

## Nova credenciada da Cabergs está presente em 18 municípios gaúchos



**MATÉRIA DE CAPA PÁG. 3 e 4**



Fique bem informado com os nossos:  cabergs-podcast

Conheça o Projeto Pescar  
página 3



Descontos nos exames dos meses outubro e novembro  
página 6



Aliviando as dores na coluna  
página 9

## Somos a Cabergs









**A Cabergs é formada pela Cabergs Saúde – que é uma operadora de planos de saúde, na modalidade de autogestão e sem fins lucrativos – e pela Cabergs Seguros – que foi criada no ano de 2000, e tem como objetivo prestar a seus clientes atendimento e segurança no trato de suas apólices de seguro junto às seguradoras parceiras.**

Fernando Zingano, Diretor Presidente da Cabergs, nos conta que a Saúde busca promover bem-estar e qualidade de vida e conta com uma rede credenciada formada

por médicos, dentistas, laboratórios, clínicas e hospitais de pronto atendimento, a maioria em território gaúcho. Já a Seguros leva a tranquilidade, segurança e facilidade para o dia a dia das pessoas e abrange, além do suporte a todas as operações de seguros comercializadas no Banco do Estado do Rio Grande do Sul (Banrisul), a comercialização de vários seguros como, por exemplo, o RC profissional para médicos e dentistas, seguro agrícola, entre outros. Juntas, Seguros e Saúde formam a Cabergs.

### Acesse as redes da Cabergs Saúde

 @cabergs\_saude  /cabergs-saude  @cabergssaude  
 /cabergs-podcast  /cabergssaude  /cabergssaude



Conheça mais da Cabergs Seguros, acesse:  
 [www.cabergsseguros.com.br](http://www.cabergsseguros.com.br)

## Conheça o projeto social que transforma a vida de jovens no mercado de trabalho e conta com a parceria da Cabergs

Você já ouviu falar no Projeto Pescar? Trata-se de um Programa de Formação socioprofissionalizante, que tem como objetivo capacitação de jovens de baixa renda ampliando suas oportunidades de inserção no mercado de trabalho.

O Banrisul é parceiro do projeto e proporciona a jovens em situação de vulnerabilidade social, entre 16 e 19 anos, aulas com conteúdo técnico e

comportamental além das ferramentas iniciais necessárias para o ingresso no mercado de trabalho. Os alunos do Projeto têm a possibilidade de aplicar os conhecimentos adquiridos e vivenciar a experiência de seu primeiro emprego no Banrisul por meio de contrato de estágio. E a Cabergs, por meio do Banrisul, faz parte dessa corrente do bem.



## Você quer conhecer um pouco mais sobre o projeto? Então confere a nossa entrevista com a Educadora Social do Projeto Pescar Bannisul, Elisângela Martins Gonçalves.

*CABERGS: Você pode contar melhor para nós como funciona o Projeto Pescar no Bannisul?*

ELISÂNGELA: O Projeto Pescar no Bannisul começou em 2004 e já está na sua 19ª turma. Somos a primeira instituição pública financeira do país a implantar uma unidade do Pescar.

A formação que oferecemos é de Iniciação Profissional em Serviços Administrativos. Além do conteúdo teórico, os alunos também realizam vivências práticas no ambiente de trabalho.

*CABERGS: Qual a importância desse projeto dentro da instituição e na vida dos jovens que participam dele?*

ELISÂNGELA: Aderir ao Projeto Pescar é uma oportunidade de ampliar a atuação social na comunidade e demonstrar que existem outras possibilidades de escolha na vida desses jovens em condição de vulnerabilidade, além de

prepará-los para continuarem como estagiários do banco após o período de formação. Acredito que a experiência proporcionada os qualifica muito além de conhecimentos técnicos: ajuda-os na sua formação como cidadãos, estendendo aos seus familiares o estímulo para que busquem constante evolução. Entendo que dessa forma todos ganham: os jovens, o Banco e principalmente a sociedade brasileira.

