

# 2º DESAFIO UNACCAM+SAÚDE COM ELAS E POR ELAS NO OUTUBRO ROSA

## OUTUBRO ROSA

A história do ‘Outubro Rosa’ surgiu no final dos anos 90, quando o laço cor-de-rosa foi lançado pela Fundação Susan G. Komen for the Cure e distribuído aos participantes da primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York em 1990 e, desde então, promovida anualmente na cidade. Na ocasião, com os inúmeros acontecimentos em outubro, o evento tornou-se uma tradição e a ideia de que outubro representasse o mês nacional (americano) de prevenção do câncer de mama foi aprovado pelo Congresso Americano.

Todo ano, as instituições de apoio ao câncer de mama promovem em outubro vários eventos com objetivos específicos:

- Compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença;
- Alertar a sociedade sobre a importância do diagnóstico precoce;
- Ressaltar a importância de olhar para a própria saúde com atenção;
- Proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento;
- Contribuir para a redução da mortalidade.

A UNACCAM – União e Apoio no Combate ao Câncer de Mama está completando 20 anos, pioneira na capacitação de voluntários e multidisciplinares para conscientizar a sociedade sobre a importância do diagnóstico precoce e a qualidade de vida, além de orientar pacientes e familiares durante o tratamento do câncer de mama. Os cursos são ministrados ONLINE e PRESENCIAL. As atividades para os pacientes são de inúmera importância durante o tratamento., como os projetos, Beleza na Cabeça, Terapia Familiar e a MAMOGRAFIA PARA TODOS, que colocamos em destaque pois é para ele que estamos no DESAFIO 2021.

**Você sabia que fazer 30 min de exercício diário pode diminuir até 30% o risco de um câncer de mama.?**

**Pensando nisso iniciamos em 2020 a corrida digital para conscientizar a população da importância do exercício físico e de uma vida saudável para a qualidade de vida.**

**Engajar a família, amigos e pessoas na causa, trazendo o homem para mais perto da campanha pai, filho, amigos e marido a apoiar na disseminação da informação para todos**

**Com os kits, vamos arrecadar verba para Concluir o Diagnóstico de pacientes com câncer de mama, através de exame de diagnóstico como a mamografia e mamotomia (biópsia) acelerando o processo SUS. Tendo em vista a dificuldade que temos para finalizar e atender pacientes pelo sistema. Com demora de 3 a 7 meses, mudando assim o diagnóstico inicial, para um tumor avançado.**

**NOS 20 ANOS DA UNACCAM QUEREMOS LEMBRAR DA IMPORTÂNCIA DA FAMÍLIA, somos uma família que colabora com os pacientes.**

**Atividades que serão feitas durante o OUTUBRO**

**Durante todo o mês de outubro teremos lives especiais com depoimentos de pacientes.**

## **DESAFIO DIGITAL conforme descritivo abaixo:**

### **Descritivo do Desafio : bike, corrida, caminhada “Com elas e por elas”:**

Será um desafio digital de equipe de pacientes, que poderá ser realizado em 20 dias no mês de outubro, iniciando em 05/10/2021 e encerrando em 31/10/2021.

As equipes são formadas por 10 duplas de mulheres inspiradoras que passaram ou estão passando pelo câncer de mama.

**O DESAFIO** ... A equipe deverá completar 200 km em conjunto.

As inscrições poderão ser realizadas entre os dias 25/09/2021 e 15/10/21 através do site [www.unaccam.org.br](http://www.unaccam.org.br). Na inscrição cada participante escolhe sua equipe de inspiradoras, a modalidade e a quilometragem que irá realizar, efetua o pagamento de sua inscrição e informa alguns dados pessoais.

O local para retirada do kit de corrida será informado após a efetivação da inscrição

Após a retirada do kit o participante poderá andar de bike, correr ou caminhar de onde estiver, no horário mais conveniente para si, e registrar em aplicativos de corrida, como, Nike, Strava para depois subir no sistema e deve publicar fotos nas mídias sociais com as hashtags “#unaccam+saúde”, “#unaccam20anos”, “#comelaeporelas”, #somosunaccam

Este registro deverá ser enviado até o dia 31/10/21 na aba “Validar seu resultado” no site para ser analisado por nossos técnicos que confirmarão os resultados.

**Encerramento DESAFIO DIGITAL:** Para o encerramento do desafio será realizado um pequeno evento para entrega das medalhas, para o qual todas as mulheres inspiradoras da corrida, seus familiares. Lá, será divulgado o ranking da corrida e o valor arrecadado para será revertido para exames de diagnóstico, mamografia e biopsia (mamotomia)

**Cuidados com COVID-19:** Nossa preocupação é com a saúde de todos, por isso as recomendações da OMS para a prevenção e combate ao COVID-19 são rigorosamente seguidas.  
**Por isso continuamos no digital.**

### **Patrocínios e apoios:**

Club Athletico Paulistano, Cantu, Y’sman, ,Siemaco, Zohar Acessórios, ABFO, BPW, Projeto Divas, Viva Melhor, Instituto Sistema Humanos, SBC, AMUCC, OBM, Mulheres da Verdade, Ecofairplace, Tribo do bem, SBPO, Rede Feminina, Femama, Instituto Avon, Sociedade Brasileira de Mastologia, Movimento 17 ODS, SBOC, Rosa Mulher, FIESP, SIEMACO, ALESP. Clube Circulo Militar.

