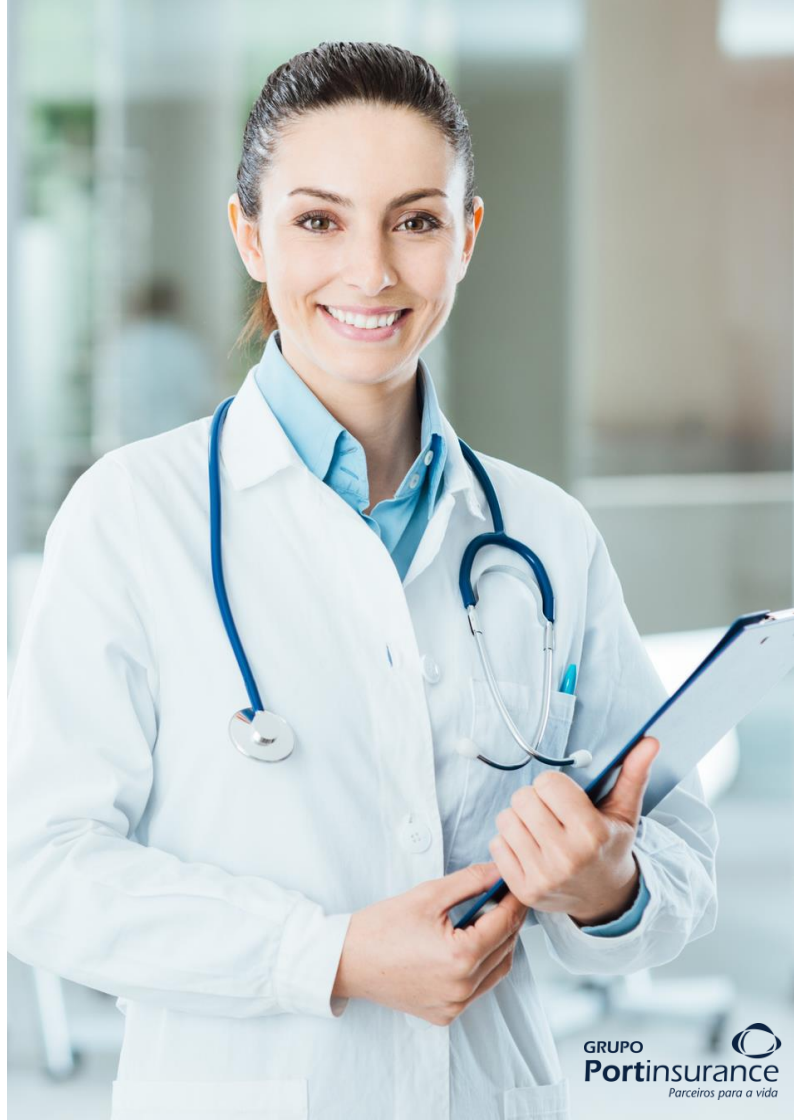


# MANUAL DO CLIENTE



1. Bem-vindo!
2. Plano de Saúde Essencial Mamães e Bebês
3. Principais Vantagens do Plano de Saúde Essencial
4. Rede Médica RNA Medical
5. Medicina Dentária
6.
  1. Escolha do médico/ clínica/ hospital/ centro de exames/ laboratório e qualquer outro serviço pertencente à Rede RNA Medical
  2. Marcação de Consultas Dentárias na Rede ADE
  3. Como solicitar a Consulta Médica ao Domicílio
  4. Como solicitar a Consulta Médica Online?
  5. Como consultar as Tabelas de Atos médicos?
7. Tabelas de Atos Médicos
8. Como incluir o Agregado Familiar no Plano de Saúde Essencial
  1. Incluir membros do agregado familiar
  2. Quanto vai custar o Plano de Saúde Essencial
9. Cartão de Saúde Essencial em formato digital



# 1. Bem Vinda



Bem vinda(o)

Ao Plano de Saúde Essencial Mamãs e Bebés.

