



Cabergs amplia rede credenciada na Região Noroeste



Diretorias da SEPAM, Cabergs e Gerente Geral da Agência Banrisul de Ijuí.

Em linha com as ações de interiorização, desenvolvidas com prioridade pela atual gestão da Cabergs e divulgadas constantemente, foram agregados **77 novos profissionais médicos na rede credenciada no município de Ijuí**, região Noroeste do Rio Grande do Sul. Até então, os beneficiários residentes na cidade contavam com o atendimento de profissionais, em sua maioria, através do convênio firmado com o Hospital de Caridade de Ijuí (HCI), que existe desde 1935. Hoje, seu atendimento vai além dos mais de 78 mil habitantes da localidade e alcança 1,5 milhão de pessoas que fazem parte de uma região formada por 120 municípios.

A disponibilidade de mais 77 credenciados de diversas especialidades, **incluindo 04 anesthesiologistas**, foi possível por meio da assinatura de um convênio com a Sociedade de Estudos, Pesquisa e Assistência Médica Ltda (SEPAM), que reúne esses profissionais. Os beneficiários serão atendidos nos consultórios dos profissionais vinculados à SEPAM.

Novos credenciados em Alegrete

Em outra ação da Diretoria, no mês de junho, os beneficiários da Cabergs da Região da Fronteira foram contemplados com os **primeiros médicos credenciados** na cidade de Alegrete. O objetivo é atender às necessidades básicas de assistência à saúde. Para isso, já foram credenciados profissionais nas especialidades de cardiologia, cirurgia geral, ginecologia, obstetrícia e urologia. Novos profissionais devem ser anunciados em breve.

Mapeamento de Processos

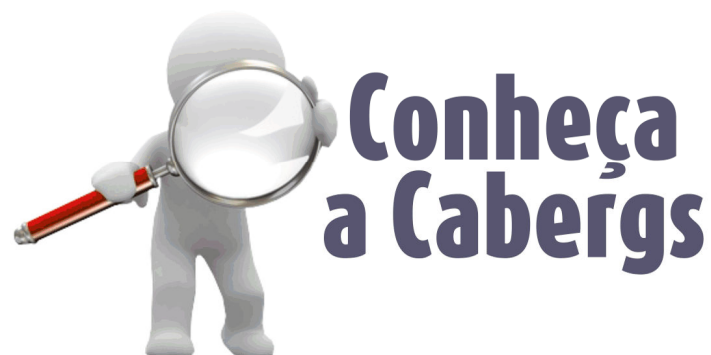
Uma das preocupações da atual Diretoria é com a modernização e eficiência da Cabergs. Nesse sentido, no final deste primeiro semestre, foi iniciado um trabalho interno de mapeamento dos processos de todos os departamentos e gerências. O objetivo é aumentar a velocidade, a agilidade e a segurança de todas as atividades da Entidade, com a finalidade de tornar as informações mais acessíveis, eficientes e melhorar o autoatendimento ao beneficiário e ao credenciado. O resultado esperado é a elevação da produtividade e da qualidade da assistência à saúde prestada pela Cabergs.

Além de mapear como são realizadas as atividades atualmente, alguns dos objetivos citados acima já estão sendo colocados em prática como: a fidelização da rede credenciada e a busca por prestação de serviços alternativos em localidades onde há dificuldades de credenciar profissionais; a melhoria do serviço de *call center* e a intensificação das soluções de autoatendimento, por meio do site da Cabergs, que passa por remodelação e inserção de novos serviços (portal). Por fim, busca-se também trabalhar a imagem da instituição, melhorando o relacionamento com seu público, através de meios de comunicação e informações variadas.

O resultado do trabalho será o mapa de processos e o diagrama de relacionamentos, que são representações gráficas que demonstram o fluxo operacional e a inter-relação entre diferentes áreas. Através dos mapas será possível calcular os custos totais do processo, das atividades ou tarefas, o tempo de execução, os responsáveis, o pessoal alocado e o tempo de dedicação de cada recurso, possibilitando promover as melhorias e otimizações objetivadas.



Feita por pessoas para pessoas.
Aguarde...



Plano odontológico

Seu sorriso merece esse carinho!



O mercado de planos odontológicos cresceu a um ritmo médio anual de 19% nos últimos dez anos. O número de beneficiários saltou de 3,2 milhões para mais de 13,8 milhões nesse período, passando a ocupar 24% na participação do total de planos de saúde.

A Cabergs, desde 1998, oferece duas modalidades de planos odontológicos e hoje, 14 anos depois, pouco mais de 40% dos beneficiários possui algum plano nesse segmento. De acordo com Ana Rubin, Dentista, Auditora de Serviços de Saúde da Cabergs e responsável técnica junto aos órgãos competentes, a principal

característica dos planos odontológicos da Cabergs é proporcionar uma assistência abrangente e de qualidade. "Nossos planos oferecem cobertura para próteses, por exemplo, mesmo antes da exigência da lei, há pouco tempo".

