla/

Editorial 03

Hobbies e Manias 05

Conheça a médica que encontrou na música um refúgio e expandiu seus horizontes ao se tornar DJ

Cooperado 08

Fique por dentro da pesquisa de satisfação realizada com cooperados e familiares sobre o PAC

Especial 10

A população idosa só cresce no Brasil. Com ela, a preocupação com o cuidado adequado por quem entra na estatística. Políticas públicas, autocuidado e rede de apoio são fundamentais para um envelhecimento saudável.

Consulta 13

Entenda se você está contribuindo a mais para o INSS e se tem direito a reembolso

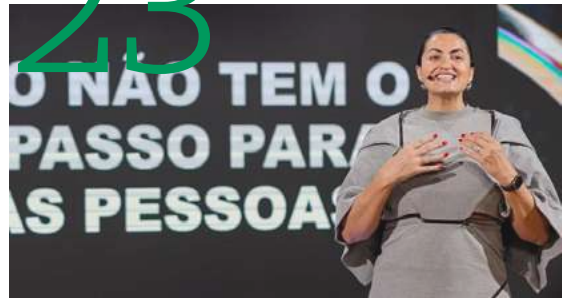
15



Capa

Unimed Paraná tem novo Conselho de Administração

23



Tecnologia

Por que o futuro da IA precisa do olhar feminino?

27 Hora Marcada

Direito à saúde navega entre inovação tecnológica e sustentabilidade dos planos: Área enfrenta desafios para equilibrar avanços científicos, evidências médicas e viabilidade financeira da saúde suplementar brasileira

30 Prevenir

Epidemia de *Burnout* atinge milhões de profissionais no Brasil

34 Especialidade

O bem-estar está sendo ressignificado pela geração Z? Conheça a nova consciência de saúde observada entre os jovens

36 Check-up

36 PARANAGUÁ

37 NORTE DO PARANÁ

38 MARINGÁ

39 FRANCISCO BELTRÃO

40 Artigo

Dr. Faustino Garcia Alferez

42 Almanaque

ENTRE O SOM E O SENTIR: A ALEGRIA DE SER DJ

A médica ginecologista Nelly Nabut deixou a música fluir e transformar a sua vida e o seu modo de exercer a Medicina

ADRIANA VIEIRA

Nelly Nabut: a música é meu refúgio e a medicina é meu propósito

O QUE VOCÊ VAI LER

Um hobby tem o poder de melhorar o foco, a criatividade e também o estresse. Para a ginecologista Nelly Nabut, cooperada de Londrina, a arte de ser DJ conseguiu ir ainda além: melhorou sua conduta como médica. A DJ, que tem preferência por house music, tech house e progressive house, conta que, como todo hobby, a discotecagem tem seus desafios e exige muita paixão e dedicação.

Quando existe o cuidado com a saúde emocional e criativa por parte do profissional, é possível exercer a medicina de forma mais humana e equilibrada. A ideia transformadora foi vivida na prática pela ginecologista **Nelly Nabut**, cooperada da Unimed Londrina, que descobriu na arte de ser DJ uma nova forma de tocar e se conectar com as pessoas. Ela, que sempre teve a música como lugar de refúgio, já tinha uma carreira consolidada como médica quando decidiu abrir espaço para a paixão que sempre esteve ali, mas que agora seria explorada de forma estruturada.

A sigla DJ já está tão incorporada na nossa linguagem que talvez muita gente já tenha esquecido seu significado.

DJ significa *Disc Jokey*, nomenclatura que foi primeiramente usada em 1935 para descrever locutores de rádio que tocavam discos de vinil no ar. Desde então, a cultura da discotecagem passou por profundas transformações. Se no começo o foco estava na técnica e na seleção musical, hoje o DJ ocupa um papel mais amplo, com a tecnologia digital ampliando o acesso e diversificando estilos. Nesse processo, o DJ deixou de ser apenas um intermediário entre música e público para se tornar um mediador de emoções e atmosferas.

Entre tantos gêneros que foram surgindo, a música eletrônica melódica e House (em especial os artistas que criam atmosferas narrativas e sonoras) foram as primeiras referências de Nelly Nabut, que percebeu que a sua relação com a música era diferente muito antes de estar atrás de uma mesa de som. “Sempre me encantei por sons que conduzem emoções, que contam histórias e que fazem as pessoas se conectarem — consigo mesmas e com o ambiente. Hoje, entendo que essa paixão especial nasce exatamente daí: da capacidade da música de tocar, acolher e transformar, algo que, de certa forma, dialoga muito com a minha atuação como médica.”

“**A capacidade da música de tocar, acolher e transformar é algo que, de certa forma, dialoga muito com a minha atuação como médica**”

A arte de ser DJ pode ser muito estimulante, mas como todo hobby exige bastante dedicação, estudo contínuo e treino constante. A médica explica que para aprender as mixagens e técnicas, é preciso desenvolver algumas habilidades, como escuta atenta, coordenação, uma boa percepção de *timing* e uma sensibilidade aguçada para entender não apenas a energia de cada faixa, mas também da pista: “Ser DJ vai muito além de tocar músicas: é construir uma narrativa sonora, respeitar o público e estar



“Meu gosto é variado! Curto tocar *house music*, *tech house* e *progressive house*”



A médica e DJ gosta de criar na pista um ambiente onde as pessoas possam “sentir, reconhecer-se e simplesmente estar”

sempre aberta a aprender. Para mim, esse processo tem sido tão intenso quanto prazeroso — e extremamente transformador”, detalha Nabut.

Uma etapa importante desse hobby é a definição de um estilo, o que parece difícil, considerando que a arte abrange centenas de subgêneros, apresentando um fenômeno de hibridização (quando um estilo puxa outro) e novidades que aparecem em alta velocidade. Para Nelly, porém, esse processo ocorreu com bastante naturalidade: “Veio com o tempo, com a escuta, com a maturidade e com a coragem de respeitar aquilo que realmente me representa. Em vez de seguir tendências, fui percebendo quais sons faziam sentido para mim e quais emoções eu queria provocar em quem me escuta.” Suas preferências caminham pelo *house* melódico e pelo *deep house*, estilos que valorizam atmosfera, progressão e sensibilidade.

As novidades da discotecagem não se limitam aos estilos musicais, sons e batidas. A tecnologia também cumpre um papel relevante e provoca o DJ a estar sempre se adaptando e experimentando. Para Nelly Nabut, essa tem sido uma experiência muito positiva e o segredo é: encarar a tecnologia como uma aliada da criatividade, e não como um obstáculo. A Inteligência Artificial com certeza já tem impacto na atuação de um DJ e, para Nelly, deve ser encarada como uma ferramenta poderosa, já que auxilia nas recomendações e organização de repertório, além de recursos de produção e análise de faixas. “A IA pode ampliar possibilidades e facilitar processos, mas a sensibilidade,

a leitura de pista e a intenção artística continuam sendo humanas”, ela assegura.

A médica e DJ já se apresentou em diversos eventos da cidade de Londrina, como por exemplo, a 1ª GO Party, promovida pelo Departamento de Ginecologia e Obstetrícia da Associação Médica de Londrina, onde ela pode ampliar a conexão com colegas, celebrando em um ambiente descontraído e alegre. Já no Bar Cartagena, a atmosfera acolhedora e o entusiasmo do público tornaram a noite inesquecível. Ela também marcou presença na confraternização de final de ano dos funcionários e médicos do SOS Unimed, marcada por uma vibração contagiante, reforçando o espírito de equipe e camaradagem. Outro evento que Nelly destaca é a confraternização da loja Carmen Steffens: “Foi um prazer criar uma trilha sonora que complementou perfeitamente o evento, encantando os participantes.”

Em todas essas ocasiões, a receptividade calorosa do público e a oportunidade de compartilhar sua paixão pela música fizeram de cada apresentação uma experiência memorável e transformadora. Dessa forma, a cada faixa, cada pista, cada batida, a essência dessa arte vai continuar sendo celebrada: assim como a medicina... ser DJ é sobre conexão, escuta e presença.



“Gosto de criar sets que levam a uma jornada, com batidas marcantes e grooves que não deixam ninguém parado”

MONITORAR PARA EVOLUIR: COOPERADOS AVALIAM O PLANO DE ASSISTÊNCIA AO COOPERADO (PAC)

Pesquisa revela alto índice de satisfação dos cooperados com o PAC e orienta melhorias no benefício exclusivo da Unimed

THAÍS MOCELIN

O QUE VOCÊ VAI LER

Realizada pela terceira vez, pesquisa de satisfação com beneficiários do PAC reforça a relevância deste benefício estratégico da Unimed Paraná e traz contribuições importantes para o aperfeiçoamento contínuo dos serviços prestados aos médicos e seus familiares.

O **Plano de Assistência ao Cooperado (PAC)** é um benefício exclusivo oferecido pela Unimed Paraná aos médicos cooperados e a seus familiares. Criado em 1993, o plano de saúde foi concebido para garantir condições diferenciadas de cuidado, com abrangência nacional e possibilidades ampliadas de inclusão de dependentes. No decorrer de mais de três décadas, consolidou-se também como um dos pilares do vínculo entre a cooperativa e seus sócios.

Com o compromisso de acompanhar continuamente a efetividade desse benefício, a Unimed Paraná realizou, em 2025, a terceira edição de uma **pesquisa de satisfação** junto aos beneficiários do PAC. O levantamento já havia sido aplicado em 2021 e 2023, permitindo uma análise evolutiva da percepção dos usuários. A pesquisa foi conduzida pela **Zoom Inteligência em Pesquisa** e teve como objetivo avaliar a satisfação dos beneficiários do PAC com os serviços prestados pela Unimed Paraná, além de mapear pontos fortes e aspectos passíveis de aprimoramento no plano e no relacionamento com essa carteira.

De natureza quantitativa, a pesquisa ouviu beneficiários que haviam utilizado o plano nos últimos 12 meses. O universo considerado foi de 24.665 pessoas, com uma amostra de 300 entrevistas — sendo 225 delas com titulares e 75 com dependentes. A coleta de dados ocorreu entre outubro e novembro de 2025, por meio de entrevistas telefônicas (CATI).

Resultados que reforçam a confiança no PAC

Os dados evidenciam uma percepção positiva em relação ao plano de saúde. O índice de satisfação geral é um dos

principais destaques do levantamento: em uma escala de 1 a 5, a nota média atribuída ao PAC foi **4,4**, resultando em um índice de **93,3% de satisfação**. A satisfação positiva e o NPS (*Net Promoter Score*) – métrica de lealdade e satisfação do cliente, posicionam o plano na chamada *Zona de Qualidade*, segundo a análise da empresa de pesquisa.

Entre as principais vantagens do PAC, as três que os beneficiários mais destacaram foram: plano subsidiado, com valor mais acessível; comodidade e praticidade no uso; e atendimento de qualidade oferecido pela rede credenciada.

99% dos respondentes afirmaram que o PAC atende às suas necessidades e da sua família (76% disseram que atende totalmente e 23% que atende parcialmente). E quando a pergunta foi se encontram alguma dificuldade no uso do plano, apenas 18% responderam que sim (uma queda de 13% no indicador registrado na pesquisa de 2023).

A pesquisa também mostrou que 76% dos respondentes afirmam conhecer as coberturas do plano. E 80% consideram ter acesso facilitado aos serviços previstos. Esses indicadores reforçam a percepção de clareza e funcionalidade do PAC para a maior parte dos beneficiários.

Pontos de atenção e oportunidades de evolução

Além de evidenciar resultados consistentes, o estudo cumpre um papel essencial ao dar voz aos cooperados e dependentes também nos aspectos que podem ser desenvolvidos. Entre os pontos de atenção estão: percepção de custo, dificuldades na rede credenciada, tempo para agendamento de consultas e exames, burocracia nas liberações de procedimentos e baixa percepção de diferenciação.

Esses achados são insumos estratégicos para o aprimoramento contínuo do plano, deixando o olhar mais apurado para a simplificação de processos, a melhoria da experiência digital, o fortalecimento da comunicação sobre os programas de promoção da saúde e diferenciais do PAC. Dessa forma, cada resposta contribui para orientar decisões, qualificar processos e alinhar o PAC às expectativas de um público que conhece de perto o sistema de saúde e valoriza a excelência no cuidado.

LINHA DO TEMPO DO PAC



Fonte: DW - Número de beneficiários - Plano PAC - Movimentação no período; Número de vidas dos anos 2023/2026 - Relatório Financeiro; Número de vidas do ano 2021 - Painel Gransal Qlik Sense.

PLANO LÍDER

Como complemento ao PAC, a Unimed Paraná oferece o **Plano Líder**, que amplia a cobertura para hospitais de alto padrão, como o Hospital Albert Einstein e o Hospital Sírio-Libanês, em São Paulo, e o Hospital Santa Cruz, em Curitiba. Lançado em 2019, o plano é um produto da Seguros Unimed, exclusivo para cooperados e familiares

já vinculados ao PAC, e atende à demanda por uma rede assistencial diferenciada. A adesão é grupo familiar, realizada por meio da Unimed de vínculo do cooperado, com mensalidade definida por faixa etária. Atualmente, 15 Singulares do Paraná já disponibilizam o Plano Líder.

MUDANÇAS NO ENVELHECIMENTO DOS BRASILEIROS

Políticas públicas, autocuidado e rede de apoio são fundamentais para um envelhecimento saudável

TALISSA MONTEIRO

O QUE VOCÊ VAI LER

O Brasil vive uma transformação demográfica com 40% de crescimento da população idosa entre 2010-2021, exigindo uma nova abordagem do envelhecimento. O geriatra Caio Ueda defende que envelhecer saudável significa manter qualidade de vida, não ausência de doenças, destacando o autocuidado como elemento central. Embora tecnologias como IA e teleconsultas auxiliem no processo, o acesso limitado e a falta de profissionais especializados permanecem como principais desafios para garantir longevidade com qualidade no país.

