

Diferença entre remédio e veneno está na dose

Os perigos do uso excessivo de medicamentos. Leia mais na página 5



■ **Identidade visual da Cemig Saúde ganha novos elementos**

Leia mais na página 3

■ **Software de gestão da Cemig Saúde tem nova data para entrar no ar**

Leia mais na página 7

Saúde: desafios para 2016

O ano de 2015 terminou com um saldo nada otimista para os beneficiários de planos de saúde. Mas, apesar desse cenário, fico feliz em dizer que esse não é o caso dos beneficiários do Prosaúde Integrado da Cemig (PSI). Mesmo com gastos assistenciais mais elevados em 2015, a gestão da Cemig Saúde esteve sempre atenta em manter a perenidade do plano, sem perder de vista a manutenção da qualidade dos serviços oferecidos.

Uma pesquisa realizada pelo instituto Datafolha a pedido do Conselho Federal de Medicina (CFM) mostrou uma crescente insatisfação dos usuários dos planos de saúde. Quarenta e dois por cento dos entrevistados classificaram os serviços oferecidos pelas operadoras como péssimos, ruins ou regulares. Na avaliação do presidente do CFM, Carlos Vital, os dados mostram que a diferença entre os setores público e privado está cada vez menor, e não por uma melhora do primeiro, mas devido a uma piora da saúde suplementar.

No geral, 17% dos entrevistados, usuários do sistema suplementar, responderam estar aguardando do plano de saúde autorização para realização de um atendimento. Desses, 52% esperam por uma consulta; 24%, cirurgias; 23%, exames e 1%, por outros procedimentos. O tempo de espera é, para maioria dos casos (63%), de até um mês. Vinte e cinco por cento esperam de um a seis meses, 4% até um ano e 8%, mais de 12 meses.

Apesar de a regulamentação da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) estabelecer um prazo mínimo para a realização de consultas, o paciente hoje tem de esperar, via de regra, de 15 dias a um mês para ser atendido, o que deveria ser imediato.

Diante dos dados comentados acima, apresentamos abaixo alguns dos resultados levantados pela pesquisa de satisfação referente a 2015, realizada com os benefi-

ciários da Cemig Saúde. A pesquisa representa o sentimento (avaliação em uma escala de 0 a 10) de uma amostra de 1920 beneficiários entre ativos e assistidos:

QUESTÃO AVALIADA	2015
Atendimento presencial - Capacidade do atendente para resolver a sua demanda	8,5
Atendimento por telefone - O interesse em resolver efetivamente a demanda do beneficiário	7,9
Atendimento por e-mail - Clareza das respostas	7,4
Atendimento da Ouvidoria	7,7
Site da Cemig Saúde	7,4
Jornal Vida e Saúde	7,5
Cobertura do plano	6,9
Rede conveniada - O prazo para agendar consultas e exames	6,0
Rede conveniada - Qualidade dos serviços prestados	7,4
Centro de Promoção à Saúde	8,5
Autorização de procedimentos	7,6
Nota geral Cemig Saúde	8,2

Diante do exposto, nosso sentimento é de dever cumprido em 2015, mas com os olhos voltados para melhoria de nossos serviços, principalmente daqueles itens que apresentaram avaliação menor. Te-

mos consciência de que em 2016, nós, gestores e empregados, estaremos trabalhando para resultados ainda melhores, e estamos confiantes que eles virão.

João Isidro Vinhal

Diretor de Relações com os Participantes da Cemig Saúde
joao.isidro@cemigsaude.org.br - (31) 3253-4900

Ouvidoria

ouvidoria@cemigsaude.org.br - (31) 3253-4901

“Os conceitos e opiniões emitidos nesta coluna representam a posição do Diretor de Relações com os Participantes”.