*CABERGS: Como é a atuação da Cabergs no projeto?*

ELISÂNGELA: A Cabergs disponibiliza seus colaboradores no formato de voluntariado para ministrar algumas disciplinas ofertadas no curso aos jovens. Nós sempre contamos, por exemplo, com a Ana Michelle Rocha Torres, Enfermeira e Coordenadora da Gerência de Prevenção e Promoção da Saúde (GPP), na Cabergs para abordar o tema saúde. Já o Diretor Presidente Fernando Zingano participará do projeto

falando sobre Gestão das Organizações. Além disso, outros colaboradores também participam abordando temas como Comunicação e Expressão, entre outros.

*CABERGS: Qual a importância da participação da Cabergs no projeto?*

ELISÂNGELA: Estou há 10 anos como educadora no Projeto Pescar e há 2 anos na instituição Bannisul, e vejo como é importante a participação da Cabergs como indispensável parceira no desenvolvimento dos jovens, pois saúde é um dos temas que está na grade do curso. Vejo que é um privilégio poder contar com profissionais que tratam diretamente do assunto, fazendo com que os jovens consigam compreender a importância de desenvolver hábitos saudáveis que promovam o bem-estar integral do ser humano, priorizando sua integridade, o autocuidado e o cuidado com o próximo.



Baixe já o app da  
**Cabergs Saúde**



## Diretora da Cabergs ministra workshop no Projeto Pescar do Banrisul

Comunicação e Expressão: esse é o tema da oficina realizada pela Diretora de Operações da CABERGS, Lisiane Vieira de Castro Luchese, para os jovens do Projeto Pescar no BanriTech — uma iniciativa do Banrisul que visa impulsionar o ecossistema de inovação do Estado.

O objetivo desse workshop, dividido em três encontros, é alertar os jovens sobre a importância da comunicação em todas as áreas da vida, inclusive no mercado de trabalho.

Em conversa com a equipe de comunicação da Cabergs, a Diretora fez questão de compartilhar uma das atividades desenvolvidas com os jovens: os participantes escreveram poemas com temas livres para externar seus pensamentos e sentimentos, já que essa era uma dificuldade identificada pela equipe que faz a articulação da turma. De acordo com ela, a iniciativa resultou em textos lindos.

“  
**É muito gratificante ver o quanto podemos influenciar e contribuir para que esses jovens entendam suas potencialidades. Ganham eles e ganhamos nós como voluntários do projeto.**

”





## Cabergs proporciona desconto nos exames nestes Outubro Rosa e Novembro Azul

A campanha unificada de prevenção contra o câncer de mama e de próstata deste ano, que tem como tema "seja a sua prioridade", está proporcionando aos beneficiários a isenção das Taxas de Participação de Despesas (TPD) nos exames de mamografia e PSA.

Um dos objetivos desta ação é a prevenção primária, que visa impedir que as doenças se desenvolvam, bem como possam ser diagnosticadas precocemente. Realizar os exames preventivos como mamografia e ecografia mamária, realizar o autoexame e as visitas aos médicos, como o urologista, por exemplo, são fundamentais para um diagnóstico precoce.

Você pode cuidar de si e ser a sua prioridade adotando bons hábitos como, por exemplo:

- Realizando o autoexame e fazendo visitas regulares ao médico para manter atualizados os exames preventivos, como mamografia e ecografia.
- Adotando um modo de vida

saudável, evitando fumar e ingerir bebidas alcoólicas, e incluindo a prática de atividades físicas.

- Mantendo uma alimentação equilibrada: ingerir alimentos ricos em nutrientes e de origem vegetal como frutas, legumes, verduras e cereais integrais ajuda na prevenção.

- Praticar atividades físicas como caminhada, dança e ginástica para manter o corpo ativo.

Nos anos de 2020 e 2021, muitos diagnósticos acabaram não se concretizando em virtude de que, durante a pandemia, houve uma diminuição dos exames. E, ainda em 2021, o câncer de mama ultrapassou o de pulmão e se tornou o tipo de doença mais frequente no planeta. É por este motivo que durante os meses de outubro e novembro a Cabergs está com a campanha: para que os beneficiários e dependentes possam manter, através da isenção de TPD, os exames em dia como forma de prevenção e diagnóstico precoce da doença.

