

## Programa de Orientação à Gestação é lançado em plataforma EAD

O Programa de Orientação à Gestante e Paternidade Consciente (POG) foi lançado na plataforma de Ensino a Distância (EAD) no último dia 07 de dezembro. Estavam presentes o Diretor Presidente da Cabergs, Fernando Zingano, os representantes do Banrisul, Marcelo Robaina e Márcio Kaiser, além de toda equipe da Cabergs que participou do desenvolvimento do projeto.

O POG tem o objetivo de orientar os futuros papais sobre o desenvolvimento da gestação, parto, cuidados com o recém-nascido e aborda temas como: a nova constituição familiar; aspectos psicológicos do parto e puerpério; nutrição da gestante; aleitamento materno e técnicas de amamentação; parto normal e cesárea; orientação postural; teste do pezinho; orientações sobre o plano médico; visita à maternidade; prevenção da saúde física e oral do bebê.

Agora, com o lançamento EAD do programa, todos esses conhecimentos estão ao alcance dos beneficiários que residem longe da capital gaúcha. Kaiser destacou que, agora, "uma pessoa de qualquer lugar do estado poderá fazer o curso", afirmou. Já o Presidente Zingano se referiu ao lançamento como a materialização de um sonho de toda equipe Cabergs. "Este momento me enche de orgulho, pois esse era um desejo nosso há bastante tempo; é emocionante", concluiu.

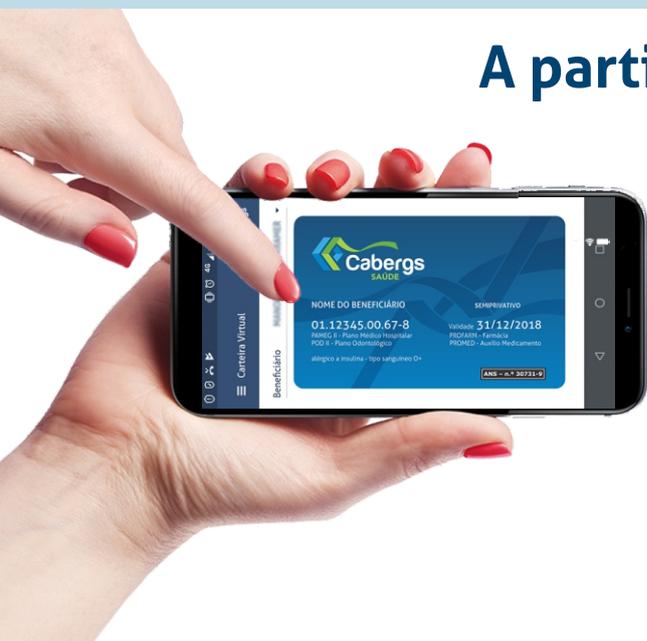
A primeira turma à distância iniciou nessa segunda-feira (10/12) e contou com 105 inscritos. O curso, que é exclusivo para funcionários Banrisul, fica disponível durante um mês para que os participantes possam concluí-lo e inicia, a cada mês, uma turma nova. As inscrições devem ser feitas diretamente na intranet do banco.



## A partir de 2019, a carteira será digital!

Para garantir maior praticidade aos beneficiários, redução de despesas e sustentabilidade ambiental, a Cabergs adotará a carteira digital como forma de identificação dos beneficiários para utilização dos serviços de saúde. Não será emitida nova etiqueta, e a validade da carteira física expirará em 31/03/2019.

A partir dessa data, os atendimentos serão realizados mediante a apresentação da carteira digital. Para isso é necessário que o beneficiário tenha o aplicativo Cabergs Saúde instalado no seu celular. Se você não possui celular, poderá imprimir a carteira pelo site, porém esta opção estará disponível somente em 01/04/2019. Em caso de alguma necessidade, contatar com nossa Central de Atendimento pelo telefone 0800 051 2142.