O Brasil vive uma transformação demográfica sem precedentes. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população idosa no país cresceu 40% entre 2010 e 2021, passando de 20,5 milhões para 28,7 milhões de pessoas com 60 anos ou mais. Até 2070, a projeção é que 40% da população tenha mais que 60 anos. Diante desse cenário, surge um desafio fundamental: como garantir que essa longevidade seja acompanhada de qualidade de vida?

Para o médico geriatra **Caio Henrique Yoshikatsu Ueda**, é fundamental desmistificar conceitos sobre o processo de envelhecimento. “Primeiro, é necessário entender que o processo de envelhecimento não se limita ao momento em que completamos 60 anos ou mais. Trata-se de um processo dinâmico e contínuo, que ocorre desde o nascimento”, explica o especialista.

O médico destaca que envelhecer de forma saudável não significa ausência de doenças. “Envelhecer de maneira saudável não é envelhecer na ausência de doenças, mas é envelhecermos com qualidade de vida, com manutenção da

nossa capacidade funcional e com cuidados contínuos da saúde física, social, emocional e espiritual durante a vida”, afirma Ueda.

Para colocar isso em prática, no dia a dia o geriatra utiliza a Avaliação Geriátrica Ampla (AGA), uma ferramenta estruturada e multidimensional que permite identificar as particularidades de cada paciente. Segundo Ueda, por meio dessa avaliação, é possível traçar múltiplos perfis distintos de envelhecimento e, consequentemente, planos personalizados de cuidado em saúde.

Tecnologias a favor da longevidade

Além disso, o avanço tecnológico tem se mostrado um aliado importante no processo de envelhecimento saudável. Dispositivos de segurança para alertas de quedas, aplicativos de monitoramento de saúde, teleconsultas e telemonitoramento são algumas das ferramentas disponíveis atualmente.



Para o médico geriatra Caio Henrique Yoshikatsu Ueda, é fundamental desmistificar conceitos sobre o processo de envelhecimento e compreender que é, sim, possível, ter uma vida saudável e rica após os 60 anos

A Inteligência Artificial (IA) também tem desempenhado papel relevante, auxiliando na avaliação e organização do autocuidado dos pacientes. No entanto, Ueda levanta uma questão importante: “A minha maior preocupação é: quais idosos estão realmente tendo acesso a essas novas tecnologias?”.

Mesmo com acesso limitado, o especialista vê com otimismo o futuro da medicina geriátrica com esses avanços. “Em um país em que nossas dimensões de território e desigualdade de assistência impedem que todos tenham acesso adequado à informação e a um bom acompanhamento de saúde; esses avanços criam possibilidades”, observa.

No entanto, ao pensar em longevidade saudável, é preciso considerar que, hoje, muitos dos idosos estão ativos, saudáveis e plenamente capazes de fazer a manutenção da própria saúde. Assim, o autocuidado emerge como elemento central na prevenção e no manejo de doenças crônicas e em mais qualidade de vida.

Ueda estrutura suas orientações de autocuidado em eixos específicos que envolvem atividade física programada, alimentação balanceada, sono adequado, acompanhamento médico regular, uso seguro de medicamentos, vacinação, segundo o Calendário Vacina 60+, exames de rastreio, higiene pessoal, rede de suporte social e cuidados com a saúde emocional e espiritual.

“No momento das orientações, a minha prioridade é sempre a educação em saúde dos meus pacientes. Procuo que eles compreendam o porquê de cada uma dessas orientações e participem ativamente no seu próprio cuidado de saúde”, explica o geriatra.

No entanto, um dos grandes obstáculos para o enfrentamento do envelhecimento populacional é a preparação inadequada dos profissionais de saúde. Segundo Ueda, a situação ainda é “muito heterogênea e insuficiente.”

O especialista aponta que os programas de formação em Geriatria e Gerontologia são escassos e o cuidado específico à pessoa idosa tem pouco destaque nas graduações. “A grande maioria, ou todo profissional de saúde, lida hoje com pessoas com 60 anos ou mais, mas ele não deve ser visto simplesmente como uma ‘faixa etária’”, alerta.

No processo de envelhecimento, especialmente entre os idosos mais longevos, as dependências funcionais podem surgir, tornando o papel da família e cuidadores essencial. Ueda destaca que eles são “ponto de apoio físico e emocional” e contribuem para assegurar a manutenção da capacidade funcional, reduzir o isolamento social e promover o bem-estar.

“ **Envelhecer de maneira saudável não é envelhecer na ausência de doenças, mas é envelhecermos com qualidade de vida, com manutenção da nossa capacidade funcional e com cuidados contínuos da saúde física, social, emocional e espiritual ao longo da vida** ”

Embora o Brasil tenha legislação voltada à saúde do idoso, como o Estatuto da Pessoa Idosa (Lei 10.741/2003), Ueda identifica lacunas na implementação prática. “Mesmo em grandes cidades, ainda são escassos o bom direcionamento de recursos, o número de profissionais capacitados pela ausência de programas de educação contínua em Geriatria e Gerontologia”, observa.

O geriatra menciona experiências internacionais promissoras, como as *share houses* japonesas e iniciativas, como o *Age-friendly Communities* e o *Cycling Without Age*, na Dinamarca, que poderiam ser adaptadas ao contexto brasileiro.

O envelhecimento populacional representa tanto um desafio quanto uma conquista da sociedade moderna. O aumento da expectativa de vida no Brasil, que passou de 76,2 anos em 2019 para 76,6 anos em 2024, segundo o IBGE, reflete melhorias nas condições de vida e saúde.

No entanto, para que essa longevidade seja verdadeiramente saudável, é necessário um esforço conjunto que envolva políticas públicas efetivas, formação adequada de profissionais, desenvolvimento e democratização de tecnologias, e, principalmente, uma mudança de paradigma na forma como a sociedade enxerga e se prepara para o envelhecimento.

Como enfatiza Ueda, “o envelhecimento populacional é um desafio de saúde que deve ser enfrentado com grande responsabilidade, e abrangendo toda a sua complexidade.” O futuro da longevidade saudável no Brasil dependerá da capacidade de transformar esse desafio em oportunidade para construir uma sociedade mais inclusiva e preparada para todas as idades.

ENVELHECENDO BEM

Aos 62 anos, Laércio Marassi é um exemplo prático de envelhecimento ativo. Aposentado, ele não se sente com a idade que tem e percebe que envelhece melhor que outras pessoas ao seu redor.

Essa sensação se confirma em situações cotidianas: “Em várias situações cotidianas, como por exemplo, ao entrar ou sair do carro, ao caminhar, ao fazer exercícios e durante viagens”, observa.

Refletindo sobre sua trajetória, Laércio identifica mudanças que gostaria de ter feito mais cedo: “Beber com mais moderação, alimentar com mais qualidade e regramento. Ser mais aberto às novas experiências de convívio social.” O hábito mais difícil de mudar? “Me cobrar menos em relação às expectativas de outros e ser mais equilibrado no convívio social.”

Para ele, os pilares da longevidade saudável começam com a aceitação: “Primeiro entender que a velhice virá. Faz parte do ciclo da vida. Aceitando isso, internalizar de que forma quer chegar lá, ativo e saudável ou doente e dependente.”

Atualmente, Laércio mantém uma rotina ativa que inclui caminhadas e corridas, treino funcional, leitura e participação em eventos comunitários e religiosos. Sua experiência demonstra que o envelhecimento saudável é possível quando há consciência, planejamento e ação consistente ao longo da vida.



Laércio Marassi, de 62 anos, tem uma vida rica em atividades físicas, culturais e sociais

NOLT - UMA NOVA FORMA DE ENVELHECER

O termo “idoso” está perdendo espaço para uma nova denominação que reflete melhor a realidade das pessoas com 60 anos ou mais: NOLT (New Older Living Trend). Essa mudança de nomenclatura representa uma transformação profunda na forma como essa população se vê e vive.

Os NOLTs são pessoas que rejeitam estereótipos limitantes associados ao envelhecimento tradicional. Em vez de aceitar a aposentadoria como sinônimo de inatividade, eles continuam aprendendo, empreendendo e se reinventando. Muitos retomam os estudos, fazem novas graduações, dominam tecnologias ou transformam sonhos antigos em projetos concretos.

Essa geração não espera “o tempo passar”, mas faz questão de aproveitá-lo intensamente. São pessoas que cuidam ativamente da saúde física e mental, viajam, praticam voluntariado, lideram grupos e atuam como mentores, sempre dispostos a novos desafios.

Ou seja, envelhecer bem depois dos 60 é uma tendência que ganha força. Reconhecer essa transformação é fundamental para adaptar políticas públicas, serviços de saúde e a própria sociedade a essa nova realidade demográfica.

MÉDICOS PODEM TER VALORES A RECEBER DO INSS

Contribuições acima do teto do INSS podem gerar reembolso para médicos. Entenda quem tem direito e como solicitar

THAÍS MOCELIN

O QUE VOCÊ VAI LER

Com múltiplos vínculos de trabalho no decorrer da carreira, muitos médicos acabam contribuindo ao INSS acima do teto previdenciário sem perceber. Especialista explica quando há direito à restituição, como identificar o pagamento indevido e quais cuidados ajudam a evitar perdas futuras.

Agenda dividida entre obrigações na cooperativa, hospitais, clínicas, consultórios, instituições de ensino e, em vários casos, prestação de serviços por meio de pessoa jurídica. Identificou-se com essa rotina que concilia diferentes formas de atuação, com multiplicidade de vínculos profissionais? Então, pode ser que, além de oportunidades, você também esteja acumulando pagamentos ao **Instituto Nacional do Seguro Social (INSS)**.

Muitos médicos no Brasil enfrentam uma questão previdenciária que passa despercebida. Por atuar em mais de um local, o profissional pode acabar contribuindo acima do teto mensal máximo previsto pelo INSS. Isso porque cada fonte pagadora recolhe a contribuição previdenciária de forma independente, sem considerar o valor já recolhido por outro empregador.

“Planejar a vida previdenciária com antecedência ajuda a evitar pagamentos desnecessários e contribui para uma aposentadoria mais tranquila e previsível”

Fernanda Silveira dos Santos

“Esse excesso não traz qualquer benefício adicional no futuro e pode representar um pagamento indevido no decorrer de vários anos”, alerta a advogada **Fernanda Silveira dos Santos** (OAB/PR 45.015), especialista em Direito Previdenciário e sócia do escritório SSantos Advogados.

Quando a soma resulta em pagamento acima do permitido por lei, o contribuinte tem direito ao reembolso desses valores pagos indevidamente. Desde 1º de janeiro de 2026, o salário de contribuição (valor sobre o qual o trabalhador contribui para o INSS) não pode ser menor que R\$ 1.621 ou maior que R\$ 8.475,55.



Com mais de 23 anos de atuação, a advogada Fernanda Silveira dos Santos destaca a importância do planejamento previdenciário para evitar perdas financeiras durante a carreira médica

Quem tem direito ao reembolso

Todo médico que, em algum momento da carreira, tenha contribuído ao INSS acima do teto pode ter direito ao reembolso. Isso inclui profissionais com múltiplos vínculos simultâneos, bem como aqueles que contribuíram ao mesmo tempo como pessoa física e pessoa jurídica. “A legislação previdenciária permite a recuperação dos valores pagos indevidamente nos últimos cinco anos, contados a partir do pedido. Por isso, o tempo é um fator importante: quanto antes o médico analisar sua situação, maiores são as chances de recuperar valores relevantes”, orienta a advogada.

Para saber se há valor pago acima do teto, o primeiro passo é a análise do **Cadastro Nacional de Informações Sociais (CNIS)**, documento que reúne todo o histórico contributivo do segurado. É a partir dele que se verifica se, em determinados meses, a soma das contribuições ultrapassou o teto vigente à época. “Com essa identificação, é feito o cálculo dos valores pagos indevidamente e o pedido pode ser apresentado ao INSS pela via administrativa e/ou judicial. Embora não seja obrigatório, o acompanhamento de um advogado especializado em Direito Previdenciário é recomendado, já que o procedimento envolve cálculos técnicos e correta fundamentação legal”, aconselha Fernanda.

Uma dúvida comum entre os médicos é se o reembolso pode reduzir o valor da aposentadoria ou de outros benefícios previdenciários. A resposta é clara: não. “Isso porque as contribuições feitas acima do teto não aumentam o benefício previdenciário. O teto funciona como um limite máximo, tanto para contribuição quanto para o valor do benefício. Na prática, a restituição apenas corrige um pagamento que excedeu o limite legal, sem qualquer prejuízo ao segurado”, esclarece a especialista.

De acordo com Fernanda, o maior obstáculo ainda é o desconhecimento. Muitos médicos acreditam que pagar mais ao INSS resultará em uma aposentadoria maior, o que não se confirma na prática. Outro ponto recorrente é a falta de acompanhamento do histórico contributivo no decorrer da carreira, o que pode levar à perda do prazo legal para restituição. Sem uma análise adequada, o profissional também pode ter dificuldade em identificar exatamente onde ocorreu o pagamento indevido, especialmente quando há muitos vínculos simultâneos.

A cirurgiã torácica **Cristiane Mignot Meyer**, cooperada da Unimed Curitiba, sempre trabalhou com múltiplos vínculos, contribuindo com o INSS. “Ao saber que as contribuições acima do teto não são consideradas no cálculo da aposentadoria, ingressei com a ação e recebi a restituição dos valores pagos a mais, de forma segura e transparente”, conta.

“**Ingressei com a ação e recebi a restituição dos valores pagos a mais, de forma segura e transparente**”

Cristiane Mignot Meyer

De acordo com a advogada, a principal orientação é acompanhar regularmente o CNIS e manter controle sobre os vínculos ativos e os valores recolhidos mensalmente. Revisar contratos, compreender a forma de remuneração e buscar orientação previdenciária preventiva também são medidas importantes. “Planejar a vida previdenciária com antecedência ajuda a evitar pagamentos desnecessários e contribui para uma aposentadoria mais tranquila e previsível”, resume Fernanda.



Foto: Novo Conselho de Administração da Unimed Paraná.

