

RETOMADO ATENDIMENTO PRESENCIAL NO AMBULATÓRIO

Após um longo período fechado para atendimentos presenciais, o ambulatório Médico da Cabergs, localizado em Porto Alegre na rua Siqueira Campos, nº 736, retornou às atividades no dia 13 de dezembro, após um longo período de atendimentos via telefone, devido aos cuidados necessários para evitar a proliferação do novo coronavírus. É importante ressaltar: que os cuidados de proteção contra COVID-19 continuam sendo mantidos pela Cabergs; que a entidade se manterá rigorosa na manutenção destes; que os agendamentos devem ser feitos pelo telefone 0800 051 2142, meio pelo qual o beneficiário receberá todas as orientações necessárias e poderá esclarecer todas as suas possíveis dúvidas. A opção de teleconsulta (e em breve também a de videoconsulta, que está em desenvolvimento) continuará ativa para aqueles que assim preferirem.



Ambulatório já está aberto para atendimento presencial.

IMPORTANTE

Para o acesso, o uso de máscara e a higienização das mãos com álcool em gel e medição de temperatura são obrigatórios para a sua segurança em relação ao COVID-19.

Caso tenha algum sintoma de COVID - 19, não compareça presencialmente.



**Cabergs
Acontece**
entrevista:

Dr. José Carlos Riccardi Guimarães
@riccardiguimaraes



Que o seu Natal e o seu Reveillon sejam de muito amor e paz.
A Cabergs te deseja um excelente final de ano!

neste verão
**CRIE NOVOS
 HÁBITOS
 e cuide da**
SUA PELE

CÂNCER DE PELE: A PREVENÇÃO É A ARMA MAIS POTENTE CONTRA A DOENÇA

“Protetor Solar não é passaporte para se expor ao sol”. Esse foi o recado que o médico dermatologista de 68 anos, Dr. José Carlos Riccardi Guimarães, fez questão de deixar na entrevista que concedeu à Cabergs sobre câncer de pele. Ainda que o mês de dezembro esteja chegando ao fim, esse assunto é importante o ano inteiro. Principalmente porque o câncer de pele é o mais frequente no Brasil, segundo o Instituto Nacional de Câncer (INCA).

O dermatologista explica que o câncer de pele não melanoma é o mais frequente no país e corresponde a cerca de 30% de todos os tumores malignos registrados em território brasileiro. A boa notícia é que ele apresenta altos percentuais de cura, se for detectado e tratado precocemente. Já o câncer de pele melanoma tem origem nos melanócitos, células produtoras de melanina, substância que determina a cor da pele e é mais frequente em adultos brancos.

O melanoma surge inesperadamente como uma pinta, que se transforma com o passar dos dias. Ele muda de cor e de forma, sempre apresentando bordas irregulares. Também é importante lembrar que ele pode aparecer em qualquer parte do corpo. Nos indivíduos de pele negra, ele é mais comum nas áreas claras, como palmas das mãos e plantas dos pés.

Mas por que o sol pode ser o agente causador do câncer de pele?

O sol, de acordo com José Carlos

Riccardi, emite raios com altos níveis de radiação ultravioleta, que alteram o nosso DNA. Dessa forma, os mecanismos de reprodução celular são alterados. Em indivíduos predispostos (loiros, de olhos claros) o efeito torna-se ainda mais perigoso.

“Aquele pessoa que toma sol, mas nunca se bronzeia, ao contrário, se queima muito facilmente, é porque possui uma pele que reage muito mal à exposição solar. Logo, é mais propensa ao câncer de pele”, explica o médico.

Em relação ao tratamento contra o câncer de pele, existem algumas opções como a cirurgia, a radioterapia, a quimioterapia, o tratamento medicamentoso, entre outras. José Carlos Riccardi explica que cada caso deve ser discutido individualmente, porém, na maioria

“Protetor Solar não é passaporte para se expor ao sol”



Dr. José Carlos Riccardi Guimarães

dos casos, a cirurgia é a abordagem mais eficaz.

Por último, o médico faz um apelo: “O câncer de pele é o mais comum no Brasil e ataca justamente um órgão totalmente visível. Por isso, ao primeiro sinal de desconfiância, procure imediatamente um dermatologista. O tempo, nesses casos, vale ouro e pode salvar vidas.”