EXPEDIENTE

Conselho Deliberativo: Mauro Marinho Campos (*Presidente*), Antônio Lisboa de Oliveira, Frederico Alvarez Perez, João Martins de Melo Filho, José Antônio Cirilo, RONALDE XAVIER MOREIRA JUNIOR, Wolmar Ferreira de Paula e Zulmira Rodrigues A. Gomes de Minas (*titulares*). Alessandro Batista, Antônio Reginaldo Correa da Fonseca, Humberto Donisete de Faria, Paula Sylvia Ridolfi Carrara, Demétrio Alexandre Ferreira, José Mauricio de Andrade Ferreira, Ney Eustáquio Rocha de Alencar e Rodolfo de Souza Monteiro (*suplentes*). **Conselho Fiscal:** Warley Xavier Ferreira Pinto (*Presidente*), Carlos Renato de Almeida, Eugênio Canuto de Paula e Leonardo Felipe Mesquita (*titulares*). Eber Luiz Padrão França, Jair Cândido de Souza, Mônica Mansur Brandão e Wanderson Rodrigues da Silva (*suplentes*). **Diretoria:** Gilberto Gomes Lacerda, Arthur Saraiva Sette e Câmara e João Isidro Vinhal. **JORNAL VIDA E SAÚDE:** Publicação bimestral. Editado pela Assessoria de Comunicação - Tiragem: 21.300. **Editora e Jornalista Responsável:** Virgínia Saoli (MG09197JP). **Redação:** Virgínia Saoli, Patrícia Ferreira e Renata Duarte Santiago Gontijo. **Impressão:** Gráfica e Editora Expressa. **Correspondências:** Av. Barbacena 472 - 8º andar - Barro Preto - CEP: 30190-130 - Fone: 0800 0309009 - Belo Horizonte - MG. E-mail: cemigsaude@cemigsaude.org.br. Portal Corporativo: www.cemigsaude.org.br. **Obs: as matérias publicadas neste jornal são exclusivamente de caráter informativo, não gerando qualquer espécie de direito ou obrigação por parte da Cemig Saúde.**



ANS - Nº 41750-5



IDENTIDADE VISUAL DA CEMIG SAÚDE GANHA NOVOS ELEMENTOS

Em 2015 as peças de comunicação da Cemig Saúde ganharam uma nova identidade visual: mais clara, moderna e alinhada com o novo posicionamento adotado pela Operadora. Este ano, será dada continuidade a esse padrão, que ganhará novos elementos. Entre as novidades, está uma paleta de cores, que será utilizada com as cores da nossa marca, reforçando ainda mais nossa identidade.

Se no ano passado as criações destacavam a importância das boas escolhas para uma vida saudável, agora, elas buscarão mostrar os frutos gerados por es-

sas boas escolhas, por meio de ícones, ilustrações e imagens que reflitam as conquistas alcançadas por nossos beneficiários, por meio da adoção de hábitos saudáveis.



Beneficiários terão oportunidade de escolher seus representantes nos Conselhos

Os beneficiários da Cemig Saúde terão novamente a oportunidade de escolher, num processo eleitoral democrático, seus representantes nos conselhos Deliberativo e Fiscal. Começou no dia 15 de fevereiro o processo eleitoral para a escolha de dois membros titulares do Conselho Deliberativo e um do Conselho Fiscal – além dos respectivos suplentes e sucessores.

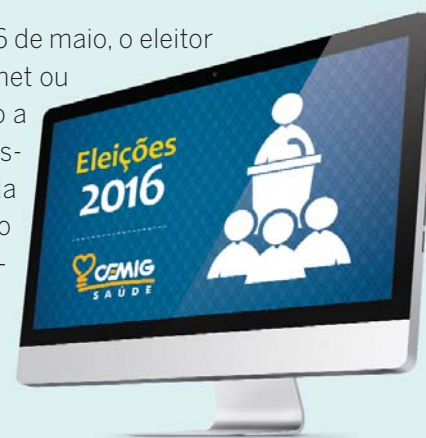
Todas as informações sobre o processo eleitoral podem ser consultadas no edital de convocação e no Regulamento Eleitoral, encartados neste jornal ou consultados no portal www.cemigsaude.org.br

Beneficiários ativos e aposentados têm o direito de votar e serem votados, ou seja, podem se inscrever como candidatos. As inscrições serão realizadas por meio de formulários próprios, que de-

verão ser encaminhados à Comissão Eleitoral e protocolizados, em envelope lacrado, na Secretaria Geral da Cemig Saúde - Av. Barbacena, 472 – 8º andar - Barro Preto - Belo Horizonte - MG.

A partir das 8h do dia 16 de maio, o eleitor poderá votar pela internet ou pelo telefone, utilizando a senha pessoal e intransferível que será enviada por via postal ou meio eletrônico com as instruções para a votação.

Sua participação é muito importante!