A NOVA FASE DA UNIMED PARANÁ

Gestão 2026-2030 conta com seis profissionais novos no Conselho de Administração da Unimed Paraná, incluindo um novo presidente

LOUISE FIALA

Em março de 2026, uma nova gestão teve início na Unimed Paraná. O mandato, que segue até 2030, agora contará com um novo presidente: o médico cirurgião-vascular **Alexandre Gustavo Bley**, cooperado da Unimed Curitiba desde 1998, que atua como diretor na Federação há oito anos, além de passagens pela presidência da Unimed Curitiba e do Conselho Regional de Medicina do Paraná (CRM-PR), entre outros cargos.

A Revista Ampla conversou com o médico sobre as expectativas para essa nova fase da Federação, bem como os principais desafios percebidos na saúde suplementar e na cooperativa. Confira!



Alexandre Gustavo Bley, novo presidente da Unimed Paraná

O senhor já foi diretor de Mercado e Comunicação, e, mais recentemente, Administrativo e Financeiro. Como encara, agora, o desafio de assumir o cargo de presidência, tendo essa experiência prévia na diretoria da Unimed Paraná?

Encaro com grande honra, pois é um reconhecimento de um processo de amadurecimento e desenvolvimento pessoal. Cada cargo que atuei tinha suas particularidades, e, ambos, aqui na Federação, proporcionaram-me uma visão ampliada e maior conhecimento do Sistema Unimed no Paraná. Espero utilizar desse conhecimento para que a missão da Federação, que é servir às Singulares, continue sendo cumprida e percebida.

Qual é a expectativa para essa nova gestão?

As melhores possíveis. A Federação passa por um bom momento, temos uma equipe comprometida e competente, um bom modelo de governança, boa maturidade de gestão e solidez financeira. Isso por si só não garante uma perpetuação de resultados, mas indica bons caminhos e tranquilidade para pensarmos algumas mudanças baseadas nas necessidades das nossas Singulares, que são heterogêneas. Pretendo que o diálogo franco seja uma constante, pois acredito no poder transformador das palavras e dos relacionamentos institucionais.

Quais oportunidades e desafios o senhor vislumbra dentro do cenário futuro na saúde suplementar?

Estamos em um segmento regulado, mas, ao mesmo tempo, incerto, e isso se desdobra em uma série de desafios, que podemos encarar como oportunidades de melhorias. É difícil querer elencar todos os desafios, até porque, no momento, são diversos. Entretanto, por mais que trabalhe em linhas orçamentárias embasadas, a incerteza do custo assistencial nos coloca como um grande desafio, seja por judicialização ou pelo avanço e incorporação tecnológica, exigindo investir no conhecimento da jornada e experiência do beneficiário.

Conhecê-lo, entender suas condições epidemiológicas, identificar seus riscos, antecipar-se em linhas de cuidado e engajá-los, são exemplos que precisam ser aprimorados para melhor entrega em saúde. Para tanto, precisamos fazer uma gestão adequada dos recursos arrecadados, entendendo os desafios microeconômicos dos contratantes, em sua grande maioria empresas que também têm as suas incertezas com a questão macroeconômica do país. Isso nos traz a reflexão de uma maior diferenciação no relacionamento com nossas Singulares, com a ótica da perenidade do trabalho médico digno nas diversas regiões do estado, entendendo o posicionamento da marca, dentro de um contexto mercadológico e de sustentabilidade.

Em 2029, a Federação completará 50 anos de história. Como o senhor avalia essa jornada, e o que enxerga para o futuro da cooperativa?

Sem dúvida, será uma data a ser bem comemorada, pois é uma trajetória institucional de sucesso, feita por muitas pessoas, em cima de muita inspiração e, principalmente, transpiração. O maior presente, pensando no futuro, é ofertar as condições para que a Federação continue seu papel relevante pelo próximo cinquentenário, pois o cenário muda e temos que nos adaptar. Temos bem essa noção, foram 50 anos de aprendizado, que construiu um caminho sólido, mas precisamos estar atentos e inovar, pois o futuro ainda não está pavimentado e a cada dia temos um tanto a terminar. Olhando para a Federação, precisamos evoluir na padronização de mais processos, ampliar a oferta de centralização de serviços às Singulares e no fomento à intercooperação entre elas.

Como o senhor percebe a importância de as novas gerações entenderem a força que o modelo cooperativista tem?

Em um mundo polarizado e mais individualista, o cooperativismo resgata a essência do viver e produzir em coletividade. Costumo dizer que os melhores momentos na história da humanidade foram reflexo de um ambiente coletivo, mais solidário, em que o senso de propósito foi mais forte. Acho que isso está em consonância com as novas gerações, pois estudos indicam que, para esses jovens, o trabalho deve refletir seus valores pessoais, cuidar da saúde mental e ter impacto social positivo. Não é só o para que trabalhar, mas o porquê. Precisamos divulgar mais o mundo cooperativista, sua filosofia, seus ramos e oportunidades de atuação.

De que maneira a educação médica se encaixa nesses princípios e pode contribuir para a constante evolução dos médicos-cooperados?

A educação médica está inserida nesse contexto mencionado na pergunta anterior. O médico, em linhas gerais, foi ensinado a trabalhar sozinho, cuidar dos seus pacientes e, se necessário, solicitar opinião de outro colega ou profissional da saúde. Isso faz com que ele tenha uma tendência ao individualismo. Agora, pensando em termos de trabalho médico e carreira, o cooperativismo pode ser uma oportunidade, pois os ganhos individuais são suportados pela força da coletividade de médicos-cooperados. A marca Unimed foi forjada e cresce com esse escopo. Cada cooperado, fazendo o seu trabalho com

ética e diligência, constrói a credibilidade da cooperativa, gerando confiança da população, o que traz um diferencial competitivo para que possamos gerar mais trabalho e renda a esses médicos. É um ciclo virtuoso e, para isso ocorrer, é necessário que todos conheçam o seu papel, por isso a educação médica é essencial, tanto para os atuais médicos-cooperados, como para atrair novos colegas. O cooperativismo precisa ser continuamente exposto à sociedade médica, iniciando dentro das faculdades.

Falando sobre remuneração médica, há um debate extenso sobre novos modelos de pagamento. Qual a visão do senhor sobre o assunto?

A geração de trabalho digno e, conseqüentemente, renda ao cooperado, faz parte do motivo de existir da Unimed. Por isso, no ano passado, debatemos esse assunto junto às Singulares do estado e criamos um programa de valorização dos honorários médicos. O modelo vigente de distribuição de receita é antigo, vem da década de 40 para 50 do século passado, nos Estados Unidos, o chamado *fee for service*. Ele é baseado em produção e gera previsibilidade de valor unitário a partir de referências de honorários. É um modelo que, apesar de sua utilidade, tem recebido muitas críticas, pois a responsabilidade da escala de atendimento é exclusiva do médico, o que, de forma contraditória, pode gerar excesso ou falta de acesso aos pacientes, sem que a qualidade da entrega esteja diretamente conectada nessa equação.

Vivemos em um mundo conectado e em voz alta, por meio das redes sociais. As pessoas compartilham suas experiências, inclusive as de saúde, gerando julgamentos controversos. A métrica do desfecho e comparação já está no meio da sociedade e entendo que, no que diz respeito a nós cooperados, precisamos organizar isso, pois existem modelos remuneratórios que analisam a entrega ao paciente, ou seja, o valor percebido do atendimento. Acredito que essa é uma conversa mais fácil com os médicos mais jovens, pois estão mais inseridos nesse contexto digital de mídias sociais e, segundo pesquisa do Conselho Federal de Medicina, não enxergam no *fee for service* o modelo ideal, preferindo maior segurança nos modelos fixos, como pagamento por horas de trabalho, diária ou vínculo formal CLT, especialmente quando lhe ofertam um local para trabalhar. Longe de termos uma definição, esse assunto é central nas Unimeds e precisa da participação dos cooperados.

A NOVA DIRETORIA DA FEDERAÇÃO



Antônio Carlos de Farias – Diretor de Inovação e Desenvolvimento

Trajetória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Curitiba desde 1995, o médico foi membro da Comissão Técnica (2010–2014), diretor de Marketing, Comunicação e Relacionamento com o Cooperado (2014–2018), diretor Financeiro (2018–2022) e diretor de Provimentos em Saúde (2022–2026), além de conselheiro Fiscal da Unimed Paraná em 2023.

Características que o fizeram chegar até aqui: desde 1996, atuo no Hospital Pequeno Príncipe, com dedicação à assistência, ao ensino e à pesquisa. Sou engajado na representação médica desde o início da carreira, quando fui eleito presidente da cooperativa dos médicos do Hospital Pequeno Príncipe. Essas experiências me fizeram perceber a importância de uma boa gestão para a sustentabilidade das organizações de saúde e constatar a relevância estratégica do Sistema Unimed para nós, médicos que buscamos exercer a medicina com ética, ciência, dignidade e respeito ao paciente. Por ter uma visão crítica sobre as evidências científicas das tecnologias em saúde, fui convidado, em 2010, a integrar a comissão técnica da Unimed Curitiba. Nesse período, participei ativamente de comitês de especialidades, núcleos de avaliação de tecnologias e visitas técnicas à rede credenciada. Minha formação técnica, aliada à experiência em atender demandas dos cooperados, primando pelo diálogo e harmonia em um ambiente tão plural como é o de uma cooperativa, levaram-me à gestão.

Desde 2014, faço parte da diretoria executiva, exercendo diversas funções. A confiança que a gestão da Unimed Curitiba depositou em mim como seu representante e o acolhimento que recebi dos líderes da Federação e de outras Singulares do nosso estado geraram em mim um forte senso de responsabilidade e empenho na melhoria contínua das cooperativas do nosso querido estado.

Expectativas para essa nova gestão da Unimed Paraná: primeiramente, quero me integrar ao time da Federação, entender os objetivos estratégicos e alinhá-los às expectativas da nova gestão. Em seguida, pretendo dedicar-me a ouvir as Singulares, suas boas experiências, demandas de inovação, melhoria de processos, incentivo à qualificação, desburocratização, soluções digitais, etc., iniciativas que possam, de fato, melhorar a experiência de todos os públicos que interagem com o Sistema Unimed, especialmente de seus beneficiários e cooperados.

Qual contribuição traz para essa diretoria: venho de um grupo que trabalhou arduamente para eliminar barreiras, integrou-se, alinhou expectativas, conectou-se com a comunidade e estabeleceu alicerces robustos para uma gestão que modernizou a Unimed Curitiba, conquistando o reconhecimento dos diversos públicos, constatado em premiações, pesquisas e eleições democráticas. Sou um profissional resiliente e dedicado, moldado por muito estudo e pela experiência adquirida tanto na medicina quanto nas diversas áreas da gestão. No entanto, entendo que isso não é suficiente quando se trata de trabalho em equipe em prol de um objetivo maior. Manter-me sempre aberto ao diálogo, aprender com os outros e atender aos anseios das pessoas que depositaram em nós suas expectativas é o que levarei na mente e no coração em todos os fóruns e projetos que participarei.



Antônio Carlos Valezi – Diretor Administrativo e Financeiro

Trajetória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Londrina desde 1991, foi conselheiro Fiscal (2008) e conselheiro Técnico por dois mandatos (2010–2018). O médico também atuou como diretor de Mercado (2018–2022) e diretor Administrativo e Financeiro (2022–2026), período em que participou da construção do Hospital Regional Unimed Londrina.

Características que o fizeram chegar até aqui:

quando me tornei cooperado, inicialmente, participava das reuniões e assembleias movido pela curiosidade em compreender melhor o sistema cooperativista: funcionamento, desafios, regras e benefícios para os médicos cooperados. Esse contato despertou em mim o desejo de contribuir de forma mais ativa, o que me levou, em 2008, a candidatar-me ao Conselho Fiscal, onde exerci mandato por um ano.

Durante dezesseis anos de atuação na gestão cooperativista, tornei-me um entusiasta do Sistema Unimed e do cooperativismo, cuja estrutura se sustenta em princípios nobres e solidários, ainda que, na prática, enfrente paradoxos próprios de uma organização complexa. Administrar essa dualidade é um desafio que me motiva a investir continuamente em educação, informação, construção de pontes e diálogo assertivo.

Expectativas para essa nova gestão da Unimed

Paraná: assumir o cargo de diretor Administrativo e Financeiro da Unimed Paraná é motivo de grande honra para mim. Encontro-me em uma fase madura da vida, com estabilidade pessoal e profissional, o que permite dedicar-me exclusivamente a essa nova responsabilidade. A cada nova gestão, renovam-se as expectativas. As minhas se concentram em dar continuidade ao trabalho sólido e bem estruturado desenvolvido pela Unimed Paraná, referência entre as cooperativas de segundo grau do Sistema.

Qual contribuição traz para essa diretoria: da minha parte, reafirmo o compromisso de exercer a função com dedicação, buscando sempre o aconselhamento de colegas mais experientes e valorizando o diálogo e a construção coletiva de soluções. Afinal, administrar é, sobretudo, aprender continuamente, planejar com responsabilidade e construir caminhos em conjunto.



Durval Francisco dos Santos Filho – Diretor de Mercado e Intercâmbio

Trajetória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Maringá desde 1983, foi coordenador do Conselho Fiscal (1994–1997), diretor vice-presidente (1998–2002) e diretor-presidente por dois mandatos (2002–2010). Paralelamente, foi conselheiro da Região 3 na Unimed Paraná (2008–2012). Voltou à presidência da Unimed Maringá (2018–2022) e, em 2022, assumiu o cargo de diretor de Mercado e Intercâmbio da Federação.

Características que o fizeram chegar até aqui:

sempre fui muito ativo, tanto na vida pessoal, como na profissional. Dessa forma, eu gosto de fazer as coisas e vê-las acontecendo de forma agilizada e objetiva. Também encaro tudo com muito otimismo, pois obstáculos temos

todos os dias, mas precisamos encará-los para resolver. Outra característica é que eu procuro agregar as pessoas, respeitando as ideias e os desafios diferentes de cada um. É uma rotina agitada, mas eu gosto, pois ser objetivo faz com que o meu tempo seja otimizado e gere entrega. E, por

fim, eu tenho a filosofia de sempre deixar marcas por onde passo. Fiz isso na Unimed Maringá, tenho feito aqui na Federação e, graças a Deus, colhendo resultados positivos.

