

Uso Consciente do Plano de Saúde

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

AFFE  **SC**

ASSOCIAÇÃO DOS FUNCIONÁRIOS FISCAIS
DO ESTADO DE SANTA CATARINA

Unimed 

Grande
Florianópolis



Sumário

Sua saúde e a utilização do plano.....	5
Dever do beneficiário e do médico.....	6
Perda/roubo.....	7
Dr. internet não substitui o médico.....	8
Uso descontrolado do plano? A conta é sua.....	9
Uso consciente.....	10
Período de atendimento e cobertura do plano.....	11
É bom saber	12
Solicitação de exames é feita pelo médico.....	14
Exame clínico.....	16
Exames complementares.....	16
Exposição desnecessária ao raio-x.....	17
Exposição à tomografia.....	18
Exposição à ressonância.....	19
Pronto atendimento: só em caso de urgência e emergência.....	20
Serviço de Diagnóstico por Imagem.....	21
Prevenção é a solução.....	22
Programas de Promoção à Saúde.....	23
Entre em contato com a Unimed.....	24

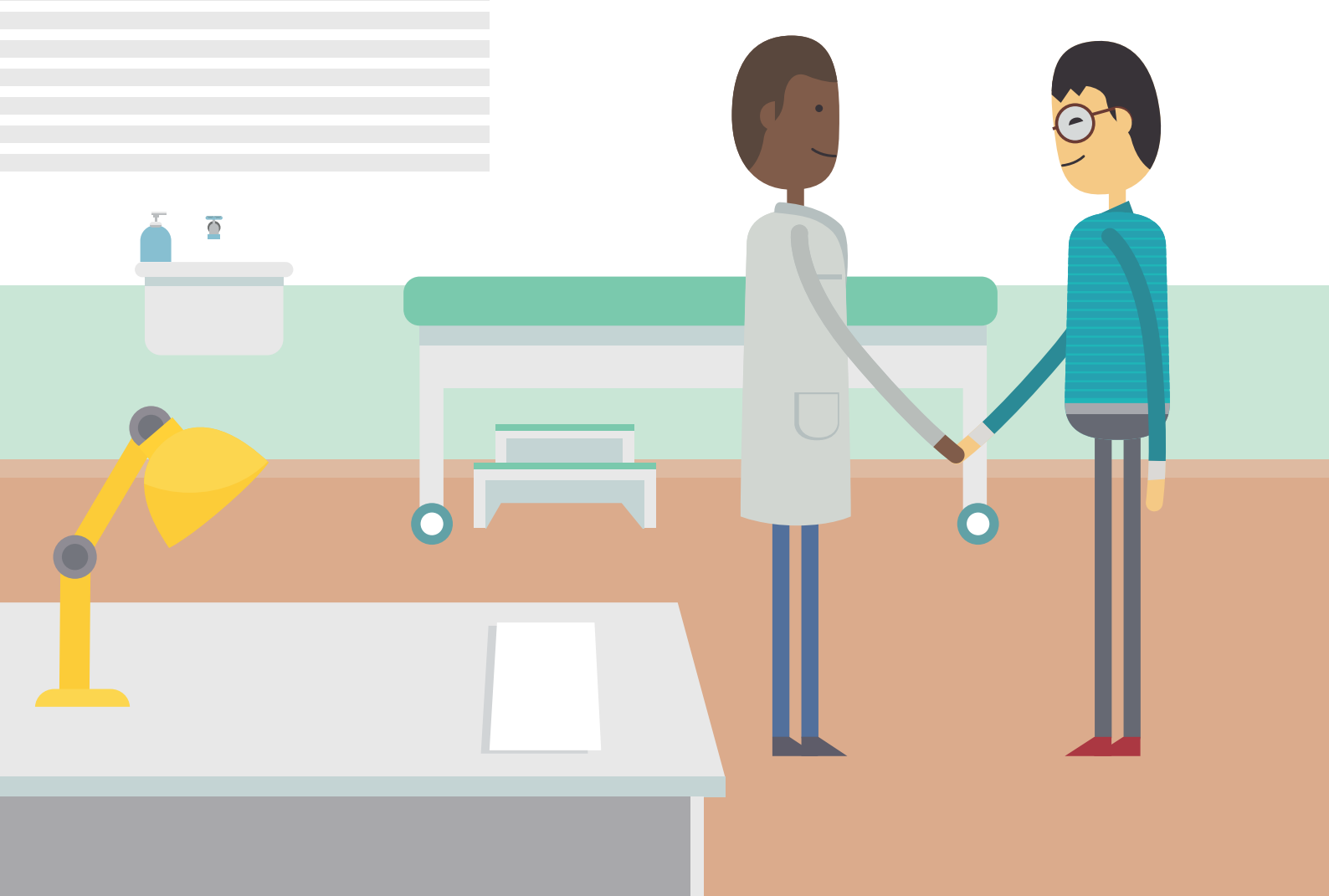


Sua saúde e a utilização do plano

Saúde é assunto que ganha atenção especial dos brasileiros. Quando em dia, ela é responsável pelo **bem-estar**, de modo a tornar as atividades mais produtivas e os momentos, inesquecíveis. Não por acaso, esbanjar saúde abrange o objetivo de centenas de pessoas, e uma das maneiras que elas encontram para chegar a este status é adquirir um plano de saúde.