Inadimplentes serão incluídos no Serasa



Os beneficiários que estão em débito com o Prosaúde Integrado da Cemig (PSI) há mais de 60 dias e, portanto, excluídos do plano, poderão ter o Cadastro de Pessoa Física (CPF) inscrito no Serasa, órgão de proteção ao crédito.

A medida, que começou a ser aplicada em janeiro, busca reduzir o índice de inadimplência do plano, além de recuperar valores que retornam para o plano e beneficiam a todos. Apesar dessa prática ser

prevista em regulamento, a Cemig Saúde vinha, até então, buscando outros meios de negociação com os inadimplentes, porém sem o retorno desejado.

Os beneficiários que estão nessa condição receberão uma carta, um boleto para quitação e um formulário de negociação. Aqueles que tiverem a intenção de quitar a dívida devem pagar o boleto e, nesse caso, poderão retornar ao plano.

Já os que não tiverem condições financeiras para quitar o débito poderão negociar o valor em até seis parcelas. Nesse caso, devem entregar o formulário preenchido e assinado até a mesma data de vencimento do boleto que deveria ser quitado. Para esse grupo, o retorno ao PSI somente poderá ser efetivado após o pagamento de todas as parcelas.



CUIDADOS COM OS EXAMES LABORATORIAIS E DE RADIOLOGIA

Muitos beneficiários têm deixado seus exames laboratoriais e de radiologia para análise dos médicos do Centro de Promoção à Saúde e não retornam para retirá-los. É importante guardar os exames realizados para que possam ser apresentados em outras consultas médicas. Essa iniciativa facilita a análise de evolução de alguma doença e comparação com os próximos exames a serem realizados, assim como evita que exames sejam repetidos sem necessidade, muitas vezes, com exposição à radiação.

REAJUSTE DOS LIMITES DE COPARTICIPAÇÃO E TETO DO PGE PARA 2016

Em 1º de janeiro de 2016, os valores de coparticipação foram corrigidos, conforme o Regulamento do Prosaúde Integrado da Cemig (PSI). O valor do limite de coparticipação por procedimento e por internação passou de R\$ 68,92 para R\$ 76,19. O valor do limite mensal por grupo familiar também foi corrigido e passou de R\$ 361,02 para R\$ 399,07.

Teto do PGE

O Programa de Garantias Especiais (PGE) cobre parte das despesas de assistência à saúde dos beneficiários do Prosaúde Integrado da Cemig (PSI) – não cobertas pelo PRAS, e seus dependentes. O teto disponibilizado para reembolso em 2016 é de R\$ 1.991,03 para os beneficiários que não estão inscritos no Programa Odontológico (POD), e de R\$ 1.452,85 para os que estão.





DIFERENÇA ENTRE O REMÉDIO E O VENENO ESTÁ NA DOSE

Todo mundo tem em casa uma gaveta com um estoque de medicamentos para uma emergência. É nela que muitas pessoas encontram o alívio para as dores do corpo e da alma. Um analgésico para dor de cabeça, um ansiolítico para relaxar, um antiinflamatório para a cólica menstrual e umas gotinhas para conter a febre. Em meio às tensões do dia a dia, nem sempre nos damos conta de que alguns desses remédios podem causar mais danos e dependência do que as substâncias conhecidas como drogas ilícitas.

O grande problema dos medicamentos é que a maioria não age diretamente na parte do corpo que precisa de tratamento. Segundo alerta o clínico geral do Centro de Promoção à Saúde (CPS), Cássio Queirós, os remédios percorrem longos percursos dentro do organismo e, nesse processo, visitam com frequência o estômago e o fígado, podendo provocar problemas, alguns deles sérios. No longo prazo, os rins e fígado podem ter sérios problemas para filtrar as substâncias ativas dos medicamentos.

O uso abusivo de medicamentos cresce numa velocidade preocupante. Remédios podem ser comprados por telefone e pela internet, balconistas diagnosticam e “tratam” doenças. Para cada 3 mil habitantes, há uma drogaria. Mais que o dobro recomendado pela Organização Mundial de Saúde (OMS). Um estudo do Banco Nacional do Desenvolvimento Econômico de Desenvolvimento (BNDES) mostrou que o Brasil é o oitavo maior mercado de farmácias do

mundo. De acordo com a Organização, existe cerca de 6 milhões de casos registrados no Brasil por ano de intoxicação, sendo que muitos são devido ao uso incorreto de medicamentos.