## **DOAÇÃO EM DINHEIRO PARA CAMPANHA DE “ CONCLUINDO O DIAGNÓSTICO”:**

**MAMOGRAFIA PARA TODOS (valor de cada mamografia R\$ 150,00)**

**MAMOTOMIA PARA FECHAR O DIAGNOSTICO (valor de cada mamotomia R\$ 2500,00)**

**A UNACCAM OFERECE GRATUITAMENTE OS EXAMOS PARA AS PACIENTES SUS.**

**Você pode fazer a inscrição para a mamografia no site da UNACCAM.ORG.BR**

**A realização de exames de mamotomia será em parceria com o GRUPO FLEURY.**

## DESCRIÇÃO DO EVENTO

### **SOBRE O EVENTO - VEJA O PASSO A PASSO PARA A INSCRIÇÃO**

UNACCAM UNIÃO E APOIO NO COMBATE AO CÂNCER DE MAMA - abre a partir de hoje, dia 28 de setembro, as inscrições para o **2º Desafio UNACCAM +SAÚDE "COM ELAS E POR ELAS"**, uma corrida e caminhada pela saúde de todas as pacientes de câncer de mama.

A Pandemia nos pegou de surpresa e forçou uma adaptação. Por isso será realizada de forma digital, você faz o seu percurso quando e onde quiser.

São 10 equipes correndo Por e Com 10 pacientes que representam todas as pessoas que tiveram câncer de mama, mostrando a importância de se cuidar e de fazer uma atividade física.

Corredores irão fomentar as equipes, com a campanha de "COM ELAS E POR ELAS", serão eles quem irão ajudar na corrida dessas pacientes, e lembrar que homem também pode ter o câncer de mama, que precisam cuidar de si e cuidar delas também, alertando a todos da importância dos exames e de se cuidar.

O Desafio **UNACCAM + Saúde**, alerta que o exercício físico pode diminuir em até 30% a chance de ser diagnosticada por câncer de mama.

Os recursos advindos das inscrições, de parcerias e de patrocínios serão destinados para o projeto "Mamografia para Todas" e também para ajudar nos projetos de ensino focado em capacitação de voluntários que cuidam de pacientes com câncer de mama.

Escolha uma paciente para ser homenageada e ajude a completar esse desafio.

### **1- A PROVA**

Cada equipe de paciente, conta com apoio a de amigos, familiares, corredores e pessoas que apoiam a causa que, para completar o desafio precisam somar no mínimo 200 Km, e assim homenagear as pacientes da equipe que representa todos AS MULHERES.

### **LOCAL DA PROVA:**

Fica a cargo exclusivo do (da) participante a escolha do horário e local para participar do Desafio, podendo ser realizado em sua própria residência, esteiras, bicicletas, ao ar livre, enfim, no momento e nas condições que melhor lhe convier, entre os dias 5/10/2020 e 25/10/2020.

Lembre-se, qualquer que seja a sua escolha, o (a) participante deverá sempre seguir as legislações aplicáveis e orientações do Poder Público, bem como as recomendações para se evitar o contágio pelo Coronavírus (COVID 19).

### **2 - MODALIDADES:**

A Prova contará com as seguintes Modalidades:

Caminhada e corrida - 2,5km.

Caminhada, Corrida, Bike - 5 km.

Corrida e Bike - 10 km.

### 3 - INSCRIÇÕES:

**Escolha o nome da pessoa que você quer fazer parte da equipe!**

Prazo para inscrição: 22/09/2020 À 15/10/2020

Valor unitário do Kit para retirada em São Paulo nos locais abaixo = R\$70,00

Valor unitário do Kit para envio pelos correios = R\$70,00 + Taxas para envio (adquirir separadamente - opção São Paulo ou Fora de São Paulo).

*Lembre-se, sua inscrição e participação, além de homenagear a paciente, será revertido para o "Projeto Mamografia para todas" - Mais corredores, mais mamografias e mais mamotomias.*

### 4 - KIT

**Escolha sua equipe, e faça sua inscrição por R\$ 70,00 (valor unitário), que dará direito ao kit abaixo:**

1 Camiseta

1 Medalha

1 Pin

1 *Certificado*

A camiseta personalizada em tecido 'dryfit', número de peito, um pin do laço rosa e medalha de participação.