Expectativas para essa nova gestão da Unimed Paraná: é uma expectativa muito boa, pois a Federação vem de uma trajetória positiva, e acredito que com a colaboração de todos ela continuará caminhando bem. Darei todo o apoio à diretoria, pois toda vez que passamos por mudanças, precisamos estar juntos para que tudo continue evoluindo. E, claro, apoio também aos novos diretores que estão chegando, entregando todo o acolhimento que recebi quando entrei aqui em 2022.

Qual contribuição traz para essa diretoria: nesses quatro anos, conseguimos construir um grupo harmônico e sempre trabalhando em prol do sucesso da Federação. Atualmente, estamos com quase 200 pessoas na equipe, então esse entrosamento é fundamental para que possamos continuar evoluindo e fazendo as mudanças necessárias. Espero, também, contribuir para melhorar a comunicação com as Singulares e prestadores, pois já estamos programando visitas técnicas para prestar todo o apoio e valorizar o grupo que compõe o Sistema Unimed Paranaense. Esses próximos anos serão de melhoria contínua, com foco no crescimento sustentável.



Faustino Garcia Alferez – Diretor de Saúde

Trajetoária no Sistema Unimed: cooperado e fundador da Unimed Cascavel desde 1989, foi diretor Vice-Presidente (1995-1997) e diretor-presidente por dois mandatos (1997-2001). Foi conselheiro Fiscal da Unimed Paraná (2001) e atua na diretoria desde 2002, com passagens pelas diretorias de Projetos, Mercado, vice-presidente, Saúde e Intercâmbio, e Saúde (essas últimas com o status de vice-presidente). Foi, também, conselheiro da Unimed Participações (2020-2021) e, atualmente, é presidente da Câmara Arbitral da Unimed do Brasil e diretor Administrativo e de Processos da Unimed Mercosul, onde também foi conselheiro de Administração (2010-2013) e diretor de Mercado e Intercâmbio (2013-2016).

Características que o fizeram chegar até aqui: acredito que, em primeiro lugar, nunca ter deixado a família de lado. Infelizmente, na carreira médica e, principalmente, para quem segue em cargos de gestão, isso se torna comum. Contudo, se você deixa uma boa base familiar, independentemente de estar sempre em casa ou não, as coisas fluem muito melhor. Também tenho como característica conseguir fazer a leitura do ambiente, o que contribui para o relacionamento com as outras pessoas, além de sempre respeitar os outros. É muito importante saber expor a própria opinião, mas saber o momento de ceder e entender que nem sempre a nossa é a correta.

Expectativas para essa nova gestão da Unimed Paraná: acredito que vai ser um período diferente e interessante, pois, o Conselho de Administração conta com nove membros, sendo cinco diretores e quatro conselheiros Regionais. Nessa gestão, serão seis profissionais novos, então vai gerar uma mudança considerável. Além disso, nós estamos vindo de um período em que o presidente permaneceu por três mandatos,

imprimindo um novo ritmo de trabalho aqui na Federação. Acredito que os novos membros chegarão com fôlego e ideias novas, com muitas novidades para poder contribuir para o bom funcionamento da Unimed Paraná.

Qual a contribuição que traz para essa diretoria: além da longa experiência como diretor da Unimed Paraná, afinal, são 24 anos atuando na Diretoria Executiva, eu também tenho outras atuações: sou advogado e atuo como presidente da Câmara Arbitral da Unimed do Brasil. Isso possibilita que eu contribua com outras questões que vão além da própria diretoria de Saúde.

E, falando especificamente sobre essa diretoria, posso garantir que me sinto muito bem aqui, é como se sentir em casa, pois é uma área que me deixa muito confortável. Temos uma equipe grande, muito empenhada, com ótimos resultados nos últimos anos. Além disso, há a própria contribuição relacionada ao Suespar, pois atuo na construção da grade desde que entrei na Federação, em 2002, compartilhando as escolhas dos temas e palestrantes com outros diretores.

CONHEÇA OS NOVOS CONSELHEIROS REGIONAIS



Pedro Moyses Soares Jacintho
Unimed Ponta Grossa (Região 1)

Trajatória no Sistema Unimed: atuou como conselheiro Fiscal da Unimed Ponta Grossa (2013, 2014 e 2022), médico Auditor (2014–2017), diretor Técnico do Hospital Geral Unimed (2017–2020), conselheiro Fiscal da Unimed Paraná (2021), conselheiro Fiscal da Unimed Mercosul (2024) e conselheiro Fiscal da Unimed do Brasil (2025). Desde 2023, é o diretor-presidente da Unimed Ponta Grossa.

Quais características o fizeram chegar até aqui: minha trajetória é pautada por consistência técnica, ética e capacidade de articulação institucional. Atuo com foco na integração entre dirigentes, cooperados e equipes, reconhecendo que o alinhamento organizacional é essencial para resultados sustentáveis. A experiência em auditoria médica e gestão hospitalar proporcionou atuação direta na resolução de problemas assistenciais, sempre com equilíbrio, pragmatismo e aderência aos princípios cooperativistas.

Expectativas para essa nova gestão: a expectativa é avançar na integração entre a Federação e as Singulares, ampliando cooperação, alinhamento estratégico e geração

de valor para o Sistema. O momento exige atuação coordenada, com foco em eficiência, sustentabilidade e segurança na tomada de decisões, preservando os princípios do cooperativismo e a solidez institucional.

Contribuição que traz para o Conselho de Administração: minha contribuição se concentra na integração entre visão estratégica e execução, apoiada pela experiência em gestão hospitalar, auditoria médica e governança cooperativista. Atuo com foco em decisões equilibradas, desenvolvimento técnico e sustentabilidade institucional, contribuindo para o fortalecimento do Conselho de Administração e para a evolução consistente do Sistema Unimed.



Ribamar Leonildo Maroneze
Unimed Apucarana (Região 2)

Trajatória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Apucarana desde 2005, atuou como conselheiro Fiscal e Administrativo. É diretor-presidente da cooperativa desde 2021.

Quais características o fizeram chegar até aqui: geralmente, os cursos de medicina falham ou são insuficientes no ensino de gestão em saúde. Felizmente, por meio de muito estudo e convivência com gestores das mais variadas áreas, na gestão pública e privada, foi possível adquirir as bases para desempenhar as funções como dirigente de cooperativa médica.

Expectativas para essa nova gestão: atuamos, até então, como dirigentes de Singulares de diferentes portes, mas que enfrentam os mesmos problemas inerentes ao setor; esses, porém, com diferentes

prioridades e proporcionalidades. Sendo assim, o maior desafio como conselheiro da Unimed Paraná é a visão sistêmica, deixando de representar somente uma Singular e passando a atuar na formulação, aplicação e defesa da política Estadual.

Contribuição que traz para o Conselho de Administração: esperamos contribuir aprendendo em conjunto. Sabemos que teremos um grupo valoroso e empenhado em manter um dos Sistemas Estaduais mais fortalecidos do país, o que já constitui um grande desafio. Esperamos levar e adquirir: experiência de vida, política e filosofia. E fazer valer a pena!



Antonio Carlos Cardoso
Unimed Campo Mourão (Região 3)

Trajatória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Campo Mourão desde 1993, atuou como coordenador do Conselho Fiscal (2001) e membro do Conselho de Administração (2002–2006). Foi diretor vice-presidente (2021–2024) e desde 2024 é o diretor-presidente da Singular.

Quais características o fizeram chegar até aqui: desde que me tornei cooperado, tive interesse pela cooperativa, com participação assídua em eventos e ativo em decisões da cooperativa. As experiências adquiridas junto ao Rotary, como coordenador da Fundação Rotária e até como governador Rotário, também foram fundamentais para o meu crescimento pessoal e profissional. A busca por atualização também foi importante, sempre adquirindo conhecimento e experiência por meio de treinamentos e cursos, além do exercício da medicina.

Expectativas para essa nova gestão: representar a Região 3 de forma a levar as demandas principalmente das pequenas e médias Singulares, mantendo a unidade e harmonia conquistada no decorrer dos anos, pensando sempre em benefício da sustentabilidade do negócio. Assim, gerar maior valorização para o trabalho médico,

preconizando pela gestão de uma assistência de qualidade, além de trabalhar na continuidade dos excelentes trabalhos realizados pela Federação no estado.

Contribuição que traz para o Conselho de Administração: os mais de 30 anos junto ao Sistema Unimed me trazem uma base sólida de experiências que posso agregar ao Conselho de Administração da Unimed Paraná. A experiência administrativa e financeira em gestão de empresas, além da atuação em diferentes instituições, como Conselho Regional de Medicina e Rotary, contribui para isso. Acredito, também, que uma visão de reestruturação de processos tal como tivemos na Unimed Campo Mourão possam ser compartilhados com todo o Sistema, visando sempre a sustentabilidade do negócio. Sobretudo, firmo-me na retidão de princípios os quais não abro mão.



Luiz Sérgio Fedback
Unimed Cascavel (Região 4)

Trajatória no Sistema Unimed: cooperado da Unimed Cascavel desde 1989, atuou como vogal (1999–2001), diretor vice-presidente (2001–2006) e diretor-presidente por dois mandatos (2006–2012). Depois, atuou como diretor de Provimento de Saúde (2018–2021) e, em 2021, retornou ao cargo de presidência da Unimed Cascavel, onde permanece até o momento.

Quais características o fizeram chegar até aqui: sou guiado, antes de tudo, pelos princípios cooperativistas. Sempre tive afinidade e profundo apreço por esse modelo que valoriza a união, a participação e o crescimento coletivo. Os anos dedicados à docência no Ensino Superior também moldaram minha trajetória. Ensinar me ensinou a ouvir, a dialogar e a compreender diferentes pontos de vista. Essa vivência, somada à convivência respeitosa e próxima com a classe médica, fez de mim alguém que transita com naturalidade entre os mais diversos perfis de cooperados, buscando sempre o entendimento e a convergência. Acima de tudo, carrego um amor incondicional pela medicina.

Expectativas para essa nova gestão: desejo uma caminhada sólida e próspera, além de fiel aos princípios cooperativistas. Acredito em uma condução baseada em decisões acertadas, tomadas com diálogo, responsabilidade e visão estratégica. E quero contribuir para a evolução constante e consistente do Sistema, fortalecendo nossas Singulares e ampliando nossa relevância no cenário da saúde, pois vejo espaço para crescimento estruturado, com inovação, eficiência e foco permanente na qualidade assistencial. Também considero essencial avançarmos em sustentabilidade, garantindo equilíbrio econômico e responsabilidade social. A

segurança institucional e a previsibilidade para os cooperados precisam ser prioridades permanentes. Com escuta ativa e integração entre diferentes perfis de lideranças, podemos construir soluções maduras e duradouras.

Contribuição que traz para o Conselho de Administração: é a soma de uma trajetória construída com coerência, experiência prática e profundo compromisso com o cooperativismo. Foram muitos anos de atuação na diretoria da Unimed Cascavel, vivenciando de perto os desafios da gestão, participando de decisões estratégicas e acompanhando ciclos de crescimento, ajustes e consolidação institucional. Essa experiência me deu visão administrativa, responsabilidade na tomada de decisão e entendimento claro sobre sustentabilidade e segurança do Sistema. Nesse tempo, também aprendi o valor do trabalho dos colaboradores da cooperativa, pois são eles que vivem a Unimed o dia inteiro, perseguindo metas e atingido os resultados que tanto almejamos.

Somam-se a isso quase 40 anos de prática diária da medicina e a trajetória na docência no Ensino Superior, que fortaleceu minha capacidade de diálogo, escuta e construção coletiva. Levo ao Conselho equilíbrio, experiência e dedicação para contribuir com decisões maduras, sustentáveis e alinhadas ao futuro da Unimed.

“O TEMPO NÃO TEM O
MESMO PASSO PARA
TODAS AS PESSOAS”

POR QUE O FUTURO DA IA PRECISA DO OLHAR FEMININO?

Entre filhos, algoritmos e propósito, Ariane Reisier desafia o mito da tecnologia sem alma

KARINA KANASHIRO

No palco, a líder em tecnologia defende uma IA mais humana, acessível e responsável — e lembra que o futuro também se constrói com sensibilidade

O QUE VOCÊ VAI LER

Comunicação, maternidade e matemática se cruzam na trajetória de Ariane Reisier. Da criação dos filhos ao doutorado no ITA, ela revela como o olhar feminino pode humanizar a inteligência artificial e reposicionar o papel da mulher na tecnologia.

Durante muito tempo, disseram que tecnologia era território masculino. Que números não combinavam com emoção. Que matemática não dialogava com cuidado. A trajetória de **Ariane Reisier** desafia cada uma dessas ideias — e sugere que o futuro da inteligência artificial talvez dependa justamente daquilo que, por séculos, foi rotulado como “excesso” no feminino: sensibilidade, intuição e presença.

Head de IA e Performance Digital da ConquestOne, palestrante, escritora, consultora e pesquisadora em transformação digital, Ariane não chegou à tecnologia pelo caminho óbvio. Sua formação inicial é em Comunicação. A matemática, durante anos, parecia distante — quase um território vedado. Até que a vida, como costuma fazer, impôs outra rota.

A virada começou em casa, diante de uma cena aparentemente banal: seu filho, ainda muito pequeno, usava

o iPad de um jeito que ela nunca tinha visto. Ele pensava diferente. Criava diferente. Enxergava o mundo por outra lógica. “Naquele dia, eu entendi que precisava ser uma mãe melhor para acompanhá-lo”, relembra. E, para Ariane, ser uma mãe melhor significou estudar.

Foi assim que o Python entrou em sua vida. Depois vieram a lógica, os números, a matemática — não como um fim, mas como linguagem.

“Quando caiu a ficha de que matemática é comunicação, só que muito mais precisa, tudo finalmente fez sentido. Números contam histórias. Equações descrevem relações. Algoritmos traduzem lógica em ação. Era tudo linguagem — eu só precisava aprender o vocabulário”, conta. A comunicadora encontrou na lógica uma nova forma de expressão.

