

PROMED QUALIFICA SUA GESTÃO

O Programa Auxílio-Medicamento (PROMED) subsidia 50% do valor de medicamentos por ele cobertos, prescritos por médicos ou cirurgiões-dentistas. Foi criado, originalmente, pelo Banrisul S/A e, atualmente, é um benefício disponível aos empregados e aposentados das Associadas Patrocinadoras que aderiram ao Programa. A Cabergs é a administradora do programa e responsável pela boa gestão, sendo as despesas custeadas pelas Associadas Patrocinadoras.

Para utilizar o programa, não é necessária autorização prévia da Cabergs, desde que o medicamento prescrito seja coberto pelo PROMED. Basta o beneficiário, com uma receita em seu nome, dirigir-se a uma das mais de mil farmácias credenciadas pela Cabergs e efetuar a compra. A farmácia reterá a receita e juntamente com o cupom fiscal enviará para a Cabergs, que fará todo o trabalho de verificação da receita, se foi emitida corretamente, por profissional habilitado,

para o beneficiário do programa etc. Um dos maiores desafios da gestão do PROMED está na certificação da correta utilização desse benefício, ou seja, o controle de quem efetivamente está utilizando o Programa, para quem se destina o medicamento e se a quantidade está adequada.

Foi constatado que a facilidade de acesso ao benefício acarretou alguns problemas de conformidade. Por isso, para aperfeiçoar o processo, foi contratado um serviço especializado que, a título de auditoria, fará a completa revisão de todos os benefícios concedidos, permanentemente.

O serviço irá verificar a correta utilização das receitas, fazendo a conferência de medicamentos prescritos com a especialidade do médico prescritor, o perfil do beneficiário, dentre outros, identificando inconformidades, como, por exemplo, remédios de uso pediátrico prescritos em nome de um adulto. Outra checagem que passará a ser realizada será o cruzamento

de informações de consultas médicas e odontológicas realizadas na rede credenciada com as receitas emitidas. Em caso de dúvida, o beneficiário será notificado de que sua compra está sob análise e lhe será requisitado que providencie laudo com o profissional de saúde que lhe prescreveu o medicamento, de forma a justificar o tratamento solicitado.

A constatação de uso indevido do PROMED tem previsão de perda do benefício, conforme estabelecido em seu Regulamento Geral (www.cabergs.org.br/programa_selecionado_PROMED.aspx), além do estorno de concessões que eventualmente tenham lhe sido concedidas.

Benefícios como o PROMED qualificam o serviço prestado pela Cabergs em prol de uma assistência médica que contribua ativamente na saúde e no bem-estar dos beneficiários. Por isso, é essencial que sejam utilizados com responsabilidade e dentro das conformidades legais.



EM 2015, MAIS DE 500 BENEFICIÁRIOS FALTARAM A CONSULTAS NO AMBULATÓRIO

O não comparecimento passou a ser cobrado

Localizado na sede da operadora, em Porto Alegre, o Ambulatório Médico da Cabergs é um benefício gratuito e atende aos beneficiários inscritos nos planos médicos (PAM e PAM II), sejam eles da capital ou de outras cidades. Por mês, são realizadas cerca de 500 consultas, entre clínica geral e nutrição. No entanto, em 2015, foram 532 não comparecimentos em consultas, o que prejudica os beneficiários que tentam fazer o agendamento e não conseguem.

Com isso, desde o início de março de 2016, o não comparecimento nas consultas agendadas passou a ser cobrado, com a finalidade de incentivar a correta utilização do Ambulatório Médico da Cabergs. O atendimento segue gratuito, porém, para aqueles que não comparecerem à consulta agendada e

confirmada, passa a ser cobrado o valor da consulta integralmente, em forma de TPD (Taxa de Participação nas Despesas). Conforme a diretoria executiva, "o objetivo desta medida é atender ao beneficiário com melhor qualidade, uma vez que os altos índices de não comparecimento acabam prejudicando os beneficiários que realmente necessitam de atendimento".

