



## Cuidar sempre.

### Novembro é com eles!

O câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens. Em 2016, mais de 61 mil novos casos da doença serão registrados no Brasil, segundo o Instituto Nacional do Câncer. Por ano, são mais de 13 mil mortes: uma a cada 40 minutos. A campanha Novembro Azul, criada para chamar a atenção e conscientizar a todos sobre o tema, mais uma vez chega para cumprir o seu objetivo. Para a Real Grandeza este também é um assunto que merece muita atenção. Em apoio à ação, tratou do tema em seu programa Saúde na Real e aborda também nesta edição do Conexão Saúde. E tem muito mais! Preparamos um resumo sobre um dos programas mais utilizados, o de Cuidador, para que você conheça mais e entenda como funciona. Informações sobre os indicadores do seu plano de saúde, notícias da Real Grandeza e colunas muito especiais também estão nesta edição para deixar você, beneficiário, bem informado. Afinal, saúde combina com informação qualificada.





## De novembro a novembro azul: este é o tom da campanha 2016 em mais um alerta importante para a saúde masculina.

A campanha Novembro Azul teve início na Austrália e é realizada, anualmente, por diversas entidades no mês de novembro. Dirigida à sociedade, em especial, aos homens, objetiva a conscientização a respeito de doenças masculinas, com ênfase na prevenção e no diagnóstico precoce do câncer de próstata.

A intenção é orientar para que se tenha mais diagnósticos de casos ainda no início, quando as chances de cura, em geral, ultrapassam noventa por cento. No Brasil, o Novembro Azul foi criado pelo Instituto Lado a Lado pela Vida, com o objetivo de quebrar o preconceito masculino de ir ao médico e, quando necessário, fazer o exame de toque.

A pesquisa e avanços tecnológicos para a área da saúde também têm trazido evoluções significativas e muito positivas para o paciente. Atualmente, ao descobrir-se o câncer de próstata, é possível avaliar sua agressividade através de estudos de imagem realizados em biópsias dos tumores. A partir destes dados, a doença pode ser individualizada e determinado o melhor tratamento para cada caso, afirmam especialistas da Sociedade Brasileira de Urologia.

Vale destacar que, neste ano, a campanha pretende ter uma amplitude ainda maior, lembrando aos homens do valor de cuidar da saúde de forma integral e de observar o seu corpo como um todo.

### Principais fatores de risco:

- Idade (cerca de 62% dos casos são de homens a partir dos 65 anos)
- Histórico familiar
- Raça (maior incidência entre os negros)
- Alimentação inadequada, à base de gordura animal e deficiente em frutas, verduras, legumes e grãos
- Sedentarismo
- Obesidade

### Sobre sinais e sintomas:

É importante saber que os sintomas só aparecem nos casos mais avançados. Os principais são:

- Vontade de urinar com urgência
- Dificuldade para urinar
- Levantar-se várias vezes à noite para ir ao banheiro
- Dor óssea
- Queda do estado geral
- Insuficiência renal
- Dores fortes no corpo

A primeira coisa a fazer é sempre procurar um especialista para orientações e avaliação dos sintomas.

Fonte: Instituto Nacional do Câncer - INCA



O encontro Saúde na Real de novembro foi dedicado ao tema, levando informações especializadas até o beneficiário. Acesse e confira o folheto informativo dedicado ao tema e cuide-se bem!



# Olhar Institucional

quem está por trás do  
nosso atendimento



## 45 anos de história e muito o que contar

A Real Grandeza completou 45 anos e é hoje uma instituição reconhecida pela sua atuação responsável e afinada com os interesses de quem ela representa: o beneficiário.

A Real Grandeza é uma entidade fechada de previdência complementar, que objetiva segurança e qualidade de vida, para os funcionários de Furnas, Eletronuclear e aos próprios colaboradores da Fundação, enquanto Ativos e na aposentadoria.

Além de administrar planos previdenciários a Real Grandeza é operadora de planos de assistência à saúde, na modalidade Autogestão, com ampla cobertura e extensa rede credenciada. Hoje, são mais de 40 mil beneficiários atendidos pela Real Grandeza.