Este Plano de Saúde foi construído a pensar no bem estar de todas as mamãs e dos seus bebés.

Este Plano tem a particularidade de incluir a mamã e o bebé simultaneamente.

Assim que a mamã aderir ao Plano de Saúde Essencial Mamãs e Bebés começa a beneficiar de todas as vantagens deste Plano de Saúde.

O mesmo acontecerá com o bebé, assim que nascer também começa a beneficiar de imediato das vantagens incluídas no Plano de Saúde Essencial.

Este Plano de Saúde é extensível a outras pessoas do agregado familiar.

Este Plano de Saúde terá um custo mensal de apenas 5,83€ para a mamã e para o bebé respectivamente.



## 2. Plano de Saúde Essencial



O Plano de Saúde Essencial permite o acesso à medicina privada com valores devidamente tabelados.

Na tabela abaixo pode ficar a saber os valores de alguns atos médicos.

Para aceder às Tabelas completas de Atos Médicos e de Medicina Dentária, deverá aceder através do seguinte link:

<http://portinsurance.pt/essencial>

### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA CONVENCIONADA

| Atos Médicos                              | Honorários de Acesso à Rede   |
|-------------------------------------------|-------------------------------|
| ✓ Consulta de Clínica Geral               | 30,00€                        |
| ✓ Consulta de Especialidade               | 30,00€ (*)                    |
| ✓ Consulta de Urgência                    | 45,00€                        |
| ✓ Consulta de Pediatria                   | 30,00 €                       |
| ✓ Consulta de Pediatria ( Cuf e Lusíadas) | 40,00 €                       |
| ✓ Envio de Médico ao Domicílio            | 15,00 €                       |
| ✓ Consulta Médica Online                  | Gratuita                      |
| ✓ Consulta de Medicina Dentária           | Gratuita                      |
| ✓ Acesso à Rede Estomatologia             | Consultar Tabela              |
| ✓ Cirurgia e Internamento (K=6,50€)       | Desconto Internamento até 15% |
| ✓ Ecografia Obstétrica                    | 30,00 €                       |
| ✓ Ecografia Ginecológica                  | 27,00 €                       |
| ✓ Restantes Exames Médicas                | Consultar Tabela              |
| ✓ Rede de Farmácias Convencionadas        | Desconto até 15%              |
| ✓ Rede Convencionada de Ópticas           | Desconto até 20%              |
| ✓ Envio de Medicamentos ao Domicílio      | Até 12,00€                    |
| ✓ Parto Normal                            | 2.000,00€                     |
| ✓ Cesariana                               | 2.900,00€                     |
| ✓ Acesso à Rede de Bem Estar              | Desconto até 30%              |

(\*) Excepcionalmente poderão ter um custo de 35€





### 3. Vantagens Plano de Saúde Essencial



O Plano de Saúde Essencial foi desenhado para responder às necessidades específicas das mães e dos bebés assim que nascem.

Consultas de Pediatria com um custo de 30€ e ao domicílio por 15€ são uma realidade neste Plano de Saúde, permitindo um conforto extraordinário, quer para a Mamã, quer para o Bebê.

Para além de permitir o acesso à Rede Médica com preços convencionados inclui ainda o acesso à Rede de Medicina Dentária com cerca de 76 atos Médicos gratuitos e os restantes com preços convencionados. O Plano de Saúde Essencial é extensível ao agregado familiar.