Para evitar esse tipo de ocorrência, o ambulatório já realiza o serviço de confirmação através de ligação telefônica, 24 horas antes da consulta agendada. Mesmo assim, muitos pacientes confirmam e acabam faltando à consulta. Em razão disso, desde o dia 1º de março, os beneficiários que não informarem o ambulatório sobre o não comparecimento com 24 horas de antecedência, respondem pelo pagamento integral da consulta.

Credenciamento do Hospital Unimed de Santo Ângelo amplia assistência na região das Missões

Os mais de 700 beneficiários da região das Missões agora contam com o atendimento do Hospital Regional Unimed, em Santo Ângelo. O credenciamento é resultado da visita do presidente Fernando Zingano à cidade, no final de janeiro. "Nossa busca por expansão da rede assistencial no interior do Estado é constante, bem como a satisfação de nossos beneficiários", afirmou o presidente.

O atendimento aos beneficiários está disponível desde março de 2016. O Hospital Unimed, construído há apenas 3 anos, conta com uma estrutura nova e moderna, equipada com aparelhos de

alta tecnologia. A instituição contempla os serviços de Pronto Atendimento (adulto e pediátrico), Laboratório de Análises Clínicas, Internações (clínicas, cirúrgicas, pediátricas e maternidade), Serviço de Diagnóstico por Imagem (Raio X, Ecografia, Mamografia, Tomografia e Ressonância Magnética), UTI adulto e serviço de Alta Complexidade em Cardiologia.

Para mais informações, entre em contato pelos fones:

- Recepção central: (55) 3312-0706
- Serviço de diagnóstico por imagem: (55) 3312-0761
- Laboratório: (55) 3312-0714.

**ELE ESTÁ NA
NOSSA MIRA**



DICAS PARA VOCÊ ELIMINAR O AEDES AEGYPTI



Entregue os pneus usados para o serviço de limpeza urbana ou guarde-os ao abrigo da chuva.



Encha com terra até a borda os pratinhos dos vasos de planta.



Remova tudo que possa impedir a água de correr pelas calhas.

SAIBA UM POUCO

MAIS SOBRE O

AEDES AEGYPTI

O *Aedes aegypti* é um mosquito doméstico, vive dentro de casa e perto do homem. Ele é responsável pela transmissão de 3 doenças:

Vírus Zika

Dengue

Febre Chikungunya

**COMBATA O MOSQUITO
PERIODICAMENTE**

Fonte: <http://combataedes.saude.gov.br/>



26 DE ABRIL - DIA NACIONAL DE PREVENÇÃO E COMBATE À HIPERTENSÃO ARTERIAL

Um em cada quatro brasileiros sofre de hipertensão

Hipertensão é quando a pressão arterial é, constantemente, igual ou maior que 14 por 9. Segundo dados do IBGE de 2013, 31,3 milhões de brasileiros sofrem de hipertensão. Isso corresponde a 21,4% do país. Entre a população idosa, acima de 65 anos, esse número sobe para alarmantes 53%.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Hipertensão, a pressão se eleva por vários motivos, mas, principalmente, porque os vasos nos quais o sangue circula se contraem. Em resumo, o coração e os vasos podem ser comparados a uma torneira aberta ligada a vários esguichos - se fecharmos a ponta dos esguichos, a pressão lá dentro aumenta. O mesmo ocorre quando o coração bombeia o sangue. Se os vasos são estreitados, a pressão sobe.

Segundo o Dr. Lázaro Krummenauer, médico do ambulatório Cabergs, em mais de 90% dos casos a hipertensão é considerada essencial ou primária, ou seja, não há um fator desencadeante, "trata-se de um traço associado à genética". No restante dos casos, é chamada de hipertensão secundária ou adquirida, quando "está associada a doenças renais, doenças da tireoide, doenças vasculares, tumores cerebrais, obesidade e associações de doenças degenerativas que determinam como complicações também a hipertensão". Nesses casos, quando a hipertensão é secundária, tratando a doença de base, é possível curar a hipertensão.

Apesar de ser chamada de doença silenciosa, a hipertensão pode dar avisos. "Os sintomas mais comuns são aqueles relacionados com

cefaleia, tonturas, dor torácica, falta de ar ou que irão ocorrer por complicações da evolução da doença", afirma Dr. Lázaro.