Do momento que ele é contratado, o beneficiário passa a integrar uma entre duas importantes estatísticas: usa excessivamente o plano ou nunca o utiliza. Qual a melhor opção? Nenhuma! **Usufruir do plano de modo consciente** significa checar informações, comparecer a consultas e exames, apresentar a documentação necessária, dentre outras orientações que este guia pretende revelar.

A partir desta leitura, a Unimed Grande Florianópolis deseja que você **proveite todas as possibilidades** que seu plano oferece, e encontre em nossas ações preventivas meios de preservar ainda mais o seu maior patrimônio: **a vida**.



Dever do beneficiário e do médico

Para utilizar os serviços do plano de saúde é **indispensável** portar o cartão de identificação. Portanto, nunca o empreste para atendimento de outra pessoa, até por que você não sabe quando precisará usá-lo **em casos de urgência e emergência**.

Embora seja direito do beneficiário ter acesso a consultas e exames, não cabe a ele faltar à visita médica. Quando isso acontece, outras pessoas deixam de ser atendidas, causando contratempos e dificuldade de agenda a outros pacientes. É natural que imprevistos ocorram, **quando for inevitável** reorganizar a agenda, aproveite para desmarcar o atendimento que você agendou. Por outro lado, muitas pessoas prezam pela pontualidade, característica que deve ser **respeitada**, também, pelo seu médico.

Perda/roubo

O seu cartão Unimed, acompanhado de documento de identidade, é a **garantia** de que você está sempre bem cuidado.

Cuide-o também: evite sujar, rasurar, expor ao sol, molhar ou colocar o cartão em contato com aparelhos eletrônicos.