#### Vantagens Plano de Saúde Essencial Acesso à Rede Médica

- ✓ Sem limite de utilização e idade
- ✓ Sem idade limite de permanência
- ✓ Sem período de carência
- ✓ Sem exclusões de doenças crónicas
- ✓ Sem exclusões de doenças pré-existentes
- ✓ Sem necessidade de questionário médico
- ✓ Consultas ao domicílio (sem limite) a 15€
- ✓ Mais de 700 atos de medicina dentária
- ✓ Mais de 70 atos de medicina dentária gratuitos
- ✓ Acesso à rede de óticas convencionadas
- ✓ 2ª opinião médica
- ✓ Check-up 35€
- ✓ Consulta médica online
- ✓ Consultas de clínica geral 30€
- ✓ Consultas de especialidade 30€/35€
- ✓ Consultas de Pediatria 40€ (Grupo Mello Saúde e Hospital Lusíadas)



## 4. Rede Médica



A RNA Medical é uma marca da RNA - Rede Nacional de Assistência, S.A. Fundada em 2009, a RNA – especialista na prestação de serviços de assistência a pessoas – promove, através da Rede RNA Medical, o acesso dos seus clientes aos melhores cuidados de saúde e bem-estar. Desde que foi constituída a RNA Medical tem vindo a cimentar a sua posição no mercado. É hoje uma marca de referência reconhecida pela qualidade, rigor e eficiência nos serviços prestados.

Atualmente, a RNA Medical conta com mais de 30.000 prestadores\* de cuidados de saúde e bem-estar em Portugal Continental e Ilhas - garantindo assim a prestação de um serviço de proximidade e referência a nível nacional.

### Os valores que representam o nosso compromisso:

- Esforço e Dedicação;
- Cuidado Permanente;
- Especialização;
- Inovação;
- Honestidade;
- Dedicação às Pessoas 24 horas por dia durante 365 dias por ano.

### \*Prestadores

- Médicos de Cuidados de Saúde Primários e de outras Especialidades;
- Centros de Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêutica;
- Centros de Medicina Física e Reabilitação;
- Hospitais e Clínicas;
- Serviços de Enfermagem e de Prevenção e Bem-estar; Farmácias; Óticas.



## 5. Medicina Dentária



O Plano de Saúde Essencial permite-lhe tratar da sua boca através da **Tabela de co-pagamentos** incluída no nosso site.

Inclui todos os atos médicos da Medicina Dentária, sendo que, mais de 76 atos médicos são gratuitos, como por exemplo as consultas, destartarização e higienização entre outros.

Através desta garantia, tenha acesso à maior rede de clínicas dentárias em Portugal.

### Vantagens Plano de Saúde **Essencial** Medicina Dentária

- ✓ Utilização imediata após a compra
- ✓ Tabela VIP de Tratamentos na Rede Medicina Dentária
- ✓ Mais de 76 Atos Médicos Gratuitos
- ✓ Sem limite de utilização
- ✓ Sem limite de idade
- ✓ Sem idade limite de permanência
- ✓ Sem período de carência
- ✓ Sem exclusões de doenças crónicas
- ✓ Sem exclusões de doenças pré-existentes
- ✓ Sem necessidade de questionário médico
- ✓ Linha de atendimento dedicada 24h/365 dias
- ✓ Consultas de estomatologia gratuitas
- ✓ Consultas para destartarização dentária gratuitas
- ✓ Consultas para higienização dentária gratuitas



