

DE BEM COM A VIDA ABRE INSCRIÇÕES PARA 2021

SUCESSO EM 2020, O “DE BEM COM A VIDA” ESTÁ DE VOLTA EM ABRIL.

Apesar da pandemia ter afastado o convívio dos participantes do Programa de “De Bem com a Vida”, a tecnologia cumpriu o papel de aproximar o grupo no formato online. O programa que fez sucesso em 2020, estará de volta em breve. As inscrições já estão abertas e vão até dia 10 de março. Podem participar do grupo aposentados, seus cônjuges e pensionistas, beneficiários dos Planos de Assistência à Saúde e as inscrições podem ser realizadas pelo email prevencao@cabergs.org.br. As atividades iniciam oficialmente em abril e os inscritos receberão maiores informações após o encerramento das mesmas. O formato online é um diferencial que amplia os horizontes do programa, permitindo que

beneficiários de todo o estado do Rio Grande do Sul possam aderir. O Programa de Bem com a Vida busca incentivar uma vida mais saudável com a adoção de condutas benéficas e prazerosas para a saúde e ainda, nestes tempos de pandemia, o convívio em grupo no formato online. Dentro das atividades contempladas estão a atividade física, lazer, saúde física e emocional e, em 2021, a alimentação saudável, que ganhará um novo formato. O programa prevê ampliação das atividades para este ano, que continuam sendo realizadas através do grupo de Whatsapp, lives na rede social (Facebook) e vídeos para o YouTube, gravados em parceria com a Academia ACM de Porto Alegre. A grande novidade serão as oficinas de nutrição. **Aproveite! Inscreva-se!**

QUER FAZER PARTE DO GRUPO?

Inscreva-se pelo email:
prevencao@cabergs.org.br



Gravações 2020 na
ACM em Porto Alegre

CIDADE DE ERECHIM TEM NOVO CREDENCIADO

O hospital Unimed Erechim conta com um amplo espaço, moderno e acolhedor.

O hospital Unimed Erechim, que conta com um corpo clínico formado por várias especialidades médicas e atende adultos e crianças, foi credenciado neste ano para realizar os atendimentos dos beneficiários da Cabergs Saúde.

Localizado no Centro de Qualidade de Vida Unimed, o hospital conta com um amplo espaço, moderno e acolhedor, onde realiza internações clínicas e cirúrgicas, procedimentos de pequena e média complexidade, além de dispor de três salas cirúrgicas, apartamentos privativos. Os atendimentos estarão disponíveis aos beneficiários da Cabergs, no Ambulatório Regulado do Hospital da Unimed Erechim, de segunda a sexta-feira, das 8 horas às 19 horas e sábados das 8 horas às 12 horas.

No site é possível fazer um tour virtual para conhecer desde a recepção até as salas cirúrgicas.



RELEBRANDO

Acesse toda a rede credenciada em https://www.cabergs.org.br/rede_credenciada.aspx

CUIDADO COM BISFENOL A (BPA)

O bisfenol A é uma substância utilizada, principalmente, na produção de policarbonato e em vernizes epoxi e sua utilização é muito comum em mamadeiras, copos infantis e também em revestimentos de embalagens metálicas de alimentos. De acordo com a Anvisa e divulgado em seu site, estudos indicam que a substância poderia ser cancerígena e de difícil eliminação pelo corpo humano, especialmente em crianças de zero a 12 meses. Estudos ainda apontam a sugestão de que, ao entrar em contato com o organismo, a substância poderia afetar o sistema endócrino provocando inclusive endometriose e câncer. Para prevenir, alguns países proibiram a venda de produtos com a substância, incluindo o Brasil desde 2012, através da Resolução RDC n. 41/2011. O BPA ainda é permitido, mas a legislação estabelece limite máximo da substância.

ANOTA AÍ

Como Evitar a Exposição ao BPA:

- 1 - Procure por utensílios livres da substância, os famosos "BPA free".
- 2 - Procure não esquentar no microondas bebidas e ou alimentos em plástico, pois a substância é liberada quando o plástico é aquecido.
- 3 - Evite utilizar no freezer, pois o BPA também é liberado na refrigeração do plástico.
- 4 - Evite produtos enlatados.
- 5 - Evite pratos, copos e outros utensílios de plástico.
- 6 - Para identificar os produtos que contêm bisfenol A, identifique nas embalagens a presença do nº 7 dentro do símbolo de reciclagem do plástico, pois esta é a representação de que ele foi produzido com bisfenol.