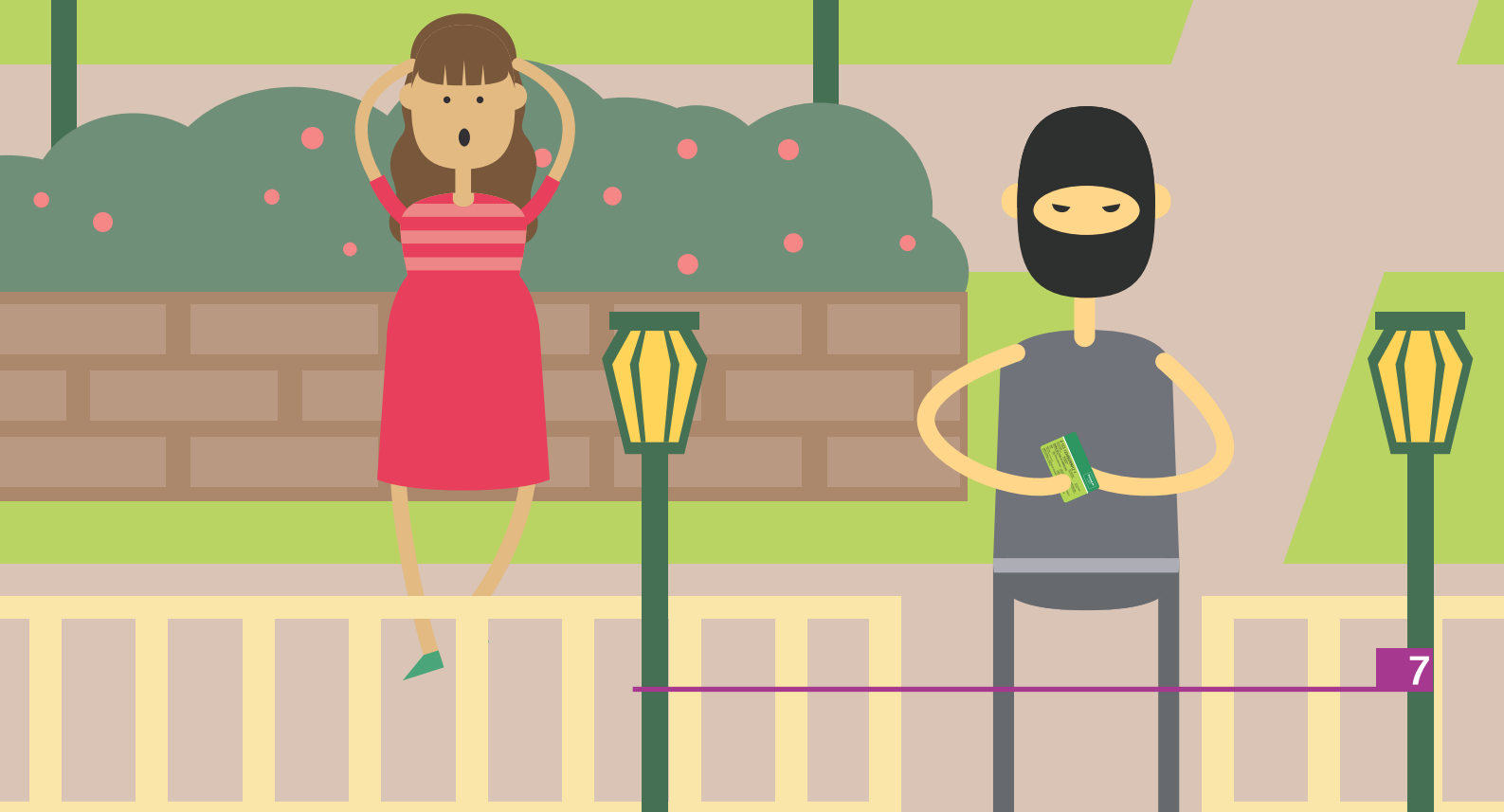
Em caso de perda ou roubo, faça o registro de ocorrência e avise a Unimed para que todas as providências sejam tomadas. Aqueles que detêm de plano de saúde empresarial podem procurar a área responsável da empresa para comunicar perda/roubo do cartão.

Formas de contato com a Unimed em caso de perda/roubo do cartão:

Presencial: Rua Antônio Dib Mussi, 351, Centro, Florianópolis

Atendimento online 24h: www.unimedflorianopolis.com.br

Central de atendimento 24h: 0800 48 3500



A hand holding a smartphone displaying a video player with the text "Dr. internet não substitui o médico". The background is green with various medical icons.

Dr. internet não substitui o médico

Por comodidade, não são raras as situações em que beneficiários do plano de saúde optam por **tirar dúvidas** sobre doenças e diagnósticos pela internet, em substituição ao médico. **Sob hipótese alguma** sites de busca e outras ferramentas digitais **podem assumir** a relação pessoal entre paciente e médico.

A **avaliação pelo profissional** da saúde pressupõe diálogo, análise física e mental e aconselhamento sobre exame ou procedimento médico.



Uso descontrolado do plano?

