

Novos tempos e novos desafios



O Ano de 2005 caminha para inscrever-se como mais um capítulo lido no livro de nossas existências. Oportuna a análise de tudo que se passou, visto que sempre aprendemos com as experiências que a vida nos ensina. Responsáveis pelos destinos de uma Associação, cujo foco é a assistência à saúde de aproximadamente 30.000 associados, podemos afirmar com convicção que 2005 foi um ano de bons desafios e de importantes realizações.

Importante marco será a instalação da Nova Sede, ainda no mês de dezembro, conforme matéria inserida nesta edição. Outro marco foi a Campanha Especial de Migração de Planos, que embora tenha obtido sucesso parcial, representou significativo avanço na redução do número de associados assistidos por planos antigos.

Graças aos novos recursos financeiros, advindos desta Campanha, teremos condições de implementar, a partir de janeiro de 2006, a nossa tão desejada Central de Atendimento 24 Horas, fornecendo ininterruptamente aos nossos associados os serviços de Orientação Médica Telefônica, Emergência Médica Domiciliar e Transporte Inter-hospitalar Terrestre. Porém, nesta primeira fase, este serviço abrangerá somente os associados beneficiários dos planos novos, ou seja, Diamante, Rubi, Ouro, Prata e Bronze, visto que o baixo valor da contribuição média dos planos antigos, PROCAM e PLENOS, ainda não permite custear este complemento assistencial.

Cabe destacar que os temas Redução de Planos Antigos e Equidade Contributiva, constituem-se em metas permanentes de nossa Associação e serão sempre objeto de campanhas e programas para que, progressivamente, sejam plenamente alcançadas, bem como sempre integrarão a pauta das Assembléias Gerais.

Dentre os desafios para 2006 teremos:

- 1) Campanha para Novos Associados**, que já está sendo lançada nesta edição e visa incentivar, por meio de indicação dos atuais associados, o ingresso dos demais familiares e amigos.
- 2) Ampliação da Área de Abrangência** para toda a Região Metropolitana de São Paulo.
- 3) Disponibilização de planos de saúde com**

cobertura nacional, cujos estudos atuariais e contratação de rede estão em fase de elaboração.

- 4) Lançamento de planos coletivos por adesão**, que pela possibilidade de serem oferecidos a custos menores, beneficiarão sócios de outras entidades ligadas à Corporação, bem como poderão aderir, se desejarem, os atuais titulares de planos familiares ou individuais

Ao final, e em nome da Diretoria Executiva, Conselho Fiscal, Gerências e Funcionários da CRUZ AZUL SAÚDE, agradeço todas as manifestações de elogios, sugestões e inclusive críticas, que nos foram dirigidas em 2005, pois nos auxiliaram no aprimoramento de nossa Administração. Lamentamos que, diante de limitações legais ou contratuais, principalmente em relação aos contratos antigos, não pudemos estender as coberturas assistenciais às expectativas de alguns associados.

Desejamos que nossos Associados, Colaboradores e Prestadores de Serviços Médicos e de Apoio tenham um Feliz Natal e Ano Novo repleto de felicidade e de muita saúde, para a conquista de Novos Tempos e de Novos Desafios.

José Miguel de Moraes Jr.
Diretor Presidente da Cruz Azul Saúde

Índice

Editorial	01
Assembléia Geral Extraordinária	02
Campanha de Descontos	02
Informações ao Associado	03
Dicas de saúde	04
Tecnologia e Informação	05
Novas Credenciais	05
Emissão de Guias	07

Assembléia Geral Extraordinária

Em 09 de Agosto de 2005, no Salão Social da Associação dos Oficiais da Polícia Militar do Estado de São Paulo, transcorreu a 2ª Assembléia Geral (Extraordinária) da Associação Cruz Azul Saúde.



Da esquerda para a direita: Coronéis Edson, Luciano, Moraes, Leopoldo, Carlini e Nunes

Atendendo ao previsto no Edital de Convocação, foi deliberado, por unanimidade, o desenvolvimento da Campanha de migração levada a efeito no período de Setembro a Novembro do corrente, concedendo significativos descontos aos integrantes das carteiras PROCAM e PLENOS, para adesão aos novos planos RUBI (Enfermaria) e DIAMANTE (Apartamento).