Com mensalidades que variam entre R\$ 15,99 e R\$ 32,62 os beneficiários contam com procedimentos desde consultas, atendimento odontopediátrico, restaurações, tratamento de canal, cirurgia buco-maxilo-facial, além de aparelho ortodôntico e próteses, cuja cobertura está além da prevista no Rol de procedimentos da ANS.

Etiqueta de revalidação carteira Cabergs

Até o dia 30 de junho, os beneficiários dos planos de saúde da Cabergs deverão receber em sua casa a **etiqueta de revalidação** dos benefícios. Ela contém o nome, matrícula, os planos nos quais o beneficiário está inscrito, além da validade.

A etiqueta deve ser colada imediatamente atrás da carteira Cabergs. Caso a mesma não chegue em sua casa, entre em contato com o Serviço de Atendimento ao Beneficiário - SABE, através do e-mail: beneficiario@cabergs.org.br ou ligue (51) 3210-9708 (Porto Alegre e Grande Poa) ou 0800 051 2142 (demais regiões).



A Cabergs Corretora de Seguros vem fazendo esforços a fim de melhorar qualitativamente seus serviços e elevar o número de segurados. Recentemente a instituição implantou um sistema de gestão que vai proporcionar a reunião de dados dos clientes e a integração com a rede de seguradoras parceiras da Cabergs Corretora. Essas são medidas que visam proporcionar ainda mais segurança e agilidade aos processos, em linha com as melhores práticas do mercado.

Além dos funcionários que atuam na sede da empresa, a equipe é formada por um grupo de

agenciadores credenciados para atender exclusivamente aos empregados do Bannisul nas apólices de seguro de vida.

Atualmente a carteira segurada da Cabergs Corretora é composta por **21 mil vidas, 12 mil veículos e outros sete mil segurados**. Entre eles, estão segurados de riscos diversos como, por exemplo, equipamentos rurais. Além disso, é variado o número de adquirentes de outros seguros, que são transitórios, como o Carta Verde, seguro obrigatório para veículos brasileiros em viagens aos países do Mercosul. Destinos como Uruguai e Argentina lideram o ranking na procura pelo seguro Carta Verde.

Prevenção em Foco

Asma

Inverno pede cuidado redobrado

No frio, sobretudo com a prática de exercícios ao ar livre, aumentam as chances de se desencadear um ataque de **asma brônquica**. A observação é feita pela pneumologista credenciada da Cabergs, Dra. Juliana Negretto e serve de alerta a todos aqueles que sofrem desta doença crônica.

Na estação mais fria do ano, é preciso redobrar os cuidados para viver melhor. Segundo a médica, os episódios de obstrução (generalizada e variável) ao fluxo de ar nos pulmões podem ser agravados por fatores comuns no inverno, como alergias provocadas por mofo, mudanças bruscas de temperatura, pela fumaça (da lareira, por exemplo) ou por infecções como a sinusite e a gripe.

Os sintomas mais frequentes são falta de ar, tosse seca, chiado e opressão no peito. A asma acomete pessoas de qualquer idade. A maioria dos casos, todavia, é diagnosticada na infância e é comum manifestar-se em pessoas de uma mesma família.

A asma é uma **doença sem cura**, por isso é importante evitar fatores que são agravantes e fazer um tratamento contínuo com medicamentos, sempre sob orientação de um pneumologista, ressalta a Dra. Juliana.

Os principais fatores agravantes

- Contato com pólen, mofo, ácaros;
- Fumaça de cigarro;
- Poluição do ar;
- Inseticidas;
- Poeiras;
- Resfriados e gripes;
- Fatores emocionais;
- Prática de exercícios vigorosos;
- Oscilações climáticas.

Por isso, um **tratamento adequado** visa impedir o desencadeamento das crises. Isso é feito pelo afastamento dos fatores geradores e o uso contínuo dos remédios chamados de broncodilatadores de longa duração, corticosteróides inalatórios e antileucotrienos. A asma não controlada pode causar sérias complicações. Observe corretamente as orientações do seu médico.

Desde 04 de junho, os medicamentos brometo de ipratrópio, dirpropionato de beclometasona e sulfato de salbutamol foram incluídos na ação Saúde Não Tem Preço e estão disponíveis gratuitamente na rede de Farmácias Populares. Para retirar os medicamentos, basta apresentar documento com foto, CPF e a receita médica dentro do prazo de sua validade. Fonte: <http://www.blog.saude.gov.br>



Recomendações

- Não fume. Numa família de asmáticos, ninguém deve fumar;
- Exercite-se moderadamente todos os dias. A asma não deve limitar a sua vida: caminhar, pedalar e nadar são atividades muito saudáveis;
- Tome muito líquido: de cinco a oito copos de água por dia;
- Use os medicamentos prescritos por seu médico e evite a chamada medicação caseira;
- Mantenha a calma e evite o pânico em momentos de crise.