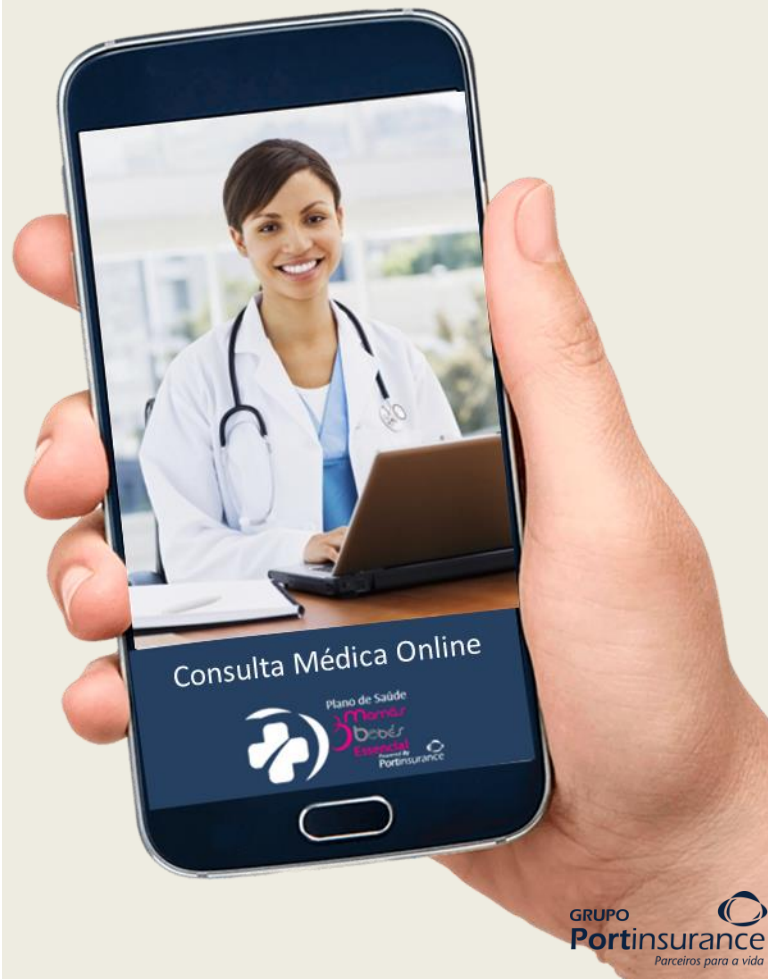
## 6. Como Utilizar

### 6.3. COMO SOLICITAR A CONSULTA MÉDICA AO DOMICÍLIO

- a) Deve contactar a Linha de Apoio ao Cliente que se encontra no seu Cartão de Saúde ( este serviço está disponível 24h/365 dias do ano e tem um custo por consulta ao domicílio de 15€ );
- b) Indicar o seu nome e o número de cartão;
- c) Confirmar o endereço do seu domicilio;

### 6.4. COMO SOLICITAR A CONSULTA MÉDICA ONLINE

- a) Deve contactar a Linha de Apoio ao Cliente que se encontra no seu Cartão de Saúde – 210 425 158 ( este serviço está disponível 24h/365 dias do ano e não tem qualquer custo para o Cliente );
- b) Indicar o seu nome, e o número de cartão de saúde Essencial;
- c) Certificar-se que tem acesso à internet através de um computador, tablet ou smartphone;
- d) Caso haja disponibilidade a consulta poderá ser efectuada de imediato, ou então, ser agendada para uma hora mais conveniente;
- e) Para realizar a consulta receberá no seu e-mail ou por sms um link que deverá utilizar para o efeito;





## 6. Como Utilizar

Assim que receber a oferta do seu Plano de Saúde Essencial por um período de nove meses, pode usufruir de imediato sem períodos de carência e sem necessitar de pré-autorizações a utilização da Rede Médica com os preços convencionados.

Para facilitar a utilização do seu Plano de Saúde indicamos a seguir como deverá agir para beneficiar das suas vantagens.

### 6.1.ESCOLHA DO MÉDICO/ CLÍNICA/ HOSPITAL/ CENTRO DE EXAMES /LABORATÓRIO E QUALQUER OUTRO SERVIÇO PERTENCENTE À REDE MÉDICA

- Em <http://portinsurance.pt/essencial> clique em “Localize um Médico ou Clínica perto de si”, selecione o Tipo de Rede Médica e faça a sua pesquisa;
- Faça a sua marcação contactando diretamente o Prestador pretendido;
- Se necessitar de alguma informação adicional, contacte a Linha de Apoio ao Cliente – **210 425 158** (24h/365 dias);