A conta é sua



A **utilização inadequada** do plano de saúde implica **consequências** preocupantes para o beneficiário e para os custos da saúde suplementar. Todos os anos, o valor do plano sofre reajustes e este cálculo leva em consideração a utilização excessiva, refletida no número de consultas, exames e procedimentos realizados. Embora o reajuste seja aprovado pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), é o beneficiário quem paga a conta, razão pela qual incentiva-se o **controle** quanto ao uso do plano de saúde.

Uso consciente

Usar o plano de saúde de forma consciente significa **maior disponibilidade médica** e menor índice no reajuste anual. Se cada um fizer a sua parte, mais beneficiários terão acesso a um **serviço de qualidade** e, por consequência, ao especialista desejado.

- Encontre um médico de sua confiança. Quando você tem o hábito de ir ao mesmo profissional, mais próximo ele estará do histórico de sua saúde e terá condições de chegar a um diagnóstico preciso.
- Não troque de especialista todo momento, pois o profissional necessita acompanhar a evolução do tratamento para chegar ao resultado.
- Na dúvida sobre o médico, pesquise sua reputação e avalie a opinião de pessoas que já foram atendidas por ele. Se você não sabe qual especialidade médica consultar, procure um clínico geral ou médico de família para o correto encaminhamento.



Uma forma de encontrar médicos e especialidades de forma mais rápida é pelo **Guia Médico**, disponível no **Portal do Cliente**: cliente.unimedflorianopolis.com.br.

Período de atendimento e cobertura do plano

Ao adquirir o plano de saúde você passa a ter acesso às **coberturas contratadas** pela operadora. Porém, é importante saber alguns prazos estabelecidos pela ANS, que podem não ser imediatos, como a maioria das pessoas imagina.

Tipo de atendimento	Período máximo de atendimento (dias úteis)
Urgência e emergência	Imediato
Exames de análises clínicas	3 dias
Consulta básica (pediatria, clínica médica, cirurgia geral, ginecologia e obstetrícia)	7 dias
Demais serviços de diagnóstico/terapia em regime ambulatorial e consulta/sessão com outras especialidades (fonoaudiólogo, psicólogo, terapeuta ocupacional e fisioterapeuta)	10 dias
Consulta nas demais especialidades médicas.	14 dias
Procedimentos de alta complexidade (PAC) e internação eletiva (agendada)	21 dias
Consulta de retorno	A critério do profissional responsável pelo atendimento