Naquela ocasião, foi questionada a contribuição compulsória dos policiais militares para a Caixa Beneficente e a Cruz Azul de São Paulo, dando oportunidade para que fosse esclarecida a habitual confusão que ocorre em relação às diferentes contribuições relacionadas com estas entidades, historicamente vinculadas com a Cruz Azul Saúde. Foi explicado que aquelas contribuições estão relacionadas, respectivamente, com a previdência e a assistência médica aos dependentes dos policiais militares, sendo que a legislação pertinente, bem como os recursos de tais descontos, não possuem qualquer vínculo com a Cruz Azul Saúde, cujos integrantes são contribuintes facultativos.

Resultado da Campanha Especial de Migração

Embora tenha se encerrado com pouco mais de 3.200 adesões (18% dos inscritos em planos antigos), possibilitou avaliar a confiança dos associados na seriedade de nosso trabalho, inclusive por parte daqueles que, apesar de não migrarem de plano, elogiaram a iniciativa e manifestaram a impossibilidade da adesão, devida em grande parte a impeditivo exclusivamente financeiro.

Campanha para novos associados

A estratégia de expansão da Operadora consiste numa gradual e ordenada ampliação do número de associados, motivo pelo qual a atual Diretoria está empenhada em desenvolver alternativas para alcançar a meta de incluir mais 20.000 beneficiários no quadro associativo, em até cinco anos.

A infra-estrutura desenvolvida notadamente na área de informática, para atender as exigências administrativas da ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar), com a aquisição de novos equipamentos e instalação de um especial sistema de controle, propiciou as condições estruturais para a ampliação do quadro de associados, sem prejuízo

à qualidade do atendimento.

A recente campanha de migração de planos demonstrou a fundamental importância do envolvimento das pessoas em qualquer projeto, situação evidenciada pelo empenho e dedicação dos nossos funcionários para que aquele empreendimento obtivesse os melhores resultados. Este esforço trouxe a difusão da habilidade para elaborar e cadastrar novos contratos, possibilitando que vários funcionários participem agora desta nova iniciativa, que tem por objeto ampliar o número de associados.

Considerando que a finalidade assistencial da Operadora está historicamente voltada para o atendimento da família policial militar, a campanha será direcionada ao policial militar e

seus familiares, podendo ser estendida a pessoas de seu relacionamento, desde que por ele apresentadas.

A campanha consistirá na concessão de um desconto médio de 20% em relação à tabela de preços vigente, somente para os contratos referentes ao Plano Rubi (Enfermaria), a contar do início do próximo ano. Não será disponibilizado o desconto para o Plano Diamante (Apartamento), em razão do elevado custo médico agregado a este tipo de acomodação, que por vezes implica em aumento de até 100% no preço de um mesmo procedimento.

Oportunamente nossos associados receberão correspondência detalhando as condições e preços da nova campanha.

Informações ao Associado

Nova Central de Emergências Médicas

O Diretor Presidente da CAS
José Miguel de Moraes Jr. e o
Sr. Sérgio Cabernite
Diretor Comercial da
Bandeirante Emergências Médicas



Em momentos delicados da vida precisamos contar com toda estrutura para superar os obstáculos, com rapidez, tranqüilidade e segurança.

É por isso que a partir de 02/01/2006 os associados da Cruz Azul Saúde contarão com a Central de



Emergências Médicas. Através desta central, que funciona 24 horas por dia, 365 dias por ano, nosso cliente receberá um atendimento personalizado, prestado por profissionais especialmente treinados e capacitados. A Central de Emergências Médicas ainda oferece os serviços de Orientação da Rede Credenciada, Remoções por Ambulância, Orientador Médico por Telefone e Atendimento

Médico Domiciliar de Emergência. Porém, nesta primeira fase, este serviço estará disponível somente aos associados beneficiários dos planos Diamante, Rubi, Ouro, Prata, e Bronze, visto que o valor da contribuição média das carteiras PROCAM e PLENOS não permite custear este apoio assistencial.

