

ESPAÇO VIVER BEM

Programas gratuitos para beneficiários Unimed Marília!

Unimed 
Marília

Setembro/2024



PROGRAMA

Cuidando de Perto

(Renal Crônico, Diabetes e Hipertensão)

O Programa Cuidando de Perto gerencia beneficiários com Hipertensão, Diabetes e Doença Renal Crônica (DRC) em Terapia Renal Substitutiva (TRS). Seu objetivo é realizar telemonitoramento com uma equipe multiprofissional, promovendo ações de educação, orientação para o autocuidado e promoção da saúde.



PROGRAMA

Caminhar com Saúde

Esse programa é o mais tradicional da Medicina Preventiva da Unimed Marília, funciona desde 2001, e atende os beneficiários com idade acima de 55 anos. Objetivo: promover atividade física e ações educativas com a equipe multiprofissional, estimulando a manutenção da capacidade funcional e a autonomia dos participantes, mediante ações de: convivência em grupo, sócio/culturais e de exercícios físicos específicos contribuindo para o envelhecimento ativo e saudável.



PROGRAMA

Emagrecer Saudável

O modo de viver da sociedade moderna tem determinado padrões alimentares que, aliados ao sedentarismo, em geral não são favoráveis à saúde da população. Nesse programa realiza-se ações educativas aos beneficiários com sobrepeso, obesidade, diabetes mellitus e/ou hipertensão arterial para uma melhor qualidade de vida.



PROGRAMA

Orientação para Gestante

Gestação é um momento único e especial. Por isso, a Unimed deseja estar próxima das futuras mães e familiares. O programa promove encontros presenciais com a equipe multiprofissional, possibilita troca de informações e orientações sobre o desenvolvimento da gestação até os primeiros cuidados com o recém-nascido, além de consultorias personalizadas de amamentação.



PROGRAMA

Imunização

O jeito de cuidar Unimed Marília é ter o compromisso com a vida e com as pessoas, por isso, estamos em constante evolução para atender os nossos colaboradores, médicos cooperados/familiares e empresas parceiras. As vacinas são um dos mais valiosos avanços de saúde pública, propiciando o controle de diversas doenças infectocontagiosas, evitando milhares de óbitos anualmente em todo o mundo.



PROGRAMA

Prevenção de Quedas

Na terceira idade, especialmente, quedas podem resultar em ferimentos e fraturas graves como de crânio e fêmur. Neste programa a equipe multiprofissional junto aos familiares dos beneficiários, procura conhecer e identificar os principais fatores de risco para as quedas e realiza ações educativas de prevenção, reorganização ambiental e reabilitação funcional.

Espaço Viver Bem Marília

R. Cel. José Brás, 1087 - Centro,
Marília - SP, 17502-010
(14) 2105-8191

Espaço Viver Bem Garça

R. Dep. Manoel Joaquim Fernandes, 36
Centro, Garça - SP, 17404-332
0800 201 2500

Espaço Viver Mais Saúde Pompeia

Av. Expedicionários de Pompeia, 492
Centro, Pompeia - SP, 17580-000
0800 201 2500

WhatsApp: (14) 99883-0232 - Marília/Garça e Pompeia