### 6.2. MARCAÇÃO DE CONSULTAS DENTÁRIAS DA REDE ADE

- Deverá apresentar o seu cartão de Saúde Essencial perante o Prestador escolhido;
- Após a consulta, deverá efetuar o pagamento dos atos que beneficiou, de acordo com a Tabela de Atos Médicos disponível no site;
- Peça sempre os recibos dos pagamentos para incluir na sua declaração de IRS;



## 6. Tabela Atos Médicos



### 6.5. COMO CONSULTAR AS TABELAS DE ATOS MÉDICOS?

a) Para consultar as tabelas de atos Médicos deverá aceder a:

<http://portinsurance.pt/essencial>

#### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA CONVENCIONADA

##### CONSULTAS

| DESIGNAÇÃO                                                                   | VALOR DE REFERÊNCIA |
|------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| Consultas de Clínica Geral                                                   | 30,00 €             |
| Consultas de Especialidade (*inclui Pediatria)                               | 30,00 €             |
| Consultas de Pediatria nos Hospitais da Cuf e Lusíadas                       | 40,00 €             |
| Consultas de Urgência Hospitalar                                             | 45,00 €             |
| Nota: Excepcionalmente as Consultas de Especialidade poderão ter um custo de | 35,00 €             |

##### EXAMES COMPLEMENTARES DE DIAGNÓSTICO

|                                            |          |
|--------------------------------------------|----------|
| Electrocardiograma                         | 9,50 €   |
| Ecocardiograma                             | 55,00 €  |
| Audiograma                                 | 16,00 €  |
| Timpanograma                               | 20,00 €  |
| Endoscopia Alta                            | 58,00 €  |
| Colonoscopia Total                         | 105,00 € |
| Colposcopia                                | 38,00 €  |
| Espirometria                               | 12,00 €  |
| Ecografia Obstétrica                       | 30,00 €  |
| Ecografia Ginecológica                     | 27,00 €  |
| Ecografia Mamária (2 lados)                | 28,00 €  |
| Ecografia Renal                            | 28,00 €  |
| Ecografia Partes Moles                     | 27,00 €  |
| Mamografia - 4 incidências, 2 de cada lado | 32,00 €  |
| RX Tórax, Pulmões e Coração 1 incidência   | 9,00 €   |
| RX Joelho - 2 incidências                  | 9,00 €   |
| Eco-Doppler Colorido " Triplex Scan"       | 85,00 €  |
| TAC - Tomografia Axial Computorizada       | 85,00 €  |
| Ressonância Magnética                      | 185,00 € |



## 7. Tabela Atos Médicos

### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA CONVENCIONADA

| DESIGNAÇÃO                           | VALOR DE REFERÊNCIA |
|--------------------------------------|---------------------|
| <b>FISIOTERAPIA</b>                  |                     |
| Corrente de Alta Frequência          | 2,00 €              |
| Ultra-Som                            | 2,00 €              |
| Laserterapia de Hélio-Neon           | 2,50 €              |
| Crioterapia                          | 1,50 €              |
| Calor Húmido                         | 1,40 €              |
| Massagem Manual de uma Região        | 1,60 €              |
| Técnicas Especiais de Cinesioterapia | 2,60 €              |

|                                     |        |
|-------------------------------------|--------|
| <b>ANÁLISES CLÍNICAS</b>            |        |
| Hemograma com Plaquetas             | 1,50 € |
| Glicose                             | 0,60 € |
| Creatinina                          | 0,60 € |
| Ureia                               | 0,60 € |
| Colesterol Total                    | 1,00 € |
| Triglicérides                       | 2,20 € |
| Urina II (análise sumária da urina) | 1,00 € |