Como se proteger?

O dermatologista explica que não tem segredo. É necessário evitar a exposição solar entre 9h e 17 horas, usar óculos de sol com proteção UVA e UVB, usar diariamente um protetor solar de qualidade, mesmo em dias nublados e, se possível, escolher roupas e acessórios, como bonés e chapéus, que também tenham proteção solar.

Na escolha do protetor solar, é sempre bom optar por um fator 30 ou 50 FPS. Mas atenção: não vale usar de manhã e achar que estará protegido o dia inteiro. É fundamental aplicar o produto a cada 3 horas. E é então que ele faz o alerta: “Protetor solar não é passaporte para se expor ao sol. Essa é apenas uma das muitas ferramentas necessárias para se proteger dele”.

fica a dica!





2021

Restrospectiva

Palavra da Diretoria

Mais um ano passou e nele buscamos constantemente superar os desafios, para honrar o compromisso de promover qualidade de vida, saúde e bem-estar a todos os nossos beneficiários.

Acreditar, seguir em frente e esperar por dias melhores. Este foi um complexo ano de pandemia, com muitas inseguranças e sentimentos desencorajadores, mas seguimos em frente dia após dia, acreditando que vai passar. O ano de 2021 foi de muito comprometimento, responsabilidade e trabalho para levar às mais de 39,2 mil vidas, dos planos médico e odontológico, um atendimento de excelência mesmo em meio à pandemia, quando a nossa missão continuou fortemente com o objetivo de proporcionar assistência qualificada integral à saúde, apoiada em princípios técnicos, éticos e humanos. E nesta edição do ComuniCabergs vamos juntos ver a retrospectiva de 2021.

Desejamos a todos um feliz Natal e um Ano Novo repleto de saúde e prosperidade a todos que caminharam conosco, bem como reiteramos nosso compromisso com você!

Nossas redes sociais

As redes sociais já são parte da vida social da maioria dos usuários de Internet e são responsáveis por mais de 60% do tráfego da rede no Brasil. Aqui na Cabergs, durante este ano de 2021, usamos o Facebook, Instagram e YouTube para levar informação sobre as nossas campanhas de saúde.

Acompanhe os números:



- Seguidores: 1.418
- Total de interações no ano: 18.254

176
STORIES
publicados

118
POST para feed
publicados



- Seguidores: 4.984
- Alcance da Página do Facebook: 20.936

136
POST para feed
publicados

10
lives de conteúdo
informativo relativo
às campanhas

Total de alcance no ano do Facebook e Instagram: **632,7 mil**



- Os inscritos: +248
- Tempo de exibição: 767 horas e 7min
- Total de visualizações: 18.301



Palestras Calendário de Prevenção

Você sabia? O calendário de prevenção estabelece temas que são abordados com o objetivo de informar, orientar e conscientizar os beneficiários para a promoção da saúde e prevenção dos fatores de riscos, sugerindo a adoção de atitudes saudáveis para o incremento na qualidade de vida.

Entre janeiro a novembro de 2021, foram 191 publicações, entre cards e lives, gerando 58.405 interações nas redes.

191
publicações entre
cards e lives

5672
reações, comentários
e compartilhamentos

58.405
interações em redes sociais

Cabergs estreia documentário

Neste ano, o dia 31 de maio foi marcado com a estreia do documentário "31 de maio, Dia Mundial Contra o Tabagismo", com o objetivo de alertar a população sobre as doenças e mortes evitáveis relacionadas ao tabagismo.

A produção teve como principal característica a exploração da realidade do tema, com profissionais da área da saúde que abordaram diversas questões atuais sobre o tabagismo. Além de dados importantes explorados pelos participantes, o ponto alto são as considerações dos profissionais sobre uma perspectiva social, bem como a amostragem de depoimentos reais sobre os quais o roteiro não exerceu domínio, deixando o material com 100% de veracidade e personalidade.