## Temporada de piscinas no Centro Social já está aberta

Confira os horários de funcionamento:

De terça a sexta-feira: das 10h às 19h;

Aos sábados das 9h às 20h;

Aos domingos das 9h às 19h.

Obs.: Após o encerramento do horário de verão, a piscina será fechada 1 (uma) hora antes.



Começou, no dia 15 de dezembro, a temporada de piscinas do Centro Social, que tem o encerramento previsto para 4 de março de 2019. Poderão utilizar o parque aquático os empregados do Grupo Banrisul, ativos, inativos, seus dependentes e estagiários. É permitido o acesso de 2 (dois) convidados por pessoa credenciada, desde que acompanhado do empregado. Os convidados estão sujeitos ao pagamento de uma taxa de utilização no valor de R\$25,00 (vinte e cinco reais), que ficará registrada na comanda do empregado. Convidados até 10 anos e

maiores de 60 anos ganham isenção da taxa de pagamento.

Para acessar o parque aquático, os empregados do Grupo Banrisul, ativos, inativos, seus dependentes e estagiários devem apresentar crachá funcional ou Carteira Cabergs. Já os convidados devem apresentar identidade e autorização do responsável, que se dá através do preenchimento de um formulário disponível no local.



No mês de novembro, a Cabergs realizou diversas atividades presenciais para os beneficiários de Porto Alegre e da região metropolitana. Espiem só:



**06/11** – Iniciamos o Novembro Azul de 2018, com a palestra “Saúde do homem, com ênfase no câncer de próstata”, com o Dr. Paulo Amaral, Urologista da Clínica Oncotrata.

Disponível em: <https://www.facebook.com/cabergssaude/videos/314393049155966/>



**13/11** – A Dra. Patrícia Moretto, Oncologista da Clínica Oncotrata, conversou Rastreamento oncológico – o que os homens precisam saber, aos beneficiários que compareceram ao auditório da FBSS.

Disponível em: <https://www.facebook.com/cabergssaude/videos/352764492159893/>



**24/11** – O 1º encontro “Crescendo com Saúde”, ocorreu nas dependências da ACM Centro. Através de atividades saudáveis, procurou-se resgatar brincadeiras lúdicas e educativas, com incentivo a integração entre pais e filhos.



**26/11** – Para finalizar o Novembro Azul de 2018, o Dr. Jean Murari, Urologista da Clínica Oncotrata, conversou sobre a importância desta campanha para a prevenção do câncer de próstata.

Disponível em: <https://www.facebook.com/cabergssaude/videos/185997039011853/>



**27/11** – O Encontro “De Bem com a Vida”, que aconteceu nas dependências do Centro Social e de Treinamento Banrisul. Com caminhada orientada, quiz, gincanas e a escolha do Rei e da

Rainha “De Bem com a Vida”, A Cabergs encerra as atividades do programa em 2018.

## Câncer de Pele: da prevenção ao tratamento

Dados do Instituto Nacional de Câncer (Inca) apontam que todos os anos surgem mais de 170 mil casos de câncer de pele. Mas, quando diagnosticado precocemente, as chances de cura são altas. A principal causa da doença é a exposição excessiva à luz do sol ou das câmaras de bronzeamento. O câncer de pele surge com mais frequência nas áreas mais expostas como face, orelhas, pescoço, couro cabeludo (em calvos), ombros e costas.

Os fatores de risco e a prevenção do câncer de pele estão totalmente ligados. Pessoas que tomaram muito sol ao longo da vida sem a proteção adequada têm um risco maior de desenvolver a doença. Isso porque a exposição solar desprotegida agride a pele, causando alterações celulares que podem levar ao câncer. Tomar sol é algo cumulativo, que fica registrado para sempre no corpo. Por isso a prevenção deve acontecer desde a infância e durar por toda a vida.

