



FERREIRA DA CUNHA SAÚDE

A PENSAR NO SEU FUTURO

Dental Cross



Clínicos e Bem-Estar

SERVIÇOS CLÍNICOS E DE
BEM-ESTAR AO DOMICÍLIO

PLANOS DE SAÚDE A PENSAR
EM SI E NA SUA FAMÍLIA



ÍNDICE

1

Como funciona?

Pág. 3

2

Serviços

Serviços Clínicos, Área de atuação e
Tabela de preços

Serviços de Bem-Estar, Área de atuação e
Tabela de preços

Pág. 4-10

3

Serviços

Cuidados Especializados para Idosos
e Utentes com Mobilidade Reduzida

Pág. 11-14

4

Testemunhos
Classificação dada pelos utentes

Pág. 15

5

Meios de Pagamento

Pág. 16

6

Contactos

Pág. 17



1

Como funciona?

COMO FUNCIONA?

- 1º O Cliente Dental Cross informa-se sobre os serviços FCSaúde;
- 2º O cliente Dental Cross liga para a FCSaúde através dos canais disponíveis e identifica-se como tal e indica o seu número de cliente/apólice;
- 3º O cliente Dental Cross tem acesso a uma tabela de preços exclusiva sem custos de avença;
- 4º O cliente Dental Cross tem a obrigação de provar que é cliente da empresa parceira. Para isso apenas necessita de apresentar o cartão físico em caso de consulta no domicílio presencial ou enviar via digital junto com o Cartão do cidadão se tiver uma consulta online;
- 5º Cliente desfruta de todos os serviços FCSaúde.

2

- 1- Escolha o serviço que pretende marcar (Clique em reservar ou serviços e seleccione a categoria Serviços Clínicos ou de Bem-Estar correspondente ao seu Plano de Saúde)
- 2- Escolha a data e hora em que pretende o serviço;
- 3- Faça a contextualização do seu pedido e como quer pagar;
- 4- Enviamos um e-mail com o link para efectuar o pagamento (Tem a opção alternativa de pagar na consulta em numerário)
- 5- Receba o e-mail de confirmação e aguarde confortavelmente em sua casa

1

Pode marcar todos os nossos serviços ao domicílio ou por vídeo-chamada facilmente Online. Se preferir ou tiver dúvidas pode ligar para o +351 911 744 909 para marcar os seus serviços.

3

Pode pagar os serviços de 2 maneiras:
Antes da consulta: Pague com Cartão, Transferência Bancária ou com MBWAY;
(Irá receber o link no e-mail de confirmação para efetuar o pagamento)
Na consulta: Pague em numerário diretamente ao nosso profissional;



2

Serviços

Clínicos



Enfermagem



Fisioterapia



Psicologia

% do Intervalo de Desconto 13% a 63%

% média de Desconto 26%



Nutrição



Osteopatia



Terapia da Fala



ÁREAS DE ATUAÇÃO PARA REALIZAÇÃO DE DOMICÍLIOS CLÍNICOS E DE BEM-ESTAR



Área de Atuação

- Alcabideche
- Algés
- Algueirão
- Amadora
- Barcarena
- Belas
- Bobadela
- Cacém
- Camarate
- Caneças
- Carcavelos
- Carnaxide
- Casal de Cambra
- **Cascais**
- Colares
- Damaia
- Estoril
- Famões
- Frielas
- Linda-a-Velha
- **Lisboa**
- **Loures**
- **Odivelas**
- Mem-Martins
- Mira-Sintra
- Moscavide
- Oeiras
- Olival Basto
- Paço de Arcos
- Parede
- Pontinha
- Porto Salvo
- Queluz
- Ramada
- Rio de Mouro
- Reboleira
- Santo António dos Cavaleiros
- São Domingos de Rana
- São Marcos
- **Sintra**
- Sacavém
- Unhos




TABELA PREÇOS SERVIÇOS CLÍNICOS

Legenda	1ª = Primeira Consulta/Sessão	Seg. = Consultas/Sessões de Seguimento
	● Preços a verde - Primeira Consulta, se aplicável	● Preços a preto - Consulta Única/Seguimento
	Preços Sem cartão - SC	Preços de subcontratação/Cliente Dental Cross - Dental Cross

Os preços podem estar sujeitos a alterações que não estão refletidas no presente documento