Entre filhos, planilhas e estratégia

Enquanto atravessava equações e algoritmos, Ariane também cuidava dos filhos e enteadas: Antonela, Rapha, Bia e Duda. Mas sua casa nunca funcionou sob a lógica da sobrecarga feminina. Ali, tudo é coletivo, combinado, estruturado. Não existe “ajuda” masculina, porque o trabalho é compartilhado. O marido — também executivo — lava roupa sem reclamar. As crianças cozinham, limpam e estudam matemática aos domingos.

O lema da família é simples: ninguém fica parado enquanto alguém trabalha. Nada disso surgiu por acaso. É estratégia.

Ariane não ignora que essa estrutura é exceção, não regra. “Sei o privilégio que é ter um parceiro genuinamente engajado. A maioria das mulheres ainda carrega dupla ou tripla jornada sozinha”, reconhece. Para ela, as conquistas que realmente importam são sempre coletivas. “A família é nosso time mais importante. Quando ela funciona, propósitos ambiciosos se tornam viáveis. Quando não, mesmo a mulher mais talentosa fica limitada — não por incapacidade, mas por sobrecarga estrutural.”

Do preconceito com a matemática ao doutorado no ITA

Essa mesma lógica guiou uma das escolhas mais improváveis de sua carreira: ingressar no doutorado do Instituto Tecnológico de Aeronáutica (ITA), um dos ambientes mais técnicos e masculinos do país, mesmo sem formação prévia em Engenharia. Foram quatro anos de estudo intenso até atravessar os portões de uma das instituições de engenharia mais prestigiadas do Brasil e da América Latina — conhecida pelo rigor acadêmico, pela excelência na formação e por um ecossistema que respira inovação e futuro.

Noites mal dormidas, aulas e mais aulas no Khan Academy, ajuda de amigos matemáticos geniais, crises, lágrimas — e persistência. A jornada foi tão intensa que chegou a cobrar um preço físico, resultando em pneumonia. Ainda assim, o peso maior não vinha de fora. A cobrança mais dura era interna.

No meio do caminho, surgiu um obstáculo decisivo: a exigência de uma publicação técnica para o ingresso no ITA. A solução? Escrever um livro técnico acessível, inclusive para os não técnicos.



Com o best-seller “E a IA, para que serve?” nas mãos, Ariane celebra a obra que abriu caminho para o ITA e tornou a inteligência artificial mais próxima de todos

Nasceu assim “E a IA, para que serve?”, um guia de inteligência artificial para curiosos, ilustrado e pensado para quem não é técnico. Um livro que explica IA desenhando, traduzindo, aproximando. A obra virou *best-seller*, indicado



Ao lado de colegas do ITA, a pesquisadora celebra a presença feminina em um dos ambientes acadêmicos mais desafiadores do país

pela PublishNews e Revista Veja e referenciado por inúmeros executivos do Brasil em redes sociais — esse sucesso abriu as portas para o sonhado doutorado.

Mais do que um feito acadêmico, o livro simboliza algo maior: a recusa da “caixa preta” tecnológica.

“A IA não pode ser um mistério. Quando as pessoas entendem, elas deixam de ter medo”, afirma Ariane.

Dados, decisões e humanidade

Segundo a especialista em tecnologia, ainda existe uma aura quase mística em torno da inteligência artificial como se ela tivesse vontade própria, sentimentos ou consciência.

“IA não tem intencionalidade, não estabelece propósitos próprios, não experimenta mundo”, diz. Entender isso, para ela, é fundamental para usar a tecnologia com responsabilidade.

Ariane rebate que por trás de qualquer sistema de IA existe matemática — apenas matemática. Algoritmos operam por probabilidades, por meio de grandes volumes de dados. Não há intuição, senso moral ou intenção.

“O futuro é matemática”, resume.

Para ela, o grande risco do avanço tecnológico não é a desumanização — é a exclusão. Máquinas serão excelentes em lembrar, calcular e prever. Já a intuição, o acolhimento e o propósito seguem sendo humanos.

E essas características estão associadas à condição humana, não à separação de gêneros.

“A sensibilidade trará mais eficiência para a humanidade — desde que não seja desvalorizada ou invisibilizada”, pontua.



Registro do encontro com o público — um momento de troca onde tecnologia e humanidade caminham lado a lado

IA também erra

Segundo estudo do MIT, de 2025, cerca de 95% dos projetos-piloto de IA generativa falham — não por limitação técnica, mas principalmente pela falta de investimento de tempo, por parte de empresas e profissionais, em refletir sobre o que executam, os objetivos de seus processos e a desassociação das operações de uma área em relação ao todo da empresa.

Muitas organizações tentam implementar soluções sofisticadas baseadas em palpites, modismos ou pressão de mercado, sem compreender o problema real que precisam resolver.

“A IA reflete os vieses de quem a treina. Se o dado nasce enviesado, o resultado também será. Antes de falar em automação, eficiência ou inovação, é preciso entender pessoas, contexto, cultura e rotina. Sem isso, o dado não tem valor — e a tecnologia vira apenas uma promessa frustrada”, alerta.

Essa visão crítica diferencia o olhar de Ariane no ecossistema digital. Para ela, inteligência artificial só faz sentido quando amplia a capacidade humana de decidir melhor, cuidar melhor e viver melhor. Caso contrário, apenas acelera desigualdades já existentes.

Na área da saúde, ela vê a IA como uma ferramenta de resgate da humanidade. Gêmeos digitais, simulações de cenários e análises probabilísticas podem devolver tempo ao médico — e tempo, para Ariane, significa escuta, presença e cuidado.

“Com mais dados, a gente humaniza mais. Não menos”, enfatiza.

No fim, tudo é propósito

Quando questionada sobre legado, Ariane não fala de métricas, eventos ou likes. Fala dos filhos. “Tudo o que eu faço é para que eles se sintam mais fortes e confiantes para serem melhores em seus sonhos”, diz.

Se outras pessoas se sentem inspiradas, ela se alegra. Mas o motor permanece o mesmo. Porque, no fim, a pergunta que atravessa toda a sua trajetória — da comunicação à matemática, da maternidade à inteligência artificial — é a mesma que ela faz às mulheres que dizem “não sou boa com números”: Onde você quer chegar?

Para a autora de *best-seller*, talvez o maior desafio profissional do nosso tempo não seja aprender tecnologia, mas acreditar que temos o direito — e a capacidade — de aprender qualquer coisa.

“As mulheres precisam entender que cada um tem seu ritmo: há quem faça algumas coisas mais rápido do que eu, assim como há tarefas que faço mais rápido do que outros. A questão é que essa pessoa treinou mais que eu, só isso. Mas não diga que não pode, que não consegue”, decreta.

Ariane lembra que não há vergonha nenhuma em pedir ajuda. Aprender exige fé para apostar no que pode te levar mais longe, humildade para reconhecer o que você sabe — e o que ainda não sabe — e coragem para buscar respostas, mesmo quando isso traz dúvidas e desconforto.

“Aprender é exatamente isso: trocar o conforto da certeza pela instabilidade permanente da dúvida. Não é prazeroso. No entanto, é o que te move”, explica.

Sua síntese final é crua e honesta:

“Crescer dói, mas não mata. Pelo contrário — te torna viva e, no que diz respeito à inteligência artificial, é relevante para o mercado de trabalho”, frisa.

Ariane Reisier não ensina apenas IA. Ela demonstra, na prática, que barreiras de entrada são construídas — e, portanto, podem ser desfeitas — com método, persistência e recusa sistemática do “não sei”.



Em férias com a família, ela celebra o equilíbrio que sempre guiou sua jornada — propósito, presença e parceria

Mulheres na Tecnologia da Informação

A tecnologia molda o futuro, mas ainda é desenhada majoritariamente por homens

26 a 28% Percentual de mulheres no setor de tecnologia globalmente

42% Percentual de mulheres na força de trabalho global

As mulheres representam quase metade da população ativa, mas pouco mais de um quarto do setor de tecnologia.

Onde elas estão (e onde não estão)

Área	% de mulheres
UX / Design / Produto	até 50%
Ciência de Dados / Analytics	30% a 46%
Desenvolvimento de Software	21% a 23%
Cibersegurança	20% a 26%
Cloud / DevOps	8% a 15%
Inteligência Artificial	cerca de 26%

Quanto mais técnica, abstrata e mais bem remunerada a área, menor a presença feminina.

Quem decide o futuro da tecnologia?

14% Mulheres em cargos de liderança tecnológica no mundo

Menos de 11% Mulheres em cargos executivos em empresas de tecnologia

Mesmo cargo, remuneração diferente

US\$ 0,84 Para cada dólar ganho por homens na tecnologia, mulheres recebem 84 centavos

Até 24% menos Diferença salarial média no Brasil, mesmo em funções equivalentes

Não é pauta identitária. É estratégia.

+39% Empresas com diversidade de gênero em cargos de liderança têm mais chance de melhor desempenho financeiro

Risco real Falta de mulheres em IA e dados amplia vieses em algoritmos, produtos e decisões automatizadas

No Brasil, a presença feminina na TI é ainda menor



20% Percentual de mulheres atuando em Tecnologia da Informação

13,3% Participação feminina nos cursos de Computação, Informação e TIC

A desigualdade começa antes do mercado — na formação acadêmica.

Entrar é difícil. Ficar é ainda mais.



mais de 50% das mulheres deixam a tecnologia antes da metade da carreira

Principais motivos:

- Ambiente hostil / "bro culture"
- Falta de reconhecimento
- Desigualdade salarial
- Poucas perspectivas de liderança

Fontes:

WomenHack – Women in Tech Statistics 2026; Exploding Topics – Women in Technology Statistics (2025); McKinsey & Company; IBGE – PNAD Contínua / Censo da Educação Superior; Valor Econômico; UNESCO – Girls' and Women's Education in STEM; MIT Professional Education / UNESCO GEM Report; World Economic Forum (WEF).

DIREITO À SAÚDE E PLANOS DE SAÚDE: ENTRE A CIÊNCIA, A JUSTIÇA E O EQUILÍBRIO FINANCEIRO

O direito lida com questões de uma sociedade em acelerada mudança

TALISSA MONTEIRO

O QUE VOCÊ VAI LER

O direito à saúde brasileiro passa por transformação profunda com novas regras do STF que estabelecem critérios rigorosos para cobertura de tratamentos inovadores pelos planos de saúde. A área, que regula relações entre operadoras, médicos e pacientes, enfrenta o desafio de equilibrar inovação tecnológica com medicina baseada em evidências.

O cenário da saúde suplementar brasileira vive um momento de transformação profunda. Com cerca de 50 milhões de beneficiários (Agência Nacional de Saúde Suplementar), o setor enfrenta desafios crescentes que vão desde a incorporação de novas tecnologias médicas até mudanças significativas na jurisprudência. No centro dessa discussão, está o Direito à Saúde, área que regula as complexas relações entre o ente público, as operadoras, os prestadores, os beneficiários e o sistema judiciário.

Para **Eduardo Batistel Ramos**, gerente de Assuntos Jurídicos e Regulatórios da Unimed Paraná, o direito à saúde “regula dimensões essenciais da vida social e institucional, definindo obrigações do Estado perante o cidadão, como

o acesso universal e gratuito à saúde via SUS, a regulação dos serviços públicos e privados, aqui incluídos os planos de saúde, a relação médico-paciente e a possibilidade de judicialização para a busca pelo reconhecimento de direitos.” No que toca aos planos de saúde, na prática, significa navegar por um complexo conjunto de normas que incluem a Lei 9.656/98 e regulamentações da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS).



Para Eduardo Batistel Ramos, defender adequadamente um plano de saúde significa “lutar pela perenidade do sistema privado de saúde no Brasil que atualmente atende praticamente um quarto da população”

“ Os maiores desafios jurídicos enfrentados pelas operadoras continuam sendo a obsolescência, quiçá programada, dos medicamentos e das tecnologias em saúde com uma consequente e veloz renovação, no mais das vezes, dispendiosa e nem sempre validadas tecnicamente ”

Eduardo Batistel Ramos

Setor enfrenta desafios

Um dos maiores dilemas enfrentados pelas operadoras é justamente a velocidade com que novas tecnologias chegam ao mercado. “Os maiores desafios jurídicos continuam sendo a obsolescência, quiçá programada, dos medicamentos e das tecnologias em saúde com uma consequente e veloz renovação, no mais das vezes, dispendiosa e nem sempre validadas tecnicamente pela ANS ou CONITEC”, explica Ramos. Esse fenômeno contribui decisivamente para outro grande desafio: a judicialização, que “desafia constantemente a lógica do mutualismo em que se apoia a equação financeira dos planos de saúde.”

Terapias gênicas, imunoterapias contra o câncer e outros tratamentos inovadores frequentemente chegam ao mercado antes mesmo de passarem por avaliação das instâncias técnicas competentes. Isso coloca as operadoras em uma posição delicada, como destaca o executivo da Unimed: “se negar o novo tratamento, sujeita-se à judicialização; se autorizar, pode expor seu beneficiário ao risco de um tratamento que cientificamente ainda não foi validado, além de gerar um custo não previsto.”

Essa tensão entre inovação e validação científica encontra eco no Poder Judiciário, onde mudanças significativas estão em curso. O juiz federal **Clenio Jair Schulze**, doutor e mestre em Ciências Jurídicas, observa uma transformação no paradigma de julgamento. “Como

aconteceu na judicialização da saúde pública, o Supremo fixou requisitos bem rigorosos, muito rigorosos e eu acho que é uma revolução, uma transformação”, afirma.

Essa mudança se concretizou em setembro de 2025, quando o Supremo Tribunal Federal (STF) estabeleceu cinco critérios cumulativos para que planos de saúde sejam obrigados a cobrir tratamentos fora do rol da ANS. A decisão, tomada na Ação Direta de Inconstitucionalidade (ADI) 7265, exige que o tratamento seja prescrito por médico assistente, não tenha sido expressamente negado pela ANS, não possua alternativa adequada no rol, tenha comprovação científica de eficácia e segurança, e seja registrado na Anvisa.