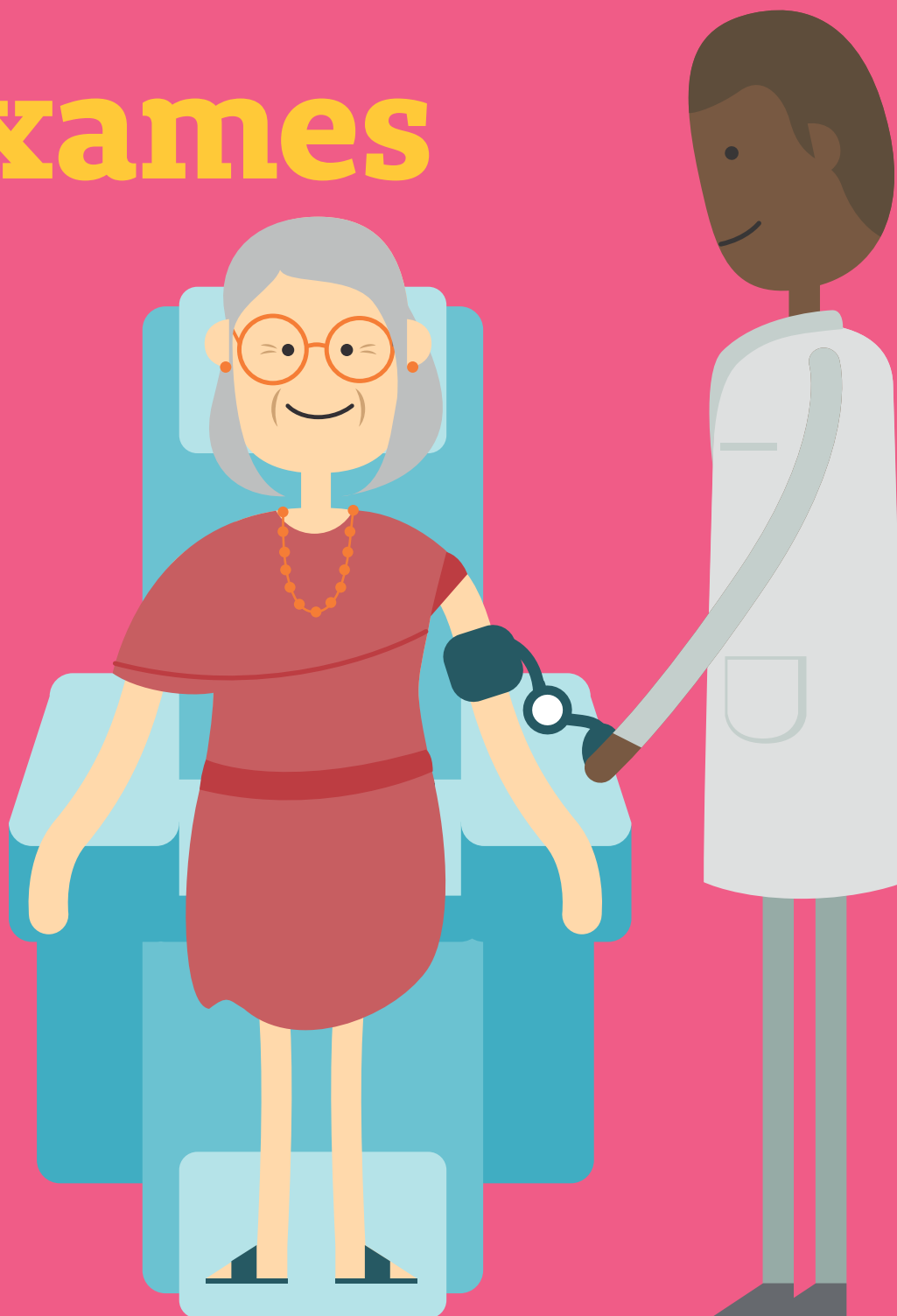
Plano com cobertura	Atendimento em:
Nacional	todo o país
Em grupo de estados	alguns estados, definidos no contrato
Estadual	em um único estado, definido no contrato
Em grupo de municípios	alguns municípios definidos no contrato
Municipal	um único município, definido no contrato



O atendimento poderá ser **realizado por qualquer profissional** ou estabelecimento de saúde que integre a rede de prestadores da Unimed Grande Florianópolis e não, necessariamente, pelo especialista de preferência do beneficiário. Caso deseje atendimento com o profissional de saúde de sua confiança, **será necessário aguardar** a disponibilidade de agenda.



Segurança em seus exames



Solicitação de exames é feita pelo médico

O exame clínico é um método realizado por profissional de saúde para **identificar sinais** de uma doença. Algumas são diagnosticadas durante a consulta, mas outras **precisam da confirmação** com exames laboratoriais e de imagem.

É importante destacar que a indicação dos exames de imagem é responsabilidade do médico e não compete a ele solicitá-los repetidamente, nem cabe ao paciente pressionar pela solicitação de exames sem motivos, pois além de aumentar o desperdício de recursos no sistema privado, a exposição frequente a radiações **gera riscos** ao paciente.

ABC

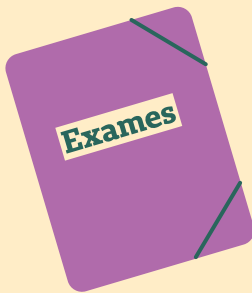
- Relate todos os sintomas ao seu médico para que ele possa **avaliar** o melhor tratamento, assim como o exame mais indicado.



