



Sua Saúde

Dr. Rogerio Mamprin Padovese
Endocrinologia / Atendimento Ambulatório Avamp



Prevenção do Diabetes Mellitus tipo 2

Diabetes tipo 2 é uma doença metabólica crônica e multifatorial extremamente presente, afetando mais de 170 milhões de indivíduos em todo o mundo com uma projeção de atingir mais de 360 milhões de pessoas até 2030. Em relação a essa perspectiva do aumento no número de casos de diabetes, a susceptibilidade genética por si só, não representa isoladamente esse aumento expressivo de doentes, sendo incontestável a importância de fatores ambientais modificáveis nesse cenário.

O Diabetes também traz um grande impacto econômico não só para as nações, mas também para os convênios médicos. Só nos Estados Unidos, os custos diretos e indiretos estimados com a doença passam de 150 bilhões de dólares por ano. O diabetes é a principal causa de cegueira em adultos, amputações não traumáticas, doença renal crônica e doenças cardiovasculares, impactando na perda da qualidade de vida.

Reduzir o impacto do diabetes, antes de tudo, significa reduzir a incidência da doença antecipando-se ao seu aparecimento através de medidas preventivas, principalmente em indivíduos de alto risco (pacientes com glicemia de jejum alterada, tolerância a glicose diminuída, diabetes gestacional, hipertensão arterial, doença arterial coronariana, obesidade, parentes de primeiro grau com diabetes)

Fatores de risco como a idade e história familiar são fatores não modificáveis comumente presentes em indivíduos com diabetes. Os fatores de risco modificáveis devem ser os alvos da intervenção, os quais podemos destacar a obesidade, os fatores dietéticos, o sedentarismo, o tabagismo, o stress psicossocial e os episódios depressivos maiores.

A atual epidemia de obesidade está sendo responsável pelo aumento dos casos de diabetes, mesmo em crianças e adolescentes. Portadores de obesidade abdominal, com maior deposição de gordura visceral, apresentam maior risco para desenvolver o diabetes.

A composição alimentar também tem influência na incidência de diabetes. Um estudo observou que indivíduos com alto consumo de frutas,

vegetais, peixes, aves e grãos apresentou menor risco no desenvolvimento de diabetes em relação ao indivíduos que consumiam alimentos industrializados, carne vermelha e ricos em gorduras, independente do índice de massa corporal, grau de atividade física, idade ou história familiar de diabetes.

Vários estudos evidenciaram que a atividade física reduz o risco de desenvolvimento de diabetes, sendo esse risco menor nos indivíduos que realizavam atividade física regular mesmo quando ajustado para hipertensão e história familiar. A recomendação é de no mínimo 150 minutos de exercícios por semana, sendo estes preferencialmente aeróbicos distribuídos em pelo menos três dias por semana, mantendo a frequência cardíaca máxima entre 50% a 70% do período.

Com relação ao tabagismo, não existe uma relação causal entre cigarro e diabetes, porém vários estudos mostram um aumento da incidência entre os fumantes, uma vez que o cigarro aumenta a concentração de gordura abdominal. Já o stress psicossocial também apresenta fator deletério para o desenvolvimento de diabetes, conforme observado em estudos americanos, porém ainda sem uma relação causal determinante.

Com o objetivo de minimizar a incidência de diabetes através da diminuição dos fatores de risco modificáveis, uma série de estratégias tem sido preconizadas e tem como base a modificação comportamental, uso de medicamentos e até tratamento cirúrgico.

Vários estudos demonstraram que mudanças no estilo de vida como manutenção de hábitos alimentares saudáveis, exercícios físicos regulares e perda de peso, são altamente eficazes na prevenção do diabetes, reduzindo o risco relativo em 34% dos casos em 10 anos.

Nunca é tarde para mudar o estilo de vida. Procure ter hábitos alimentares mais saudáveis associados a exercícios físico regulares para assim ter uma ótima qualidade de vida. Além disso, é importante fazer um acompanhamento regular com seu médico, nutricionista e educador físico, os quais podem auxiliar nessas mudanças no estilo de vida.



instituto
SantaRosa
medicina diagnóstica



Cuidando para que você viva bem
todos os momentos da sua vida

www.institutosantarosa.com.br

GUARATINGUETÁ: R. Abílio Coré, 71
Chácara Selles - Tel.: (12) 3128-6600

LORENA: Av. Dr. Peixoto de Castro, 635 - Bairro da Cruz
(ao lado da FATEA) - Tel.: (12) 3157-4182 / (12) 3157-4064

CRUZEIRO: R. Dom Bosco, 378 - Centro
Tel.: (12) 3143-3913 / (12) 3145-1419

ANS nº 41.263-5



Revista
AVAMP
ASSOCIAÇÃO VALEPARAIBANA DE ASSISTÊNCIA MÉDICA POLICIAL

Ano XXV - nº 03 | Dezembro | 2019

Mala Direta Postal
Básica

9912363191/2014 DR/SPI
AVAMP

... CORREIOS ...