“Hoje é preciso uma comprovação muito mais robusta do que aquilo que foi judicializado, ele tem alto nível de evidência científica, que é efetivamente indispensável para a pessoa”, destaca o magistrado. Anteriormente, “bastava simples alegações genéricas.” Essa mudança representa uma revolução cultural que vai além dos aspectos técnicos, pois “o Supremo na súmula vinculante 60 e na súmula vinculante 61 deixou bem claro que não se pode mais analisar só individualmente”, exigindo uma visão sistêmica do impacto das decisões.



O juiz Clenio Schulze comenta as mudanças na judicialização da saúde e como isso afeta operadoras e os beneficiários

A medicina baseada em evidências como norte

A decisão do STF reforça a importância da medicina baseada em evidências no processo decisório, princípio que já orienta as operadoras em suas análises internas. Ramos explica que “a análise técnica é assentada em evidências científicas (Medicina Baseada em Evidências) que permitam verificar a eficácia e segurança do tratamento prescrito em prol do beneficiário.” Essa abordagem não apenas protege os pacientes de tratamentos não validados, mas também contribui para a sustentabilidade do Sistema.

No processo judicial, instrumentos como juntas médicas ganham relevância crescente. O magistrado Schulze considera que “ouvir uma outra opinião no processo judicial ou fazer a junta médica são estratégias que podem ajudar” no equilíbrio entre as posições das partes. Esse mecanismo permite uma avaliação técnica mais aprofundada, especialmente importante quando se trata de “evento de cobertura obrigatória, mas tecnicamente controvertido”, que pode ser excluído após conclusão de junta médica, conforme previsto na Resolução Normativa nº 424 da ANS.

Diante desses desafios, as operadoras estão desenvolvendo estratégias inovadoras de adaptação. “Valendo-se da ciência como pedra de toque”, conforme destaca Ramos, o setor busca “avaliação das tecnologias em saúde colocadas no mercado, acompanhado de análises de custo-efetividade” para conferir segurança aos beneficiários e previsibilidade à gestão. Para

tecnologias de alto custo, surgem modelos inovadores, como acordos de compartilhamento de risco, onde “o pagamento pelo medicamento é condicionado ao desempenho clínico do paciente.”

Paralelamente, as operadoras investem em jurimetria e análise de dados para “prever onde surgirão os próximos focos de litígios, entender o perfil e pensamento dos julgadores”, direcionando assim as melhores estratégias de defesa. Essa abordagem técnica e estratégica torna-se essencial diante do “crescente número de ações judiciais na área da saúde”, que implica “um aumento do já expressivo impacto financeiro, o que compromete a gestão adequada do plano de saúde.”

O cenário futuro aponta para uma judicialização mais técnica e menos banalizada. “Acho que o cenário está cada vez mais difícil para quem pretende ganhar algo que está fora do rol da ANS e fora do rol do SUS”, avalia Schulze. “Isso vai melhorar o equilíbrio atuarial e a judicialização tratará só de questões que são específicas e não banalizadas.”

Para Ramos, defender adequadamente um plano de saúde significa “lutar pela perenidade do sistema privado de saúde no Brasil que atualmente atende praticamente um quarto da população.” Essa responsabilidade exige constante atualização e adaptação às mudanças regulatórias e jurisprudenciais, sempre buscando o equilíbrio entre inovação, evidência científica e sustentabilidade financeira, com o objetivo final de garantir o melhor cuidado possível aos beneficiários.





BURNOUT: QUANDO O TRABALHO CONSUME A VIDA

O esgotamento profissional não é apenas cansaço, é um colapso físico e mental

O esgotamento profissional atinge milhares de profissionais que convivem com o peso da sobrecarga e da exigência de perfeição

KARINA KANASHIRO

O QUE VOCÊ VAI LER

A rotina de trabalho intensa e acelerada, frequentemente vista como sinônimo de sucesso, pode ser um caminho direto para o burnout. Reconhecida como uma síndrome ocupacional, o diagnóstico é um alerta para o desgaste físico e mental gradual, que culmina em exaustão crônica de milhares de profissionais.

Por mais de duas décadas, a vida de **Tayná Leite** foi acelerada, quase sem freios. A carreira da especialista em ESG, Direitos Humanos e Justiça de Gênero, parecia um foguete. Atuou na ONU, em instituições multilaterais e organizações comunitárias até multinacionais.

No entanto, para ela, o ritmo alucinante era sinônimo de realização. Mas o corpo não entendia da mesma forma. Cansaço, dores persistentes, visão embaçada, pálpebra tremendo, enxaquecas, insônia, ansiedade aumentada. Até que, em 2024, tudo desmoronou.

“Comecei a sofrer um assédio muito forte por me posicionar de forma enfática em relação a algumas contradições da organização, principalmente, casos de racismo, de conflito de interesses. Por me posicionar em relação a isso, eu mesma me tornei alvo”, conta.



Tayná Leite teve que reaprender quem era após um diagnóstico de *burnout*

Colapso físico e mental

Em meio a momentos de grande intensidade emocional, insegurança e ansiedade, Tayná ativou o “modo sobrevivência”. Tomou decisões drásticas: saiu do doutorado, pediu demissão e aceitou um novo desafio profissional. Entretanto, a energia que antes a movia já não estava ali.

“Nessa época eu morava em São Paulo, e meu marido e meu filho em Curitiba. No fim de semana, cheguei em casa e desabei. Meu corpo travou, eu tive uma crise horrível, de choro, de ansiedade, fui medicada, e precisei fazer uma consulta de emergência”, descreve.

A psiquiatra foi direta: 60 dias de atestado. O diagnóstico era *burnout*. O que ela antes enxergava como uma simples exaustão era, na verdade, uma doença que minava sua saúde física e mental.

“Para mim, o meu trabalho é a minha identidade, o fato de estar totalmente vinculada ao meu trabalho, aos meus níveis de entrega, à minha performance. Eu não sabia mais quem eu era sem ser essa pessoa”, desabafa.

O caminho de volta foi difícil. Após 120 dias afastada do trabalho, Tayná retornou e pediu demissão do trabalho novo, continuou focando em sua recuperação, com altos e baixos.

“Quando eu acho que eu já estou super bem, vem uma crise. Aí não consigo sair da cama, tenho que fazer um esforço enorme para cumprir as minhas atividades mínimas, como acordar e vestir meu filho para a escola, jantar em família. Enfim, dias melhores e dias piores, mas é um processo”, revela.

“**No fim de semana, cheguei em casa e desabei. Meu corpo travou, eu tive uma crise horrível, de choro, de ansiedade, fui medicada, e precisei fazer uma consulta de emergência**”

Tayná Leite

Por trás do esgotamento

Reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma síndrome ocupacional desde 2019, o *burnout* afeta milhões de trabalhadores. No Brasil, uma pesquisa da Associação Internacional de Gestão de Estresse (ISMA-BR) aponta que 32% dos trabalhadores sofrem com a síndrome — um dos índices mais altos do planeta.

“Antigamente, usava-se o termo esgotamento nervoso, que em português explica melhor: é um desgaste físico e mental gradual e progressivo, sem tempo de repouso suficiente para reparar as perdas biológicas, psicológicas, sociais e espirituais. O resultado é a exaustão crônica”, descreve o psiquiatra e psicoterapeuta **João Lourenço Navajas**.



João Lourenço Navajas, psiquiatra, alerta para o alto índice de *burnout* entre profissionais da saúde

O médico aponta que profissionais que sofrem de *burnout* podem apresentar alterações comportamentais visíveis. Entre os sinais mais comuns estão a impaciência, a baixa tolerância à frustração, o cinismo, o aumento do consumo de café, medicamentos e álcool, além de pensamentos de morte.

Segundo ele, a condição é o resultado de um elástico esticado ao limite, que perde a capacidade de voltar ao seu estado inicial. Apenas descansar não basta para reverter o quadro.

“É proposto um programa de recuperação biológica, psicológica, social e espiritual que associa conhecimento médico, terapias comportamentais, reinserção social e revisão de valores éticos e morais”, detalha.

As mulheres são as mais afetadas pelo *burnout*. Segundo a pesquisa “Estado Mental da Força de Trabalho Global”, realizada em 2023 pela consultoria *Teladoc Health*, elas têm 44% mais chances de sofrer da síndrome em comparação aos homens.

Fatores, como a dupla jornada de trabalho, a pressão por resultados e a autocobrança excessiva, têm contribuído para que sejam mais propensas a desenvolver a síndrome de esgotamento profissional.

“ **Há um certo glamour em torno do trabalho médico, reforçado por filmes e séries. Isso cria a expectativa de dedicação quase sacerdotal, o que dificulta admitir fragilidades e pedir ajuda** ”

João Lourenço Navajas

Priscila Espinoza sabe bem disso. Aos 24 anos, ela trabalhava em regime CLT, fazia horas extras, estudava até tarde e ainda se desdobrava com os afazeres de casa.

“Foram dois anos onde tudo parecia urgente e eu sempre deixava o que era essencial por último: minha saúde, meu sono, minha vida emocional”, relembra.

O resultado? Crises de ansiedade, insônia, queda de cabelo e taquicardia. Priscila era a pessoa que “dava conta de tudo”, e ninguém percebia o quão perto ela estava do seu limite. Até que um dia o corpo gritou.

“Antes do remédio, comecei pela parte mais difícil: aprendi a dizer ‘não’. Não para os outros, e sim para mim. Eu precisei quebrar para reconstruir”, afirma.



A mentora Priscila Espinoza hoje ensina mulheres a se desapegarem da cultura da exaustão



Da exaustão à reinvenção

Priscila então decidiu empreender. E embora a jornada empreendedora tenha sido motivada pela promessa de liberdade, ela se revelou uma nova prisão. O empreender, que visava a liberdade de tempo e a oportunidade de ser uma mãe mais presente, acabou entregando uma rotina de excesso e uma constante necessidade de provar o próprio valor.

Dessa experiência pessoal dolorosa, surgiu o impulso para criar a Escola de Negócios Anti-Burnout. Ela redefiniu sua relação com o trabalho e o descanso. Depois de um processo de reconstrução pós-burnout, Priscila organizou seu negócio para que funcionasse sem depender apenas dela. A empresária aprendeu a automatizar, delegar e, mais importante, a se priorizar sem sentir culpa. Hoje, ela atua como mentora de mulheres.

“É preciso ensinar a desapegar da cultura da exaustão, redesenhar a rotina com estrutura e criar negócios que sustentem a vida dessa mulher”, reforça.

“**Foram dois anos onde tudo parecia urgente e eu sempre deixava o que era essencial por último: minha saúde, meu sono, minha vida emocional**”

Priscila Espinoza

BURNOUT AVANÇA ENTRE PROFISSIONAIS DA SAÚDE

O esgotamento mental tem se tornado cada vez mais frequente entre médicos, enfermeiros e outros profissionais da saúde. Jornadas exaustivas, pressão constante e falta de recursos criam um cenário propício para o *burnout*. Uma pesquisa de 2022, realizada com 3 mil médicos, apontou que dois em cada três já enfrentaram a Síndrome, evidenciando a gravidade do problema.

“Lidar com dor, perdas, fracassos e situações extremas que se repetem diariamente desgasta o profissional. Se ele não tiver apoio, chega ao esgotamento”, observa psiquiatra e psicoterapeuta **João Lourenço Navajas**.

A pressão não vem apenas das condições de trabalho. O imaginário social em torno da profissão também pesa. “Há um certo *glamour* em torno do trabalho médico, reforçado por filmes e séries. Isso cria a expectativa de dedicação quase sacerdotal, o que dificulta admitir fragilidades e pedir ajuda”, comenta.

Os impactos da síndrome vão além da saúde do trabalhador. A não detecção e o não tratamento do burnout podem comprometer o atendimento ao paciente.

“Um profissional esgotado pode se tornar impaciente, negligente e até recorrer ao álcool e drogas. Isso compromete a segurança do paciente e da equipe”, alerta.



Apoio é essencial para quem enfrenta o *burnout*

Segundo o médico, para a prevenção do *burnout*, as instituições de saúde devem adotar uma abordagem coletiva, investindo em ações, como a redução de horas extras, oferta de condições de trabalho gratificantes e estar participando de uma equipe que receba treinamentos por meio de programas de educação continuada. Para ele, a tecnologia também é aliada nesse processo, e o uso de prontuários eletrônicos, laudos a distância e inteligência artificial podem auxiliar os profissionais a se dedicarem ao que é mais importante: o cuidado com o paciente.

A GERAÇÃO Z E A ERA DO BEM-ESTAR CONSCIENTE

Uma nova forma de consciência e busca por mais saúde e bem-estar tem sido observada em adolescentes e jovens adultos

ADRIANA VIEIRA

O QUE VOCÊ VAI LER

Menor interesse em álcool e cigarro, atividade física como prática diária e atenção à saúde mental. Mesmo com a família e a realidade socioeconômica ainda atuando como fatores decisivos para a manutenção de bons hábitos, é evidente o surgimento de uma consciência mais ampla e diversificada sobre bem-estar e saúde, especialmente entre os mais jovens. A aceitação a um novo hábito e plano alimentar também tem sido mais fácil por parte dos jovens, bem como o amplo (e às vezes excessivo) acesso a informações sobre vida saudável e universo fitness.

Ao que tudo indica, a geração Z está transformando o conceito de estilo de vida saudável. Cuidar do corpo e da mente virou uma prática cotidiana, sinalizando uma relação mais profunda e abrangente com o bem-estar. Alimentação equilibrada, prática regular de exercícios, cuidado com a saúde mental e busca por equilíbrio entre vida pessoal e trabalho cada vez mais fazem parte do cotidiano e da identidade desse grupo. Para muitos jovens, cuidar do corpo e da mente não é apenas uma meta de longo prazo, mas uma escolha diária ligada à produtividade, à autoestima e à qualidade de vida. Isso tudo com grande influência delas: as redes sociais.

