

COMPANHEIRO

D I G I T A L

INFORMATIVO DA AFRERJ

Uso consciente do plano de saúde é benefício para todos

Algumas frases são tiro e queda para uma dieta (“é só hoje”), para a economia doméstica (“eu mereço”) ou para uma autogestão em saúde que rateia o custo entre os associados (“eu tenho plano pra isso”). A AMAFRERJ sabe da sua importância na tranquilidade dos auditores fiscais e suas famílias em contar com um plano de excelência. Mas lembra que o uso consciente do plano só traz benefícios, coletivos e individuais. Por isso, anotamos algumas dicas:

- **Prevenção em dia:** Faça exames de rotina para evitar doenças graves. O ideal é que o beneficiário realize consultas de rotina com seu médico de confiança e evite ida ao pronto socorro de forma inadequada. Como alternativa, pode recorrer ao uso da Telemedicina;
- **Uso do pronto-socorro:** Vá ao pronto-socorro só em casos de urgência real. Prefira consultas marcadas para sintomas leves. Geralmente, o custo de atendimentos como consultas e exames no PS é superior ao custo de atendimentos praticados em consultório e laboratórios. Na maioria de vezes, representa desperdício.
- **Guarde exames antigos:** Leve exames anteriores nas consultas para não repetir testes sem necessidade. Eles são ferramentas importantes para o acompanhamento da saúde e devem ser realizados com periodicidade, segundo recomendações dos especialistas. Porém, exames feitos em excesso podem expor pacientes à risco por meio de radiação ou por serem invasivos, além da eventual ansiedade pelos resultados. A maioria dos exames apresenta uma validade, normalmente de 6 meses (como exames de sangue), sem necessidade de refazê-los nesse período.
- **Converse com o médico:** Pergunte o objetivo de cada pedido de exame ou remédio novo;
- **Acompanhe o extrato:** Olhe o extrato de utilização do plano para conferir consultas e procedimentos cobrados. Ele está disponível na área restrita do portal e do aplicativo;
- **Evite fraudes:** Não empreste sua carteirinha. Você é o único que pode utilizá-la. A identificação é nominal e intransferível. A utilização por terceiros é fraude. O uso

 **O uso do Copa D'Or gera custo de franquia na sua fatura** 

VIDA UTI MÓVEL (21)3461-3030 - Emergências médicas (associados AMAFRERJ)
ASSISTENCIAL CORPORATIVO (0800)0029209/ (21)98036-8986 WhatsApp - Serviço funerário

COMPANHEIRO

D I G I T A L

INFORMATIVO DA AFRERJ

- irregular é uma despesa sem a correspondente contribuição, já que a utilização se deu por quem não era beneficiário.

O reembolso é a possibilidade de um beneficiário utilizar procedimentos e serviços de saúde que estão fora da rede conveniada ou referenciada, podendo solicitar o reembolso da despesa mediante a apresentação de nota fiscal com o valor individualizado de cada serviço. O reembolso não é integral. Pedir ou aceitar o desdobramento em dois recibos com datas diferentes com o objetivo de receber um reembolso mais alto é uma prática fraudulenta, rastreável pela Receita Federal e pela operadora, de responsabilidade tanto de quem recebe quanto de quem emite.

A senha de acesso à área do beneficiário no portal do plano, é particular. Não a compartilhe também, uma vez que pode haver solicitações fraudulentas.

Pilar de uma autogestão

O princípio básico de um plano de saúde é o mutualismo. Ele se baseia na solidariedade financeira entre associados de um mesmo grupo em relação ao perfil de risco. Numa autogestão de categoria como a AMAFRERJ, que não objetiva o lucro, todos contribuem com o rateio das despesas segundo uma faixa de cotas determinada pela idade. O perfil de risco, ou o custo médio dos tratamentos, cresce com a idade

É importante entender que as ações que um beneficiário faz isoladamente afetam tanto o próprio indivíduo como também os demais que compartilham do plano de saúde, seja de forma positiva ou negativa. Consequentemente, a má utilização encarece a mensalidade para todos.

A AMAFRERJ não quer convencer você a não utilizar o plano, mas sim utilizá-lo na medida certa: nem mais nem menos, mas de forma consciente para que os recursos médicos possam chegar cada vez a mais auditores fiscais, fortalecendo a gerência de benefícios inquestionáveis.



COMPANHEIRO

D I G I T A L

INFORMATIVO DA AFRERJ

Calendário de pagamento do Estado do RJ

Mês	Crédito	Mês	Crédito	Mês	Crédito
Ju	1/8	Ago	1/9	Set	1/10
Out	1/11	Nov	1/12	13/2	19/12
Dez	1/1/27				

CONTRIBUA PARA A REDUÇÃO DOS GASTOS DO NOSSO PLANO DE SAÚDE.
AO FAZER CONSULTA MÉDICA, LEVE Q(S) EXAME(S) DE IMAGEM E/OU
CLÍNICOS, FEITO(S) NOS ÚLTIMOS 6(SEIS) MESES.

1. AMAFRERJ

O confronto entre as receitas e despesas do mês de junho de 2026 resultou em uma cota real de R\$ 75,30 (setenta e cinco reais e trinta centavos). Será cobrado dos associados o valor de R\$ 70,00 (setenta reais), sendo a diferença de R\$ 5,30 (cinco reais e trinta centavos) a ser retirado ao Fundo de Reserva.

2. COMPARATIVO ENTRE AS COTAS ESTIMADA E REAL



COTA R	2025					2026							TOTAL	MÉDIA
	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN		
REAL	51,70	59,16	69,65	64,17	77,33	102,20	58,13	60,88	78,02	56,33	70,43	75,30	823,3	68,60
ESTIMADA	45,00	45,00	45,00	45,00	50,00	50,00	65,00	65,00	65,00	65,00	65,00	65,00	67,00	55,83

3. RESERVAS ACUMULADAS DA AMAFRERJ

JUNHO / 2026	SALDO
Reserva Acumulada AMAFRERJ	1.218.998,50
Fundo Garantidor ANS	3.647.199,80
Totais Geral	4.866.198,30

4. QUANTIDADE DE VIDAS POR COTA

Faixa Etária	Número de Vidas
0 a 18 anos	71
19 a 23 anos	11
24 a 28 anos	11
29 a 33 anos	15
34 a 38 anos	19
39 a 43 anos	35
44 a 48 anos	34
49 a 53 anos	18
54 a 58 anos	15
59 ou mais	280

IMPORTANTE

Pedimos aos nossos associados e participantes do plano de saúde que se identifiquem ao efetuarem depósito em nossa conta corrente, evitando assim pendências futuras.