## 7. Tabela Atos Médicos Ocular

### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA CONVENCIONADA

| DESIGNAÇÃO                                                                                                 | VALOR DE REFERÊNCIA |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| <b>SAÚDE OCULAR - EXAMES ESPECIAIS DE OFTALMOLOGIA / CIRURGIAS</b>                                         |                     |
| Avaliação dos campos visuais, exame extenso ( perimetria quantitativa, estática ou cinética                | 60,00 €             |
| Perimetria computadorizada                                                                                 | 40,00 €             |
| Oftalmoscopia indirecta completa ( inclui interposição lente, desenho/esquema e/ou biomicroscopia do fundo | 19,00 €             |
| Angioscopia fluoresceínica, fotografias seriadas, relatório médico                                         | 65,00 €             |
| Retinografia                                                                                               | 25,00 €             |
| Biometria Oftálmica por ecografia linear com cálculo da potência da lente intraocular                      | 30,00 €             |
| Biometria Oftálmica por ecografia linear com cálculo da espessura da córnea, paquimetria                   | 16,00 €             |
| Tomografia de coerência óptica - OCT                                                                       | 70,00 €             |
| Laser Yag                                                                                                  | 245,00 €            |
| Lasik Unilateral                                                                                           | 840,00 €            |
| Lasik Bilateral                                                                                            | 1 485,00 €          |
| Facoemulsificação do cristalino com implantação de lente intraocular - Catarata Unilateral                 | 1 680,00 €          |
| Facoemulsificação do cristalino com implantação de lente intraocular - Catarata Bilateral                  | 2 950,00 €          |





## 7. Tabela Atos Médicos Dentária

### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA DENTÁRIA

#### PRINCIPAIS ATOS MÉDICOS GRATUITOS

|                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------|
| Consulta de medicina dentária                                        |
| Consulta para apresentação e discussão de plano de tratamento        |
| Consulta de reavaliação                                              |
| Consulta de urgência                                                 |
| Primeira consulta dentária                                           |
| Selamento de fissuras                                                |
| Profilaxia em adulto                                                 |
| Profilaxia em criança                                                |
| Instrução e motivação de higiene oral para adulto                    |
| Instrução e motivação de higiene oral para criança                   |
| Aconselhamento nutricional para controlo de doenças da cavidade oral |
| Aconselhamento anti-tabágico para controlo e prevenção em saúde oral |
| Polimento de restauração em amálgama                                 |
| Polimento de restauração em amálgama e selagem marginal              |
| Polimento de restauração em resina composta                          |
| Polimento de restauração em resina composta e selagem superficial    |
| Exodontia de dente decíduo monorradicular                            |
| Exodontia de dente decíduo multirradicular                           |
| Destartarização bimaxilar                                            |
| Destartarização maxilar                                              |
| Destartarização mandibular                                           |
| Polimento dentário                                                   |
| Realização de radiografia panorâmica                                 |
| Realização de telerradiografia lateral                               |
| Realização de telerradiografia frontal                               |



### TABELA DE ATOS MÉDICOS - REDE MÉDICA DENTÁRIA

#### CO-PAGAMENTOS NOS PRINCIPAIS ATOS MÉDICOS - APARELHOS E IMPLANTES

|                                           |         |
|-------------------------------------------|---------|
| Cirurgia para colocação de um implante    | 500,00€ |
| Aparelho removível biomecânico maxilar    | 200,00€ |
| Aparelho removível biomecânico mandibular | 200,00€ |
| Aparelho de expansão fixo                 | 200,00€ |

#### CO-PAGAMENTOS NOS PRINCIPAIS ATOS MÉDICOS - RESTAURAÇÃO

|                                                            |        |
|------------------------------------------------------------|--------|
| Restauração directa definitiva em amálgama de uma face     | 18,00€ |
| Restauração directa definitiva em amálgama de duas faces   | 20,00€ |
| Restauração directa definitiva em amálgama de três faces   | 25,00€ |
| Restauração directa definitiva em amálgama de quatro faces | 25,00€ |

Os Actos Médicos constantes na tabela têm de ser, obrigatoriamente, praticados por Médicos Dentistas, Estomatologistas ou Odontologistas, devidamente credenciados.