Para exemplificar, pesquisas recentes apontam para um menor interesse da geração Z no consumo de álcool. Estudos indicam que esses jovens bebem menos, ou adiam o início do consumo, quando comparados a gerações anteriores, associando o álcool a impactos negativos no desempenho, na saúde mental e no bem-estar geral. “Com certeza, se for possível manter os mais novos o mais longe possível do consumo exagerado do álcool, vai ser um grande diferencial para essa e para as futuras gerações”,

reforça **Alicia Montanola**, que, além de nutricionista é comunicadora social. Segundo ela, é possível observar o baixo interesse no álcool especialmente entre os pacientes de performance esportivo e, apesar de ainda notar o consumo frequente por parte dos pacientes de 25 e 29 anos, o baixo interesse pelo cigarro nessa faixa etária está bastante evidente em sua prática.

Mesmo que o marcador de geração esteja se mostrando relevante quando se trata de estilo de vida saudável, dentro de um grupo tão amplo naturalmente se observa diferenças por influência de outros fatores, como a própria maturidade que vem com a idade e a experiência. Afinal, é preciso levar em conta que, atualmente, a geração Z é composta tanto por adolescentes quanto jovens adultos, como explica Montanola: “Eu até dividiria esse grupo etário em 2 subgrupos, pois para os meus pacientes adolescentes, a saúde ainda é um conceito um pouco etéreo; já para os pacientes de vinte e poucos anos, a percepção da saúde ganha importância.”





Alicia Montanola: para meus pacientes de vinte e poucos anos, a percepção da saúde ganha importância

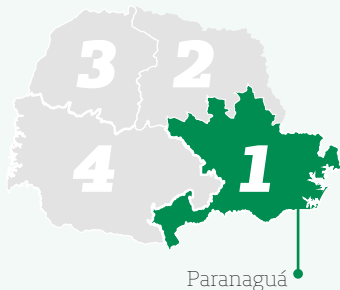
É de se questionar, no entanto, se outra mudança cultural dessa geração pode apresentar riscos a uma vida de fato saudável: o método que utilizam para buscar informação. Levantamentos mostram que o TikTok se tornou uma das principais plataformas para notícias e opinião entre jovens de 18 a 29 anos, ultrapassando outras redes e até mesmo o “vovô Google”. Ele que, em um momento não tão distante, revolucionou a realidade das gerações anteriores. Sobre o impacto disso nos hábitos saudáveis, Montanola comenta a preocupação com informações incorretas e comuns nesse cenário: “É certo que os meus pacientes com idades entre 14 e 29 anos estão com um acesso aberto para informações, mas fica difícil para eles discernir quais dessas informações são certas ou não, pois em relação com a alimentação tem muitas informações inconsistentes nas mídias sociais. Eles chegam com muitas perguntas para confirmar se o que escutaram é certo ou errado.”

Para a nutricionista esportiva, a solução para esse dilema é combater a desinformação com a correta orientação na consulta, sem nunca esquecer da linguagem acessível: “são atendimentos que precisam de um tempo a mais, mas é um público que gosta de saber o porquê das coisas, e se você como profissional está disposto a responder com empatia, a informação é muito bem recebida.” Ainda pensando nas orientações em consulta e comparando com a geração Millennial, ela conta que a aceitação dos planos alimentares é muito maior pelos mais jovens: “O que eu tenho vivenciado nas minhas consultas são jovens dispostos a melhorar sua alimentação quando o assunto é explicado em detalhe. São como esponjas. É mais comum ter resistência para as mudanças nos pais deles do que nos próprios jovens”, comenta.

No entanto, existem alguns aspectos em torno do tema hábitos saudáveis que ainda não mudaram: a influência da família e da realidade socioeconômica. Um exemplo é uma pesquisa recente divulgada pela Universidade de Cambridge com adolescentes em diversos países que apontou que aqueles que vivem em famílias com melhor situação socioeconômica consomem mais frutas e vegetais e também menos bebidas açucaradas. Portanto, mesmo que esse jovem esteja com a mente constantemente imersa em um universo de influenciadores de vida *fitness* por meio de vídeos curtos no Reels, Youtube e TikTok, se a sua família apresentar baixa renda ou maus hábitos alimentares, isso ainda pode ser mais decisivo para a sua saúde e de todos na casa.

“É um público que gosta de saber o porquê das coisas, e se você como profissional está disposto a responder com empatia, a informação é muito bem recebida”

O pouco tempo disponível por parte dos pais dos adolescentes dessa geração, com agendas congestionadas de responsabilidades laborais, também pode levar a soluções rápidas e perigosas, como pedir *fast food* pelos aplicativos, a todo momento. “Na minha consulta tenho percebido que os pacientes jovens são muito reflexo dos hábitos das suas famílias: se a família se preocupa com a saúde, muito provável os filhos se preocuparem com a saúde. Acontece igual com a prática esportiva e a alimentação.” O novo *mindset* de bem-estar dos mais jovens é definitivamente algo a ser comemorado. Porém, seja Geração X, Y ou Z, uma coisa é certa: quando o assunto é saúde, é preciso continuar a dar o exemplo.



Saúde, inclusão e comunidade em movimento

Por meio da Corrida Noturna, a Unimed Paranaguá fortalece seu papel voltado ao cuidado integral e à qualidade de vida

KARINA KANASHIRO



Dr. Flávio Grinberg

Diretor-presidente da Unimed Paranaguá

Criada em comemoração aos 45 anos da Unimed Paranaguá, celebrados em 1º de fevereiro de 2025, a Corrida Noturna promovida pela Singular consolidou-se como uma iniciativa relevante de promoção da saúde e de integração, registrando forte adesão em sua primeira edição e crescimento significativo na segunda, realizada neste ano, com estrutura ampliada e maior representatividade.

O sucesso refletiu-se no número de participantes: cerca de 1.400 inscritos, aproximadamente 500 a mais do que na edição inaugural, confirmando a consolidação da iniciativa no calendário da cidade.

“O que mais nos marcou foi o perfil inclusivo da corrida. Conseguimos atender diferentes públicos, desde crianças até pessoas com deficiência, reforçando nosso propósito de promover saúde de forma ampla e acessível”, avalia o diretor-presidente da Singular, **Flávio Grinberg**.

Desde a primeira edição, a proposta contemplou diferentes modalidades, como a Corrida Kids, que reuniu mais de 60 crianças, além de categorias específicas para pessoas com deficiência, idosos, beneficiários e caminhantes.

De acordo com o diretor-presidente, ao criar um ambiente acolhedor, democrático e motivador, a iniciativa despertou o interesse, inclusive, de pessoas que nunca haviam participado de uma corrida ou que mantinham um estilo de vida sedentário.

“Essa integração de públicos representa, de forma muito clara, a essência da Unimed Paranaguá. Reunir médicos cooperados, colaboradores, beneficiários e a comunidade em geral em um único evento simboliza a união de todos aqueles que constroem e fortalecem a cooperativa diariamente”, ressalta Grinberg.

A edição de 2026 trouxe melhorias relevantes, com um kit atleta que valorizou a identidade local por meio da medalha em formato de caranguejo, símbolo de Paranaguá. A arena foi ampliada e passou a oferecer praça de alimentação, espaço kids, atrações culturais e ativações, além de uma estrutura reforçada para garantir conforto e segurança aos participantes.

“Cada detalhe foi pensado para proporcionar uma vivência completa, acolhedora e segura, transformando a corrida em um grande momento de integração, lazer e bem-estar”, afirma o diretor-presidente.

Segundo Grinberg, a iniciativa ultrapassa o aspecto esportivo ao incentivar a adoção de hábitos mais saudáveis e a prática regular de atividades físicas, reforçando, na prática, o propósito da Unimed Paranaguá de cuidar das pessoas para além da prestação de serviços em saúde.

“Quando conseguimos incentivar, ainda que uma única pessoa, a repensar seus hábitos e adotar uma rotina mais saudável, já cumprimos nosso propósito. A promoção da saúde passa pelo corpo, pela mente e pela convivência social, e a Corrida Noturna reúne todos esses elementos em uma experiência única”, conclui.



Nos 45 anos da Unimed Paranaguá, a comemoração contou com saúde, inclusão e bem-estar



A Unimed Paranaguá transforma cuidado em compromisso diário com a saúde e o bem-estar da comunidade

Da teoria à prática assistencial

Desenvolvido por colaboradores da Unimed Norte do Paraná, o Projeto ÚNICA apresenta uma nova maneira de tornar o acesso aos serviços de saúde mais simples e organizado

KARINA KANASHIRO

Transformar boas ideias em soluções concretas para problemas reais não é um desafio simples — especialmente na área da saúde. Foi por meio dessa inquietação que nasceu o Projeto ÚNICA – Unidade de Navegação e Integração do Cuidado Assistencial, desenvolvido por colaboradores da Unimed Norte do Paraná para facilitar o acesso dos beneficiários aos serviços e tornar a jornada de cuidado mais clara e integrada.

O projeto foi elaborado por **Claudia Eli Martins** e **Marcelo Jesus da Silva** como Trabalho de Conclusão do Programa de Certificação em Transformação Digital na Saúde, do Hospital Israelita Albert Einstein. Desde o início, a proposta foi pensada com foco na aplicação prática e na adaptação a diferentes realidades do Sistema Unimed.

Na base do Projeto ÚNICA, está um desafio comum à saúde suplementar: a dificuldade de muitos beneficiários em compreender os fluxos de acesso aos serviços, especialmente nos processos de agendamento, autorizações e direcionamento do cuidado.

O diretor-presidente da Unimed Norte do Paraná, **Evandro Bazan de Carvalho**, explica que o ÚNICA se apoia em pilares, como experiência do paciente, coordenação do cuidado, verticalização responsável e uso estratégico da tecnologia, além de estar alinhado às exigências da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS).

“Programas como esse integram conhecimento técnico e prática organizacional, permitindo que desafios reais sejam tratados com método e orientação para resultados. No caso do ÚNICA, isso foi fundamental para transformar uma necessidade operacional em uma solução estruturada e sustentável”, comenta.

O dirigente conta que a Singular já iniciou a implantação do projeto em serviços próprios e na rede credenciada. Os primeiros resultados indicam avanços em eficiência, previsibilidade e integração, com impactos positivos na organização do atendimento e no relacionamento com o beneficiário.

Segundo ele, a integração da jornada do cuidado é um processo gradual, que exige alinhamento interno e definição clara de papéis. Ainda assim, os ganhos iniciais demonstram a viabilidade do modelo e contribuem para o amadurecimento da estratégia de cuidado integrado na cooperativa.

Com potencial de replicabilidade, o Projeto ÚNICA se consolida como uma referência para o Sistema Unimed. A expectativa é ampliar gradualmente o alcance no decorrer dos próximos ciclos.

“A iniciativa aponta para um futuro com mais protagonismo das Singulares na coordenação da jornada do beneficiário, fortalecendo a rede e promovendo uma atuação cada vez mais integrada e centrada no cuidado”, observa.



Norte do Paraná

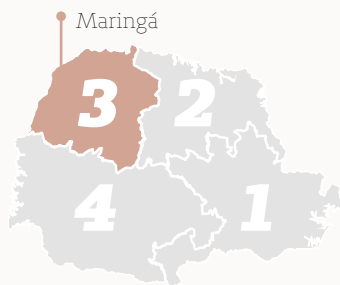


Evandro Bazan de Carvalho

Diretor-presidente da Unimed Norte do Paraná



Projeto ÚNICA, criado por colaboradores da Unimed Norte do Paraná, reforça a conformidade regulatória e promove sustentabilidade no cuidado integrado



Complexidade elevada, cuidado ampliado

Em Maringá, o Hospital Regional Unimed integra tecnologia, eficiência e segurança em um único projeto



Lai Pon Meng
Presidente da Unimed Maringá



Com arquitetura voltada para segurança e eficiência, o Hospital Regional Unimed Maringá consolida a expansão da assistência de alta complexidade no noroeste do estado

KARINA KANASHIRO

Com previsão de inauguração no segundo semestre deste ano, o Hospital Regional Unimed Maringá será um divisor de águas para a saúde suplementar no noroeste do Paraná. Em um contexto de crescimento populacional acelerado e de demanda por estruturas mais modernas, o novo hospital surge não apenas como uma unidade assistencial, mas como um ativo estratégico que reposiciona a Singular e fortalece o atendimento de alta complexidade.

Maringá já é referência em assistência médica, inclusive na formação de profissionais de saúde, consolidando-se como polo regional no Setor. Com o novo hospital, a Unimed reafirma sua posição de liderança nesse segmento, ampliando sua capacidade de atendimento e consolidando ainda mais seu protagonismo.

“O Hospital Regional Unimed é uma resposta estratégica a um cenário regional em transformação, fortalecendo nossa autossuficiência, elevando a qualidade assistencial e consolidando a Unimed Maringá em um novo patamar”, afirma **Lai Pon Meng**, presidente da Unimed Maringá.

O médico explica que toda a arquitetura do empreendimento foi concebida com foco em segurança, integração e eficiência. A estrutura reúne centros cirúrgicos modernos, UTIs, heliponto e tecnologia de ponta, incluindo cirurgia robótica.

O Hospital Regional Unimed deverá atender pacientes de toda a região, contribuindo para consolidar a Unimed Maringá como referência regional em alta complexidade.

“O HRU foi estruturado para responder a demandas assistenciais cada vez mais complexas, com foco em integração, segurança e alto desempenho clínico. Cada decisão arquitetônica, cada fluxo assistencial e cada tecnologia incorporada foram pensados para garantir eficiência e qualidade no cuidado”, observa.

A verticalização da assistência hospitalar é outro pilar relevante da estratégia. Com processos integrados e maior previsibilidade de custos, a cooperativa projeta ganhos de eficiência sem abrir mão da qualidade.

“A verticalização não substitui o cuidado; ela o fortalece. Garante padrões assistenciais elevados e decisões clínicas alinhadas às melhores práticas e à inovação”, reforça.

O corpo clínico cooperado também tende a se beneficiar diretamente dessa evolução. Com mais estrutura e tecnologia, os profissionais passam a contar com condições ainda mais qualificadas para o exercício da medicina.