Cruz Azul Saúde Emergências Médicas
(11) 3868-9033

Porque uma nova sede

Com a adoção legal da personalidade jurídica de Associação, a CRUZ AZUL SAÚDE necessitou adequar sua estrutura administrativa e assumir encargos de setores que antes estavam integrados na organização do Hospital da CRUZ AZUL DE SÃO PAULO. Assim sendo, o espaço limitado que já ocupava no piso térreo do Ambulatório Novo, tornou-se ainda mais exíguo, com a necessidade de definir 10 (dez) novas áreas para a instalação dos seguintes órgãos: Presidência, Secretaria Geral, Diretoria Financeira, Conselho Fiscal e os Setores de Contabilidade, Recursos Humanos, Gestão da Qualidade, Atendimento ao Cliente, Informática e Treinamento. Após 07 (sete) meses de pesquisas no mercado imobiliário, decidiu-

se pela locação, por 05 (cinco) anos, de imóvel comercial, localizado na Rua Albuquerque Maranhão, nº 72, Bairro do Cambuci, distante apenas 150 metros da CRAZ. Com área de 700 m², contra os atuais 250 m² que atualmente ocupamos, está em fase final de reforma e certamente vai oferecer mais comodidade e presteza no atendimento dos nossos associados. É muito importante alertar para o fato de que esta mudança de sede não significa qualquer distanciamento da CRUZ AZUL SÃO PAULO, considerando que na condição de Associada Instituidora, estará sempre presente nas Assembleias Gerais da CRUZ AZUL SAÚDE, com expressivo poder de voto. Cumpre esclarecer ainda que tal iniciativa atende

também o interesse da CRAZ, possibilitando melhorias no atendimento, pois as dependências ora disponibilizadas no Ambulatório Novo, serão utilizadas para a centralização de diversos serviços aos usuários do Complexo Hospitalar, dentre os quais uma representação da CRUZ AZUL SAÚDE, que manterá 03 (três) guichês de atendimento naquele local. A partir da segunda quinzena do mês de dezembro próximo, nossa Associação já estará atendendo em seu novo endereço e telefone.

NOVO ENDEREÇO E TELEFONE
(A partir da 2ª quinzena de dezembro)
Rua Albuquerque Maranhão, nº 72
Bairro do Cambuci – São Paulo

Chupar os dedos

Alguns bebês começam a chupar os dedos ainda dentro do útero. Nos recém-nascidos, a sucção é uma reação instintiva, que acalma e conforta. Quase todos os bebês chupam os dedos em algum momento, mas com o desenvolvimento da criança, tal costume perde cada vez mais sua importância e isto deve ocorrer entre dois e três anos. Mudanças de escola, nascimento de um irmão e outros episódios, podem fazer com que a criança retroceda e volte a chupar os dedos por um período, contudo, se a criança continuar chupando o dedo depois dos cinco ou seis anos, ou após ter perdido os dentes de leite, há necessidade de intervir, pois o hábito pode levar a uma má formação da arcada dentária, além de não mais representar a função de satisfazer uma necessidade de sucção. Jamais castigue a criança por chupar o dedo. Quando isto acontecer retire com delicadeza, mas firmemente o dedo da boca. Após reprimir o gesto, dê-lhe um reforço positivo na forma de abraço e inicie uma atividade que a distraia.



Sinais de que a menopausa está chegando

Menopausa é a cessação definitiva da menstruação e geralmente ocorre em mulheres a partir dos 50 anos de idade. Na menopausa não ocorre a produção de hormônios de maneira adequada pelos ovários e por isso cessam as menstruações. Saiba identificar os sintomas mais comuns da menopausa:

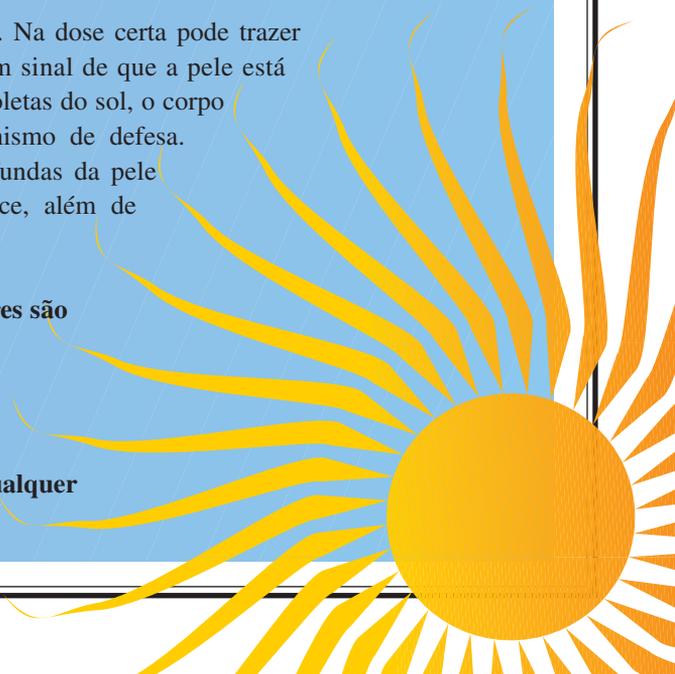
- “fogachos” ou ondas de calor
- suor excessivo
- insônia
- irritabilidade
- dor de cabeça
- diminuição do desejo sexual
- dor durante as relações sexuais

O período é uma fase natural e normal da vida de uma mulher, entretanto, uma orientação médica é importante para que se tome medidas que aliviam os sintomas.

Os perigos do bronzeamento

Bronzear-se é um dos prazeres, principalmente das mulheres. Na dose certa pode trazer benefícios, mas na verdade o bronzeado nada mais é do que um sinal de que a pele está tentando se proteger do perigo. Quando exposta aos raios ultravioletas do sol, o corpo produz melanina que dá cor à pele e serve como um mecanismo de defesa. Repetidas exposições ao sol prejudicam as camadas mais profundas da pele (tecidos conjuntivos), causando rugas e envelhecimento precoce, além de aumentar o risco de câncer de pele, por isso:

- use sempre um chapéu para proteger seu rosto do sol.
- evite ficar fora de casa das 11h às 15h, quando os raios solares são mais fortes e perigosos.
- use um protetor solar, fator 15 ou mais, diariamente.
- reaplique o protetor após nadar ou suar muito.
- examine sua pele regularmente.
- consulte um dermatologista imediatamente após verificar qualquer lesão suspeita na pele.



Tecnologia e informação a serviço da saúde

Inovações levando a Cruz Azul Saúde mais perto de você



A previsão de melhorias para os associados em 2006 inclui também investimentos na área de tecnologia.

Visando facilitar os nossos relacionamentos, em breve, disponibilizaremos nosso site na internet.

Em fevereiro próximo, o site: www.cruzazulsaude.com.br, além de divulgar a nossa Operadora, tornará mais prática a consulta da rede credenciada, atendendo às necessidades de cada associado. Conterá ainda artigos e orientações na área da saúde, além de outras informações que irão facilitar sua vida e esclarecer dúvidas relacionadas à legislação da saúde suplementar.

Para aprimorar nossas atividades operacionais e administrativas, bem como as exigências legais, passaremos a utilizar o Sistema de Gestão de Saúde "Medsys", totalmente adaptado à realidade da saúde suplementar e implantado com êxito em diversas operadoras do mercado.

Em virtude da nova sede e do novo sistema de gestão de saúde, estamos projetando uma nova infra-estrutura de informática, com equipamentos de alta disponibilidade, iniciativa que resultará em melhor qualidade no atendimento aos nossos associados e adequado controle nas atividades de todos os colaboradores.

Novas credenciais associativas

No início de 2006 implantaremos gradativamente as novas Credenciais Associativas "Carteirinhas", mais flexíveis e mais leves, com inovador padrão tecnológico.

As novas credenciais serão Douradas (padrão apartamento) e Prateadas (padrão enfermaria) e permitirão que o associado seja atendido em nossa rede credenciada apresentando apenas um documento de identidade válido e com foto, sem a necessidade do comprovante de pagamento.