Chegou o Natal!

Chegou o "NATAL"...E tudo fica mais BELO e mais ESPECIAL!



É tempo de aproveitar as LUZES MARAVILHOSAS e a ESPERANÇA que esta época traz a todos os corações.
É também hora de REFLETIR porque o ano está a terminar...

Natal é TERNURA do passado, o VALOR do presente e, a esperança de um FUTURO melhor.
É COMUNGAR com as pessoas que AMAMOS a fartura e o AMOR que nos foi dado pelo SACRIFÍCIO de um homem que NASCEU menino e subiu aos CÉUS para sentar-se ao lado do CRIADOR.
É o desejo mais SINCERO de que cada coração se encha com bênçãos RICAS e ETERNAS e, que cada CAMINHO nos leve a PAZ.

Que o "ESPIRITO SANTO" esteja sempre presente em nossas "VIDAS" derramando suas BÊNÇÃOS sobre todos nós fazendo que nenhum lar conheça a TRISTEZA ou AMARGURA, somente a FELICIDADE no seu AMOR.

Que este "NATAL e ANO NOVO" sejam repletos de muita "ESPERANÇA e VIDA" a todos que O TÊM junto de "SI".

São os sinceros "VOTOS" da Diretoria e Colaboradores da AVAMP.

FELIZ NOVO ANO de 2020!



"Servir bem, servir sempre, sem olhar a quem!"

Expediente:



"Servir bem, servir sempre, sem olhar a quem!"

AVAMP (Associação Valeparaibana de Assistência Médica Policial)
Av. Mal Deodoro, 385 – Jd. Santa Clara - Taubaté – SP
Fone: (12) 3634-1266
www.avamp.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA
Biênio 2018/2019
Presidente: Francisco de Mello
Vice-presidente: Rubens Raymundo da Silva
Tesoureiro: Oldemar Nolasco Filho
Secretário: Benedito Donizeti de Souza

Conselho Deliberativo
Presidente: José Luiz de Souza Neto
Vice-presidente: Flavio Fernando Ferreira
Secretário: Francisco Xavier Silvério

Suplentes Conselho Deliberativo
José Antunes Rodrigues Neto
José de Campos Cobra
José Agostinho de Oliveira

Conselho Fiscal
Presidente: José Aparecido de Oliveira
Relator: Mauro de Jesus
Vogal: Agnaldo José Borges

Suplentes Conselho Fiscal
Deodes Duarte Sobrinho
Nivaldo Afonso da Silva
Viviane Soares Taveiros Costa Garcia

Cidades de Distribuição da Revista
Bananal / Cachoeira Paulista / Campos do Jordão/
Caraguatuba / Cruzeiro / Guaratinguetá / Jacarei/
Lorena / Pindamonhangaba / São José dos Campos/
São Sebastião/Taubaté/Ubatuba

Diretor responsável pela Revista
Francisco de Mello
Editora (reportagem/redação/fotografia)
Regiane Alcântara
Colaboração: Alessandra de Castro/secretária
Projeto gráfico e impressão: Zanetti Produções
Tiragem: 3.500 exemplares



Palavra do Presidente

Paz e Muita Saúde... "para dar e vender!"

"2019 está indo embora e no balanço geral de nossas ações, confirmo que esta diretoria e administração, esse ano, não mediram esforços na busca de melhores estratégias e diretrizes que favorecessem a gestão de nossa Entidade.

Não foi e não é fácil! Principalmente, no âmbito da economia, o 'calcanhar de Aquiles' de qualquer operadora de saúde como a nossa. Nossa Associação sofreu intensamente com os reflexos da crise que se abateu sobre a economia do nosso país nos últimos anos. A recuperação tem sido lenta e gradativa, e mesmo com um cenário nada propício, nenhum associado ficou desamparado quando precisou de assistência médica, como é o caso do titular Flavio Augusto, de Taubaté, associado destaque desta edição.

