



3º DESAFIO UNACCAM+SAÚDE COM ELAS E POR ELAS NO OUTUBRO ROSA

Você sabia que fazer 30 minutos de exercícios diário pode diminuir em 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 também 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 o **Projeto Mamografia para Todas** bem como concluir o diagnóstico de pacientes com câncer de mama, através de mamografias e biópsia de mama acelerando o processo de fila de espera dentro do SUS que em média demora de 3 a 7 meses para uma paciente conseguir realizar seus exames de diagnóstico. Neste período de espera, o diagnóstico pode alterar para um tumor avançado.

DESAFIO DIGITAL “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 10/10/2022 e encerrando em 31/10/2022.

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

A equipe deverá completar 200 km em conjunto.

As inscrições poderão ser realizadas entre os dias 25/09/2022 e 10/10/22 através do site www.unaccam.org.br.

Na inscrição cada participante escolhe sua equipe de inspiradora, 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 caminhar, correr ou andar de bicicleta de onde estiver, no horário mais conveniente para si, e registrar em aplicativos de corrida, como, Nike, Strava para depois subir no sistema e ainda publicar fotos nas mídias sociais



com as hashtags “#unaccam+saúde”, “#unaccam20anos”, “#comelaseporelas”, #somosunaccam e marcando a ONG @unaccam

Este registro deverá ser enviado até o dia 31/10/22 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 ser revertido para exames de diagnóstico, mamografia e biópsia de mama.

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.

Parceiros da UNACCAM:

Sociedade Brasileira de Mastologia, Sociedade Brasileira de Psico Oncologia, Associação Brasileira de Fisioterapia Oncológica, Sociedade Brasileira de Oncologia Clínica, Sociedade Brasileira de Cancerologia, Associação de Pacientes com Câncer de Mama, Escola Paulista de Medicina.

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

MAMOGRAFIA PARA TODOS – exames gratuitos de mamografia para pacientes do SUS (valor de cada mamografia - R\$ 250,00)

BIÓPSIA DE MAMA PARA FECHAR O DIAGNÓSTICO - (valor de cada biópsia de mama R\$ 3.000,00)

Qualquer pessoa pode fazer a inscrição esse projeto no site: www.unaccam.org.br

DESCRIÇÃO DO EVENTO

UNACCAM UNIÃO E APOIO NO COMBATE AO CÂNCER DE MAMA - abre a partir de hoje, dia 25 de setembro, as inscrições para o **3º 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 facilitando a adesão de mais participantes.



Serão 10 equipes correndo **POR** e **COM** 10 pacientes que representam pacientes que tem ou já tiveram câncer de mama, mostrando a importância de se cuidar e de fazer uma atividade física.

Corredores irão fomentar as equipes, com a campanha "**COM ELAS E POR ELAS**". Serão eles quem irão ajudar na corrida dessas pacientes, e lembrar que homens também podem 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.

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 de cada 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 10/10/2022 e 31/10/2022.

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, Bicicleta - 5 km.
- Corrida e Bicicleta - 10 km.

3 - INSCRIÇÕES:

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

Prazo para inscrição: **25/09/2020 à 15/10/2020**

Valor unitário do Kit para retirada em São Paulo nos locais abaixo = R\$75,00 (R\$70,00 + R\$5,00 taxa de serviço)



Valor unitário do Kit para envio pelos correios = R\$75,00 + 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 biópsias de mama.

4 – KIT

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

- 1. Camiseta personalizada em tecido "dry'fit"
- 1. Medalha do Evento
- 1. Pin do laço rosa
- 1. Certificado – pós inserção de kms percorridos – via Strava ou Nike

RETIRADA / ENVIO DO KIT

Os kits poderão ser retirados gratuitamente nos locais abaixo:

São Paulo

Decathlon Paulista

Av. Paulista, 854 - Bela Vista, São Paulo - SP, 01310-913

Dias 06/10 e 07/10 - Horário: 10h às 17h

Dias 08/10 - Horário: 14h às 18h

P. Puel

Alameda dos Aicás, 1205 - Indianópolis, São Paulo - SP, 04086-003 Local: Espaço do Cliente

Dias 06/10 a 08/10 - Horário: das 11h às 19h

Dias 13/10 a 15/10 - Horário: das 11h às 19h

UNACCAM

Local: Rua Honduras, 629 – Jd. Paulista

Dias 17/10 a 20/10 - Horário: das 10h às 17h



Academia Na Ativa

Avenida Guerino Grisotti, 405 - Jardim Arizona -Itatiba -SP

Dias 06/10 a 08/10 - Horário: 11h às 19h

Dias 13/10 a 15/10 - Horário: 11h às 19h

Florianópolis – SC

AMUCC - Avenida Hercílio Luz 639 – Ed Alpha Centauri, 11 andar, sala 1111 Centro - Florianópolis – SC

Dias 06/10 a 07/10 - 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 **10/10/2022 a 31/10/2022** (início às 00h00 de 10/10/2022 e término às 23h59 de 31/10/2022).

O atleta deverá computar no aplicativo que será disponibilizado após inscrição. O envio do resultado deverá ser feito no link do site a partir do dia 5. Além do envio o participante deverá publicar fotos nas mídias sociais com a #unaccam+saúde #unaccam #comelaeporelas e marcando a ONG @unaccam 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 (3º 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
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 a partir do dia 18 no site UNACCAM.ORG.BR

5. Agora é só esperar a aprovação do organizador e conferir o resultado no site da UNACCAM.ORG.BR a partir de 5 de Novembro

6 – RESULTADOS:

Os resultados serão disponibilizados dia 5/11/2022 no site da UNACCAM.

OPCIONAL

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 pelo site www.unaccam.org.br

QUEM PROCURA ACHA, QUEM ACHA CURA



PARTICIPE!!

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

www.unaccam.org.br

@unaccam

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