**Para participar e receber a isenção é muito simples, confira:**

**Mulheres, na faixa etária entre 40 a 69 anos, isenção de TPD para mamografia.**

**Homens, na faixa etária entre 50 a 69 anos, isenção de TPD para o Antígeno Prostático Específico (PSA).**

**A isenção de TPD está restrita aos exames acima citados. Para fazê-los, é necessário apresentar solicitação do seu médico. Consultas médicas, realização de outros exames, medicamentos e qualquer atendimento clínico, eletivo ou de urgência seguem regulamento do Programa de Assistência Médico-Hospitalar da CABERGS. Realize a inscrição prévia pelo e-mail:**

**[prevencao@cabergs.org.br](mailto:prevencao@cabergs.org.br)**

**Elas podem ser realizadas até 15 de novembro, e os exames poderão ser efetuados de 01 de outubro a 30 de novembro de 2022.**

## Nova credenciada da Cabergs está presente em 18 municípios gaúchos

**Nossos beneficiários agora podem contar com mais uma opção de atendimento médico que é referência na região central do Rio Grande do Sul: o Grupo PróVida, que há 23 anos proporciona serviços assistenciais com conforto e segurança. Quer conhecer um pouco mais da nossa nova credenciada? Então confere o bate-papo abaixo.**



*CABERGS: Queremos saber um pouco da história do Grupo PróVida*

Grupo PróVida: Nossa essência é o ser humano sempre em primeiro lugar, por isso acreditamos e investimos em atendimento humanizado e em profissionais altamente qualificados. Atualmente contamos com 19 policlínicas instaladas em 18 municípios do Rio Grande do Sul. São mais de 21 mil atendimentos e consultas por mês. Contamos com colaboradores e profissionais da área da saúde que são experientes, estão em constante atualização, têm formação superior como especialistas, mestres e doutores.

*CABERGS: O Grupo PróVida está presente em 18 municípios gaúchos e acaba de inaugurar mais uma unidade, agora em Cachoeira do Sul. Como avaliam a importância da presença do Grupo em tantas cidades?*

Grupo PróVida: Temos a forte missão social de ajudar a desafogar o Sistema Único de Saúde (SUS), oportunizando à comunidade acesso ágil a inúmeros exames e especialidades médicas e não médicas. Nossas estruturas também facilitam o acesso de profissionais da área da saúde às cidades de pequeno e médio porte, levando assistência a quem mais precisa. O trabalho da PróVida garante dignidade à comunidade e ajuda a salvar e a preservar vidas, cuidando, prevenindo e proporcionando diagnósticos mais ágeis e atendimentos adequados às necessidades de cada paciente. Também fazemos inúmeras doações às estruturas de saúde pública (principalmente hospitais) dos municípios onde estamos presentes.

*CABERGS: A PróVida é a mais nova credenciada da Cabergs. Como funciona essa parceria?*

Grupo PróVida: É com grande satisfação que firmamos essa parceria, tão importante para todas as novas vidas que passam a fazer parte da nossa rede de cuidados. A partir deste credenciamento, os associados da Cabergs passam a ter acesso a atendimentos médicos e não médicos, e exames nas Policlínicas da PróVida, inicialmente, em 15 municípios gaúchos:

Agudo  
Arroio do Tigre  
Caçapava do Sul  
Cachoeira do Sul  
Candelaria  
Canguçu  
Faxinal do Soturno  
Nova Palma  
Pantano Grande  
Paraíso do Sul  
Restinga Seca  
Rio Pardo  
Salto do Jacuí  
São Gabriel  
Sobradinho

*CABERGS: Com quais serviços nossos beneficiários poderão contar a partir de agora?*

Grupo PróVida: Inicialmente o convênio possibilitará atendimento nas especialidades de Cardiologia, Cirurgia Geral, Endocrinologia e Metabologia, Gastroenterologia, Ginecologia, Obstetrícia, Ortopedia e Traumatologia, Otorrinolaringologia, Pediatria, Psiquiatria, Clínica Médica, Cirurgia Vasculare, Clínico Geral, Dermatologia, Infectologia, Nefrologia, Oftalmologia, Reumatologia, Urologia, Cirurgia Geral.