 Enfermagem	Serviço	Horário Duração	SC	Dental Cross
	Saúde Infantil (Consulta da Criança)	-	45€	32,5€
	Consulta do Adulto/Idoso	-		
	Educação na saúde	-		
	Consulta do Pé Diabético	-		
	Acompanhamento Grávida (Pré/Pós-Parto)	-	50€	37,5€
	Curso de Preparação para o Parto (5 sessões pré parto + 1 sessão pós-parto) Apoio telefónico 24 horas para casos de emergência	1h/1h30 sessão	400€	300€
	Tratamento de Feridas	-	40€	30€ + material
	Administração de Injetáveis	-		
	Realização de Pensos	-		
	Algiação	-	50€	37,5€ + material
	Alimentação por sonda Naso-Gástrica e PEG	-		
	Consulta de Enfermagem + Teste do Pezinho	-	50€	40€ + material
	Cuidados Paliativos	-	Sob Orçamento	
	Cuidados Continuados	-	Sob Orçamento	
	Tele/ Videochamada Enfermagem	-	35€	25€

 Terapia da Fala	Tele/ Video Terapia da Fala	-	40€	30€
	Problemas de Audição: surdez e alterações da audição	1ª- 80 min Seg- 60 min	45€	35€
	Problemas de Comunicação verbal e não verbal e de Interação			
	Problemas da Fala: Voz, Fluência/Ritmo, Acentuação e Entoação, Perturbações Articulares de Palavras e Sons			
	Perturbações da Deglutição e Alimentação: Dificuldade na Mastigação, Dificuldade na Deglutição			
	Problemas de Linguagem, Compreensão e Expressão			
	Motricidade Orofacial			
	Serviço Especializado de Referência - FENDAS	1ª- 90 min Seg- 60 min	55€	45€



Psicologia



Serviço		Horário Duração	SC	
Consulta de Psicologia (Presencial ou Online)	Clínica Infantil	40/45 min	50€	35€
	Clínica do Adulto	50/55 min	45€	35€
	Psicogerontologia			
Apoio Psicopedagógico (Problemas emocionais e/ou cognitivos, Dificuldades de Aprendizagem, Dislexia, Disgrafia, Disortografia, Discalculia, Etc.)				
Tele/ Video Psicologia		-	50€	30€
		-	70€	50€
Consulta de Ansiedade, Stress e Trauma		60 min	50€	35€
Apoio no processo de gestão de doença crónica			45€	32,5€
Apoio no processo de gestão de doença oncológica				
Aconselhamento e Promoção de Competências Parentais (Coaching)		60 min	50€	37,5€
Terapia Aquática		50 min	65€	50€
Avaliação Neuropsicológica + Relatório		45/60 min	235€	175€
Assessoria ao Tribunal		-	Sob Orçamento	
Tribunal de Trabalho - Avaliação Neuropsicológica (Relatório Incluído)				
Tribunal de Família e Menores				
Avaliação psicológica e intervenção terapêutica de suporte para a mudança				
Mediação familiar e regulação das responsabilidades parentais				
Consultoria para Profissionais				
Sexologia		50 min	60€	45€
Terapia de Casal/Familiar		50/55 min	80€	50€
Orientação Vocacional (Entrevista inicial + realização de testes + relatório + aconselhamento)		50/ 55 min	230€	200€




Osteopatia

Dores osteo-mio-articulares (ossos, músculos, articulações)		50 min	55€	40€
Dores ao nível da coluna vertebral				
Tendinites	Lombalgias			
Entorses	Cervicalgias			
Cefaleias	Torcicolos			
Dor Ciática	Sdr Canal Cárpico			
Escolioses (Desvios na Coluna Vertebral)				
Parestesias (dormência dos membros ou extremidades do corpo)				
Entre outras adaptadas a sua realidade.				



 Nutrição	Serviço	Horário Duração	SC	
	Perda de Peso	1ª- 75 min Seg- 60 min	50€	32,5€
	Aumento de Peso		50€	37,5€
	Nutrição Desportiva		50€	35€
	Educação Alimentar		50€	35€
	Educação Alimentar Familiar		50€	35€
	Alimentação Infantil		50€	35€
	Nutrição na Gravidez		55€	40€
	Nutrição no Pós-Parto (Recuperação)		60€	42,5€
	Nutrição do viajante		50€	35€
	Nutrição Clínica - patologias: *Controlo e prevenção de patologias como doenças inflamatórias, intestinais, obstipação, doença celíaca, disfunções hepáticas e pancreáticas, diabetes, doenças do comportamento alimentar (bulímia e anorexia), hipertensão, dislipidemias (colesterol e triglicérideos altos), alergias alimentares, entre outras.		55€	40€
	Nutrição Vegetariana		45€	25€
	Nutrição Vegana		200€	150€
	Tele/ Video Nutrição		250€	200€
	Personal Nutri Shopper (individual) - 2 sessões		300€	250€
Personal Nutri Shopper (familiar) - 2 sessões	400€		350€	

