



SEGURO DE VIDA PROTEÇÃO VITAL DA FAMÍLIA PROGRAMA DE RASTREIOS 65+ DA COBERTURA ASSISTÊNCIA SÉNIOR + **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, extensível ao seu seguro de vida Proteção Vital da Família, permite-lhe a realização periódica de rastreios de saúde personalizados, de acordo com uma avaliação de saúde individual, e sem custos adicionais, nos termos indicados abaixo.

Rastreo	Idade	Ciclo ⁽¹⁾	Composição	Rede de prestadores de Medicina Preventiva a pesquisar em multicare.pt
P1	65 - 75	0 ou 3	Análises/Exames: Glicemia em jejum, Colesterol total, HDL, Triglicéridos, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC). Consultas: Lifestyle coaching na Medicina Online ⁽³⁾ .	Rastreo Adulto 2
P2		1 ou 2	Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Rastreo Adulto 1
P3	+ 75	0 ou 2	Análises/Exames: 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). Consultas: Lifestyle coaching na Medicina Online ⁽³⁾ .	Rastreo Adulto 3
P4		1	Análises: Glicemia em jejum, Colesterol total, Medição do perímetro abdominal, Tensão arterial e Índice de Massa Corporal (IMC).	Rastreo Adulto 1

⁽¹⁾ Código indicado na autorização enviada.

⁽²⁾ Foram definidos ciclos de rastreios anuais. O Ano 0 é o ano inicial de cada ciclo e é obrigatório e o mais completo, só sendo emitida autorização para o Ano 1 se o rastreo do Ano 0 for realizado. Ao chegar ao último ciclo de um escalão etário, e se não mudar de escalão, retoma o Ano 1 do mesmo ciclo.

⁽³⁾ A consulta remota será realizada no âmbito da Medicina Online através do número 211 45 00 28*. A consulta de Lifestyle Coaching será integrada na consulta remota de análise de resultados; veja no verso em que consiste a consulta de Lifestyle Coaching.

Apoio ao Cliente: 217 94 88 80*

multicare.pt    

* Chamada para a rede fixa nacional

Esta informação 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
 Apoio ao Cliente: Dias úteis das 9h às 20h. Assistência: todos os dias 24h/dia - T. 217 94 88 80 Chamada para a rede fixa nacional. E. apoiocliente@multicare.pt . www.multicare.pt



CONSULTA LIFESTYLE COACHING



O QUE É A CONSULTA DE LIFESTYLE COACHING?

A consulta de Lifestyle Coaching, incluída no seu programa de rastreios, 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 rastreio 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 rastreio seja presencial, após a realização desta, deverá agendar a sua consulta de Lifestyle Coaching, através da linha exclusiva de Medicina Preventiva da Medicina Online: 211 45 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 do programa de rastreios.



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 rastreio, não tendo qualquer custo adicional para si.

Apoio ao Cliente: 217 94 88 80*

[multicare.pt](https://www.multicare.pt)    

* Chamada para a rede fixa nacional

Esta informação 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
Apoio ao Cliente: Dias úteis das 9h às 20h. Assistência: todos os dias 24h/dia - T. 217 94 88 80 Chamada para a rede fixa nacional. E. apoiocliente@multicare.pt . www.multicare.pt