Para consultar a tabela completa com todos os atos médicos de estomatologia, deverá aceder através de:

<http://portinsurance.pt/essencial>



## 8. Como Incluir o Agregado Familiar



### 8.1 O AGREGADO FAMILIAR PODE SER INCLUÍDO NO PLANO DE SAÚDE ESSENCIAL?

Sim, pode. Para o efeito basta solicitar a inclusão dos membros do Agregado Familiar através da Linha de Apoio 214 536 850 que funciona nos dias úteis das 9h00 às 18h30 ou em alternativa através do site <http://portinsurance.pt/essencial> e selecionar subscrever.

### 8.2 QUANTO VAI CUSTAR O PLANO DE SAÚDE ESSENCIAL PARA A MAMÃ, BEBÉ E RESTANTES MEMBROS DO AGREGADO FAMILIAR?

a) O Plano de Saúde Essencial terá um custo bastante reduzido. Ver Tabela abaixo.

### 8.3 CUSTO DO PLANO

| Nº DE PESSOAS | CUSTO TOTAL ANUAL | CUSTO TOTAL MENSAL |
|---------------|-------------------|--------------------|
| Mamã          | 69,96 €           | 5,83 €             |
| Bebé          | 69,96 €           | 5,83 €             |
| 3ª pessoa     | Oferta            | Oferta             |
| 4ª pessoa     | 35,04 €           | 2,92 €             |
| 5ª pessoa     | Oferta            | Oferta             |
| <b>TOTAIS</b> | <b>174,96 €</b>   | <b>14,58 €</b>     |

Um agregado familiar composto por 5 pessoas tem um custo médio mensal por pessoa de 2,92€.



# 9. Cartão de Saúde Essencial - Digital



## 9. QUANDO E COMO RECEBE O SEU CARTÃO DE SAÚDE ESSENCIAL?

- a) O Cartão de Saúde Essencial em formato digital é enviado para o e-mail da Mamã no prazo de 10 dias.

## 9.1 APENAS RECEBE O CARTÃO DE SAÚDE ESSENCIAL EM FORMATO DIGITAL?

- a) Não. Juntamente com o cartão de Saúde Digital, recebe também a Ficha de Produto e o Manual de Utilização do Plano de Saúde Essencial.

## 9.2 DEPOIS DE RECEBER O CARTÃO DIGITAL, QUANDO PODE UTILIZAR O PLANO DE SAÚDE?

- a) Pode começar a utilizar o seu Plano de Saúde Essencial imediatamente e assim beneficiar de todas as vantagens do Plano de Saúde Mamãs e Bebês

## 9.3 QUAL A VANTAGEM DO CARTÃO DIGITAL EM RELAÇÃO AO CARTÃO FÍSICO?

- a) O cartão em formato digital funciona junto da Rede RNA Medical exactamente da mesma forma que o cartão físico, tendo como principal vantagem o facto de ficar guardado no smartphone e dessa forma ter o cartão sempre à disposição.

## 9.4 QUANDO E COMO PODE SOLICITAR O CARTÃO PARA O BEBÉ?

- a) Assim que o Bebê nascer pode solicitar o respectivo cartão digital, para esse efeito basta ligar para a linha de apoio Portinsurance (214 536 850) indicando o nome do Bebê.

## 9.5 COMO POSSE ACEDER A TODAS AS OUTRAS VANTAGENS PROPORCIONADAS PELA MAMÃS E BEBÊS?

- a) Pode poupar bastante dinheiro nos seus seguros de automóvel, Multirriscos Habitação, Vida associado ao seu crédito habitação, entre outros, através de <http://centrocomercial-portinsurance.pt/meb>







Portinsurance – Consultores de Seguros, Lda | NIPC 503 912 352 |  
E-mail: geral@portinsurance.pt | Rua Prof. Orlando Ribeiro, nº6 Escritório Q. 1600-796 Lisboa