

## **Uso racional de medicamentos: protegendo sua saúde e a de todos!**

No mundo acelerado de hoje, os medicamentos são aliados indispensáveis na busca por saúde e bem-estar. Contudo, como qualquer ferramenta poderosa, eles requerem cuidado e responsabilidade no uso.

O uso racional de medicamentos envolve práticas essenciais que todos devem adotar para garantir que os benefícios dos medicamentos sejam maximizados enquanto os riscos são minimizados. Veja como você pode utilizar medicamentos de forma racional e segura:

**Siga a prescrição médica:** Não altere a dosagem, frequência ou horário de administração do medicamento sem a orientação do seu médico. Mesmo que você sinta melhora, interromper ou modificar o tratamento pode comprometer a eficácia do medicamento e sua recuperação.

**Evite a automedicação:** Tomar medicamentos sem prescrição médica pode colocar sua saúde em risco. Os medicamentos que funcionam para uma pessoa podem não ser adequados para outra e podem causar efeitos adversos graves.

**Armazenamento adequado:** Mantenha os medicamentos em um local fresco, seco e fora do alcance de crianças e animais de estimação. Condições inadequadas de armazenamento podem alterar a eficácia dos medicamentos e representar um perigo para a saúde.

**Descarte responsável:** Leve os medicamentos vencidos ou não utilizados a um posto de coleta para descarte adequado. Jogar medicamentos no lixo comum ou no esgoto pode levar à contaminação do meio ambiente, afetando a fauna, a flora e até mesmo os recursos hídricos.

**Informe-se sobre os medicamentos:** Leia as bulas e os rótulos para compreender os efeitos, contraindicações e interações possíveis. Caso tenha dúvidas, consulte um profissional de saúde. Entender como os medicamentos funcionam ajuda a usá-los de maneira mais segura e eficaz.

**Seja honesto com seu médico:** Informe seu médico sobre todos os medicamentos que você está tomando, incluindo vitaminas e suplementos. Isso ajuda a evitar interações medicamentosas que podem ser prejudiciais à sua saúde.

Adotar o uso racional de medicamentos não só protege a sua saúde, mas também contribui para a segurança de todos ao seu redor. É um investimento valioso na promoção de um ambiente mais seguro e saudável para toda a comunidade.

---

## **Previc aprova transferência do plano da Roche para a Vivest**

A Previc – Superintendência Nacional de Previdência Complementar aprovou, por meio da Portaria nº 535, de 24 de junho de 2024, publicada no Diário Oficial da União em 03/07/2024, a transferência do plano de previdência dos colaboradores da Roche, o Plano de Benefícios Rocheprev, para a Vivest. Agora, estão sendo tomadas as medidas operacionais para a transferência e a previsão é que a Vivest passe a administrar efetivamente o plano – que conta com cerca de 1.700 participantes e patrimônio aproximado de R\$ 378 milhões – ainda no segundo semestre deste ano.

Formado pelas três empresas do grupo Roche que operam no Brasil - Produtos Roche Químicos e Farmacêuticos; Roche Diagnóstica Brasil e Roche Diabetes Care Brasil -, o plano que passará a ser administrado pela Vivest é na modalidade de Contribuição Variável (CV) e ainda está em fase de acumulação, ou seja, arrecada mais do que paga benefícios.

“Estamos muito felizes por termos sido escolhidos pela Roche para administrar seu plano de previdência e cuidar do futuro de seus colaboradores. É uma honra contar com a confiança de uma empresa com tamanha tradição e importância econômica. Essa decisão reforça nosso papel como consolidadores de mercado, administrando planos de previdência de empresas de diversos

setores", destacou o presidente da Vivest, Walter Mendes, quando foi anunciada a chegada da Roche, em 2023.

Mendes explicou também que o ingresso de uma nova patrocinadora é benéfico para os participantes. "Hoje administramos muitos planos maduros, que pagam mais benefícios do que arrecadam contribuições. É importante a entrada de novas patrocinadoras porque isso reforça a gestão e dá à Vivest sustentabilidade, ou seja, torna a entidade ainda mais forte para continuar administrando as aposentadorias de todos os participantes no futuro. E ao fortalecer a entidade, mantemos o baixo custo para as patrocinadoras e conseguimos oferecer novos serviços e benefícios aos participantes".

É importante ressaltar que a transferência do Rocheprev para a Vivest não altera as regras de benefícios e contribuições do plano.

A decisão da Previc foi publicada no Diário Oficial da União de 03 de julho de 2024.

**Clique no link abaixo para conferir.**

[Portaria da Previc nº 535](#)

**Fonte:** [Vivest](#), em 05.07.2024.