



## Programa Saúde e Bem-estar

# Objetivo

Atender os segurados oferecendo uma solução digital para cuidados com a **saúde e bem-estar**, estabelecendo conexões seguras e efetivas, de modo a alcançar o objetivo maior de prover às necessidades e preferências das pessoas, com elevado valor e qualidade.

# Serviços:



## Teleorientação Psicológica

Programa realizado por meio de teleconsultas previamente agendadas, conduzido por Psicólogos, com o objetivo de promover saúde mental, ampliando ações voltadas ao bem-estar mental e físico através de atendimento humanizado.

O programa é composto por até 8 teleconsultas realizadas com Psicólogos Einstein para cada paciente. Cada sessão tem duração de 30min, com periodicidade semanal e duração total do programa previsto em 8 semanas.



## Teleorientação Nutricional

Programa de acompanhamento nutricional conduzido por uma equipe de nutricionistas com foco na mudança de comportamento alimentar com metas estabelecidas gradativamente junto ao paciente, visando autonomia e percepção para realizar as refeições de forma equilibrada e consciente. Teleconsultas dedicadas à reeducação alimentar de adultos que buscam melhoria na alimentação e em seu rendimento físico, incluindo gestantes e pessoas com excesso de peso.

Abordagem através de técnicas para mudança no comportamento alimentar e estratégias para manutenção de novos hábitos. O programa é composto por 5 teleconsultas realizadas com Nutricionistas Einstein para cada paciente. Periodicidade quinzenal e duração total do programa previsto em 3 meses



## Teleorientação com Educadores Físicos

O Programa é destinado a pessoas que buscam saúde e bem-estar por meio de exercícios físicos. Este programa tem como objetivo engajar pessoas que buscam a orientação de um profissional para a prática de atividades físicas.

O programa é composto por 3 teleconsultas realizadas com Educadores Físicos Einstein para cada paciente. Cada sessão com duração de 30min, com periodicidade mensal e duração total do programa previsto em 3 meses.



## Telereabilitação

O Programa é destinado a pessoas com queixas de dor ou histórico de lesões prévias que necessitam de tratamento com fisioterapeuta, e tem como objetivo oferecer tratamento via telemedicina para indivíduos com dor e/ou em processo de recuperação de lesões musculares, tendíneas ou articulares por meio de atendimento especializado via telemedicina.

O programa é composto por 10 teleconsultas realizadas com Fisioterapeutas Einstein para cada paciente. Cada sessão com duração de 30min, com periodicidade semanal e duração total do programa prevista em 10 semanas.



## Teleorientação Fonoaudiológica

O Programa é composto por terapias com fonoaudiólogo especializado para tratamento de pessoas diagnosticadas com Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS) e ronco. É indicado para pacientes com idade superior a 16 anos com histórico de ronco e /ou Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono. Este programa tem como objetivo reduzir o impacto da apneia o sono na qualidade de vida das pessoas por meio de atendimento especializado via telemedicina.

O programa é composto por 10 teleconsultas realizadas com Fonoaudiólogos Einstein para cada paciente. Cada sessão com duração de 30 min, com periodicidade semanal e duração total do programa prevista em 10 semanas.

### Considerações:

- ✓ O segurado não poderá realizar mais de um programa de forma simultânea;
- ✓ É permitida a utilização de um programa por ano;
- ✓ As solicitações de reagendamento e/ou cancelamento das sessões deverão ser solicitadas por e-mail, com antecedência mínima de 48 horas. Caso a solicitação seja enviada fora deste prazo de antecedência ou se ocorrer um no-show, a consulta será considerada realizada na medição de utilização;
- ✓ Cada programa tem a sua duração definida e, após análise do profissional ao final do programa, será informada a alta ou a necessidade de continuidade através de um profissional da escolha do segurado (particular ou convênio), não mais sendo disponibilizado pela Assistência.

### Elegibilidade:

- ✓ Segurados ativos e com pagamentos em dia.



## Como Cadastrar:

**Passo 1** – Acesse o link [conecta.einstein.br](https://conecta.einstein.br) ou o app Einstein Conecta.

**Passo 2** – Abra o aplicativo e, na área de login, clique no botão Cadastrar.

**Passo 3** – Preencha os dados solicitados e clique no botão Concluir.

**Passo 4** – O segurado receberá um e-mail para ativar a conta.

## Como utilizar:

**Passo 1** – Faça o login pelo link [conecta.einstein.br](https://conecta.einstein.br) ou pelo app Einstein Conecta.

**Passo 2** – Clique no botão correspondente à Telemedicina Saúde e Bem-estar.

**Passo 3** – O segurado será direcionado para o preenchimento do questionário de saúde.



Após o preenchimento do questionário, aguardar o contato do Teleorientador do aplicativo para o agendamento da Teleconsulta, em até 72 horas.

Após o contato do Teleorientador, o paciente irá receber a confirmação do agendamento por e-mail e WhatsApp.



## Canais de Comunicação sobre agendamentos, dúvidas ou contato com o Teleorientador

**Telefone (11) 2151 -3381**  
**E -mail telemedicina@einstein.br**

[www.metlife.com.br](http://www.metlife.com.br)

Restrições se aplicam. Produtos registrados na SUSEP - 15414.9009972016-81; 15414.6146342022-73; 15414.6051632023-93; 15414.626285/2023-13; 15414.626286/2023-68; 15414.626287/2023-11 - sob responsabilidade da Metropolitan Life Seguros e Previdência Privada S.A., código SUSEP 0635-1, CNPJ 02.102.498/0001-29. O segurado poderá consultar a situação cadastral do corretor de seguros e da sociedade seguradora no sítio eletrônico [www.susep.gov.br](http://www.susep.gov.br). O registro do produto é automático e não representa aprovação ou recomendação por parte da Susep. As condições contratuais deste produto encontram-se registradas na SUSEP de acordo com o número de processo constante da apólice/proposta e poderão ser consultadas no endereço eletrônico [www.susep.gov.br](http://www.susep.gov.br). A aceitação da proposta está sujeita à análise do risco. Para conhecer na íntegra as condições do produto, consulte as Condições Contratuais disponíveis no site [www.metlife.com.br](http://www.metlife.com.br). SAC MetLife 0800 746 3420, todos os dias, 24h. Ouvidoria MetLife 0800 746 3420, de Segunda a Sexta, das 9h às 18h.