- Para realizar exames e procedimentos você receberá do médico ou da clínica um **guia de solicitação**. Confirme todos os seus dados e assine a guia uma única vez. Certifique-se de que o serviço que consta no documento foi o que você utilizou, e **jamais assine uma guia em branco**.



- No retorno à consulta, traga consigo o resultado dos seus exames, até mesmo os realizados em outra oportunidade. Dessa forma, o médico **poderá embasar** sua decisão, evitando que você se submeta a radiações desnecessárias. Alguns exames têm prazo de validade maior, de modo que você poderá utilizá-lo mais de uma vez.



- **Nunca deixe** seus exames no consultório médico ou no laboratório e assegure que eles estejam guardados em um local fácil de encontrar.

Corra destes números

Segundo estatística nacional, **30% dos exames não são retirados do laboratório** pelo paciente.

Dos resultados retirados, **33% não são levados ao médico que o solicitou**, nem sequer utilizados para cuidar da saúde.

Fonte: Sociedade Brasileira de Patologia Clínica/Medicina Laboratorial (SBPC/ML).

Exame clínico

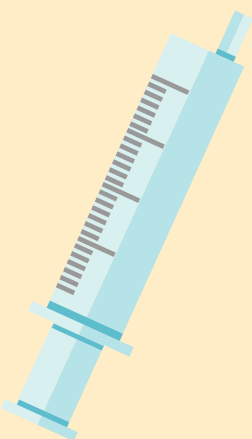
Quando solicitado pelo médico, o primeiro exame é realizado no ato da consulta e **não tem custo ao beneficiário**. Por meio dele o profissional faz a leitura de informações importantes para o diagnóstico.

Dividido em **duas fases**, o exame clínico equivale a anamnese e físico. Enquanto o primeiro é uma entrevista feita para identificar o ponto inicial no diagnóstico de doença ou patologia, o segundo usa métodos para evidenciar sintomas e sinais, como toque ao corpo, aferição de pressão e temperatura, entre outros.



