

GUIA DO

USO CONSCIENTE DO

PLANO DE SAÚDE



 **Golden Cross**



BEM-VINDO À GOLDEN CROSS!



A **Golden Cross** se orgulha de ser a empresa pioneira no setor de saúde suplementar no Brasil e ter você como cliente.

A seguir você confere informações importantes sobre como usar melhor o seu plano de saúde.

COMO USAR O SEU PLANO DE FORMA RESPONSÁVEL



Carteirinha

Sua carteira do plano é pessoal e intransferível. Em hipótese alguma empreste a sua ou dos seus dependentes para terceiros.

Assinatura

A sua assinatura nas guias de autorização é a prova de que você utilizou os serviços. Antes de assinar um documento, confira a data e a descrição dos serviços listados. Nunca assine documentos em branco ou com procedimentos que não foram realizados.

Consultas médicas

Está com algum problema de saúde e não sabe exatamente qual especialidade médica procurar? Agende uma consulta com um clínico geral. Ele poderá encaminhá-lo a um especialista, caso seja necessário.

Seja objetivo! Pode parecer besteira, mas não é!

Quando estiver com o médico, conte para ele de forma simples e clara os seus sintomas. Leve com você exames, procedimentos realizados anteriormente, receitas médicas e a lista de medicamentos em uso. Assim, o médico poderá ter o seu histórico e examiná-lo de forma mais completa.



***Dica:** Caso não possa ir à consulta agendada, é importante lembrar de desmarcá-la.*

EXAMES: TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE ELES

Exames clínicos

O exame clínico é aquele realizado durante uma consulta com o objetivo de diagnosticar ou afastar a possibilidade de uma doença ou qualquer anormalidade. O médico poderá usar aparelhos como estetoscópio e termômetro, por exemplo, e avaliar um órgão ou estrutura do corpo na busca de mudanças anatômicas ou funcionais (alterações no corpo ou no funcionamento de algum órgão) que são resultantes de alguma doença.

O exame clínico também serve para avaliar o bom funcionamento do corpo.

Exames complementares

Os exames complementares são aqueles solicitados pelo médico e realizados em laboratórios ou clínicas específicas com o objetivo de confirmar um diagnóstico ou acompanhar o estado de saúde ou um tratamento que vem sendo realizado.

Após realizar um exame complementar, lembre-se de retirá-lo no prazo estipulado e levar ao médico. Quanto mais tempo transcorrer entre a data do exame e o retorno à consulta, menos precisa será a avaliação médica. Se achar necessário, peça orientações ao seu médico sobre o prazo ideal para retornar com os exames.

Os exames realizados em pronto-socorro e durante uma internação hospitalar também são seus. Por esse motivo, não esqueça de levá-los com você, pois fazem parte do seu histórico.

Exames realizados

Um erro comum é jogar fora exames realizados anteriormente. Os exames de imagem e os de sangue devem ser guardados para que o médico possa comparar o seu estado de saúde. Por exemplo, uma radiografia do tórax pode ser útil caso surja uma mancha no pulmão, dessa forma o médico terá referência para saber se o problema já existia anteriormente. Para armazenar de maneira mais prática, se preferir, digitalize e guarde no computador.



URGÊNCIA OU EMERGÊNCIA?

Não é adequado usar o pronto-socorro para consultas médicas convencionais que não sejam urgentes. A finalidade do pronto-socorro é atender casos de urgência ou emergência, como acidentes e infartos.

Nos casos não urgentes, agende sempre suas consultas em consultórios, onde você terá um atendimento mais adequado e personalizado.



PRAZO DAS RECEITAS MÉDICAS



A receita médica, seja para solicitação de exames ou para compra de medicamentos, pode ter o prazo de validade que varia de 10 a 30 dias. Portanto, fique atento para evitar novas consultas somente para pedir novas receitas.

OS PERIGOS DA AUTOMEDICAÇÃO



Analgésico, antitérmico, antigripal... Alguns medicamentos não faltam nas farmácias caseiras, mas usar remédios sem a orientação de um médico pode representar um grande risco à saúde.

As pessoas recorrem a indicações de parentes e amigos, a experiências passadas ou a pesquisas na internet em busca de cura. A automedicação, entretanto, é responsável por 30% das notificações de intoxicação no Brasil.

O uso de medicamentos de forma incorreta também pode agravar doenças, aumentar a resistência de bactérias (no caso dos antibióticos), anular ou potencializar o efeito de outras substâncias e provocar reações alérgicas graves, que podem resultar em morte.

A orientação médica é fundamental para que os remédios sejam administrados da maneira correta. Os medicamentos devem ser receitados em doses corretas, levando em consideração diretrizes clínicas, histórico do paciente e também se algum outro medicamento é utilizado.

Lembre-se: antes de usar um medicamento, sempre consulte seu médico!

DESCONTOS EM MEDICAMENTOS

Já imaginou economizar até 50% em medicamentos? Todo cliente Golden Cross pode desfrutar do programa Desconto em Medicamentos Golden Cross nas principais redes de farmácias do país.

Essa vantagem é exclusiva e inclui descontos em perfumaria, medicamentos de marca e genéricos.

Confira a relação de farmácias conveniadas no nosso site:

www.goldencross.com.br



BLOG GOLDEN CROSS



Para a Golden Cross, o compromisso com a saúde está sempre em primeiro lugar, por isso criamos um espaço com informações, dicas e novidades sobre saúde e qualidade de vida.

Assim você se mantém sempre informado sobre o que é mais importante para você.

Acesse: blog.goldencross.com.br



A Golden Cross disponibiliza em seus canais online diversos materiais sobre gestão de doenças crônicas, além de dicas de saúde e qualidade de vida para você se manter sempre informado.

Nossos conteúdos são produzidos por uma equipe altamente qualificada e abordam temas atuais e relevantes, pensando sempre nas necessidades de sua empresa. Confira:



Facebook



Twitter



LinkedIn



YouTube



App Clientes

Blog: blog.goldencross.com.br | **Site:** goldencross.com.br

Canais de atendimento:

Golden Fone (SAC):

0800 728 2001
(demais localidades)

Central de Serviços:

4004 2001
(capitais e regiões metropolitanas)

Deficientes Auditivos:

0800 727 2001
(capitais e interior)

0800 729 2001
(demais localidades)

 **Golden Cross**