A doença traz sérias consequências ao corpo se não tratada. Ela ataca vasos, coração, rins e cérebro. Os vasos sofrem quando o sangue circula com pressão elevada, tornando-se endurecidos e estreitados, podendo entupir ou romper. Quando o entupimento de um vaso acontece no coração, causa angina, podendo acarretar em infarto. No cérebro, um vaso entupido ou rompido leva a um AVC. E nos rins, podem ocorrer alterações na filtração e paralisação do órgão.

Por isso, é importante conhecer sua pressão. "Um indivíduo sadio, jovem, assintomático, pode medir a pressão a cada 6 meses. Já aqueles com mais de 40 anos, ou que possuem algum sintoma correspondente à doença, a cada 3 meses".

De acordo com a campanha "Eu sou 12 por 8", da Sociedade Brasileira de Cardiologia, as pessoas que têm familiares hipertensos e que não têm hábitos alimentares saudáveis têm mais risco de desenvolver hipertensão. Quem ingere muito sal, está acima do peso, exagera no consumo de álcool ou é diabético também está mais propenso a ter pressão alta.

Para controlar a hipertensão, é importante que o paciente mantenha o tratamento para a vida toda, seja ele por medicação ou mudanças no estilo de vida. Quando a doença não é grave, é possível controlar a pressão arterial modificando pequenos hábitos, como alimentação e atividades físicas.

Confira algumas dicas da Sociedade Brasileira de Hipertensão:

- Meça sua pressão arterial regularmente.
- Tenha uma alimentação saudável: evite açúcares e doces, derivados de leite integrais, carnes vermelhas com gordura aparente, temperos prontos, alimentos processados e industrializados, como embutidos, conservas e enlatados; prefira alimentos cozidos, assados, grelhados ou refogados, temperos naturais, frutas, verduras e legumes, produtos lácteos desnatados.
- Pratique atividade física, caminhadas, suba escadas ao invés de usar o elevador, ande de bicicleta, nade, dance.
- Mantenha um peso saudável.
- Diminua a quantidade de sal na comida.
- Diminua o consumo de bebidas alcoólicas.
- Não fume! Depois da hipertensão, o fumo é o principal fator de risco de doenças cardiovasculares.
- Controle o estresse.

Nos casos em que se faz uso de medicamentos, é importante administrá-los conforme a orientação. O objetivo do tratamento medicamentoso é reduzir a resistência vascular periférica, promovendo vasodilatação. Se você tiver qualquer dúvida sobre o medicamento, converse com seu médico e compareça às consultas regularmente. É essencial que o paciente nunca abandone o tratamento. E se você não sofre de hipertensão, faça pelo menos uma vez ao ano uma revisão clínica com seu médico.

**Dia Nacional de
prevenção e combate à
Hipertensão Arterial**

— 26 de abril —

**CONTROLE!
SUA PRESSÃO**



COMO VIVER BEM COM O DIAGNÓSTICO DE PARKINSON

04 de abril - Dia Nacional do Parkinson



Sim, é possível viver com qualidade. O primeiro passo para isso é entender a doença e suas limitações e conhecer seus sintomas, para que o diagnóstico seja precoce. De acordo com a Associação Brasil Parkinson, a Doença de Parkinson (DP) é uma doença neurológica e progressiva, causada pela degeneração das células situadas numa região do cérebro chamada substância negra. Essas células produzem uma substância chamada dopamina, que conduz as correntes nervosas (neurotransmissores) ao corpo. A falta ou diminuição da dopamina acaba afetando os movimentos do paciente.

Os principais sintomas são tremores, lentidão de movimentos, rigidez muscular, desequilíbrio, além de alterações na fala e na escrita. Não existem, ainda, exames e testes específicos para o diagnóstico da DP, a comprovação da doença acaba sendo feita com base em histórico clínico e exame neurológico. A evolução é bem variável, de paciente para paciente, mas o processo é vagaroso, não passando por mudanças drásticas.

