

Uso consciente do Plano de Saúde

Unimed
Vale das Antas/RS

Unimed
Vale das Antas/RS



ANS - nº 33554-1

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



GUARDE SEUS EXAMES ANTIGOS: ELES VALEM MUITO.

Fazer exames exige tempo e é um pouco desconfortável. E, se o seu plano tem coparticipação, uma parte do custo é cobrada de você. Por isso, seus exames são valiosos. Guarde todos e leve para o seu médico na próxima consulta. Ele vai avaliar se você precisa de novos exames. Às vezes, os que você já fez são suficientes.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO dica1

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



UTILIZE OS RECURSOS ON-LINE

Com o aplicativo Guia Médico Nacional você tem acesso fácil às informações da rede Unimed de onde estiver. Este recurso facilita sua vida na busca por médicos e todos os outros pontos de atendimento que seu plano oferece. É só baixar o aplicativo no seu celular, gratuitamente, na App Store e no Google Play. Se preferir, consulte o nosso site: www.unimed.coop.br.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO dica8

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



VÁ AO PRONTO-SOCORRO APENAS SE REALMENTE NECESSÁRIO

Os prontos-socorros dos hospitais precisam estar livres para os casos de urgência e emergência. Se você tiver algum sintoma que possa esperar, procure o seu médico de confiança. Ele tem o seu histórico. E você estará ajudando alguém que realmente precisa de um pronto-socorro.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO dica2

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



IDENTIFICAÇÕES SEMPRE À MÃO

Sempre que for passar por uma consulta ou precisar ir a um pronto- socorro, lembre-se de ter com você seu cartão magnético Unimed e um documento com foto, como carteira de identidade ou de motorista. A identificação correta facilita o processo de atendimento e otimiza tempo.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO dica9

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



USO CONSCIENTE DO PLANO
dica5

AUTOMEDICAÇÃO, NÃO!

Médicos estudam muito para entender o seu corpo. É perigoso não seguir à risca o que eles recomendam e desnecessário se irritar quando eles não prescrevem remédio algum. Confie no seu médico! Ele sabe o que é melhor para você.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



USO CONSCIENTE DO PLANO
dica6

CUIDE DO SEU CARTÃO QUE ELE CUIDA DE VOCÊ

O seu cartão magnético Unimed é uma garantia de que você está sempre bem protegido. Proteja-o também: evite sujar, riscar a tarja magnética, expor ao sol, molhar ou colocar o cartão em contato com aparelhos elétricos. E, se você perder o cartão ou ele for roubado, avise a Unimed para que todas as providências necessárias sejam tomadas.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



USO CONSCIENTE DO PLANO
dica 7

FIQUE POR DENTRO DO SEU PLANO

Conhecer bem os seus direitos e deveres vai ajudar você a utilizar melhor o seu plano, sem precisar passar por chateações. Com as coisas bem claras, tudo fica mais fácil e mais seguro. Se o seu plano Unimed for empresarial, peça os detalhes desse benefício ao setor responsável na empresa para a qual trabalha e, se ainda tiver dúvidas, fale com a Unimed.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



VIVER BEM É O MELHOR REMÉDIO

Não tem segredo: para viver mais e melhor você deve ter bons hábitos. Praticar atividades físicas, buscar o equilíbrio, seguir uma dieta saudável e dormir bem são alguns exemplos. É por isso que a Unimed, mais do que cuidar da sua saúde, incentiva os cuidados preventivos e promove a qualidade de vida acima de tudo.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO
dica 3

Cuidar e ser cuidado.
#esseéoplano



FIQUE ATENTO ÀS CONSULTAS

Um médico dedica tempo à saúde de muitas pessoas. Pense nisso. Quando for marcar uma consulta ou exame, faça-o com antecedência e desmarque se não puder ir. Se todos fizerem isso, o atendimento vai ficar mais fácil e rápido. E, nem você nem os outros, precisarão esperar mais do que o necessário.

Para conhecer todas as dicas acesse: unimed.me/dicas

USO CONSCIENTE DO PLANO
dica 4