“Nosso hospital foi pensado para oferecer um ambiente compatível com os mais altos padrões da medicina contemporânea. Isso favorece a atualização profissional e contribui para a retenção e atração de talentos”, ressalta o presidente.

Projetado para atender às demandas das próximas décadas, o Hospital Regional se apresenta como um dos principais investimentos estratégicos da cooperativa. É um projeto que transcende o presente e prepara a Unimed Maringá para o futuro, fortalecendo também o Sistema Unimed regionalmente e reafirmando o papel da cooperativa como protagonista no desenvolvimento da saúde em Maringá e em toda a região.

Gestão inteligente

Como a governança corporativa orienta a Unimed Francisco Beltrão em um cenário de transformações no setor da saúde

KARINA KANASHIRO

Em um ambiente de mudanças contínuas na saúde suplementar, a governança corporativa vem se afirmando como um fator decisivo para a estabilidade e o fortalecimento das cooperativas médicas. Na Unimed Francisco Beltrão, esse direcionamento se materializa por meio de práticas de gestão organizadas, decisões fundamentadas em critérios técnicos e na valorização do papel estratégico dos dirigentes e conselheiros.

“O grande desafio atualmente é assegurar a viabilidade financeira diante da crescente pressão econômica e regulatória, intensificada pela judicialização relacionada a medicamentos e terapias de alto custo, que gera despesas elevadas e imprevisíveis”, afirma a presidente da Singular, **Wemilda Marta Fregonese Feltrin**.

Outro fator de atenção é a incorporação acelerada de novas tecnologias e a ampliação contínua do Rol de Procedimentos e Eventos em Saúde. De acordo com Wemilda, essas mudanças nem sempre consideram a realidade das operadoras, comprometendo o equilíbrio econômico-financeiro e o planejamento institucional.

Nesse cenário, o Conselho de Administração assume papel central na condução estratégica. Na Unimed Francisco Beltrão, o colegiado é formado por médicos cooperados com representatividade, engajamento institucional e participação ativa. As reuniões ocorrem bimestralmente e incluem análises de desempenho, dados financeiros, atualizações institucionais e tendências do setor.

“Os conselheiros são estimulados a levar as demandas dos cooperados e contribuir com propostas que fortaleçam a cooperativa”, ressalta a presidente.

A formação dos dirigentes é uma diretriz central de governança na Unimed Francisco Beltrão. A Singular incentiva cooperados interessados em gestão por meio de programas de desenvolvimento, cursos da Faculdade Unimed e eventos do Sistema Unimed.

“Buscamos médicos que, além da excelência profissional, estejam dispostos a colaborar com nosso desenvolvimento institucional”, explica.

As práticas de governança também se refletem no aprimoramento de processos internos, com ajustes recentes na área comercial que já apresentam resultados positivos. Houve avanços em auditoria, gestão de riscos, segurança do paciente e conformidade regulatória, incluindo o aperfeiçoamento do controle documental de prestadores.

A vigência da RN 623/2024 representou um avanço no relacionamento com os beneficiários, ao estabelecer critérios mais claros de transparência e previsibilidade, reforçando a segurança jurídica.

“Mantemos o compromisso com uma gestão ética, atualizada e orientada a resultados, alinhada às melhores práticas do setor e às diretrizes regulatórias”, afirma a dirigente.



Francisco Beltrão



Wemilda Marta Fregonese Feltrin

Presidente da Unimed Francisco Beltrão



Unimed Francisco Beltrão investe em governança sólida e inovação em saúde para garantir sustentabilidade e qualidade no cuidado

Coluna Almanaque

Envie-nos sugestões de jogos, filmes, livros ou textos para o Almanaque da revista Ampla pelo e-mail assessoriaimprensa@unimedpr.coop.br

JOSSÂNIA VELOSO



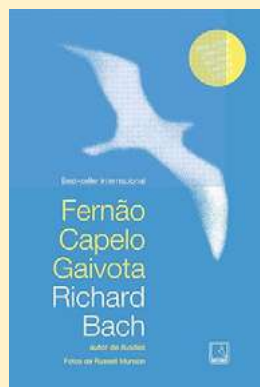
[SUDOKU] Difícil

7			6					
4		8						6
6	5			7				9
		2		9				
		1		8			7	9
				3		1	6	
		6				2	5	
	1	9						
7	4	5					1	3

Fonte: Sudoku.com

Veja a resposta no site:
www.revistaampla.com.br/resposta-sudoku-revista-n80

[LIVRO] Para Ler e Reler



Um dia, enquanto pensava sobre a vida, o ex-piloto da Força Aérea americana Richard Bach escutou uma voz misteriosa que começou a lhe contar a história de uma gaivota que queria voar mais alto e mais rápido. Impressionado com a inexplicável inspiração, Bach escreveu tudo o que ouviu.

Ao final, tinha em mãos uma das obras mais populares e importantes das últimas décadas: Fernão Capelo Gaivota, uma aventura emocionante sobre liberdade, que influenciou, motivou e mudou para melhor a vida de milhões de pessoas no mundo todo.

Essa é uma história para pessoas que seguem seu coração e fazem suas próprias regras, pessoas que sentem um prazer especial em fazer algo bem, mesmo que apenas para si mesmas, pessoas que sabem que existe mais no mundo do que aquilo que se pode ver - elas estão lá, com Fernão, voando mais alto e mais rápido do que jamais sonharam. Ed. Record, 2017.

Errata

Na edição 79 da Revista Ampla, página 36, editoria Check-Up, a legenda da foto referente à matéria "Verticalização da Oncologia", que trata da integração da Oncologia ao rol de serviços próprios da Unimed Riomafrá, foi publicada com um erro. Segue a legenda correta: "Unimed Riomafrá investe na aquisição e futura construção de uma unidade própria para a Oncologia."



Acesse a página corrigida em: <https://heyzine.com/flip-book/4bd18e5435.html#page/36>.
Ou aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.



ACESSE O SITE DA REVISTA AMPLA

Lembre-se: a Revista Ampla também é digital! Receba em primeira mão as novidades do Sistema Unimed Paranaense e fique por dentro das discussões mais relevantes em saúde participando de **nosso grupo de WhatsApp**. Basta apontar a câmera do seu celular para o QR Code ao lado:



[VÍDEO] Quais são os riscos relacionados ao diabetes gestacional?

O período de gravidez reserva muitas novidades, que vão desde o planejamento para a chegada do bebê, até uma preocupação maior com a saúde. Um pré-natal bem conduzido, inclusive, protege mãe e filho durante a gestação e após o nascimento. Contudo, algumas doenças relacionadas à gravidez, como o diabetes gestacional, podem trazer complicações sérias, se não forem devidamente tratadas.

Nesse episódio do podcast Saúde Sem Complicação, o médico endocrinologista e presidente da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia da Regional Paraná, **Vicente Andrade**, conversa com a jornalista **Louise Fiala** sobre o tema. Ele explica o que caracteriza o diabetes gestacional, a maneira de controle da condição e quais riscos pode oferecer para mãe e bebê.



Confira o episódio completo. Acesse o *videocast* em: <https://www.youtube.com/watch?v=qjskURrIAog&t=5s>
Ou aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.

ACESSE O SAÚDE DEBATE!



[VÍDEO] Os caminhos para o futuro da saúde suplementar

São muitos os desafios da saúde suplementar no Brasil a curto, médio e longo prazos. Equalizar as demandas dos usuários com a saúde financeira das operadoras estará sempre na ordem do dia. Nessa entrevista, **Francisco Balestrini** aponta alguns caminhos e faz algumas reflexões. Ele é presidente da Fesaúde (Federação dos Hospitais, Clínicas, Laboratórios e Estabelecimentos de Saúde do Estado de São Paulo), do Sinhosp (Sindicato dos Hospitais, Clínicas e Laboratórios do Estado de São Paulo) e do Colégio Brasileiro de Executivos da Saúde.

Confira o episódio completo. Acesse o vídeo em: <https://www.youtube.com/watch?v=RBiXErAxYzs>. Ou aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.



Para ver essa notícia e outras informações sobre assistência, gestão, inovação, políticas e funcionamento do setor da saúde, acesse o site do Saúde Debate em www.saudedebate.com.br ou aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.

VALOR COMO CRITÉRIO DE DECISÃO



Dr. Faustino Garcia Alferes
Diretor de Saúde da Unimed Paraná

Há alguns anos, discutir a forma como se remunera a assistência em saúde deixou de ser um tema restrito a especialistas e passou a ocupar o centro do debate sobre sustentabilidade do setor. O modelo tradicional, baseado em volume — o conhecido *fee for service* — mostra sinais evidentes de esgotamento. Ele remunera quantidade, não qualidade; incentiva procedimentos, não necessariamente melhores desfechos; e, sobretudo, não premia eficiência. Nesse cenário, muitas vezes, a eficiência nem sequer mensurada. O resultado é um sistema pressionado financeiramente, com pouca previsibilidade e baixa capacidade de recompensar as boas práticas assistenciais.

No Paraná, esse debate não é recente. Na Unimed Paraná, as reflexões sobre novos modelos de Gestão e remuneração começaram ainda em 2017, justamente por meio da compreensão de que manter o status quo significaria conviver com desperdícios, aumento contínuo de custos e uma relação cada vez mais frágil entre assistência prestada e valor entregue ao paciente.

Foi desse contexto que surgiu o Projeto-Piloto de Valor em Saúde, uma iniciativa que reconhece algo fundamental: não basta fazer mais, é preciso fazer melhor. A Gestão baseada em valor (em inglês conhecida como Value-Based Health Care – VBHC) significa colocar o paciente no centro de um cuidado pertinente em saúde, evitando desassistência ou excesso de intervenções, mensurando de forma sistemática os desfechos clínicos importantes para o paciente, a experiência do paciente e o custo do cuidado. Em outras palavras, significa alinhar incentivos para que todos ganhem — pacientes, médicos, prestadores e o próprio Sistema.

A proposta da Gestão e baseada em valor – GBV foi inicialmente sistematizada e amplamente difundida com base nos trabalhos do professor **Michael Porter**, da *Harvard Business School*, em colaboração com **Elizabeth Teisberg**, especialmente por meio da publicação de *Redefining Health Care* (2006). Ao propor que o valor em saúde seja definido como os desfechos clínicos relevantes para o paciente em relação aos custos no decorrer de todo o ciclo de cuidado, Porter deslocou o foco tradicional dos sistemas de saúde — centrado em volume e processos — para resultados e eficiência assistencial. Desde então, o GBV tem sido progressivamente adotado e adaptado por sistemas públicos e privados, organizações hospitalares, operadoras e formuladores de políticas em diferentes países, influenciando reformas estruturais, novos modelos de pagamento e estratégias de mensuração de desfechos, consolidando-se como um dos principais referenciais contemporâneos para a organização e avaliação do cuidado em saúde. O projeto-piloto da Unimed Paraná define indicadores objetivos para medir eficiência do cuidado, qualidade assistencial e experiência do paciente. Por intermédio dessa avaliação,

médicos-cooperados e prestadores mais eficientes passam a ser reconhecidos também do ponto de vista remuneratório. Nos últimos anos, temos investido bastante nessa visão.

Esse movimento tem se mostrado menos um exercício puramente técnico e mais um processo gradual de aculturação organizacional, que envolve a transformação de valores, incentivos e práticas consolidadas nos sistemas de saúde. Esse processo demanda capacitação contínua, adaptação de modelos de governança, revisão de mecanismos de remuneração, desenvolvimento de sistemas de informação robustos e, sobretudo, engajamento multiprofissional sustentado. Ele dialoga com uma transformação global dos sistemas de saúde e com diretrizes regulatórias nacionais. A própria Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) estimula a adoção de modelos baseados em valor, especialmente após a publicação da RN 507, que trata do Programa de Acreditação das Operadoras e orienta a implantação desses modelos.

O trabalho em andamento no Sistema Unimed Paranaense mostra que essa mudança é possível — e necessária. Em Vale do Iguazu, a linha de cuidado do parto passou a ser acompanhada por indicadores que capturam a qualidade do processo de assistência ao parto, incluindo a satisfação das pacientes. Em Maringá, foi estruturada uma área dedicada a esse processo, chamada de Escritório de Qualidade / Valor responsável por construir e implementar protocolos e indicadores para linhas de cuidados, como litíase renal, colecistectomia e pneumonia e hoje já avançaram para várias outras condições. Não se trata de teoria, mas de prática aplicada, com métricas claras e impacto real em qualidade assistencial e custos.

Mais do que alterar o modelo de prover a assistência à saúde, remunerar por valor transforma a forma de pensar o cuidado. Estimula a resolutividade, melhora a alocação de recursos, gera dados de mundo real sobre tecnologias em saúde e fortalece uma cultura de avaliação contínua. É um caminho mais complexo do que simplesmente contar procedimentos, mas infinitamente mais coerente com os desafios atuais da saúde.

A transição não é simples, nem imediata. Tem exigido maturidade institucional, diálogo com cooperados e prestadores, estruturação de dados e integração de sistemas de informação e mudança cultural. No entanto, não há volta. Adiar essa transformação custa caro, tanto financeiramente quanto em termos de qualidade assistencial.

Remunerar por valor não é uma moda, nem uma aposta de curto prazo. É uma resposta concreta a um sistema que precisa ser mais eficiente, mais justo e mais centrado no paciente. O caminho já começou a ser trilhado no Paraná. E quanto mais cedo ele for ampliado, maiores serão os ganhos para toda a sociedade.

Uniprime Previ

Sua previdência complementar com gestão estratégica, benefícios fiscais e proteção família

- ✓ Renda mensal programada
- ✓ Renda por invalidez
- ✓ Benefício temporário
- ✓ Proteção aos beneficiários



Fale com seu gerente e comece a investir no seu futuro com autonomia e segurança.

 **Uniprime**
cooperativa de crédito

UniAir

Quando cada minuto importa, nós voamos por você.

CONTATO:

0800 519 5190

INSTAGRAM:

@VOEUNIAIR

E-MAIL:

COMERCIAL@UNIAIR.COM.BR