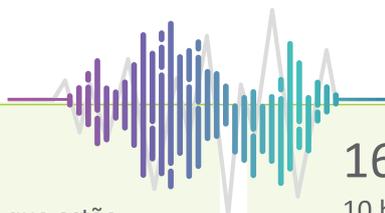


31 DE MAIO
AS 20 HORAS
Documentário:
DIA MUNDIAL
CONTRA O TABAGISMO



Fizeram parte do elenco o cirurgião dentista Dr. Carlos Teixeira, o cardiologista Dr. Issam Shehadeh, a dermatologista Dra. Heloisa San Leon Kosminsky, o educador físico Marcos Pires Cavalheiro, a enfermeira Ana Michelle Rocha Torres e o Diretor-Presidente da Cabergs, Fernando Zingano.





Podcast

Os podcasts da Cabergs que estão disponíveis no site <https://www.cabergs.org.br/Default.aspx> e no Soundcloud, em 2021 vieram com muita informação e prevenção e se tornaram um sucesso. Acompanhe os números:

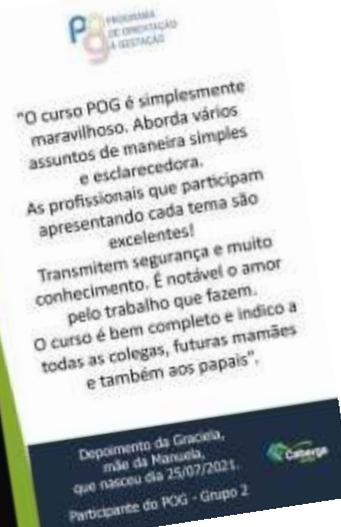
168 podcasts publicados no total, com cerca de 10 horas de conteúdo no ar

12
Conversa Cabergs

156
Notícia Cabergs

Programa de Orientação à Gestação - Pog

Em 2021 o Programa de Orientação à Gestação - POG continuou no formato digital quando, ainda em 2020, trouxe a oportunidade de inovação e dinamismo, fazendo com que outros participantes, que não só do Rio Grande do Sul, pudessem participar. Durante os encontros foram abordados temas como o desenvolvimento da gestação, parto e cuidados com o recém-nascido, amamentação, alimentação da gestante e lactante, higiene bucal do recém-nascido e fisioterapia pélvica para a gestante.



Ao longo do ano foram realizados
05
cursos do POG

82
beneficiários participaram do POG em 2021



De Bem Com a Vida

Em 2021, o Programa de Bem Com a Vida trouxe novamente novidades. Foram 72 vídeos, cada um deles com cerca de 6 minutos contendo exercícios específicos para os participantes do De Bem Com a Vida. O material é sempre publicado no YouTube da Cabergs. A inovação ficou por conta da parte nutricional, onde vídeos instrutivos e com receitas foram disponibilizados para os participantes. Neste ano, 37 beneficiários participaram do grupo e 15 deles foram premiados pela sua participação ativa no programa.



Muito bem organizado! Excelente programa de acompanhamento, ainda mais nestes tempos de confinamento. Estão de parabéns todas as equipes: Cabergs que sempre nos trazem o que é relevante nas áreas de saúde e bem estar: Nutrição, Psicologia, Terapeutas, Médicos e a equipe da ACM, de quem os exercícios e dicas são sempre muito bem ministrados e fundamentais. Espero que continuemos, pois já firmamos vínculo de confiança! Obrigada!

O que sempre digo: fazer mais propagandas desse maravilhoso programa: De Bem com a Vida, pois é maravilhoso, nos trás alegrias, saúde e distração.