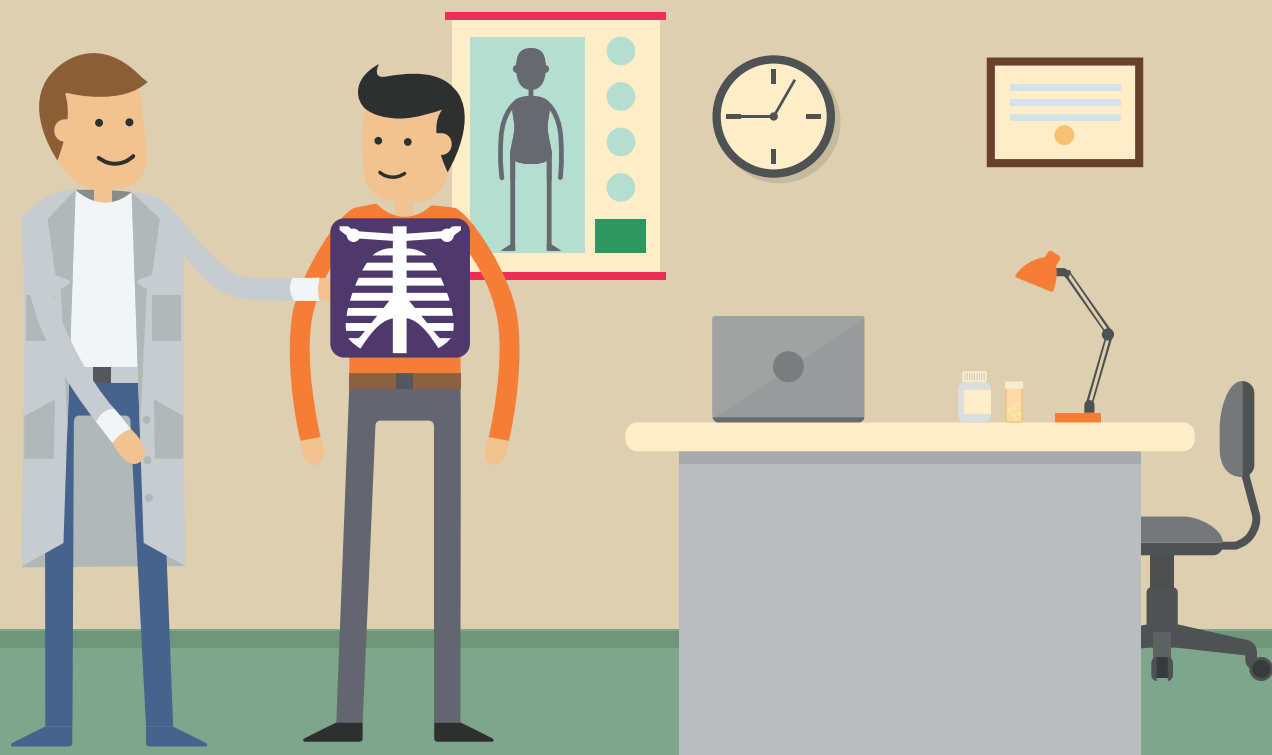
Exames complementares

Feitos em clínicas e laboratórios, os exames complementares são solicitados pelo médico para **confirmar** uma hipótese diagnóstica ou **acompanhar** um tratamento que vem sendo realizado.



Ao fazer exames, retire-os no prazo estipulado, pois quanto mais tempo transcorrer entre a data do exame e a consulta, menos precisa será a avaliação médica. **Importante** destacar que exames realizados em pronto-socorro e durante uma internação hospitalar também são seus, portanto, peça-os ao final do atendimento.

Exposição desnecessária ao raio-x



Ao mesmo tempo que o raio-x ajuda médicos a diagnosticar doenças, **a radiação pode ser perigosa** de modo a alterar o DNA das células quando o paciente é submetido repetidas vezes ao procedimento ou recebe doses elevadas de radiação.

Quando o médico pedir um exame de raio-x, lembre-se de avisá-lo caso tenha feito outro, anteriormente. Observe se o local do exame dispõe de **cuidados necessários** dos quais aventais de chumbo para paciente e acompanhante, protetores de gônadas e protetores de tireoide devem ser empregados.

Exposição à tomografia

Em relação à **radiação na tomografia computadorizada** o controle de dosagem é rigoroso. Embora a tomografia tenha mais radiação do que um exame de raio X normal, esta deve ser **mantida no nível mais baixo possível**, e dentro desses limites, **não há risco**. São realizados controles de qualidade e inspeções periódicas.



Exposição à ressonância

Por se tratar de um exame que não utiliza radiação ionizante, diferente do raio x e da tomografia, **não há contraindicação relacionada à quantidade** que um paciente pode fazer. Mas ela costuma ser **pedida somente quando há alguma suspeita**– e não como **método preventivo**. Ao realizar o procedimento, o paciente precisa retirar todos os objetos metálicos, o que inclui relógio e joias.



Pronto atendimento: só em caso de urgência e emergência

Diferente de uma consulta eletiva, com hora e data marcada no consultório do médico, **pronto atendimento** (PA) é o local dedicado a atender casos de urgência e emergência, sem efetividade para tratar doença. Isso não significa que há negligência médica, e sim relação com a função e dinâmica do PA.

Pela **estrutura própria**, clientes da Unimed Grande Florianópolis contam com duas unidades para **atendimento de urgência e emergência**.

Unidade Centro



PA Infantil

24h

Raio X

Rua Madalena Barbi, 204,
Florianópolis.

para cliente de até 14 anos, 11 meses e 29 dias, em situação de urgência e emergência.

Unidade Barreiros



PA Adulto

PA ortopédico

24h

Raio X

Rua Manoel Loureiro, 1909
(anexo ao Hospital Unimed,
em São José).

Serviço de Diagnóstico por Imagem

Os exames de imagem costumam ser requisitados pelos médicos para ajudá-lo no **diagnóstico preciso**. O local onde eles serão feitos também é importante no resultado, de modo que a escolha siga as normas de segurança, preocupe-se com a manutenção e utilize equipamentos modernos.