As autorizações para utilização, em grande parte, serão efetivadas por meio "digital", ou seja, o associado apresentará sua identidade e a credencial com tarja magnética, sendo que o novo sistema efetuará a leitura digital e a liberação necessária para o atendimento.

As novas credenciais serão progressivamente disponibilizadas, priorizando os associados pertencentes aos planos abrangidos plenamente pela atual legislação e cuja contribuição média permita a concessão deste novo benefício.

Forma de pagamento

Visando proporcionar maior comodidade para os nossos Associados, estamos desenvolvendo estudos para disponibilizar a forma de pagamento mediante débito em conta corrente para os associados correntistas do Banespa e Nossa Caixa.



DOURADA

*Para os Planos Ouro e Diamante
(categoria apartamento)*



PRATEADA

*Para os Planos Prata, Bronze e Rubi
(categoria enfermaria)*

Qual o melhor tênis para você?

É cada vez maior o número de modelos de tênis disponíveis do mercado. Os fabricantes investem milhões em pesquisas para o desenvolvimento de materiais duráveis, confortáveis e leves. Graças à tecnologia, a produção de tênis com desenhos mais anatômicos que levam em consideração diferentes tipos de pisadas, de movimentos dos pés e de impactos, dependendo do esporte que será praticado, tem sido cada vez mais comum.

Escolher um par adequado significa prevenir lesões nos pés e tornozelos, reduzir o estresse sobre os ossos das pernas, joelhos e quadris, e proteger a coluna, especialmente a região lombar. Um bom tênis deve ter as seguintes características:

- **Bom amortecimento** - com o tempo o material sofre deformações e perde esta propriedade. Por isso, de tempos em tempos, é importante adquirir um novo par.
- **Fôrma apropriada** - o tênis deve se moldar ao seu pé. Evite modelos apertados, que podem machucar a pele ou os muito frouxos, pois o pé ficará deslizando, acarretando o surgimento de bolhas.
- **Estabilidade** - se a atividade que você pratica requer paradas, mudanças bruscas de direção e movimentos laterais, seu tênis deve prover estabilidade na região do calcanhar e reforços laterais.
- **Flexibilidade** - cuidado com calçados muito rígidos, que não permitem flexão e extensão da planta do pé.

Prevenção é o segredo contra a osteoporose

Com o passar dos anos ocorre uma diminuição de massa óssea em nosso organismo. Apesar do osso ser um tecido vivo que se renova permanentemente durante toda a vida, alguns cuidados devem ser tomados para que esse processo natural do organismo não se transforme em osteoporose que é a perda crônica de massa óssea tornando os ossos ociosos, finos e de extrema sensibilidade, mais sujeitos a fraturas.

Para evitar essa doença é preciso que a pessoa se cuide durante toda a vida através da ingestão de alimentos que possuam cálcio, como o leite e seus derivados. Além disso, a prática de uma atividade física regular e a reposição hormonal em mulheres na menopausa, também contribuem para a prevenção.

A doença progride lentamente e raras vezes apresenta sintomas, por isso, é muito importante o acompanhamento médico, caso contrário, só será percebida quando estiver em estado avançado e ocasionar fraturas.

