

SEGUROS DE SAÚDE MULTICARE 2⁽¹⁾ | 3
SEGURO DE SAÚDE 60+ MULTICARE 2

Cobertura Medicina Preventiva | Check-up

FAÇA UM CHECK-UP, APOSTE NA PREVENÇÃO

A realização de exames de rotina é essencial para prevenir problemas de saúde e melhorar a sua qualidade de vida. A cobertura de Medicina Preventiva dos seguros de saúde Multicare permite-lhe a realização de um check-up, decorrido o período de carência e, periodicamente, sem custos adicionais, nos termos indicados abaixo.

COBERTURA MEDICINA PREVENTIVA

Check-up ⁽²⁾	Idade / Ano do Ciclo ⁽³⁾		Composição do Check-up	Rede de prestadores de Check-up a pesquisar em multicare.pt
CF1	5 e 10 anos		Rastreio oftalmológico e auditivo.	Check-up Infantil
CF2	Entre os 18 e os 24 anos	Anos 0 e 3	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC). Consulta de Ginecologia com Citologia. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
		Anos 1 e 2	Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	
CF4	Entre os 25 e os 44 anos	Ano 0 e 4	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC). Consulta de Ginecologia com Teste HPV. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF5		Anos 1 e 3	Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Check-up Adulto 1
CF6		Ano 2	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC). Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF7	Entre os 45 e os 49 anos	Anos 0 e 4	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC), Mamografia e Ecografia mamária. Consulta de Ginecologia com Teste HPV. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF8		Anos 1 e 3	Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol Total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Check-up Adulto 1
CF9		Ano 2	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC), Mamografia e Ecografia mamária. Consulta de Ginecologia. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF10	Entre os 50 e os 75 anos	Anos 0 e 4	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC), Pesquisa de sangue oculto nas fezes, Mamografia e Ecografia mamária. Consulta de Ginecologia com Teste HPV. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF11		Anos 1 e 3	Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Check-up Adulto 1
CF12		Ano 2	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC), Pesquisa de sangue oculto nas fezes, Mamografia e Ecografia mamária. Consulta de Ginecologia. Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3



SEGUROS DE SAÚDE MULTICARE 2⁽¹⁾ | 3
SEGURO DE SAÚDE 60+ MULTICARE 2
 Cobertura Medicina Preventiva | Check-up

FAÇA UM CHECK-UP, APOSTE NA PREVENÇÃO

COBERTURA MEDICINA PREVENTIVA				
Check-up ⁽²⁾	Idade / Ano do Ciclo ⁽³⁾		Composição do Check-up	Rede de prestadores de Check-up a pesquisar em multicare.pt
CF13	A partir dos 76 anos	Anos 0 e 2	Consulta inicial de avaliação clínica⁽⁴⁾. Exames/Análises: Hemograma com plaquetas, Creatinina, Glicemia em jejum, Colesterol total, Colesterol HDL, Triglicéridos, AST, ALT, Gama-GT, Pesquisa de sangue oculto nas fezes, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC). Consulta de análise de resultados e Consulta remota de Lifestyle Coaching⁽⁴⁾.	Check-up Adulto 3
CF14		Ano 1	Exames/Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Check-up Adulto 1

⁽¹⁾ Seguro de Saúde Multicare 2 com 1.000€ de capital em Ambulatório.

⁽²⁾ Código indicado na autorização enviada.

⁽³⁾ A partir dos 18 anos, foram definidos ciclos de check-ups anuais. Após a realização do check-up do último ano de cada ciclo, a Pessoa Segura retoma o ciclo no Ano 1.

⁽⁴⁾ As consultas iniciais de avaliação clínica e de análise de resultados poderão ser presenciais ou remotas, conforme a sua preferência:

- Se optar pelas consultas presenciais, estas deverão ser realizadas no mesmo prestador em que realizar os seus exames/análises e posteriormente deverá agendar a sua consulta de Lifestyle Coaching da Medicina Online através do número 21 145 00 28.