Remédio para todos os males

Afinal, precisamos mesmo de tantos remédios? Para Cássio, a sociedade atual acredita no mito de que uma pílula possa resolver tudo, mas o que resolve de verdade é a mudança de hábitos. “As pessoas não estão só se cuidando mal, estão achando que tomando o remédio está tudo resolvido. Elas precisam deixar de ser sedentárias, precisam fazer atividade física rotineira, permanente, e precisam dormir e comer bem. Além disso, precisam cuidar da ansiedade e do estresse, das preocupações acumuladas”, reforça.

O médico orienta que o paciente deve sempre informar ao médico sobre todos os medicamentos que está tomando. “Analisem juntos se há mesmo a necessidade de todos estes medicamentos ou se você pode cortar alguns deles. Corra atrás de uma saúde melhor por meio da mudança de hábitos e não de medicamentos que só atacam os sintomas e nunca as causas do problema”. Ele salienta ainda a importância de nunca tomar medicamento sem prescrição médica. “O que foi prescrito para algum conhecido, nunca serve para nós mesmos, afinal temos organismos diferentes, e cada caso é um caso. E, como dizia Paracelsus no século XVI, o que diferencia o remédio do veneno é a dose”.

OS 10 MEDICAMENTOS MAIS VENDIDOS NO BRASIL



Fonte: Hospital Israelita Albert Einstein

SORTUDOS DO MÊS DE FEVEREIRO

CAMPANHA DO NOVO CARTÃO DIGITAL



A Cemig Saúde realizou o sorteio de 15 kits institucionais – compostos por lancheira térmica e garrafa infusora – entre os beneficiários que devolveram a carteirinha de plástico para a Cemig Saúde até o último dia 25 de janeiro. Foram recolhidos 6.054 cartões da Cemig Saúde, além de cartões de reciprocidade e outras funcionalidades. O material será recolhido pela R. S. de Paula Ind. e Com. Gráfico Ltda., reciclado e transformado em novos cartões em PVC e brindes institucionais – produtos comercializados pela empresa. Para os beneficiários que não devolveram o cartão, a recomendação é de que se atentem, já que o cartão em plástico perdeu a validade para acesso a qualquer serviço da Operadora.

CONFIRA SE VOCÊ ESTÁ ENTRE OS SORTEADOS.

- Waldet Gonçalves R. de Oliveira | Mat.: 53964
- Priscila Aparecida da Silva Siqueira | Mat.: 55073
- Gesse Luiz do Nascimento | Mat.: 35308
- Rubens José Alves | Mat.: 40056
- Paula Karenina Chaves de Melo | Mat.: 314568
- Helder Jose Scoralick Martins | Mat.: 34024
- Ronaldo Pereira Motta | Mat.: 32573
- Bárbara Mendes Ramos | Mat.: 310280
- João Bosco da Silva | Mat.: 13056
- José Maria de Assis | Mat.: 23242
- Delson Luciano Costa | Mat.: 326256
- Antônio dos Passos S. Souza | Mat.: 426585
- Nilson Pedrosa | Mat.: 19175
- Edno Geraldo Soares Martins | Mat.: 42174
- Marbi Ferreira | Mat.: 49099



FAÇA DOWNLOAD DO SEU CARTÃO DIGITAL

Acesse o aplicativo da Cemig Saúde pelo seu smartphone ou tablet, ou no portal www.cemigsaude.org.br, na área do beneficiário.

NA PONTA DA LÍNGUA

Quatrocentas pessoas responderam o Quiz sobre atitudes que contribuem para a sustentabilidade do plano, divulgado na edição passada. A resposta correta é a letra “b”.



Confira os nomes dos ganhadores.

- Ana Lúcia Monteiro de Assis | 35349
- Lucas Gomes da Silva | 55058
- Luísa Lara Oliveira Moreira | 56827
- Maria de Fátima Rodrigues | 45815
- Maria de Fátima Fernandes Valias | 45937
- Bruno Sérgio Gomes dos Santos | 31706
- Wanderson Rodrigues da Silva | 52498
- Iolanda R. C. G. Chaves | 56073
- Arlete Gonsalves dos Santos | 41257
- Helmut Alexander Riegg | 54540

Os ganhadores receberão os brindes no local de trabalho ou no endereço residencial.