"O diagnóstico de Parkinson é um acontecimento sério na vida de uma pessoa, o modo como o paciente interpreta o fato é muito importante. Disso vai depender a maneira como ele se sente e o que ele fará diante desta constatação", conta a psicóloga Neusa Chardosim. Segundo a doutora, os primeiros sintomas da DP podem passar despercebidos por serem leves, podendo

haver tremor no polegar, que vem e vai, uma sensação de tremor interno, déficit olfativo ou a escrita pode ficar pequena. "Com o passar do tempo, a presença de sintomas motores vai se intensificando, e os sintomas não motores, como apatia, insônia, depressão e perda de peso, vão se evidenciando".

Apesar dos sintomas, a maior parte dos pacientes com DP conseguem manter a capacidade de aproveitar a vida por bastante tempo. Como é o caso da sra. Augusta Paula de Campos, hoje com 90 anos. O diagnóstico de DP aconteceu há, aproximadamente, 6 anos, depois de 2 anos de exames e testes. "Ela tinha dificuldades para caminhar, mas os médicos achavam que era algum problema na coluna, pois os tremores característicos do Parkinson não aconteciam. Os sintomas foram intensificando, subindo para o intestino, afetando a motricidade fina, e depois surgiram problemas com a fala e engasgos", conta a professora Maria Nanci, filha da sra. Augusta. Apesar do diagnóstico dificultado, assim que descobriu a DP, ela iniciou o tratamento com medicação, apresentando melhoras já nos primeiros dias. "E nesses 6 anos a doença praticamente não evoluiu", afirma.

As mudanças foram grandes na família. A sra. Augusta morava sozinha e tinha uma vida praticamente independente. Hoje, vive em uma casa geriátrica, onde recebe todo tratamento necessário para viver bem com

Parkinson. Faz fisioterapia duas vezes na semana, terapia ocupacional, atividades manuais, lê revistas e jornais e mantém-se ativa. Faz tudo isso com autonomia, sempre cercada de amigas. "A mãe tem uma excelente qualidade de vida, tem vontade de viver, pensamento positivo e muita espiritualidade", conta Nanci. "É claro que não é fácil, mas a gente tem que aprender a lidar, tem que ter pensamento positivo, se não podemos mudar a situação, então temos que aceitar, não é?".

Quando a família e os amigos do parkinsoniano mantêm uma postura positiva, eles ajudam a criar um espírito de bem-estar e aliviar muitos dos medos e das ansiedades que podem acometer o paciente com Parkinson. "O que quer que aconteça, o paciente com a DP precisa aceitá-la como parte de sua vida. Aqueles que aceitam sua condição e procuram informar-se são capazes de melhor programar sua existência com a doença, inteligentemente", afirma a psicóloga.

Grupos de apoio são importantes ferramentas para essa aceitação. "Eles integram o paciente na sociedade, mostrando que ele não está sozinho nessa batalha. Os pacientes e seus familiares conseguem dividir suas angústias com pessoas que também passam pela mesma situação". A psicóloga afirma, ainda, que o sucesso do tratamento envolve muito mais que o uso de medicamentos, "é essencial que o tratamento seja feito por meio de um trabalho integrado envolvendo pacientes, familiares, cuidadores e profissionais que estão ligados ao tratamento, buscando uma melhor qualidade de vida desse paciente. Essa equipe multiprofissional compreende os atendimentos com neurologistas, fisioterapeutas, fonoaudiólogos, psicólogos, nutricionistas, terapeutas ocupacionais e dentistas", conclui.

É possível viver bem com Parkinson. Esteja atento aos sinais da doença, seja em você ou em alguém da família. O diagnóstico precoce, o tratamento multidisciplinar e pensamento sempre positivo garantem uma boa qualidade de vida para o parkinsoniano

EXPEDIENTE



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

Diretoria Executiva: Diretoria Executiva: Fernando Zingano – Dir. Presidente, Roberto Noal Monteiro – Dir. Financeiro e Administrativo, Saulo C. dos Santos Junior – Dir. de Operações – www.cabergs.org.br – CNPJ 02.315.431/0001-72 – Rua Siqueira Campos, 736 – Porto Alegre/RS – CEP: 90010-000 – Relacionamento com Beneficiários: 0800-051-2142 – Coordenação: Daniela Beschoren – Conteúdo e diagramação: CM3 Comunicação – Tiragem: 3000 – Valor total: R\$ 990,00 – Valor unitário: 0,33 – Fotos divulgação

ANS – nº 30731-9