- Se optar pelas consultas remotas, serão realizadas no âmbito da Medicina Online através do número 21 145 00 28. Estas consultas poderão ser realizadas pelo seu Médico Assistente Online, caso tenha aderido previamente a este serviço. Saiba como aderir em www.medicinaonline.pt. A consulta de Lifestyle Coaching será integrada na consulta de análise de resultados.

Serviço Apoio ao Cliente: **21 794 88 80**

multicare.pt    

FIDELIDADE
 SEGUROS DESDE 1998

A informação constante deste folheto não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida.

Fidelidade - Companhia de Seguros, S.A. - NIPC e Matrícula 500 918 880, na CRC Lisboa - Sede: Largo do Calhariz, 30, 1249-001 Lisboa - Portugal - Capital Social EUR 509.263.524
 Serviço Apoio ao Cliente: T. 21 794 88 80 - F. 21 323 78 80 - E. apoiocliente@multicare.pt - **Atendimento telefónico personalizado** nos dias úteis das 8h às 23h e sábados das 8h às 20h.
 Assistência: todos os dias - 24h/dia - www.multicare.pt



CONSULTA LIFESTYLE COACHING



O QUE É A CONSULTA DE LIFESTYLE COACHING?

A consulta de Lifestyle Coaching, incluída no seu check-up, é realizada por um médico especialista em Medicina Geral e Familiar. O objetivo é avaliar os seus hábitos de vida, identificando possíveis fatores de risco e potenciais pontos de melhoria no seu estilo de vida. O Lifestyle Coach poderá sugerir-lhe a participação num Programa de Estilo de Vida Saudável que melhor responda às suas necessidades e preocupações.



MARCAÇÃO DE CONSULTA

Caso a consulta de análise de resultados do seu check-up seja realizada de forma remota (através da Medicina Online), a consulta de Lifestyle Coaching será integrada nesta.

Caso a consulta de análise de resultados do seu check-up seja presencial, após a realização desta, deverá agendar a sua consulta de Lifestyle Coaching, através da linha exclusiva de Medicina Preventiva da Medicina Online: 21 145 00 28.



COMO BENEFICIAR DOS PROGRAMAS DE ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL?

Durante a consulta de Lifestyle Coaching serão abordados, não só os parâmetros clínicos, como também os fatores de risco para a sua saúde e os potenciais pontos de melhoria no seu estilo de vida. O médico poderá sugerir a sua inscrição num dos diferentes programas existentes à data, por exemplo: Gestão de Stress e Põe-te em Forma. A inscrição nos programas será realizada diretamente com o médico, no final da consulta de Lifestyle Coaching, se assim o pretender.



REALIZAÇÃO DE CONSULTA

A Consulta de Lifestyle Coaching poderá ser realizada nos anos em que está prevista consulta de análise de resultados, conforme indicado na tabela de check-up.



RESULTADOS CONFIDENCIAIS

Os resultados desta consulta são confidenciais.



CUSTO DA CONSULTA

A consulta de Lifestyle Coaching, assim como os programas de Estilo de Vida Saudável, estão incluídos no check-up, não tendo qualquer custo adicional para si.

Serviço Apoio ao Cliente: **21 794 88 80**

multicare.pt    

A informação constante deste folheto não dispensa a consulta da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida.

Fidelidade - Companhia de Seguros, S.A. - NIPC e Matrícula 500 918 880, na CRC Lisboa - Sede: Largo do Calhariz, 30, 1249-001 Lisboa - Portugal - Capital Social EUR 509.263.524
Serviço Apoio ao Cliente: T. 21 794 88 80 - F. 21 323 78 80 - E. apoiocliente@multicare.pt - Atendimento telefónico personalizado nos dias úteis das 8h às 23h e sábados das 8h às 20h.
Assistência: todos os dias - 24h/dia - www.multicare.pt