Recadastramento de dependente universitário

Começou em janeiro o período para recadastramento de dependente universitário para o 1º semestre de 2016. O benefício é concedido a dependentes que tenham de 21 a 23 anos e 11 meses, e que estejam matriculados em curso superior, pós-graduação ou tecnólogo.

Para efetuar o recadastramento, o beneficiário deve enviar, via e-mail (relacionamento@cemigsaude.org.br) ou entregar em uma das nossas unidades de relacionamento, o comprovante de matrícula, boleto da mensalidade ou declaração da universidade em papel timbrado, referentes ao 1º semestre, e a cópia do RG e CPF do dependente.

Software de gestão Cemig Saúde tem nova data para entrar no ar

Conforme divulgado em outras edições, este ano a Cemig Saúde passará a contar com um novo *software* de gestão integrada. Conhecido pela sigla em inglês *Enterprise Resource Planning* (ERP), o sistema reúne em uma única plataforma os processos de todos os setores da empresa. No caso da Cemig Saúde, serão integrados os processos financeiros, contábeis e administrativos, atendimento aos beneficiários do plano e aos prestadores de serviço. Além da integração dos processos, a implantação trará também facilidades para o autoatendimento dos beneficiários, como consultas às autorizações de procedimentos, alterações cadastrais, emissão de segunda via de boletos, além da melhoria do sistema de solicitação de reembolso.

O projeto, batizado de Tríade, teve início em outubro de 2014, com data de conclusão prevista inicialmente para 1º de abril de 2016. Porém, em dezembro de 2015, o Conselho Deliberativo da Operadora aprovou um novo cronograma, que altera a data de conclusão do projeto para 30 de

setembro deste ano, mudando a duração do projeto de 18 para 24 meses.

Segundo a gerente do projeto, Ana Lúcia Soares, a adequação foi necessária para garantir as entregas estabelecidas inicialmente no escopo do projeto. “Mesmo com todo o rigor na fase de planejamento, identificamos que seriam necessários alguns ajustes no número de horas previstas para conclusão do projeto, e isso impactou no tempo de desenvolvimento e execução”.

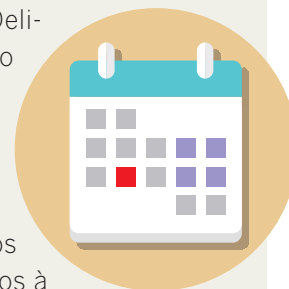
Gestão de mudança

Com a implantação do Projeto Tríade, a Cemig Saúde vivencia um processo que envolve uma grande mudança organizacional. Por isso, a Operadora implementou um projeto de Gestão de Mudança, para auxiliar na identificação e tratamento dos impactos do novo *software* de gestão sobre os processos, estruturas e equipes da Operadora. O trabalho está sendo executado com o apoio da EY, contratada por meio de um processo de carta-convite. Para o gerente de tecnologia da informação, Keine Cária, que representa a Cemig Saúde na gestão do projeto, toda mudança muito abrangente, como é o caso do Tríade, pode gerar uma série de desconfortos se não for bem administrada. “Mudar não é algo fácil, pois mexe com nossa segurança. Temos a pensar que se sempre fizemos algo de um jeito, e isso deu certo, não há razão para mudar, por isso, a importância de uma transição conduzida de forma bem estruturada”.



CALENDÁRIO DE REUNIÕES DO CONSELHO DELIBERATIVO PARA 2016

O Conselho Deliberativo, órgão máximo de deliberação, reúne-se mensalmente para decidir sobre os assuntos ligados à gestão do plano de saúde. Confira abaixo o calendário de reuniões para 2016. Você também pode acessá-lo no portal Cemig Saúde, em [Prosaúde\Calendário de Reuniões do Conselho Deliberativo](#).



Fique atento às datas para não perder o prazo de entrega de recursos, que é de 20 dias antes de cada reunião. Os recursos devem ser feitos em formulário específico – disponível em www.cemigsau-de.org.br/Formulários/Prosaúde Integrado Cemig/Recurso administrativo – e entregues na Ouvidoria da Cemig Saúde. O endereço é Av. Barbacena, 472 – 6º andar – Barro Preto.