## Diretoria de Seguridade: o seu papel é viabilizar ações que atendam aos beneficiários nas relações com a instituição e seus serviços.

Filiados da Real Grandeza participaram no dia 24 de agosto da primeira palestra do Saúde Na Real, programa de Saúde e Prevenção de Riscos da Real Grandeza, realizado no auditório da entidade. O Diretor de Seguridade da FRG, Roberto Panisset, deu as boas-vindas aos presentes e fez um breve comentário sobre o novo modelo de gestão da área de saúde, chamando a atenção do público para os desafios que o mercado de saúde suplementar enfrenta hoje. "A prevenção no presente ameniza os impactos no futuro e a promoção da saúde é uma meta do nosso novo modelo de gestão", ressaltou o diretor.

Esta é uma das metas e atribuições desta diretoria, que é composta por duas gerências dedicadas à Saúde: a de Operação Saúde e a de Benefícios Saúde. Sob a liderança do Sr. Roberto Panisset, a Diretoria de Seguridade atua com base no plano estratégico, que é traçado anualmente com a participação das demais diretorias e presidência. Todos os projetos são direcionados para a melhor gestão da previdência e dos planos de saúde Real Grandeza.

### Nosso Plano: Cuidar da Saúde

A Real Grandeza acredita que, no seu papel de operadora, cuidar da saúde significa ultrapassar os limites da gestão operacional do plano de saúde. Deve também assumir junto com o beneficiário um importante papel na prevenção, adotando ações que possam promover a saúde e o bem-estar global dos milhares de usuários do plano. Nesta direção, foi criado o programa Saúde na Real, que tem oferecido palestras com especialistas, permitindo mais conhecimento e orientação adequada sobre temas relevantes e que impactam a saúde. As palestras acontecem na Real Grandeza e quem está fora do Rio de Janeiro ou não pode participar das apresentações, pode acessar os resumos publicados no site. A programação é mensal e divulgada, previamente, para o e-mail cadastrado do beneficiário, nas áreas de atendimento, nas patrocinadoras, no site e nas redes sociais da Real Grandeza. Fique atento ao calendário e participe dos encontros!



# SAÚDE NA REAL

Porque saúde com informação fica bem melhor!

O programa começou em julho deste ano e já promoveu apresentações e conversas sobre temas relevantes e que todos sempre querem conhecer e saber mais. No Saúde na Real é possível ouvir de especialistas o que se pode fazer, em diferentes situações, para obter mais qualidade de vida e bem estar.

É claro que informações existem nos mais variados lugares e publicações, mas o programa tem o compromisso de apresentar conteúdos e orientações qualificadas, com foco na saúde global e na prevenção. O plano deve cuidar da saúde e não da doença e isso envolve informação, conhecimento do beneficiário e proximidade para realizar ações que o apoiem ao buscar assistência e atendimento.

Atualmente, o foco central do programa está na realização de palestras. Elas acontecem mensalmente no auditório da Real Grandeza, no Rio de Janeiro. E para ampliar o acesso à informação são disponibilizados resumos sobre os temas abordados. Quem não teve a chance de participar, pode acessar o site e ver o conteúdo, a qualquer momento. No canal Real Grandeza, no Youtube, veja também os vídeos dos encontros.

SAÚDE  
na REAL

Fotos evento  
Outubro Rosa e  
Prevenção Câncer de Mama



## Temas Abordados:

- Diabetes e Doenças Cardiovasculares
- Hábitos de Vida Saudável
- Combate ao Sedentarismo e Nutrição
- Prevenção do Câncer de Mama e Outubro Rosa



# Posso Ajudar?

Todos os dias a central de atendimento recebe diversas solicitações de beneficiários e grande parte delas são somente dúvidas sobre o plano de saúde. E se a sua dúvida pode ser também a de outro, vamos compartilhar, neste espaço, as respostas para perguntas mais frequentes e facilitar a disponibilização da informação.