E tem mais, lembrar-se da proteção apenas nos dias de praia é um erro. O protetor solar deve fazer parte da rotina de cuidados de qualquer pessoa. Ir trabalhar, passear no parque, pegar ônibus ou qualquer atividade fora de casa exige proteção contra os raios solares UVA e UVB.

Além da exposição ao sol, o histórico familiar também é um fator de risco. A história familiar de melanoma está presente em 10% dos casos e

representa uma suscetibilidade genética à doença. Quanto mais próximo o parentesco e maior o número de familiares acometidos, mais significativo é o risco.

O câncer de pele, assim como qualquer outro, precisa ser diagnosticado e tratado precocemente para garantir maiores chances de cura. O próprio paciente pode fazer um autoexame para identificar possíveis sinais da doença. Ele deve procurar: manchas pruriginosas (que coçam); descamativas ou que sangram; sinais ou pintas que mudam de tamanho, forma ou cor; feridas que não cicatrizam em no máximo quatro semanas. Se qualquer um desses sintomas for identificado, o médico especialista deve ser consultado imediatamente. Ele poderá fazer um diagnóstico de câncer e, se o resultado for positivo, indicar o melhor tratamento.

Felizmente, há diversas opções terapêuticas para o tratamento do câncer da pele. A modalidade escolhida varia conforme o tipo e a extensão da doença. Geralmente, o tratamento é feito em centros hospitalares especializados em oncologia e começa com uma cirurgia para retirar o tumor e o máximo de células cancerígenas possível. Depois, pode ser necessário fazer quimioterapia ou radioterapia, dependendo do tipo de câncer e seu tamanho.



**IUV 11 a 14 - Muito Alto | Proteção intensa**  
O uso de camiseta, filtro solar, óculos escuros é extremamente necessário

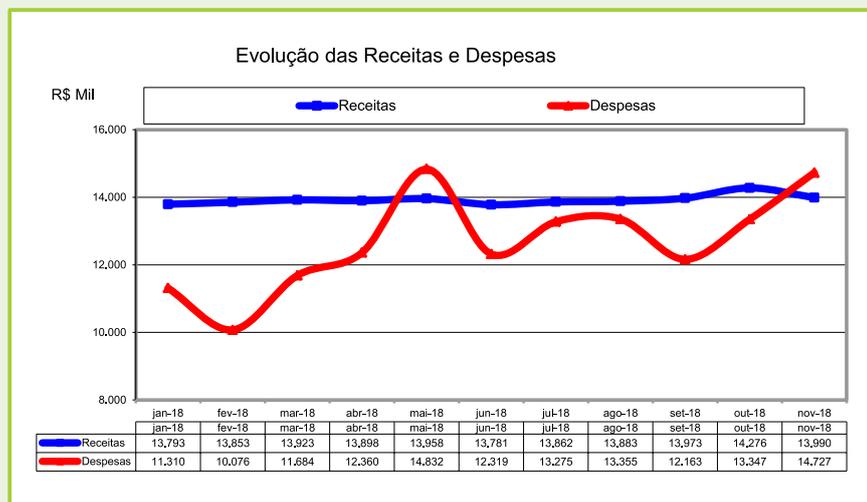
**IUV 8 a 10 - Muito Alto | Proteção intensa**  
Evite se expor ao sol nas horas próximas ao meio-dia