Com uma avançada estrutura de tecnologia e precisão, o Serviço de Diagnóstico por Imagem do **Hospital Unimed** realiza exames e sua agenda é flexível, incluindo sábados e período noturno.

Visite a página em nosso site para conhecer mais sobre o serviço

www.unimed.coop.br/web/florianopolis/servico-de-imagem

EXAMES:

- Ressonância magnética • Tomografia computadorizada • Ultrassonografia
- Doppler colorido • Radiografia digital • Radiologia intervencionista
- Ecocardiografia (transtorácica e transesofágica)
- Angiotomografia coronariana

Atendimento para cliente Unimed, particulares e convênios.

Agendamento para exames: (48) 3216-8999

Prevenção é a solução

Quem deixa de usar o plano cuida mais da saúde?

A resposta é **NÃO!**

Anualmente, aconselha-se que você procure o médico para avaliar a sua saúde, mas muitas pessoas acreditam que a visita ao profissional vale para casos mais graves, apenas. Quem nunca usa o plano **não previne e não diagnostica** tem muito mais chance de contrair doenças, comparado com o usuário que adota medidas preventivas regularmente.



Programas de Promoção à Saúde

Você já deve ter ouvido que **“prevenir é o melhor remédio”** e quando o assunto é saúde, não duvide do sentido por trás do dito popular. Praticar uma atividade física e **mudar o comportamento** sobre a alimentação, por exemplo, são algumas formas de prevenção. E quando você tem alguém para compartilhar tudo isso **é mais fácil atingir os objetivos.**

Como promotora de saúde e qualidade de vida, a **Unimed Grande Florianópolis** convida você a participar de nossos programas **gratuitos**, que contemplam clientes de todas as idades. Confira:

Os programas são oferecidos **gratuitamente** aos clientes da Unimed Grande Florianópolis, de acordo com a disponibilidade do plano de saúde. Informações pelo **(48) 3216-8999** ou e-mail viverbem@unimedflorianopolis.com.br.



Unimed em Movimento

Grupo de caminhada e corrida, com assessoria técnica especializada para prática de esporte.

Alimentação Saudável

Grupos de reeducação alimentar para escolhas saudáveis e perda de peso.



Controle do Tabagismo

Atendimento aos que desejam parar de fumar, com acompanhamento individual ou em grupo por médicos e equipe de saúde multiprofissional.

Gerenciamento de Crônicos

Para clientes acima de 60 anos, portadores de doenças crônicas. Oficinas educativas, grupos e acompanhamento domiciliar e/ou telefone.





Desenvolvimento Infantil e Curso de Gestantes

Acompanha a saúde da criança da gestação aos dois anos de idade. Cursos, oficinas, orientações, suporte à amamentação e monitoramento telefônico.

Grupo de acompanhamento pós-cirurgia bariátrica

Técnicas para mudanças no estilo de vida, reflexões sobre a relação com a comida, autoimagem e emoções. Auxílio na manutenção do peso pós-cirurgia.



Em nosso site, visite a página **Espaço Viver Bem** para conhecer os programas e a agenda de cursos.

Mais em www.unimedflorianopolis.com.br

Entre em contato com a Unimed



Nossa equipe está disponível para esclarecer dúvidas relacionadas ao seu plano de saúde.



- Atendimento online 24 horas:
www.unimedflorianopolis.com.br
- Serviço de atendimento 24 horas:
0800 483500



- Central de agendamento:
(48) 3216-8999
- Atendimento presencial:
Rua Antônio Dib Mussi, 351, Centro, Florianópolis
- Portal do Cliente pelo cliente.unimedflorianopolis.com.br
- Ouvidoria pelo site
(após passar pela 1ª instância)



Guia Médico

Não deixe de conferir toda a rede credenciada da Unimed Grande Florianópolis, disponível pelo **Guia Médico** no **Portal do Cliente** cliente.unimedflorianopolis.com.br ou no site www.unimedflorianopolis.com.br

Em caso de dificuldade em agendamento,
solicite ajuda pela nossa central:
(48)3216-8999

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



ANS - N° 36044-9