## ONDE ENCONTRO O FORMULÁRIO PARA SOLICITAÇÃO DE REEMBOLSO?

O formulário pode ser obtido no site da Real Grandeza para download, impressão e preenchimento. Cada formulário já vem com o seu número de identificação, que você deverá manter anotado ou guardar cópia do documento para posteriores consultas sobre o andamento do seu pedido.

## COMO POSSO SABER SE MEU MÉDICO É UM CREDENCIADO?

Para verificar se um profissional ou estabelecimento de saúde faz parte da rede credenciada, o beneficiário deve acessar o site ou o App da Real Grandeza realizar a sua busca na área destinada a pesquisas sobre rede credenciada, informando o seu tipo de plano, localidade etc.

## POR QUE A MINHA SOLICITAÇÃO DE REEMBOLSO FOI ENCAMINHADA PARA ANÁLISE?

Algumas solicitações requerem uma análise mais detalhada por se tratarem de casos mais específicos, que dependem de mais informações, documentações complementares ou mesmo um melhor entendimento junto ao beneficiário e/ou prestador envolvido no atendimento. O regulamento será sempre a base para esta análise.



## O beneficiário na gestão do plano

Participar e atuar no cuidado da saúde exige de todos os envolvidos uma atenção diária. O beneficiário é um agente valioso neste processo. Ele é um elo entre operadora e prestadores e quem vivencia e monitora a qualidade dos serviços. Práticas e procedimentos inadequados verificados no atendimento devem ser sempre sinalizados à operadora para que seu direito seja preservado.

Algumas situações podem gerar dúvidas e é sempre importante ter a informação correta. Um delas é sobre a prática, adotada por cirurgiões, envolvendo a cobrança de valores extras ao beneficiário, além do que receberá pelos serviços prestados, através do plano de saúde. Se for um cirurgião credenciado do seu plano, o beneficiário não deve aceitar esta cobrança.

A Real Grandeza quer construir junto com o beneficiário uma saúde cada vez mais sustentável. Fique atento e contribua para o uso consciente dos serviços!



# Por Dentro do Plano de Saúde



O que cada modalidade oferece ao beneficiário

Veja nos quadros abaixo o nome do seu plano e confira quais são os seus benefícios.

## ASSISTIDOS E AGREGADOS

Planos Existentes:	Benefícios:
Planes Básico Planes Especial Planes Executivo Planes Executivo Plus	Consulta Consulta Nutricional Cuidador* Vacina Psicoterapia Acupuntura Fisioterapia RPG Pilates Atendimento Domiciliar* Internação Hospitalar*

## ATIVOS DE PATROCINADORAS

Planos Existentes:	Benefícios:
Real Grandeza Eletronuclear Furnas	Consulta Consulta Nutricional Cuidador* Reembolso Medicamento* Vacina Tratamento Odontológico* Psicoterapia Acupuntura Fisioterapia RPG Pilates (3) Atendimento Domiciliar* Internação Hospitalar* Óculos (1)(2)

\* Benefício aplicável somente quando previamente autorizado.

(1) Real Grandeza : entregar pedido do benefício na Ger. de Recursos Humanos da Real Grandeza.

(2) Eletronuclear : entregar pedido do benefício na Ger. de Segurança e Medicina do Trabalho da Eletronuclear.

(3) Benefício Pilates não aplicável à Furnas.

## 10 DICAS PARA SABER MAIS:

- 1) Para saber seu tipo de Plano e a Classe que está inserido verifique em sua carteirinha do Plano de Saúde;
- 2) Consulte sempre o Regulamento do seu Plano;
- 3) Alguns procedimentos dependem de autorização prévia para concessão de reembolso;
- 4) Verifique os documentos e autorizações necessárias para a concessão de cada benefício;
- 5) Rejeite cobrança efetuada diretamente a voce por profissional médico credenciado ao Plano de Saúde;
- 6) Recuse parcelamentos de valores em recibos diferentes, esta prática é ilegal e está sujeita a sanções por parte das Patrocinadoras dos Planos;
- 7) Evite a apresentação de um único recibo para despesas ocorridas em meses diferentes;
- 8) Não são aceitos recibos cuja prestação de serviço ainda não foi realizada (ex: sessões ainda não realizadas de fisioterapia e/ou outros serviços);
- 9) Reembolso de benefício óculos dos ativos da FRG e Eletronuclear devem ser entregues nas áreas de Recursos Humanos das empresas;
- 10) Sempre que consultar o guia do beneficiário e permanecer com dúvida entre em contato com a Central de Atendimento ao Beneficiário no 0800 888 8123.