*CABERGS: O que nossos beneficiários podem esperar do atendimento da PróVida?*

Grupo PróVida: Atendimento humanizado com profissionais altamente qualificados e especializados. Qualidade,

agilidade, precisão nos diagnósticos e resultados, acesso a diagnóstico por imagem e exames de última geração e a tratamentos inovadores proporcionados pela rede de assistência PróVida. Eles também terão acesso a todas as inovações, à qualidade e ao acolhimento da PróVida Serviços Assistenciais em todas as áreas.

*CABERGS: Quais são as principais novidades da PróVida que estão à disposição dos nossos beneficiários?*

Grupo PróVida: Adquirimos o recém-lançado aparelho RS85 Prestige, da Samsung, considerado mundialmente revolucionário em serviços de radiologia. Apenas sete destes equipamentos estão à disposição em clínicas no Brasil. Os seus recursos avançados utilizam inteligência artificial para proporcionar diagnósticos mais

precisos e precoces em todas as áreas, com destaque para fígado e próstata. O RS85 Prestige substitui, por exemplo, o uso de agulhas para punção de mama e tireoide, e de cortes para biópsias. Para gestantes, o equipamento possibilita a visualização do feto em quatro dimensões (4D) a partir do segundo mês de gravidez. O RS85 Prestige da PróVida já está em funcionamento em Cachoeira do Sul, na Mamoclin — Centro de Diagnóstico por Imagem. A Mamoclin faz parte da rede de assistência em saúde da PróVida.

*Com informações do CEO, Leandro Feltrin; Diretor Médico da PróVida, José Carlos Diniz Barradas; Diretor Executivo da PróVida, João Camargo; Assessora Executiva, Janaina Siuch; Assessoria da Comunicação PróVida, Jornalista Oneide Teixeira da Costa.*



*Inauguração em Cachoeira do Sul*



## Terapia com aromas

Você já ouviu falar em aromaterapia? É uma prática antiga de cura que resulta em equilíbrio mental e corporal usando óleos essenciais extraídos de fontes botânicas. Consiste em um conjunto de técnicas de inalação, administração oral e aplicação de óleos essenciais com finalidades terapêuticas, de bem-estar e embelezamento.

Para entendermos melhor sobre o tema, conversamos com a enfermeira e especialista no assunto, Taís Bortolini dos Santos, que nos explica um pouco mais sobre os benefícios da prática. “Os óleos possuem diversas funcionalidades terapêuticas e auxiliam no tratamento de doenças, como: hipertensão, ansiedade, depressão e digestão, com antissépticos, antifúngicos e hidratantes. Eles podem ser utilizados em difusores e aromatizadores, aplicados sobre a pele, no travesseiro, em banhos de imersão ou em ambientes”, diz.

De acordo com a especialista, alguns óleos são fundamentais para o bem-estar físico e, muitos deles, têm ação imediata, como o óleo de eucalipto, responsável pela expectoração e descongestionante nasal. Ela diz que o óleo de alecrim atua no sistema circulatório, citronela é bactericida, lavanda é cicatrizante e o sândalo é um ótimo desintoxicante. “É importante citar que alguns óleos podem ser ingeridos, de acordo com o fabricante e a indicação, porém eles não são recomendados para crianças e gestantes”, alerta ela.

A Taís nos conta que conheceu a aromaterapia através de cursos com práticas integrativas e complementares em 2018 e, desde então, se apaixonou pelo assunto. A dica dela é: “conheça a aromaterapia e seus benefícios, pois são essenciais para a saúde e o bem-estar”.