É importante enfatizar que nesse processo, o apoio de todos os associados é essencial e vital à recuperação da 'saúde' financeira da nossa Avamp. Já pedimos outras tantas vezes, e para o ano novo que se inicia, rogamos novamente, pois é necessário e urgente: por favor, colaborem na questão da utilização do seu plano de saúde, a sua real conscientização de não utilizá-lo desmedidamente, pois como é de conhecimento geral, a utilização sem controle onera as contas e faz com que a Avamp 'adoeça'. E não é o que queremos! Precisamos da nossa Avamp 'forte e vigorosa' para continuar a bem cuidar da saúde do associado Policial Militar e de sua família.

Lembramos que em fevereiro de 2020, sempre na última sexta-feira deste mês, acontece a Eleição AVAMP para cargos diretivos. Infelizmente, nesta não poderemos mais contar com a inestimável colaboração do companheiro Bispo, de Taubaté, falecido recentemente. Aproveito a oportunidade para desejar a todos os associados um Feliz Natal e um ano repleto de realizações com muita paz, prosperidade e bastante 'saúde... para dar e vender!'

Francisco de Mello

Ambulatório AVAMP

Cuida da sua saúde com Respeito e Qualidade

O Associado tem:

ESPECIALIDADES

| | | |
|--------------------------|-------------------|----------------------|
| Acupuntura | Ginecologia e | Otorrinolaringologia |
| Cardiologia | Obstetrícia | Pediatria |
| Cirurgião Geral/Vascular | Gastroenterologia | Psicologia |
| Clínica Médica | Geriatria | Psiquiatria |
| Dermatologia | Neurologia | Psicopedagogia |
| Endocrinologia | Nutricionista | Terapia Ocupacional |
| Fonoaudiologia | Ortopedia Geral | Urologia |

CUSTO ZERO PARA CONSULTAS MÉDICAS

Exceto para as especialidades de Acupuntura, Fonoaudiologia, Terapia Ocupacional, Psicologia, Psicopedagogia e Nutrição

REALIZAÇÃO DE EXAMES

M.A.P.A. e Holter Ecocardiograma Eletrocardiograma

Atendimento: Segunda a Sexta-feira – das 7 às 18 h



1º ANDAR SEDE AVAMP
Av. Marechal Deodoro, 385 – Jardim Santa Clara - Taubaté / SP
Fone: (12) 3634-1266

Cobrança se faltar na Consulta e não Avisar

As consultas agendadas no Ambulatório Avamp não são cobradas, exceto para algumas especialidades*. Caso agende uma consulta e, por algum motivo, não possa comparecer, solicitamos a gentileza de comunicar ao Setor de Agendamento de Consultas o desmarque em até 2 horas antes do horário da consulta agendada. A comunicação poderá ser realizada via telefone. Se não avisar, alertamos que será cobrada uma taxa no valor de R\$ 65,00, a ser descontada do hollerith do titular do Plano.

(*exceto às especialidades (sessão): acupuntura, fonoaudiologia, terapia ocupacional, psicologia, psicopedagogia e nutrição).

**CASO NÃO POSSA COMPARECER, POR FAVOR,
AVISAR COM 2 h DE ANTECEDÊNCIA**

Ambulatório/ Agendamento de Consultas
Tel: (12) 3634-1266 / R. 1264



Laboratório Análises Clínicas SANTA LUCIA

Pq. Dr. Barbosa de Oliveira, 335/Taubaté
(Pç Rodoviária Velha / Estacionamento próprio)

Funcionamento: Segunda Sexta - das 6h30 às 18h30
Fone: (12) 3632-1133 labsantalu@hotmail.com



Oftalmo Centro Millenium

www.ofthalmomillenium.com.br

R. Cel. Augusto Monteiro, 461
Centro - Taubaté / SP

(12) 3622-6000



REGIONAIS AVAMP

Vale do Paraíba e Litoral Norte

Endereços e Horários de Atendimento

Regional: Cahoeira Paulista

área de atuação: Silveiras

Funcionária: Dênia

R: Major Batista, 109 /Centro
(12) 3101-3525

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira - das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Caraguatatuba

Funcionária: Agnaldo Jr

R: Altino Arantes, 182 /Centro
(12) 3883-7878

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira - das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Cruzeiro