INFÂNCIA SAUDÁVEL É TEMA DA CAMPANHA DO MÊS DE FEVEREIRO



Quando falamos em uma velhice saudável, precisamos voltar e começar pelo início. Sim, ter uma infância sadia é chave para um futuro saluto.

Segundo diretrizes divulgadas pela Organização Mundial de Saúde - OMS, as crianças precisam dormir melhor e ter mais tempo para brincar ativamente para que cresçam saudáveis, logo, o incentivo a prática esportiva é uma das opções, não só por questões de saúde, mas para que as crianças internalizem o valor de uma vida saudável e desenvolvam a capacidade de socialização. Os primeiros anos, onde o sistema imunológico ainda não está desenvolvido, deixam as crianças

mais suscetíveis a patologias. O acompanhamento do pediatra ao longo de toda a infância é importantíssimo, pois favorece o diagnóstico, o tratamento e a estimulação precoce para a criança que precisa de cuidados especiais.

Cabe ressaltar que cada criança tem o seu tempo de desenvolvimento. Embora os termos crescimento e desenvolvimento ocorram ao mesmo tempo e sejam inseparáveis, eles são processos distintos e suas velocidades são determinadas pela experiência de cada um e o olhar atento do adulto favorece para que a criança tenha uma infância saudável e de desenvolva de forma ativa e sadia.

DICAS

5 DICAS PARA PROPORCIONAR UMA INFÂNCIA SAUDÁVEL

Ofereça uma alimentação saudável;

Incentive a prática de esportes e brincadeiras;

Leve a criança para consultas regulares com o pediatra;

Demonstre seu afeto, de carinho e atenção;

Mantenha a carteira de vacinação atualizada.



TELEMONITORAMENTO RECEBE ELOGIO

"Gostaríamos aqui neste momento de fazer os nossos agradecimentos à equipe de monitoramento da nossa Cabergs, que nos ajudou muito na hora que mais se precisou. Acabamos de contrair a Covid-19 e o desespero é muito grande! Fomos muito bem orientados a uma consulta médica presencial em Santa Maria, no hospital Astrogildo de Azevedo, onde fizemos as consultas e foi diagnosticada a necessidade da baixa de minha esposa Lorena; como a princípio eu não tinha a necessidade de baixa, fiquei como cuidador dela. Posteriormente, na quinta-feira, tive a necessidade de baixa, então fiquei em tratamento no hospital até o dia de ontem. Hoje nos encontramos em casa continuando com o tratamento. De qualquer forma, deixamos aqui o nosso agradecimento especial à nossa saúde, para a nossa Cabergs e também ao Osmar. Tivemos alta e continuamos com a medicação. Estamos bem. Agradecemos os conselhos e cuidados da equipe do telemonitoramento. Gostaríamos de ressaltar o atendimento do hospital, a alimentação e o médico infectologista, Dr. Thiago, que não mediu esforços com o tratamento. Nosso muito obrigado."

Lorena e Osmar

Registro cronológico dos acontecimentos
23/01 positivo para COVID
27/01 internou Lorena
29/01 Internou Osmar

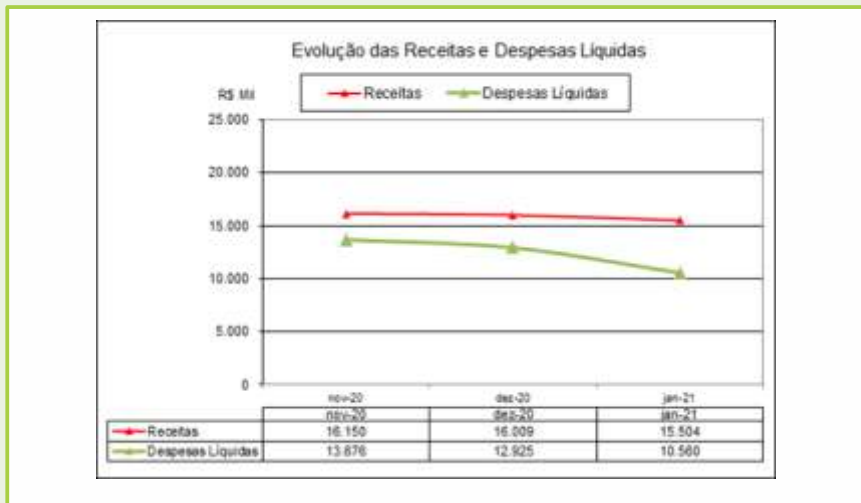
Se você tem algum sintoma, na Cabergs, os contatos poderão ser realizados pelas plataformas digitais ([site](#), e [Facebook](#)), pelo telefone **0800 051 2142** ou pelo e-mail beneficiario@cabergs.org.br.