Para localizar prestadores da rede credenciada acesse a área Prestadores no site ou utilize o App gratuito da Real Grandeza.





**Cuidador Social:  
o que você precisa  
saber sobre este  
programa especial.**

## CUIDADOR SOCIAL

### O que é Cuidador Social?

O Cuidador Social é um profissional treinado e capacitado, que se predispõe a acompanhar o paciente que necessita de cuidados contínuos ou que perdeu temporária ou definitivamente a capacidade do autocuidado. Suas tarefas envolvem o acompanhamento e o estímulo das atividades diárias e o auxílio na alimentação, higiene pessoal, medicação de rotina e outros serviços necessários ao bem-estar do paciente, excluindo-se aqueles para os quais sejam requeridas técnicas e procedimentos específicos de enfermagem.

### Qual é a importância dos cuidadores sociais?

O cuidador atua como um elo entre o cuidado, a família e os profissionais de saúde, contribuindo para o estímulo à autonomia e auto-estima do cuidado. Além disso, exerce um papel importantíssimo na redução e prevenção de agravos à saúde, com suas ações, observações e informações. Segundo especialistas na área de Cuidado ao Idoso, idosos acompanhados por cuidadores no período pós-hospitalar, por exemplo, apresentam menos chance de reincidência de internações.

### Técnico de Enfermagem é Cuidador?

Não. O técnico de enfermagem pode prestar cuidados simples de enfermagem, observar e monitorar o paciente.

Ele atua sempre sob a supervisão e orientação de um médico ou enfermeiro, não podendo realizar muitas das atribuições que cabem apenas aos seus supervisores. Já o cuidador é considerado trabalhador informal, cabendo a ele a função exclusiva e restrita de auxiliar o paciente nas atividades de vida diárias e nas tarefas simples, que ele não consegue realizar sozinho.

### Programa Cuidador Social: o que é?

É um benefício oferecido pelos planos de saúde administrados pela Real Grandeza a pacientes que, segundo os critérios técnicos e conforme protocolo médico econômico-social, perderam temporária ou definitivamente a capacidade de autocuidado e para os quais a designação de um cuidador fará com que se reduza o risco de agravos à sua situação de saúde. A concessão/prorrogação do benefício estará vinculada à perícias médicas periódicas nas áreas onde há perito externo e nas áreas onde não há caberá à Auditoria Médica da Real Grandeza a avaliação do laudo do médico solicitante para a autorização/prorrogação do benefício, bem como o acompanhamento do paciente e seus familiares pelo Serviço Social.

### Quem pode solicitar?

Todo beneficiário dos Planos de Saúde da Real Grandeza tem direito ao benefício e ao reembolso sempre que configuradas as condições exigidas para o atendimento. Para solicitar o benefício ou obter mais informações, é necessário entrar em contato com o Serviço Social da Real Grandeza em sua área ou na Sede.

ATENDIMENTO **24** HORAS  
**0800 888 8123**

[www.frg.com.br](http://www.frg.com.br)  /rgsaudepage

**RS REAL GRANDEZA**

Fundação de Previdência e Assistência Social



# Indicadores do Plames

A Real Grandeza valoriza a informação e a considera essencial no relacionamento com o beneficiário. Os indicadores operacionais mostram a saúde do seu plano, proporcionando uma gestão transparente e construtiva.