## Aliviando as dores na coluna

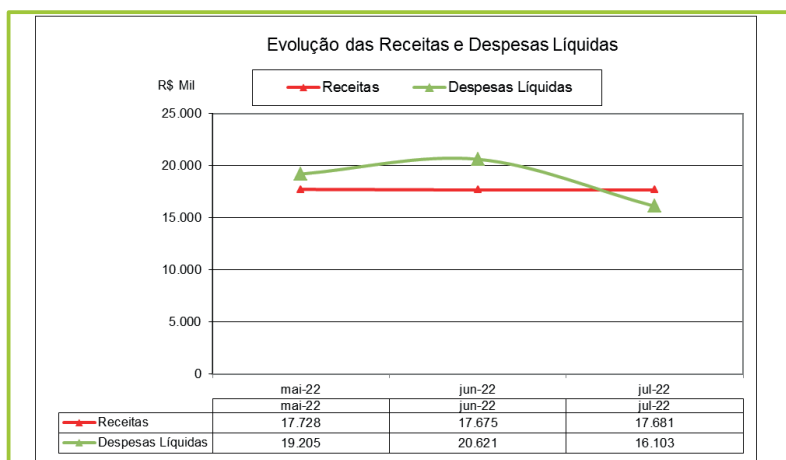
Sabe aquela mochila pesada ou aquele tempo sentado em frente ao tablet que você fica com o pescoço para baixo olhando a tela? Saiba que tudo isso impacta diretamente a coluna e pode causar desconforto e até mesmo dor. Lembre-se, a sua rotina é um importante fator para evitar diversas disfunções, que influenciam diretamente na saúde e na qualidade de vida.

Nesta edição, conversamos com a Vivian Klippel do espaço Klippel, que explica que a dor crônica atualmente ocorre pelo movimento repetitivo de trabalho e especialmente pelo sedentarismo. Ela lembra que trabalhar a mobilidade é muito importante, pois trabalha as articulações e cada uma delas tem uma função. Para aliviar a sensação de dor, exercícios de alongamento ajudam bastante e, dependendo do caso, é importante que seja realizado com a ajuda de um profissional da área da fisioterapia. O alongamento proporciona amplitude dos movimentos, promovendo o relaxamento muscular

Vivian completa dizendo que as pessoas precisam buscar a atividade física antes da dor vir e não quando já está com ela. Como mensagem, diz que todos precisamos ter mais amor pelo próprio corpo e pela vida.



# 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.

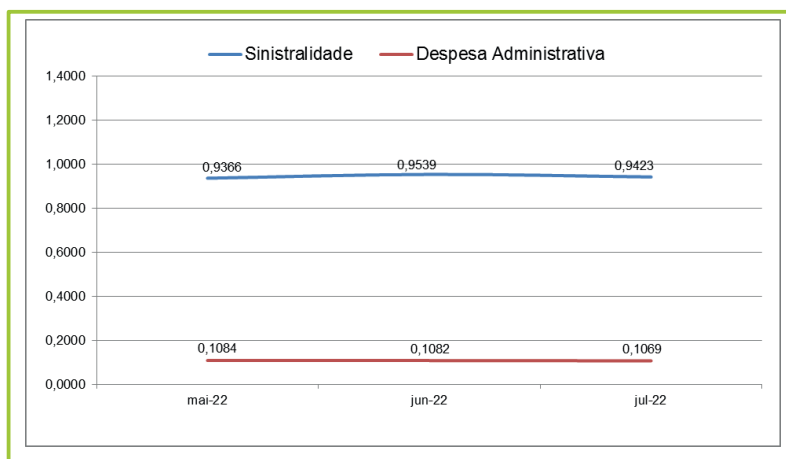
As despesas assistenciais líquidas reduziram 21,91% em relação ao mês anterior.

## Índice de Sinistralidade + Despesas Assistenciais Líquidas/Receitas de Contribuições

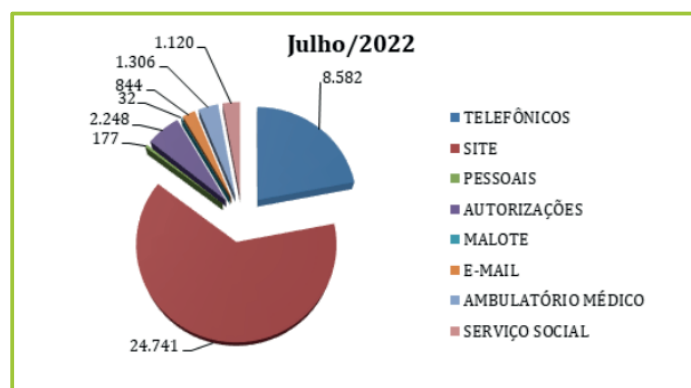
A sinistralidade demonstra a relação entre as despesas assistenciais líquidas e o total das receitas de contribuições.