USE MÁSCARA, ÁLCOOL GEL E MANTENHA UMA DISTÂNCIA SEGURA.

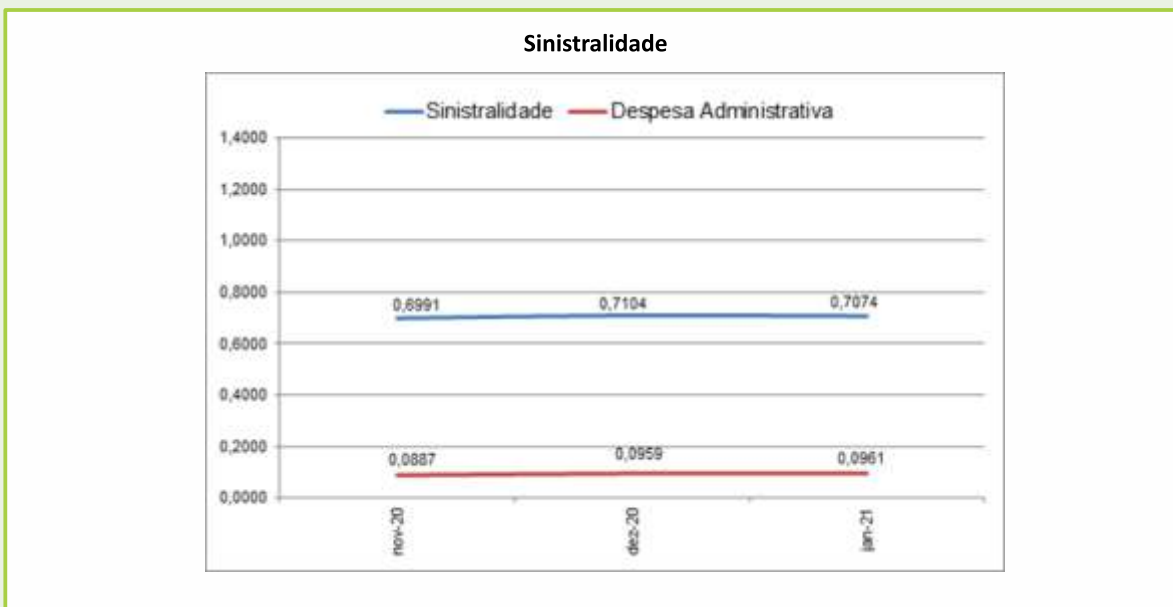


GESTÃO ECONÔMICO-FINANCEIRA



Receitas: contribuições dos associados e patrocinadoras.
 Despesas líquidas: gastos assistenciais (consultas, exames, terapias e internações), deduzidas as coparticipações, glosas, recuperações, variação da PEONA, mais as despesas administrativas.

As despesas assistenciais líquidas reduziram 4,65% quando comparadas ao mesmo período do ano anterior, em razão do afastamento social e redução dos procedimentos eletivos.

