

MARINHA DO BRASIL
DIRETORIA DE COMUNICAÇÕES E TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO DA MARINHA
BOLETIM DE ORDENS E NOTÍCIAS
Nº 1068 DE 23 DE NOVEMBRO DE 2022

BONO ESPECIAL

GERAL

DIRETORIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DA MARINHA



Associação Abrigo do Marinheiro (AMN) - Uso consciente dos Planos de Saúde oferecidos pela AMN - A utilização inadequada dos planos de saúde implica diretamente nos custos e despesas assistenciais, consequentemente nos reajustes. O plano de saúde coletivo deve ser gerido e supervisionado por todos os envolvidos e seu uso consciente possibilita eficácia e perenidade da assistência.

Todos os anos, os valores dos planos sofrem reajustes para atualização das mensalidades frente à variação dos custos da prestação do serviço. Para os planos individuais (Prevent Senior), o reajuste é aprovado pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS). Para os planos coletivos por adesão (Unimed-Rio, SulAmérica, Bradesco, Amil e Assim), o reajuste é calculado pelo índice de inflação e pela sinistralidade da carteira (é o principal indicador de custos e despesas de uma operadora de saúde, pois retrata o quanto um beneficiário demanda de procedimentos - "custos" em relação ao quanto ele paga para a operadora - "receita"). Sendo a sinistralidade um indicador sobre os resultados da utilização do plano cuja conta é o beneficiário quem paga. Sendo assim, incentiva-se o uso consciente do plano de saúde.

O uso indevido resulta em mais custos e riscos aos beneficiários. Desta forma, faz-se necessário adotar medidas práticas e simples para utilizar os recursos com muito mais consciência.

Recomenda-se a implementação das seguintes práticas:

1*) "Dr.Google" não substitui o médico. Sua saúde não pode correr o risco devido à consulta em sites na internet. Procure sempre um especialista médico quando o assunto for saúde.

2*) Organizar um arquivo médico para uso próprio:

• Coloque em uma pasta os dados referentes à sua saúde e de sua família; e

• Ao comparecer a uma consulta, apresente sempre os últimos exames realizados. Essa atitude ajuda no diagnóstico e evita a repetição de um mesmo procedimento sem necessidade, aumentando o tempo necessário para a conclusão de seu diagnóstico.

3*) Adotar precauções contra irregularidades:

• Ao assinar a guia de consultas, verifique se o serviço especificado foi o que você realmente utilizou. Caso encontre alguma diferença, alerte diretamente ao prestador solicitando o ajuste e entre em contato com a sua operadora do plano de saúde.

4*) Evitar exames desnecessários:

• Esclareça com seu médico a necessidade dos pedidos, bem como seus OBJETIVOS e EFICIÊNCIA.

5*) Controlar datas e horários dos procedimentos agendados:

• Marque as consultas/exames com antecedência. Caso precise desmarcar, faça isso com mais de 24h, dentro possível, para que outra pessoa seja atendida.

6*) Conhecer o regulamento do seu plano de saúde:

• A leitura do documento auxilia no esclarecimento de eventuais dúvidas, bem como outras informações importantes, tais como: glossário, características, coberturas, direitos e deveres, entre outras.

7*) Comparecer ao hospital somente em caso de necessidade:

• Agende suas consultas previamente, evitando assim custos elevados dos serviços e riscos de contrair doenças típicas desse ambiente.

8*) Não adiar sua consulta ao médico:

• Evite a complicação do seu caso e a necessidade de utilizações desnecessárias de procedimentos mais complexos.

9*) Não deixar seus exames nos consultórios médicos/laboratórios:

• Guarde sempre com você para continuidade ao tratamento; e

• Na consulta com outro médico que não de costume, apresente os resultados anteriores para que não seja necessário repetir os mesmos exames.

10*) Sempre prevenir e adotar hábitos saudáveis:

• Realize consultas preventivas a fim de reduzir agravamento de doenças, internações e atendimento em prontos-socorros;

• Pratique atividades físicas sempre que possível, como por exemplo caminhadas de vinte minutos; e

• Beba água regularmente para evitar problemas renais, dor de cabeça, queda de cabelo, unhas e outros problemas de saúde.

11*) Tirar dúvidas sobre a utilização dos serviços de saúde:

• Sempre que tiver dúvidas sobre a utilização dos serviços de saúde, entre em contato com a operadora de saúde do seu plano (caso não obtenha êxito e se possuir, faça contato com a administradora responsável pela operadora).

12*) Em caso de internação, sempre busque hospitais credenciados à rede, para evitar custos inesperados.

Solicita-se ampla divulgação deste BONO, inclusive aos militares e servidores civis, veteranos e respectivos pensionistas.