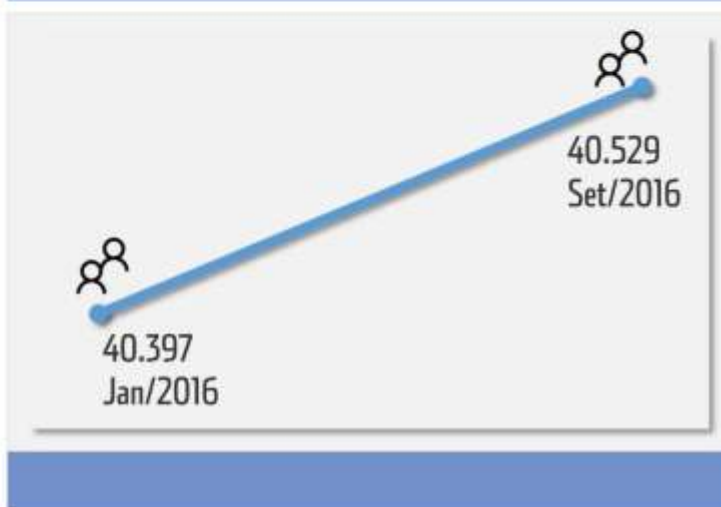
**BENEFICIÁRIOS**  
**40.529**

**ASSISTIDOS**  
**9.725**

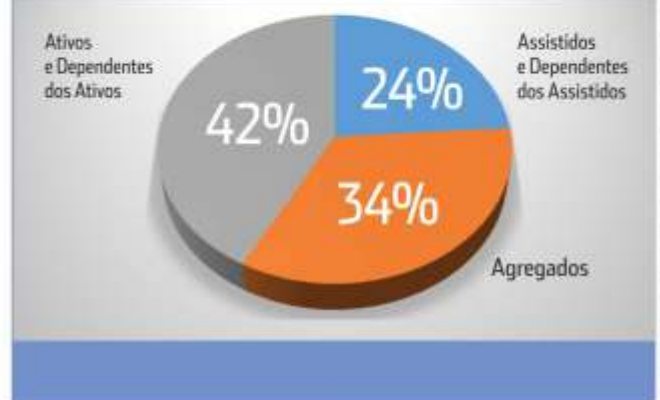
**AGREGADOS**  
**13.752**

**ATIVOS**  
**17.052**

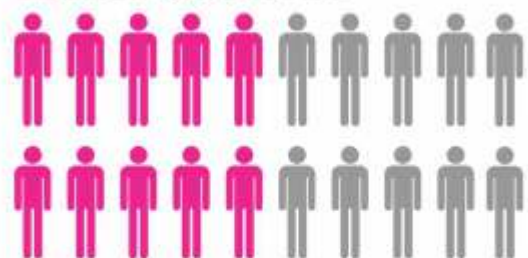
## Número de Vidas Plames



## Beneficiários por Categoria



Os percentuais por categoria de beneficiários se mantiveram inalterados em relação ao apurado em agosto de 2016.



**52,5%** Beneficiários Mulheres

A concentração de beneficiários do gênero feminino é de 52,5% sobre o total de participantes do Plames.



O número de vidas teve um pequeno crescimento, em relação a janeiro de 2016. Até setembro, o Plames absorveu 40.529 beneficiários.

A variação ficou concentrada nos Ativos e Agregados, que cresceram no total.

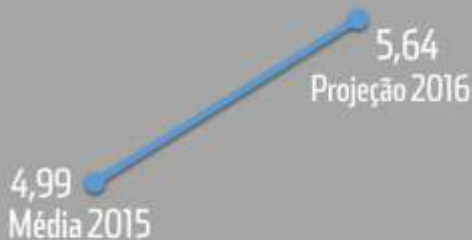


## Consultas

### Evolução das Consultas (mês)



### Consulta por beneficiário (ano)

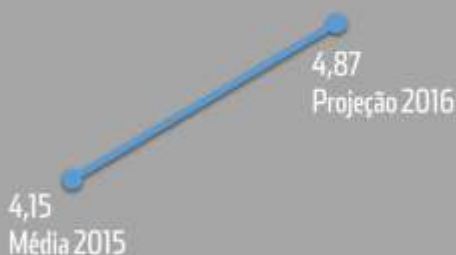


## Exames

### Evolução dos Exames (mês)



### Exames por Consulta (ano)



## Sinistralidade



Valores referentes sinistralidade apurada em 2015 e o acumulado em 2016 (até setembro), geral e por tipo de contratação.