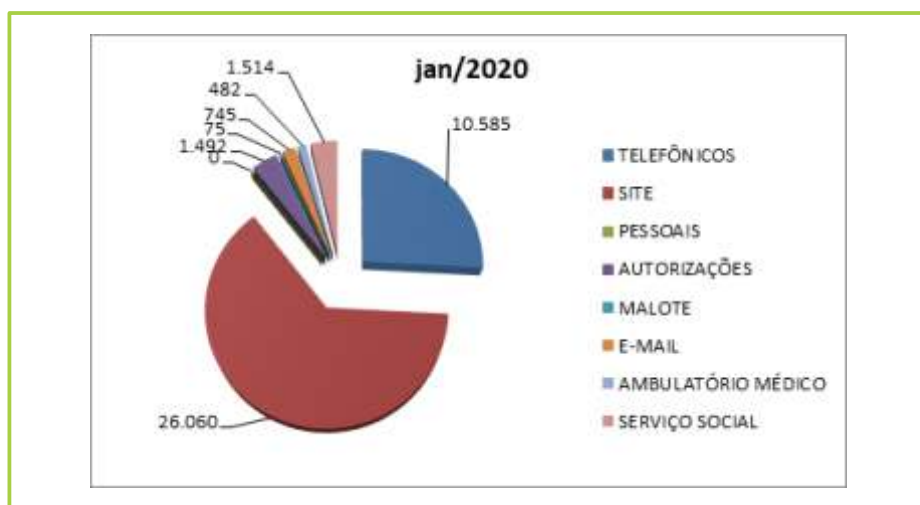


Índice de Sinistralidade + Despesas Assistenciais Líquidas/Receitas de Contribuições

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

A variação da sinistralidade de -0,42% em relação ao mês anterior, em razão da variação na utilização dos planos, e quando comparada ao mesmo período de 2020 houve uma redução de 8,37%, devido ao menor faturamento dos prestadores, motivado pelo afastamento social e redução dos procedimentos eletivos.

INDICADORES DE ATENDIMENTO



GESTÃO ASSISTENCIAL



QUANTIDADE DE PROCEDIMENTOS POR TIPO DE ATENDIMENTO

| Tipo de Atendimento | Quantidade | Valor |
|--|---------------|--------------------------|
| Consultas (médicas e odontológicas) | 14.062 | R\$ 1.075.016,73 |
| Exames | 47.902 | R\$ 2.000.715,75 |
| Internações (ambulatoriais e hospitalares) | 1.233 | R\$ 8.260.375,36 |
| Procedimentos Odontológicos | 3.880 | R\$ 220.107,97 |
| Reciprocidade | 2.529 | R\$ 543.292,28 |
| Tratamento seriado | 4.636 | R\$ 220.295,18 |
| Total | 74.242 | R\$ 12.319.803,27 |

DESPESAS ASSISTENCIAIS POR FAIXA ETÁRIA

| Faixa Etária | Valor Total Pago (PAM/PAMII/ASCP) | Valor Total Pago (POD/POD II) |
|--------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| 0 a 18 | R\$ 719.312,10 | R\$ 34.414,88 |
| 19 a 23 | R\$ 164.910,52 | R\$ 8.994,60 |
| 24 a 28 | R\$ 251.982,16 | R\$ 12.045,59 |
| 29 a 33 | R\$ 414.400,46 | R\$ 13.919,39 |
| 34 a 38 | R\$ 745.656,13 | R\$ 17.736,59 |
| 39 a 43 | R\$ 490.002,89 | R\$ 20.186,34 |
| 44 a 48 | R\$ 333.872,32 | R\$ 13.435,77 |
| 49 a 53 | R\$ 454.256,09 | R\$ 11.920,64 |
| 54 a 58 | R\$ 1.057.521,29 | R\$ 25.120,59 |
| 59+ | R\$ 7.467.781,34 | R\$ 62.333,58 |
| Total | R\$ 12.099.695,30 | R\$ 220.107,97 |

PAGAMENTO REDE CREDENCIADA FARMÁCIAS

| Programa | Quantidade de Compras | Valor Total Pago |
|--------------|-----------------------|-------------------------|
| PROFARM | 8.624 | R\$ 1.317.018,60 |
| PROMED | 7.909 | R\$ 749.273,51 |
| Total | 16.533 | R\$ 2.066.292,11 |

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

CREDENCIAMENTOS

| Tipo de Credenciado | Credenciamentos |
|---------------------|-----------------|
| Clínicas | 10 |
| Dentistas | 1 |
| Farmácias | 0 |
| Hospitais | 1 |
| Laboratórios | 0 |
| Médicos | 6 |
| Total | 18 |

Nesse mês, dos desligamentos que ocorreram, cinco foi por falta de movimentação financeira nos últimos 24 meses e dois não possuem mais interesse por atender convênio.



| | |
|---|---|
| 14.062 Consultas médicas | 47.902 Exames |
| 1.233 Internações | 3.880 Procedimentos Odontológicos |
| 8.119 Pontos de atendimento | 39.010 Vidas nos planos Médico-Hospitalares e Odontológico |
| 37.528 Contatos de associados – Central de Relacionamento | R\$ 12.319.803,27 Gastos em Assistência (PAM, POD e ASCP) |