As mulheres

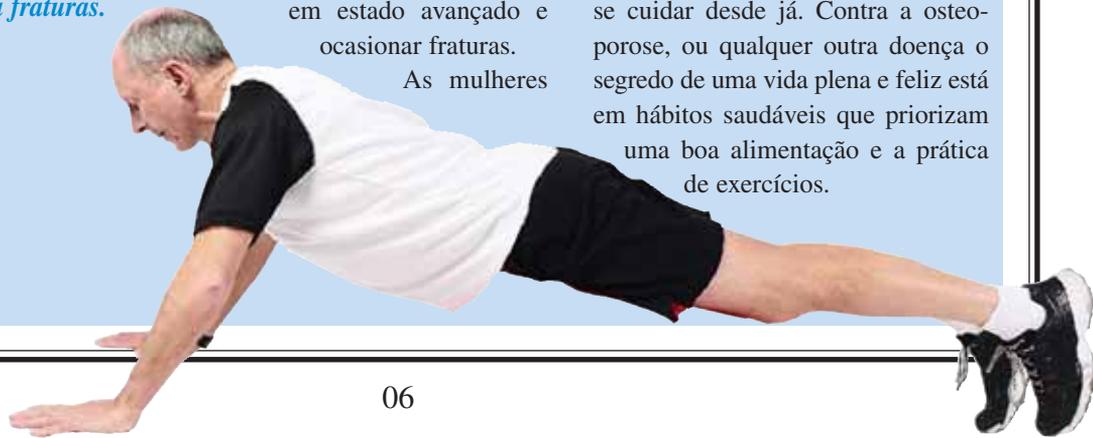
são as mais atingidas. Isso acontece porque na menopausa os níveis de estrogênio (hormônio que ajuda a manter o equilíbrio entre a perda e o ganho de massa óssea) caem bruscamente. Com isso, os ossos passam a incorporar menos cálcio. Outros grupos de risco para a doença são: pessoas da raça branca ou asiática, fumantes, pessoas que consomem álcool ou café em excesso, diabéticos e com histórico familiar de fraturas.

Quer chegar à terceira idade esbanjando saúde? Então comece a se cuidar desde já. Contra a osteoporose, ou qualquer outra doença o segredo de uma vida plena e feliz está em hábitos saudáveis que priorizam uma boa alimentação e a prática de exercícios.

Aliviando a coceira da pele

A coceira da pele pode ser ocasionada por inúmeros motivos, porém, independente da causa, ela incomoda e pode machucar. Para aliviar a coceira siga estas recomendações:

- *mergulhe um pano limpo em água fria ou em leite e faça compressas no local por dez a quinze minutos, a cada hora.*
- *adicione ao banho um copo de bicarbonato de sódio morno.*
- *não coce o local, você pode se machucar e aumentar o problema.*



Aviso Importante: Alteração no procedimento para emissão de Guias

Prezado Associado,
Atendendo determinação da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), direcionada ao controle e fiscalização dos serviços assistenciais prestados pelas Operadoras de Planos de Saúde, além de otimizar os recursos disponibilizados aos Associados, a Cruz Azul Saúde, a partir de 1º de Dezembro, passará a emitir Guias de Cobertura contendo, obrigatoriamente, os seguintes dados:

- **Pedido médico**, carimbado, assinado e datado, constando ainda o Código Internacional da Doença (CID) e a Hipótese Diagnóstica (HD).
- **Justificativa Médica**, além dos dados anteriores, quando se tratar de solicitações de Exames e/ou Procedimentos mais complexos (Ressonância Magnética, Tomografia, Ultrassonografia com Doppler, Cintilografias, etc) a liberação será precedida de análise do Médico Auditor da Cruz Azul Saúde, com prazo de até 24 (vinte e quatro) horas, exceto nos casos provenientes do PA (Pronto-Atendimento) e que caracterizarem “URGÊNCIA/EMERGÊNCIA”.

SAC - Serviço de Atendimento ao Cliente

Com personalidade jurídica distinta da CRUZ AZUL DE SÃO PAULO, a CRUZ AZUL SAÚDE passa a ter seu próprio Serviço de Atendimento ao Cliente - SAC, atuando diretamente na recepção, encaminhamento e solução das questões advindas da sua condição de operadora de planos de saúde, sempre no compromisso de atuar de forma ágil e eficaz. Este serviço será desenvolvido pela Sra. Sheyla Pedrosa, coordenadora do Sistema de Gestão de Qualidade e sob a orientação direta do Presidente da Associação, de forma que todas as reclamações e sugestões apresentadas pelos nossos associados serão documentadas e criteriosamente analisadas e respondidas.

Importante destacar que, em face do atual processo de redimensionamento da rede de prestadores de serviços (médicos, laboratórios e clínicas), teremos significativa alteração da Rede Credenciada, sendo que a maior parte deste trabalho estará concluída em Janeiro/2006, oportunidade em que serão distribuídos os novos exemplares do Manual do Associado, bem como disponibilizada sua consulta pela Internet, pelo site www.cruzazulsaude.com.br. Assim sendo, agradecemos desde já a compreensão de nossos associados em razão de eventuais inconvenientes relacionados a estas alterações.