Março	04
Março	18
Abril.....	29
Maió	20
Junho	24
Agosto	19
Setembro.....	30
Outubro.....	28
Novembro	25
Dezembro.....	16

NOVOS CONVÊNIOS CEMIG SAÚDE

CIDADE/ESPECIALIDADE	CONVENIADO/ENDEREÇO	TELEFONE
ALFENAS		
Cardiologia	Lucas Maia de Oliveira – Rua Bias Fortes, 425 - 1º Andar - Centro	35-3292-9326 35-3299-6464
BELO HORIZONTE		
Neurocirurgia	Cassius Vinicius Correa dos Reis – Rua dos Otoni, 909 - Sala 408 – Santa Efigênia	31-3567-8665
Clínica de Fisioterapia	Evolukids – Rua dos Timbiras, 3642 – Salas 402/403 – Barro Preto	31-3295-2573
Psicologia	Janina Alkimim de Araújo Sá – Rua Uberaba, 370 – Salas 301 à 303 – Barro Preto	31-3295-5575
DIVINÓPOLIS		
Terapia Ocupacional	Karina Ferreira de Oliveira – Rua Anita Garibaldi, 55 – Catalão	37-99909-6535 37-98847-4606
Neurologia	Fabíola Cristina Santos Tavares – Av. Getúlio Vargas, 622 – Sala 201 – Centro	37-3214-5808
GOVERNADOR VALADARES		
Endocrinologia	Bethânia Cristina de Oliveira – Rua Prudente de Moraes, 341 – Centro	33-3271-4770
ITAÚNA		
Clínica Médica	Clínica La Vida – Rua João Gonçalves, 71 – Centro	37-3242-5110
JOÃO PINHEIRO		
Clínica Médica	Diag – João Pinheiro – Av. José Batista Franco, 48 – Centro	38-3561-2552
LAVRAS		
Ginecologia e Obstetria	Ana Lúcia Medeiros Carneiro – Rua Padre Miguel Moretti, 255 – Monte Libano	35-3821-3516
Pediatria	Leandro Vilas Boas de Souza – Rua Manoel Carvalho de Souza, 25 – Sala 302 – Centro	35-3826-6287 35-4104-0396
MATO VERDE		
Clínica Médica/Geral	Sthefane de Freitas Pereira – Av. Presidente Castelo Branco, 278 – São Bento	38-99816-5877
MONTES CLAROS		
Pediatria / Endocrinologia Pediátrica	Patrícia Soares de Castro – Praça Coronel Prates, 337 – Sala 301 – Centro	38-3221-6779
Centro de Diagnósticos	Lifescan – Av. Doutor José Correia Machado, 1070 – Jardim São Luiz	38-3218-8383
Clínica Médica	Clínica Pediátrica Pequeno Príncipe – Rua Olímpio Dias de Abreu, 184 – São Luiz	38-3212-1695
PARACATU		
Clínica Médica	Clínica Pró - Vida - Paracatu – Rua Almir Alar Porto Adjunto, 540 - Joquei Clube	38-3671-1508 38-3671-3251 38-3671-5472
PATOS DE MINAS		
Clínica Médica	Clínica Terapêutica Renascer – Rua Maestro Randolpho, 71 – Centro	34-3061-6999 34-3061-3005
Psicologia	Gilberto Miranda Gomes – Rua Doutor Marcolino, 681 – Centro	34-3821-9955
POÇOS DE CALDAS		
Clínica Médica	CMO - Centro Médico Oncológico – Av. Doutor David Benedito Ottoni, 640 - Jardim dos Estados	35-3712-7535
Clínica de Fisioterapia	Estúdio Arte Pilates – Rua Melo Viana, 180 – Loja 02 – Centro	35-3013-2901
TRÊS CORAÇÕES		
Fonoaudiologia	Leandra Carvalho Oliveira – Av. Julião Arbex, 183 - Centro	35-3232-6100 35-99827-3578



CONSULTA À REDE CONVENIADA

A rede conveniada e a relação de profissionais descredenciados e substituídos são atualizadas frequentemente. Para consultá-las, acesse www.cemigsaude.org.br, seção Links úteis, <<Convênios de Saúde>> ou <<Substituição de Prestadores>>. Você também pode fazer a consulta pelo aplicativo da Cemig Saúde pelo *smartphone* ou *tablet*. Nesse caso, o beneficiário consegue acessar apenas a rede conveniada.