área de atuação: Lavrinhas
Queluz / Bananal/ Areias

São José do Barreiro

Funcionária: Adriana

R: Cap Otávio Ramos, 490
(12) 3144-3479

Funcionamento:
Segunda a Quinta-feira:
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Guaratinguetá

área de atuação: Aparecida
Roseira/ Potim / Cunha

Funcionária: Ivana

R: Pires de Barbosa, 174 /Centro
(12) 3133-1538

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Jacareí

área de atuação: Santa Branca
Santa Izabel

Funcionária: Jussara

R: Cons. Antonio Prado, 136 /VI Formosa
(12) 3961-3408

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Lorena

área de atuação: Canas
Piquete

Funcionária: Alexia

Av. Cap Messias Ribeiro, 52
(12) 3152-5710

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Pindamonhangaba

funcionária: Bruna

R: Dr. João Romeiro, 91/s11
(12) 3642-2553

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: São José dos Campos

área de atuação:
Monteiro Lobato / Paraibuna

funcionária: Alessandra

R: Euclides Miragaia, 394/s1 513
(12) 3921-1169

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: São Sebastião

área de atuação: Ilhabela

funcionária: Isabela

R: Cap. Luiz Soares, 557 sl 14
(12) 3893-1203

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

Regional: Ubatuba

Funcionária: Aline

R: Dr. Estevesda Silva,
147/Lj 110
(12) 3833-2151

Funcionamento
Segunda a Quinta-feira :
das 8 às 12h / 13 às 17h
Sexta-feira - 8 às 12h / 13 às 16h

área de atuação
Campos do Jordão
Lagoinha
Natividade da Serra
Redenção da Serra
Santo Antonio do Pinhal
São Luiz do Paraitinga
São Bento do Sapucaí
Tremembé

Av. Marechal Deodoro, 385
Jardim Santa Clara - Taubaté / SP
Fone: (12) 3634-1266

Taubaté / Sede Avamp

Segunda a Sexta-feira
das 7 às 18 h

BIOCENTER
LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS
Tradição e modernidade para sua saúde

Certificado de Proficiência Clínico
Control Lab

Inscrito no CREMESP sob o Nº 901319
Inscrito no CNAE sob o Nº 8640-2/02

Exames mais procurados:

- Toxicológico (Para habilitação categorias C, D e E)
- Sexagem Fetal (Sexo do bebê)
- Citologia Oncológica (Pap smear)

Dr. José Hilário Paes (CRM 64.244)
Diretor Técnico Médico

Dra. Jovânia C. Brum Paes (CRF 50.941)
Pós-Graduada em Análises Clínicas
Responsável Técnica Farmacêutica
Executiva Profissional & Life Coach

Acesse nosso site:
www.labbiocenter.com.br

Mensagens



"Estamos novamente encerrando mais um ano de trabalho na qual o objetivo, único e exclusivamente, voltado à assistência médica ao nosso Policial Militar e seus dependentes. Sr. Usuário, venha somar para que nossa Entidade continue sobrevivendo. A Avamp precisa de você, Sr. Usuário e o Sr. Usuário precisa da Avamp! Atenciosamente!"

Oldemar Nolasco Fº
Diretor Financeiro



"Paz na terra entre os homens de boa vontade!" – "Para 2020, que Deus nos dê mais entendimento e sabedoria em nosso trabalho, assessorando a diretoria adequadamente nas demandas diárias. O principal compromisso é continuar a contribuir para que a Entidade atinja a excelência de qualidade na assistência médica prestada à saúde do associado Policial Militar e de sua família. Feliz Natal e próspero ano novo a toda família Avamp!"

Benedito José Barbosa
Gerente Administrativo



"Pela primeira vez, aceitei a nobre missão de participar da Diretoria Executiva, e nesses 2 anos, de muita aprendizagem e de árduo trabalho, os resultados alcançados, positivos e negativos, são o estímulo que nos faz persistir na busca do aperfeiçoamento constante de nossas ações, no grande desafio DE BEM conduzir a Avamp. Aproveite a oportunidade de agradecer a todos os associados pela confiança, desejando-lhes um Feliz Natal, com muita saúde, paz e abundância."

Benedito Donizeti de Souza
Diretor Secretário

In Memoriam



No último dia 19 de novembro, o querido associado da nossa Avamp, o Sr. José de Assis Bispo, popularmente conhecido como Bispo, veio a falecer em decorrência de um enfarte do miocárdio. Com 83 anos, Bispo residia em Taubaté com sua esposa, ele deixou 5 filhas, 13 netos e 06 bisnetos.