**IUV 6 a 7 - Alto | Proteção**  
Vista uma camiseta, aplique o filtro solar e coloque um chapéu

**IUV 3 a 5 - Moderado | Proteção**  
Vista uma camiseta, aplique o filtro solar e coloque um chapéu

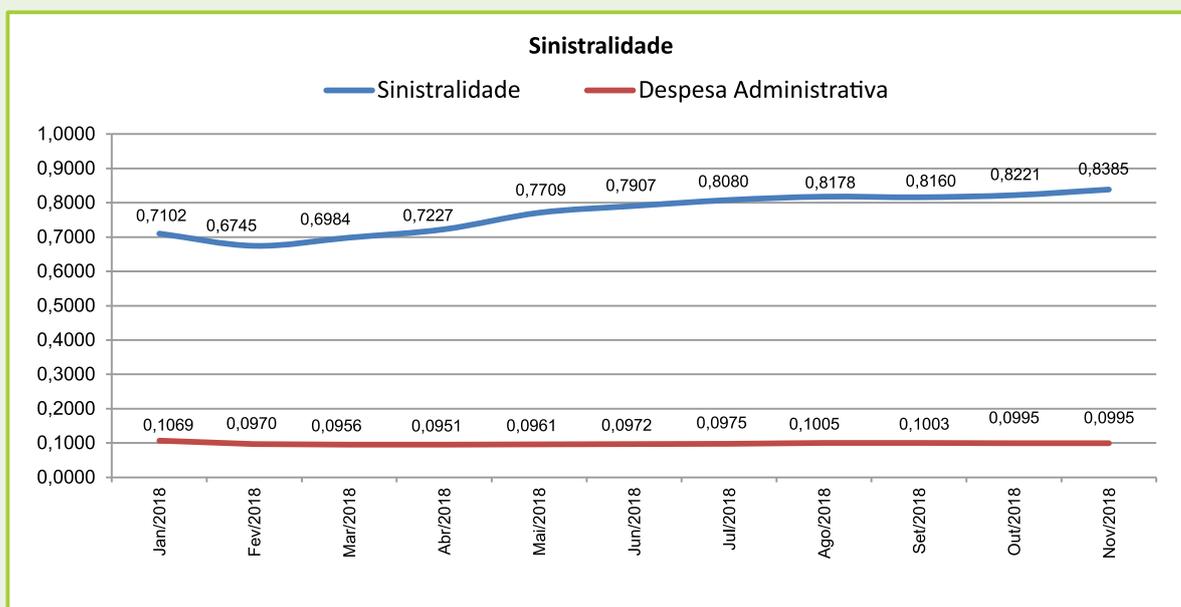
**IUV 1 a 2 - Baixo | Cuidar**  
Procure uma sombra nas horas próximas ao meio-dia

# GESTÃO ECONÔMICO-FINANCEIRA



Receitas: contribuições dos associados e das patrocinadoras. Despesas: gastos assistenciais (consultas, exames, terapias e internações), mais as despesas administrativas.

A variação de 14,53% nas despesas em relação ao mês do ano anterior resultaram, em grande parte, do aumento da utilização dos convênios de reciprocidade.



**Índice de Sinistralidade = Despesas Assistenciais/Receitas de Contribuições**

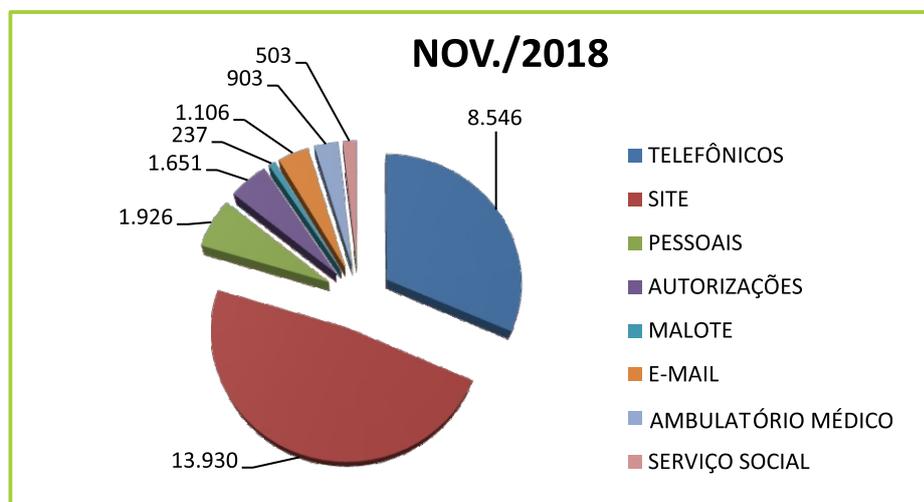
A sinistralidade demonstra a relação entre despesas assistenciais e o total das receitas de contribuições.