### RETIRADA / ENVIO DO KIT

Os kits poderão ser retirados gratuitamente nos locais abaixo:

#### **São Paulo**

Rua Francisco Leitão, 77 – Pinheiros, São Paulo

Dias 4/10 a 8/10 - Horário: 10h às 18h

Dias 18/10 a 19/10 - Horário: 10h às 17h

#### Shopping Tiete

Av Raimundo Pereira de Magalhaes, 1465

Local: Espaço do Cliente

Dias 4/10 a 8/10 - Horário: 10h às 22h

Dias 18/10 a 19/10 - Horário: 10h às 22h

#### **Assis – SP**

##### **Na Secretaria da Saúde**

Dia 13/10 a 15/10 - Horário das 9h às 17h

#### **Vitória - ES**

Na Secretaria da Saúde

Dia 13/10 a 15/10 - Horário das 9h às 17h

## **Florianópolis - SC**

AMUCC - Avenida Hercílio Luz 639 – Ed Alpha Centauri, 11 andar, sala 1111 Centro- Florianópolis –SC  
Dia 13/10 a 15/10 - Horário: 10h às 17h

### **Kits poderão ser enviados pelo correio, mediante a escolha de Entrega.**

Serão enviados em até 20 dias da inscrição pelos Correios, a organização não se responsabilizará por imprevistos no prazo de entrega ou erro de informação no cadastro.

O custo de envio está fixado um valor para São Paulo e outro Brasil e será repassado ao atleta no ato da inscrição. Compartilhe o envio de até 3 pedidos juntos por uma única taxa.

### **Retirada do Kit por terceiros:**

O Kit poderá ser retirado por terceiros desde que apresente inscrição e documento que comprove a titularidade.

## **5 - COMPROVAÇÃO DE PARTICIPAÇÃO DO ATLETA:**

O período de comprovação do percurso (2.5km ou 5km ou 10km) será de **05/10/2021 à 31/10/2021** (início às 00h00 de 05/10/2021 e término às 23h59 de 31/10/2021),

O atleta deverá computar no aplicativo que será disponibilizado após inscrição. O envio do resultado deverá ser feito no link do site à partir do dia 5. Além do envio o participante deverá publicar fotos nas mídias sociais com a #unaccam+saúde #unaccam #comelaeporelas que comprove que participou e concluiu o desafio.

Valerá apenas o primeiro (único) registro por participante inscrito.

Obs.: O(a) participante não poderá alegar impossibilidade de participar do Desafio (1º Desafio Unaccam+Saúde) pelo não recebimento do kit pois os itens que constam não os impedem de participar.

## **VALIDAÇÃO DE RESULTADOS**

A Comprovação será feita através do envio de um único resultado registrado pelo aplicativo utilizado pelo ATLETA, tais como: Nike, Strava, Runkeeper, Garmin, TOM TOM, Polar, Adidas Running, Endomondo, Wikiloc, entre outros. Caso o ATLETA opte por correr na Esteira Ergométrica, a comprovação deverá ser feita através do envio da foto do painel do equipamento de um único resultado para o percurso no qual se inscreveu.

### **PROCEDIMENTO:**

1. Acesse o Site [www.unaccam.org.br](http://www.unaccam.org.br)
2. Clique no link "VALIDAÇÃO DE RESULTADOS"
3. Você será direcionado a página de captura dos dados.
4. Preencha os campos necessários , seu resultado e faça um upload da imagem que comprova o percurso e clique ENVIAR

Lembrando, o link para UPLLOUD estará disponível à partir do dia 18 no site [UNACCAM.ORG.BR](http://UNACCAM.ORG.BR)

5. Agora é só esperar a aprovação do organizador e conferir o resultado no site da [UNACCAM.ORG.BR](http://UNACCAM.ORG.BR) à partir de 5 de Novembro

## 6 – RESULTADOS:

Os resultados serão disponibilizados dia 5/11/2021 no site da UNACCAM.

## OPÇIONAL

**VOCÊ PODE FAZER MAIS!  
COLABORE COM UMA OU MAIS MAMOGRAFIAS PARA O PROJETO MAMOGRAFIA PARA TODAS E  
GANHE SEU KIT.**

Muitas mulheres enfrentam dificuldades para acesso aos exames para o diagnóstico precoce na rede pública, a UNACCAM entendendo que no diagnóstico precoce pode ajudar até 95% a cura de um câncer de mama, doa exames de mamografia, ultrassom e outros que possam ajudar no diagnóstico precoce.

Você também pode participar deste movimento ao fazer uma doação no ato da inscrição para o Projeto Mamografia para Todas. O valor arrecadado será destinado ao projeto, sendo descontado 8% da quantia por taxa de impostos do site.

pelo site [www.unaccam.org.br](http://www.unaccam.org.br)

## PARTICIPE!!

Conheça a UNACCAM - União e Apoio no Combate ao Câncer de Mama

[www.unaccam.com.br](http://www.unaccam.com.br)

@unaccam

Entre em contato conosco no whatsAap +55 11 9 7255 6363