Na Avamp, ele foi sócio que ajudou a fortalecer a Associação, como entidade representativa, com a matrícula nº 327, datada de 1º de setembro de 1995. Colaborativo, Bispo era membro da Comissão Eleitoral da Avamp e trabalhou em todas as Eleições ocorridas até então, sempre contribuindo, com sua dedicação, para o êxito da realização destas. Na próxima eleição, a acontecer em fevereiro de 2020, sua ausência será sentida por todos os companheiros e os amigos da Avamp!

Visita representantes da APAS de Bauru

Em outubro, foi com muito prazer que a Avamp recebeu a visita dos representantes da co-irmã APAS de Bauru (SP), que vieram para conhecer as instalações da Sede e também conversar com os nossos diretores para trocas de experiência sobre como gerir, com máxima eficácia, uma operadora de plano de saúde, entre outros assuntos.

Destaque na foto (esq.p/dir): Sgt PM Nolasco (tesoureiro/Avamp); 2º Ten PM Donizete (secretário/Avamp); Sgt PM Barbosa (gerente Avamp); Mara (enfermeira Auditora APAS Bauru); Cel. PM Meira (Presidente APAS Bauru); Ten PM Marinalvo (Vice-presidente APAS); Ten PM Amador (Conselho Fiscal APAS); Sgt PM Monteiro (Secretário APAS); Kelly Altafim (gerente APAS); Dr Leão (médico auditor Avamp) e Cel PM Kitazume (Conselho Fiscal APAS).



SEAD Serviço de Endoscopia do Aparelho Digestivo

Dr. Terumi Uemura - Drª Andrea N. Okuyama - Dr. Giuliano A. Bossolani

Vídeo Esofagogastroduodenoscopia - Vídeo Colonoscopia - Esclerose e Ligadura Elástica de Varizes Esofágicas - Dilatação Esofágicas - Polipectomias - Mucosectomia

Taubaté - Tel: (12) 3632-2807 / 3633-5541

S.J. Campos - Tel: (12) 3925-2538 / 3943-2640

R: Dr. Souza Alves, 259
Centro - Taubaté / SP

Associado em Destaque

Quem acredita em Milagre?

Desenganado pelos médicos, associado de Taubaté resiste e supera doença rara.

Se você não acredita, acompanhe então esta reportagem com o nosso associado Flavio Augusto Soares, 36 anos, casado, 2 filhos, residente em Taubaté e provavelmente mudará de opinião. Em 2003, quando cursava a escola de soldados, o jovem Flavio decidiu também ingressar na Avamp a fim de proteger à sua saúde e de sua família. Em 2016, ao fazer exames de rotina para ser promovido a Cabo da PM, a médica do Batalhão, que o assistia, ao constatar alterações nos resultados do exame de sangue, imediatamente o encaminhou para uma hematologista, "nem imaginava que naquele momento iria começar minha batalha pela vida!", relembra Flavio.

Durante 4 meses, Flavio passou por uma bateria de exames específicos que a médica hematologista solicitara para diagnosticar, com precisão, qual o problema que ele realmente tinha. Pela Avamp, ele realizou todos estes exames e os resultados foram definitivos: a doença era a mielodisplasia. "Eu não sentia dores, apenas muito cansaço e achava que era por causa de não me alimentar direito e pela falta de atividades físicas. Com a correria do trabalho, você sabe como é....Da forma mais simples para dizer sobre essa doença, com nome complicado, de uma hora para a outra, a medula ficou 'louca' e começou a produzir nutrientes com defeito para o sangue, esse distúrbio pode levar a outras doenças mais graves, como a leucemia. Os médicos disseram que é como se eu tivesse ganho na Mega-Sena sozinho pois essa doença é muito rara na minha idade. O mais comum é dar em bebês, com menos de 1 ano de idade e em adultos, com mais de 70", explica.

Afastado do trabalho, Flavio passou a ser assistido por uma equipe de oncologistas que lhe ministrou um tratamento, primeiramente com medicações de alto custo, para observar como o organismo dele reagia no combate à doença. Em julho de 2017, Flavio contraiu uma forte infecção que o deixou entre a vida e a morte. Ele ficou quase 1 mês internado no Hospital São Lucas, em Taubaté, perdendo 35 kg. A infecção atacou pela veias dos pés e pernas, subiu até a região lombar e lá parou graças à fortíssima medicação administrada que segundo ele, foi o que salvou sua vida. Nesse momento crucial, a Avamp estava presente, poupando a ele e a sua família dos dissabores burocráticos que uma internação prolongada demanda.