Embora o site acima se encontre em fase de construção, as mensagens (e-mail) ao SAC poderão ser enviadas

para o seguinte endereço eletrônico: sac@cruzazulsaude.com.br. Tendo em vista que em breve haverá a mudança de sede da CRUZ AZUL SAÚDE, os contatos telefônicos poderão ser feitos, diariamente, no período compreendido entre 08:00 e 18:00 horas, pelo fone (11) 3348-4185, até o dia 18/12/05. **Após esta data, em caráter definitivo, pelo fone (11) 3388-5050.** Cumpre ainda informar que o atendimento aos associados será mantido no atual local em que funciona a Operadora (pisos térreo do Ambulatório Novo), de modo a prestar permanente orientação ao associado, sendo que os assuntos de maior relevância poderão ser tratados no novo endereço da Operadora (Rua Albuquerque Maranhão, nº 72).

EXPEDIENTE

Diretor Presidente: José Miguel de Moraes Júnior
Secretário Geral: Luciano Antonio da Silva
Diretor Financeiro: Edson Gonçalves
Gerente Administrativo: Edgar Cuccolo
Conselho Fiscal: Pedro Antonio Carlini Pereira de Souza, Wagner Brusarosco e José Mário de Souza
Coordenador do Jornal: Luciano Antonio da Silva

Associação Assistencial de Saúde Suplementar Cruz Azul Saúde
Av. Lins de Vasconcelos, 356 – Cj. 10 – Cambuci – 01538-000 – São Paulo – SP
Tel.: (11) 3348-4000

Projeto Gráfico e Coordenação Gráfica

Editora Tennis View Ltda.
Editoração: Heidy Yara Krapf Aerts
Jornalista Responsável: Mariana Maciel - Mtb 23.986
25.000 Exemplares
Tel. (11) 5533--5312 – E-mail: heidy@tennisview.com.br



*Neste Natal a Cruz Azul Saúde deseja :
Paz a quem anseia crescer e evoluir.
Paz a quem procura a verdade e o amor.
Paz a quem pratica a compaixão.
Paz a quem deseja em cada pensamento, em cada atitude, melhorar sempre.
Paz a quem com um sorriso traz calma, tranqüilidade e equilíbrio.
Paz enfim, a todos que fazem sua parte por um mundo melhor
Feliz Natal e um próspero Ano Novo
São os votos da equipe da Cruz Azul Saúde*



dr. ghelfond
diagnóstico
médico

dr. ghelfond diagnóstico médico

Central de atendimentos

Fone: (11) 2178-9000

ATENDIMENTO PARA DIVERSOS PLANOS DE SAÚDE

CONSULTE NOSSA CENTRAL DE ATENDIMENTOS

www.ghelfond.com.br

RESSONÂNCIA MAGNÉTICA (CAMPO ABERTO)
TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA (HELICOIDAL)
RADIOLOGIA GERAL E INTERVENCIONISTA
ANÁLISES CLÍNICAS
ANATOMIA PATOLÓGICA
COLETA DOMICILIAR
ELETROCARDIOGRAMA
TESTE ERGOMÉTRICO
ECODOPPLER / DOPPLER COLORIDO
COLPOSCOPIA / PENISCOPIA

MEDICINA NUCLEAR
ULTRASSONOGRAMA
MAMOGRAFIA
DENSITOMETRIA
ENDOSCOPIA DIGESTIVA
LARINGOSCOPIA
ELETROENCEFALOGRAMA
URODINÂMICA
EXAMES AUDIOMÉTRICOS
OTONEUROLÓGICO
LITOTRIPSIA EXTRA-CORPÓREA

HIGIENÓPOLIS - MOEMA - TATUAPÉ - SÃO MIGUEL PAULISTA - OSASCO - CAMBUCI

CRUZ
Azul
Saúde

Impresso
Especial

7220699000/2003-DR/SPM
Cruz Azul Saúde

--- CORREIOS ---