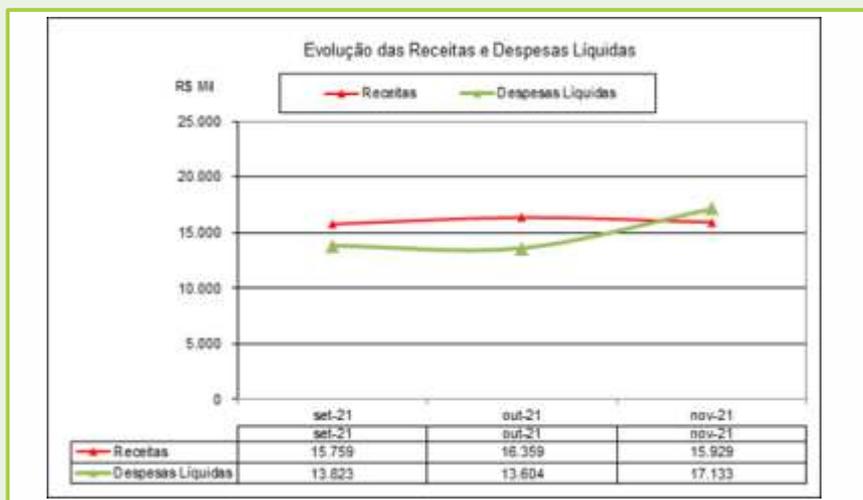


Telemonitoramento



Implantado em junho de 2020, o Telemonitoramento em Saúde teve sequência em 2021. Entre os meses de janeiro e novembro, a equipe efetuou 5.081 ligações, gerando 3.262 contatos efetivos. Foram telemonitorados 1.787 beneficiários que receberam informações sobre seu plano de cuidados, que consiste em acompanhar adequadamente estes beneficiários, conscientizando eles sobre o estado clínico e a importância da adesão ao tratamento medicamentoso ou a inscrição nos programas existentes na Cabergs, além de incentivar a fidelização ao médico assistente.

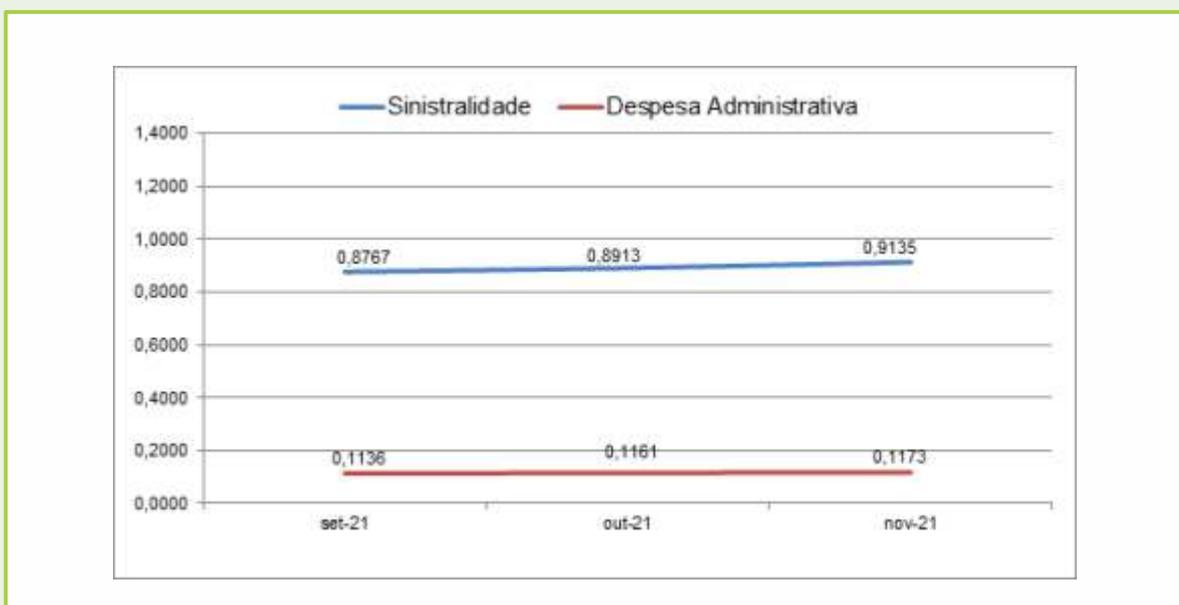
GESTÃO ECONÔMICO-FINANCEIRA



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.

A retomada gradual de atendimentos eletivos resultou no crescimento das despesas líquidas em 23,39%, quando comparadas ao mês anterior.