Recuperado, Flavio estava pronto para reiniciar o tratamento para controlar a síndrome quando sua oncologista o recomendou que ele fosse



Flavio e sua esposa no IBCC, em São Paulo, prestes a fazer o transplante de medula, "Agradeço à minha esposa Andreia, minha parceira e amiga que esteve sempre ao meu lado, em todos os momentos. Meu porto seguro! E também à Avamp, presente no momento que mais precisei."

para a capital pois, segundo ela, no Vale do Paraíba, os prestadores de saúde já não dispunham dos recursos necessários e avançados que a doença, no grau em que estava, exigia. Respaldo pela Avamp, então, Flavio foi atendido no I.B.C.C. (Instituto Brasileiro de Controle do Câncer), um centro de referência em Oncologia, localizado em São Paulo, e lá a equipe de especialistas que o assistiu confirmou o diagnóstico de mielodisplasia e com mais exames realizados, eles concluíram que a única solução do nosso associado ter uma chance de sobrevivência seria o transplante de medula, "fiquei assustado, claro! Mas não me desesperei... Se Deus permitiu que eu passasse por esta situação é porque alguma coisa eu tinha que aprender e mudar na minha vida com tudo isso! Disse aos médicos, calmamente, que estava disponível e pronto para o que desse e viesse", relembra.

"Ganhador da Mega-Sena 2 vezes... Sozinho!"

Psicologicamente, Flavio diz que estava pronto para o transplante mas não para ouvir a outra sentença, comunicada logo em seguida. Os médicos explicaram-lhe que existe uma fila de espera do banco mundial de transplante de medula e, de acordo com estimativas, levaria de 3 a 4 anos para encontrar um doador compatível com a dele. O problema maior era que os últimos exames de Flavio acusaram que ele sobreviveria apenas mais um ano, se não realizasse o transplante num curto prazo de tempo, "os médicos continuaram com a medicação para controlar o avanço da doença e me disseram para eu voltar para casa e viver minha vida, enquanto aguardava. E foi o que eu fiz, sem nunca perder a fé e esperança!", nos conta.

Exatamente, 27 dias depois desse dia fatídico, nosso entrevistado recebeu uma ligação, solicitando sua presença urgente no IBCC. No mesmo dia, ele dirigiu-se a São Paulo e diante da equipe médica ouviu a extraordinária notícia que tinha aparecido um não, mas dois doadores compatíveis com ele, "o médico me perguntou qual era minha religião ou se eu acreditava em algo superior.... Porque ele disse que já tinha visto muita coisa nessa vida, mas o que tinha acontecido comigo, nunca! Era uma sorte muito grande, um caso raro mesmo de aparecerem dois doadores compatíveis comigo em 90% . Ele disse: você ganhou 2 vezes na Mega-Sena...sozinho!", relembra emocionado.

Depois desse feliz acontecimento, Flavio foi internado para fazer o transplante. Tanto ele como o doador tiveram que ser preparados para o procedimento. Foram 4 meses de internação no IBCC, entre preparação, transplante e recuperação. Flavio nos conta que todos problemas possíveis aconteceram com ele no pós-operatório, como rejeição do estômago, rejeição de pele, mucosite (o que ocasionava muita dor), mas ele resistiu a tudo, sobrevivendo para nos contar. Hoje, ele está curado da doença e por conta do transplante, leva uma vida mais restrita, sendo obrigado a aposentar-se da Polícia. "Primeiramente agradeço a Deus, por que só ELE para explicar o que aconteceu comigo! Agradeço à minha família, que esteve e está comigo em todos os momentos; e também à Avamp, por que se não fosse esta Associação, com certeza, eu não teria condições de arcar com os altos custos dessa doença e hoje, eu não estaria vivo dando esta entrevista para você", agradece satisfeito.



Hoje, curado depois do transplante, o associado Flavio é um exemplo de força, fé e superação

Síndrome Mielodisplasia

Um grupo de distúrbios causados quando algo interrompe a produção de células sanguíneas.