O indicador Sinistralidade representa a relação entre despesas assistenciais e o total de receitas oriundas da operação do plano de saúde (contraprestações). Quanto menor a sinistralidade maior o equilíbrio da operação.

## Evolução Mensal da Sinistralidade



Variação mensal da Sinistralidade no período de janeiro a setembro de 2016.  
ACM = variação acumulada no período apurado.

Operadoras em geral: 84%  
Referência Mercado:  
Autogestão: 93%

**101,65%**  
setembro/16

Sinistralidade acumulada no período de janeiro a setembro de 2016. No mês de abril/16, houve uma adequação às normas regulamentares da agência reguladora (ANS) na contabilização da despesa assistencial. Dessa forma, ocorreu um aumento elevado na despesa deste mês, que ainda causa reflexos no resultado parcial da operação.

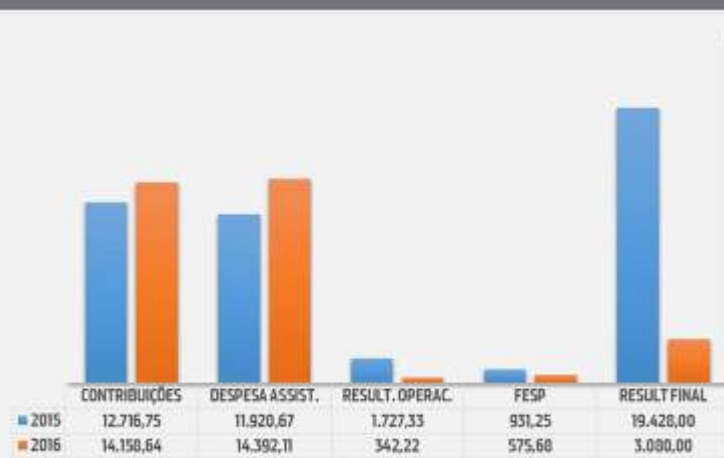


# Resultados Plames

## Resultado Operacional Plames



## Evolução Receita x Despesa



## RESULTADO FINAL PLAMES

**R\$ 19.428**  
Jan-Dez  
2015

**R\$3.080**  
Jan-Set  
2016

**CUIDAMOS PARA VOCÊ  
SE CUIDAR, SEMPRE.**

## Um pouco mais sobre o Plames e o que ele oferece aos beneficiários:



O Plames é um plano privado de assistência à saúde, operado pela Real Grandeza através de sistema de autogestão e foi criado com o objetivo de assegurar aos seus beneficiários cobertura de custos para assistência médica de natureza ambulatorial e hospitalar, inclusive obstetrícia. Esta cobertura se diferencia tanto pelo tipo de beneficiário (Ativo, Assistido ou Agregado) quanto pela modalidade do plano.

Podem aderir ao Plames os participantes do plano de previdência Real Grandeza (Ativos ou Assistidos) e pessoas a eles vinculadas. O ingresso é feito através de prévia inscrição, em forma coletiva por adesão, pré-pagamento e custeio direto, nos termos e condições do seu regulamento.

O diferencial mais importante do Plames é que com ele o participante Ativo tem cobertura da franquia hospitalar, cobrada pelo seu plano de assistência médica, em caso de internação. Já para o participante Assistido, o Plames proporciona a cobertura médica hospitalar, de acordo com o regulamento de cada plano.

Ele é oferecido nas modalidades Básico, Especial, Executivo e Executivo Plus. A diferenciação entre as mesmas ocorre, basicamente, em relação à rede credenciada oferecida e tabela de reembolso saúde.

Se você é participante do Plano de Previdência Real Grandeza e ainda não possui o Plames pode procurar os postos avançados ou solicitar a sua inscrição, preenchendo o Formulário Termo de Adesão, disponível no site ([www.frg.com.br](http://www.frg.com.br)), e encaminhando para a Real Grandeza, que tomará as providências necessárias e tratará da adesão. O procedimento é o mesmo para mudanças de plano ou alterações cadastrais.

**OBS:** A cobertura do Plames está vinculada ao cumprimento das carências regulamentares.