Qualidade de Vida e Bem Estar

Diabetes

Sobrepeso aumenta risco de desenvolver diabetes



Diabetes tipo 1 – Neste tipo, a produção de insulina do pâncreas é insuficiente, pois suas células sofrem o que se chama de destruição autoimune. Os portadores de diabetes tipo 1 necessitam injeções diárias de insulina para manterem a glicose no sangue em valores normais e, embora ocorra em qualquer idade, é mais comum em crianças, adolescentes ou adultos jovens.

Atenção permanente à saúde é dica de quem enfrenta diabetes pela segunda vez

A beneficiária Marli Janeti Pinto enfrenta, aos 53 anos, a diabetes pela segunda vez na vida. A primeira foi aos 37, durante a gestação da última filha. Cuidados regulares e acompanhamento médico no final da gravidez foram suficientes para que ela se recuperasse bem. Porém, em 2003, o surgimento de um câncer de mama começou a descontrolar a glicose.

Diabetes Gestacional – A presença de glicose elevada no sangue durante a gravidez é a característica deste tipo. Geralmente a glicose no sangue se normaliza após o parto. No entanto as mulheres que apresentam ou apresentaram diabetes gestacional, possuem maior risco de desenvolverem diabetes tipo 2 tardiamente, o mesmo ocorrendo com os filhos.

“Depois de ter feito quimioterapia, comecei a sentir muita dor e desenvolvi hipertensão. A investigação médica descobriu uma doença chamada polineuropatia diabética, que pode ter sido provocada pelo tratamento do câncer”, conta ela. Mas com o tempo, Marli foi aprendendo os cuidados que ajudam a controlar a glicose e a garantir a qualidade de vida.

Veja algumas dicas da Sociedade Brasileira de Diabetes:

- Não se automedique;
- Mantenha hábitos saudáveis e uma alimentação equilibrada;
- Faça exercícios físicos regularmente ou atividades ao ar livre;
- Vá ao médico periodicamente para fazer exames de rotina;
- Não fume;
- Não use bebidas alcoólicas.

A Sociedade Brasileira de Diabetes estima que 90% dos casos de diabetes hoje no Brasil estão relacionados ao tipo 2 da doença. É aquele desenvolvido ao longo da vida e agravado por fatores como maus hábitos alimentares, sedentarismo e estresse. Nesse tipo, que é o mais comum, o paciente diabético produz insulina, mas o organismo desenvolve (normalmente em função da obesidade) resistência ao hormônio. Metade dos portadores de diabetes tipo 2 desconhecem sua condição, uma vez que a doença é pouco sintomática. O diagnóstico precoce do diabetes é importante, pois o tratamento evita suas complicações.

Quando presentes, os sintomas mais comuns são: urinar excessivamente, inclusive acordar várias vezes à noite para urinar; sede excessiva; aumento do apetite; perda de peso; cansaço; vista embaçada; infecções frequentes, sendo as mais comuns as de pele.

Dia a dia de diabéticos está mais fácil hoje

Diabético do tipo 1, o auxiliar administrativo da Fundação Banrisul, Marco Antônio Tamanini afirma que agora a vida dos pacientes que sofrem de diabetes está mais fácil. “Descobri a diabetes há 21 anos. Lembro que nos anos 80 não havia muitas opções de alimentos e bebidas dietéticos. Naquela época, também não existiam as fitas – ou eram muito caras. Então, não tínhamos a possibilidade de furar o dedo e colocar o sangue no aparelho medidor de glicose”. Hoje, essas ferramentas que permitem o cuidado diário do diabetes são fornecidas pelo governo. Entre elas, as fitas e seringas, que estão, inclusive, com agulhas menores. Isso permite que o próprio paciente administre os cuidados necessários no dia a dia.

Informativo da Caixa de Assistência dos Empregados do Banco do Estado do Rio Grande do Sul

Diretoria Executiva: Sergei Julio dos Santos - Diretor-Presidente, José Carlos Rodrigues Ledur - Diretor Financeiro e Administrativo, Gilnei Silva Nunes - Diretor de Operações - www.cabergs.org.br - CNPJ 02.315.431/0001-72 - Rua Siqueira Campos, 736 Porto Alegre/RS - CEP: 90010-000 - PABX: (51) 3210-9700 - Diretoria Executiva: (51) 3210-9940 - FAX: (51) 3210-9943 - Atendimento ao Beneficiário: (51) 3210-9707 DDG SABE: 0800-051-2142 - Fax: (51) 3210-9708 - Atendimento ao Credenciado: (51) 3210-9897- DDG Credenciado: 0800-051-6169 - Fax: (51) 3210-9864 - Diagramação e Editoração: Daniela Beschoren de Oliveira e Vanessa Cerutti - Jornalista Responsável: Grazieli Binkowski - Mtb 12718 - Tiragem 4.400 - Fotos divulgação. Custo unitário R\$ 0,16 - Custo total R\$ 729,96