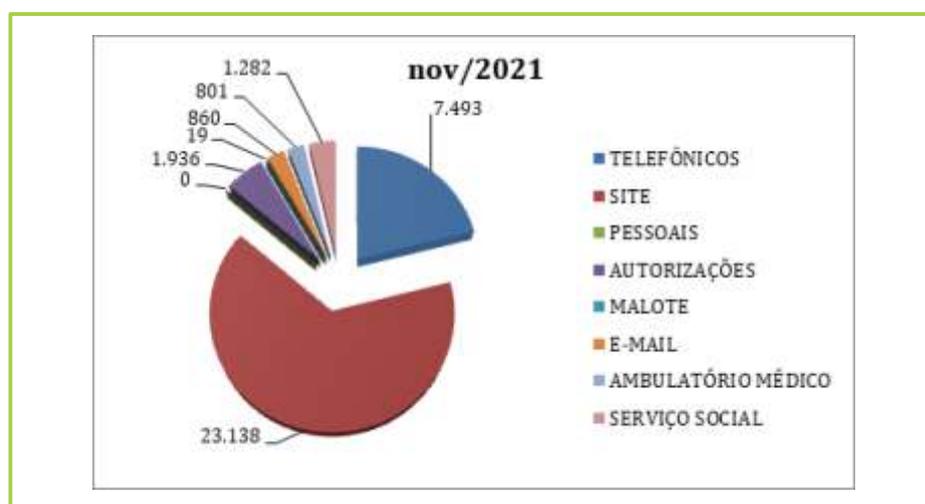


Índice de Sinistralidade + Despesas Assistenciais Líquidas/Receitas de Contribuições

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

A variação da sinistralidade de 2,49% em relação ao mês anterior demonstra o crescimento dos gastos no período analisado relacionados aos tratamentos oncológicos e da COVID-19. O indicador de sinistralidade considera a média dos últimos 12 meses de receitas assistências e despesas com eventos/administrativas.

INDICADORES DE ATENDIMENTO



GESTÃO ASSISTENCIAL



QUANTIDADE DE PROCEDIMENTOS POR TIPO DE ATENDIMENTO

Tipo de Atendimento	Quantidade	Valor
Consultas (médicas e odontológicas):	21.570	R\$1.755.974,03
Exames	59.020	R\$2.682.790,53
Internações (ambulatoriais e hospitalares)	1.313	R\$13.030.920,06
Procedimentos Odontológicos	6.684	R\$382.245,96
Reciprocidade	2.543	R\$732.831,20
Tratamento seriado	7.944	R\$477.351,20
Total	99.074	R\$19.062.112,98

DESPESAS ASSISTENCIAIS POR FAIXA ETÁRIA

Faixa Etária	Valor Total Pago (PAM/PAMII/ASCP)	Valor Total Pago (POD/POD II)
0 a 18	R\$548.677,72	R\$45.352,54
19 a 23	R\$167.944,33	R\$12.542,70
24 a 28	R\$354.227,22	R\$12.938,01
29 a 33	R\$629.711,92	R\$21.316,70
34 a 38	R\$805.881,19	R\$33.367,04
39 a 43	R\$739.860,68	R\$40.901,99
44 a 48	R\$427.590,03	R\$16.053,78
49 a 53	R\$595.485,96	R\$22.501,33
54 a 58	R\$2.160.073,56	R\$42.427,01
59+	R\$12.250.414,41	R\$134.844,86
Total	R\$18.679.867,02	R\$382.245,96

PAGAMENTO REDE CREDENCIADA FARMÁCIAS

Programa	Quantidade de Compras	Valor Total Pago
PROFARM	720	R\$ 55.03415
PROMED	8.490	R\$ 1.298.402,03
Total	9.210	R\$ 1.353.436,18

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

CREDENCIAMENTOS

Tipo de Credenciado	Credenciamentos
Clínicas	8
Dentistas	1
Farmácias	0
Hospitais	1
Laboratórios	2
Médicos	1
Total	13

Dos desligamentos que ocorreram nesse mês, oito foram por falta de movimentação financeira nos últimos 24 meses e um optou por atender somente particular.



21.570 Consultas médicas	59.020 Exames
1.313 Internações	6.684 Procedimentos Odontológicos
8.319 Pontos de atendimento	37.363 Vidas nos planos Médico-Hospitalares e Odontológico
31.563 Contatos de associados – Central de Relacionamento	R\$ 19.062.112,98 Gastos em Assistência (PAM, POD e ASCP)

EXPEDIENTE



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

Diretoria Executiva:

Fernando Zingano – Dir.-Presidente

Carlos Augusto Grazziotin – Dir. Financeiro e Administrativo

Lisiane Vieira de Castro Luchese – 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 – Revisão Textual: CM3 Comunicação – Fotos divulgação

ANS – nº 30731-9