Rara - Menos de 150 mil casos por ano (Brasil)

Alguns tipos não têm nenhuma causa conhecida. Outros ocorrem em resposta a tratamentos contra o câncer ou exposição a substâncias químicas. Os sintomas incluem falta de ar, fadiga, maior propensão ao surgimento de hematomas e palidez. A síndrome mielodisplásica pode progredir para leucemia. Transfusões e medicamentos ajudam a controlar os sintomas. Medicamentos ou transplantes de medula óssea podem diminuir as necessidades de transfusão e retardar ou impedir a progressão para leucemia. Assim, pode ser considerada um tipo de câncer ou doença pré-maligna.

Recados

ATENÇÃO ASSOCIADOS

ATENDIMENTO FORA DA ÁREA DE ABRANGÊNCIA DA AVAMP

Caro Associado, comunicamos que só em caráter de urgência e emergência é realizado atendimento fora da área de abrangência da AVAMP. As autorizações para atendimentos que forem solicitadas fora da nossa região, sujeitam-se a prévia autorização da UNIMED de origem do associado (aquela constante no cartão de identificação), e os serviços são realizados, por intermédio, do chamado regime de intercâmbio.

Não obstante, quando autorizado o atendimento, nessas condições, o associado acaba utilizando recursos não contratados pela AVAMP, os quais, inicialmente, têm custos desconhecidos, originando repasses ao associado, das diferenças de custos apuradas em relação à rede de prestadores da Associação.

Destacamos que, se o seu plano Avamp tem cobertura para algum procedimento e na área de abrangência da Avamp não tem disponível algum prestador de serviços médicos para realizá-lo, o setor de autorização Avamp entrará em contato com a Federação das UNIMED's e esta fará uma busca para identificar o local onde é realizado tal procedimento para posterior liberação.

Para maiores informações, contatar o Setor de Autorização Avamp (12) 3634-1266 pelo email : autozizacao@avamp.com.br

RESSARCIMENTO AO SUS

Caro Associado:

Saiba que os atendimentos realizados pelo SUS, em caráter eletivo ou urgência / emergência, aos beneficiários ativos (titulares, dependentes e agregados) e dentro da área de abrangência geográfica de cobertura do plano de saúde coletivo por adesão nível B, são pagos pela AVAMP à União.

• Recém-nascidos

Para que o recém-nascido possa aproveitar do período de carência já utilizado pelo titular, a sua inclusão deverá ser feita em, no máximo, 30 dias após o nascimento. Passado esse prazo, será contada nova carência para o recém-nascido.

• Recém-casados

Para que o (a) recém-casado(a) possa aproveitar do período de carência já utilizado pelo titular, a sua inclusão deverá ser feita em, no máximo, 30 dias após a união. Passado esse prazo, será contada nova carência para o (a) dependente incluso(a).

• Mudanças de endereço e telefone

Os associados devem comunicar os novos contatos à AVAMP.

• Cartões AVAMP vencidos

Eles deverão ser trocados na Sede ou na Regional AVAMP em que sua cidade de residência for abrangida. Fique atento para evitar problemas no seu atendimento!

• Excluições do Plano

As excluições do Plano de Saúde AVAMP só serão efetuadas mediante devolução do cartão do respectivo beneficiário a ser excluído.

• A inclusão de companheira (o)

Somente poderá ser realizada com a entrega de cópia de declaração de união estável lavrada em Cartório dentre outros documentos.

VOCÊ CONHECE OS SINAIS DO CÂNCER DE MAMA?

Não deixe de ir ao médico e fazer exames periodicamente

- Um nódulo que, apalpado, é diferente dos outros tecidos da mama
- Inchaço
- Rugas
- Pele descamativa ao redor do mamilo
- Secreção do mamilo
- Alteração do mamilo (inversão)

ONCOVIDA

(12) 3682-2206
Av. Independência, 1800 - Taubaté / SP
www.oncovidataubate.com.br

Pré-agende seus exames!
@WhatsApp (12) 99226-2375
Mais agilidade e praticidade em seu atendimento!

RESPOSTAS CONFIÁVEIS PARA SUA SAÚDE

CUIDE BEM DA SUA SAÚDE E DESFRUTE DAS COISAS BOAS DA VIDA

EXAMES LABORATORIAIS
A PREVENÇÃO É O SEU MELHOR ALIADO

Informações: 3632-4191 e 3632-4177
Rua Barão da Pedra Negra, 517 - Taubaté/SP
www.laboratoriomil.com.br