**Índice de Despesas Administrativas = Despesas Administrativas/Contraprestações Efetivas**

Mostra a relação entre despesas administrativas e o total das receitas com operação de planos de saúde (contribuições).

Embora o índice de sinistralidade tenha crescido 1,99% em relação do mês anterior, a variação de nov/2018 comparado ao mesmo mês ano anterior foi de -0,7%, resultado do crescimento da receita assistencial e aumento das despesas abaixo do previsto.

# INDICADORES DE ATENDIMENTO



## GESTÃO ASSISTENCIAL



### QUANTIDADE DE PROCEDIMENTOS POR TIPO DE ATENDIMENTO

Tipo de Atendimento	Quantidade	Valor
Consultas	24.293	R\$ 1.940.732,64
Exames	71.538	R\$ 2.699.585,82
Tratamentos seriados	11.646	R\$ 501.299,62
Internações	1.379	R\$10.277.833,02
Procedimentos Odontológicos	8.001	R\$445.105,36
<b>Total</b>	<b>116.857</b>	<b>R\$ 15.864.556,46</b>

### DESPESAS ASSISTENCIAIS POR FAIXA ETÁRIA

Faixa Etária	Valor Total Pago (PAM/PAM II/ASCP)	Valor Total Pago (POD/POD II)
0 a 18	R\$ 551.117,01	R\$ 59.031,57
19 a 23	R\$ 257.744,90	R\$ 16.771,87
24 a 28	R\$ 598.059,64	R\$ 21.890,30
29 a 33	R\$ 696.619,75	R\$ 37.258,49
34 a 38	R\$ 930.126,23	R\$ 46.074,04
39 a 43	R\$ 554.876,14	R\$ 28.416,38
44 a 48	R\$ 388.962,47	R\$ 18.266,65
49 a 53	R\$ 916.520,36	R\$ 44.093,73
54 a 58	R\$ 1.276.272,97	R\$ 53.535,21
<b>59+</b>	<b>R\$ 9.249.151,63</b>	<b>R\$ 119.767,12</b>
<b>Total</b>	<b>R\$ 15.419.451,10</b>	<b>R\$ 445.105,36</b>

## PAGAMENTO REDE CREDENCIADA FARMÁCIAS

Programa	Quantidade de Compras	Valor Total Pago
PROFARM	10.031	R\$ 754.952,72
PROMED	8.995	R\$ 1.130.339,88
<b>Total</b>	<b>19.026</b>	<b>R\$ 1.885.292,60</b>

\*PROMED – 50% desse valor é subsidiado pelas Patrocinadoras.

## CREDENCIAMENTOS

Tipo de Credenciado	Credenciamentos
Clínicas	15
Dentistas	5
Farmácias	2
Hospitais	1
Laboratórios	1
Médicos	14
<b>Total</b>	<b>38</b>

Nesse mês 09 profissionais se descredenciaram por falta de movimentação financeira nos últimos 24 meses, 01 mudou de endereço e 01 alegou baixos valores.



24.293 Consultas médicas	71.538 Exames
1.379 Internações	8.001 Procedimentos Odontológicos
8.571 Pontos de atendimento	41.020 Vidas nos planos Médico-Hospitalares e Odontológico
25.810 Contatos de associados – Central de Relacionamento	R\$ 15.864.556,46 Gastos em Assistência (PAM, POD e ASCP)

### EXPEDIENTE

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

**ANS – nº 30731-9**



**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](http://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 – Revisão Textual: Gaia Revisão Textual - Fotos divulgação