A variação da sinistralidade de -1,21% em relação ao mês anterior demonstra redução nas despesas assistenciais no período analisado; e quando comparado com o mesmo período do ano passado a sinistralidade cresceu 11,07%.

Os indicadores de sinistralidade e das despesas administrativas considera a média dos últimos 12 meses de receitas assistências e despesas com eventos e despesas administrativas.



# INDICADORES DE ATENDIMENTO



# GESTÃO ASSISTENCIAL

## QUANTIDADE DE PROCEDIMENTOS POR TIPO DE ATENDIMENTO

Tipo de Atendimento	Quantidade	Valor
Consultas (médicas e odontológicas):	20.784	R\$1.744.004,65
Exames	57.223	R\$2.662.091,94
Internações (ambulatoriais e hospitalares)	1.828	R\$12.952.867,91
Procedimentos Odontológicos	6.161	R\$362.565,85
Reciprocidade	715	R\$474.403,63
Tratamento seriado	6.800	R\$424.929,66
<b>Total</b>	<b>93.511</b>	<b>R\$18.620.863,64</b>

## DESPESAS ASSISTENCIAIS POR FAIXA ETÁRIA

Faixa Etária	Valor Total Pago (PAM/PAMII/ASCP)	Valor Total Pago (POD/POD II)
0 a 18	R\$588.018,69	R\$39.450,76
19 a 23	R\$174.948,80	R\$12.920,04
24 a 28	R\$296.931,78	R\$10.728,62
29 a 33	R\$541.074,44	R\$17.627,02
34 a 38	R\$1.006.349,28	R\$29.048,47
39 a 43	R\$1.011.050,88	R\$35.828,13
44 a 48	R\$445.219,56	R\$17.755,95
49 a 53	R\$722.565,17	R\$19.464,04
54 a 58	R\$1.410.709,51	R\$51.769,99
<b>59+</b>	<b>R\$12.061.429,68</b>	<b>R\$127.972,83</b>
<b>Total</b>	<b>R\$18.258.297,79</b>	<b>R\$362.565,85</b>



FAÇA PARTE DO PROSANGUE

DOE SANGUE,  
DOE VIDA.



## PAGAMENTO REDE CREDENCIADA FARMÁCIAS

Programa	Quantidade de Compras	Valor Total Pago
PROFARM	0	0
PROMED	7.945	R\$1.337.575,55
<b>Total</b>	<b>7.945</b>	<b>R\$1.337.575,55</b>

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

## CREDENCIAMENTOS

Tipo de Credenciado	Credenciamentos
Clínicas	25
Dentistas	4
Farmácias	0
Hospitais	1
Laboratórios	2
Médicos	4
<b>Total</b>	<b>36</b>

Dos desligamentos que ocorreram nesse mês, 26 foram por falta de movimentação financeira nos últimos 24 meses, um optou por atender somente particular, dois optaram por não fazer mais parte do plano e dois faleceram.

20784	57223
Consultas médicas	Exames
22598	6161
Internações	Procedimentos Odontológicos
8204	36.478
Pontos de atendimento	Vidas nos planos Médico-Hospitalares e Odontológico
34.402	R\$18.258.297,79
Contatos de associados – Central de Relacionamento	Gastos em Assistência (PAM, POD e ASCP)





# Ouçá nossos podcasts

Acesse agora mesmo [soundcloud.com/cabergs-podcast](https://soundcloud.com/cabergs-podcast) e ouça esta e outras notícias no Podcast da Cabergs



Conheça as **nossas vantagens**



[cabergsseguros.com.br](https://cabergsseguros.com.br)



#### EXPEDIENTE

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

**ANS - nº 30731-9**

Diretoria Executiva: Sr. Fernando Zingano – Dir.-Presidente, Sr. Carlos Augusto Grazziotin – Dir. Financeiro e Administrativo, Sra. Lisiane Vieira de Castro Luchese – 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: CM3 Comunicação - Fotos divulgação