

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.

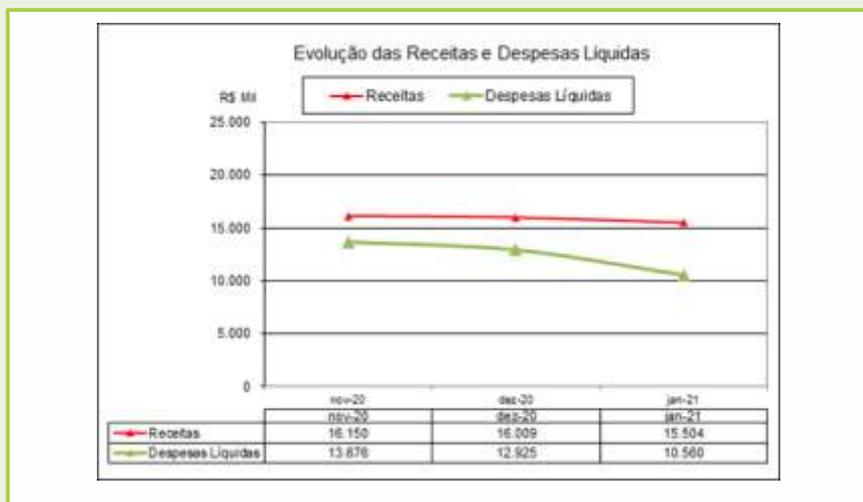


USE MÁSCARA, ÁLCOOL GEL E MANTENHA UMA DISTÂNCIA SEGURA.



Acompanhe nossa Gestão – Edição Janeiro 2021

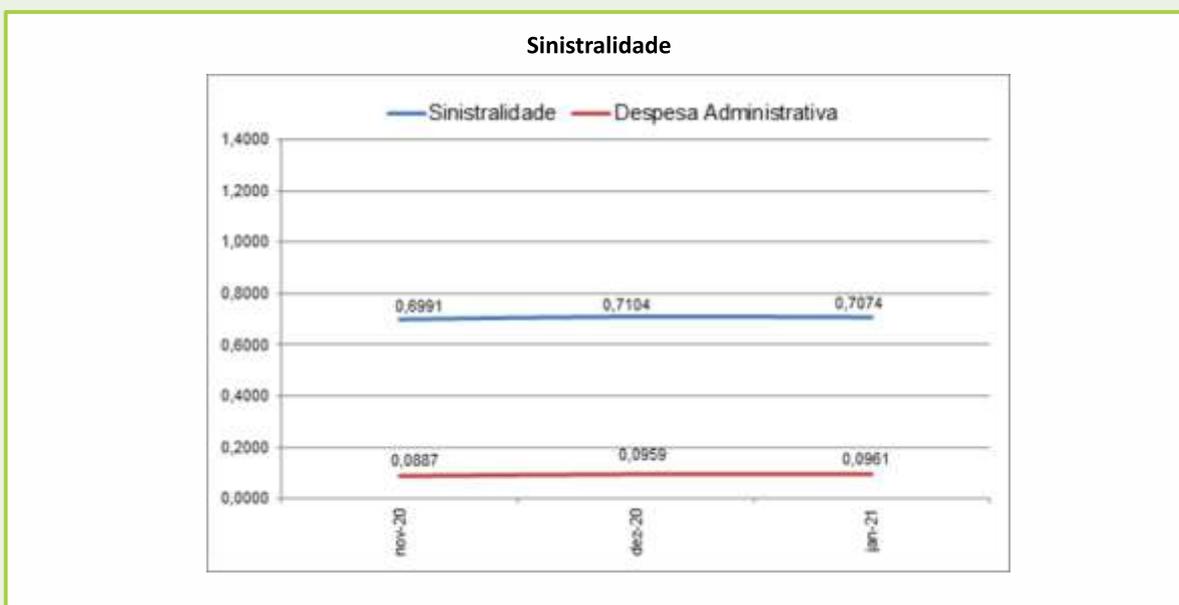
GESTÃO ECONÔMICO-FINANCEIRA



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.

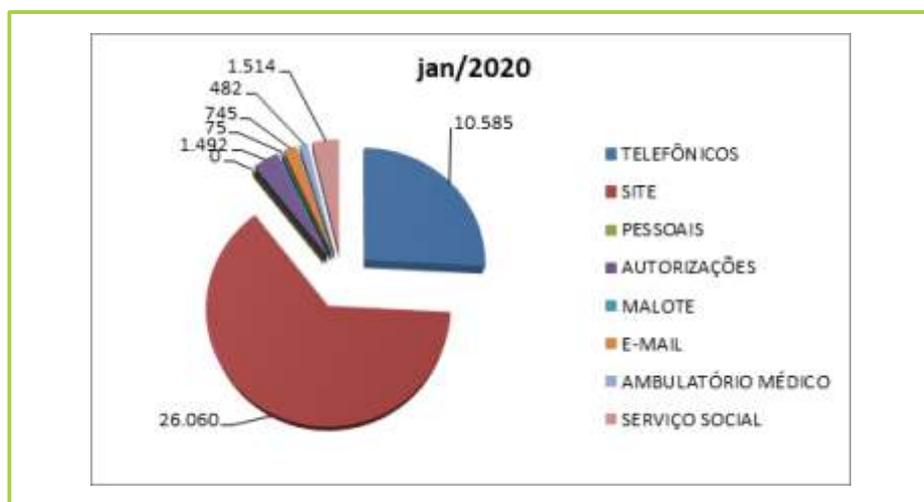


Índice de Sinistralidade + Despesas Assistenciais Líquidas/Receitas de Contribuições

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)