 Fisioterapia	Desporto e Aparelho Músculo-Esquelético/ Cardiorrespiratória/ Neurologia/ Pediatria	1ª - 80 min Seg- 50 min	50€		45€	32,5€	30€
	Saúde da Mulher (Preparação para o parto, Drenagem Linfática na Gravidez e Fisioterapia Pós-Parto)						
	Saúde Mental e Saúde Laboral						
	Reabilitação física em casa (Pós AVC, Fraturas, Cirurgias, entre outras adaptadas à sua realidade)	45/60 min					
	Tele/Video consulta Fisioterapia		40€				30€

Cuidados Continuados	Preço a cobrar por hora				Preço a cobrar por noite	
	Dia (8h30 - 20h30)		Noite/Feriados (20h30 - 8h30)		Noite Completa (22h30 - 6h30)	
	SC	Dental Cross	SC	Dental Cross	SC	Dental Cross
Medicina	Sob Orçamento		Sob Orçamento		Sob Orçamento	
Enfermagem (Adulto/Idoso)						
Enfermagem						
Acompanhamento Pré e/ou Pós Natal						
Fisioterapia						
Terapia da Fala						



2

Serviços

Bem-Estar



Massagens Terapêuticas



Yoga



Personal Trainer

% do Intervalo de Desconto 13% a 63%



Yoga Terapia

% média de Desconto 26%



Meditação



Yoga para Grávidas
e Pós-Parto



Yoga para Bebés
e Crianças



TABELA PREÇOS SERVIÇOS DE BEM-ESTAR

Dental Cross



Massagens Terapêuticas

Descontraturante, Linfática, Circulatória
Massagem Terapêutica
Massagem Tradicional Japonesa de Relaxamento
Massagem Ayurvedica
Massagem Tonificante
Massagem Neuromuscular
Massagem para Grávidas e no Pós-Parto
Massagem Infantil - **Brevemente**

Horário
Duração

SC

50 min

60€

50€



Personal Trainer

Aula Personal Trainer (1-2 pessoas)
(Condição Física e Mobilidade)

Personal Trainer (grupo 3-4 pessoas)

Personal Trainer (grupo 5-6 pessoas)

Personal Trainer (grupo 7-8 pessoas)

Personal Trainer (grupo 9-10 pessoas)

Tele/Video chamada Personal Trainer (1-4 pessoas)

Tele/Video chamada Personal Trainer (5-10 pessoas)

1ª 60-90min
Seg. 50-60 min

45 min

60€

37,5€

90€

55€

105€

75€

125€

100€

135€

110€

45€

25€

55€

35€



Yoga

Aula Yoga (1-2 pessoas)

Aula de Grupo (3-5 pessoas)

Aula de Grupo (6-10 pessoas)

Tele/Video chamada Yoga (1-4 pessoas)

Tele/Video chamada Yoga (5-10 pessoas)

60 min

90 min

45 min

60€

40€

100€

70€

130€

90€

45€

25€

55€

35€



Yoga Terapia

Aula Particular

1ª 60-90min
Seg.- 60 min

70€

60€



Yoga para Grávidas e Pós-Parto

Aula Yoga para Grávidas (1-2 pessoas)

Aula de Grupo Yoga para Grávidas (3-4 pessoas)

Aula de Grupo Yoga para Grávidas (5-6 pessoas)

Yoga Fortalecimento Materno Infantil (Pré e Pós-Parto)

Tele/Video chamada Yoga para Grávidas (1-4 pessoas)

Tele/Video chamada Yoga para Grávidas (5-10 pessoas)

60 min

45 min

65€

50€

110€

90€

135€

115€

70€

55€

55€

35€

60€

40€



Yoga para Bebés e Crianças

Aula Yoga para Bebés e Crianças (1-2 pessoas)

Aula de Grupo Yoga para Bebés e Crianças (3-4 pessoas)

Aula de Grupo Yoga para Bebés e Crianças (5-6 pessoas)

Tele/Video chamada Yoga para Bebés e Crianças (1-4 pessoas)

Tele/Video chamada Yoga para Bebés e Crianças (5-10 pessoas)

60 min

45 min

70€

50€

110€

90€

135€

115€

55€

35€

60€

40€



Meditação

Meditação (1-2 pessoas) - **Brevemente**

Meditação em Grupo (3-5 pessoas) - **Brevemente**

Meditação em Grupo (6-10 pessoas) - **Brevemente**

Tele/Video chamada Meditação (1-4 pessoas) - **Brevemente**

Tele/Video chamada Meditação (5-10 pessoas) - **Brevemente**

60 min

60 min

45 min

40€

30€

120€

45€

130€

90€

40€

20€

50€

30€



3

Serviços

Cuidados Especializados para Idosos e Utentes com Mobilidade Reduzida



**Cuidados Especializados
para Idosos**



**Utentes com
Mobilidade Reduzida**

Um dos principais objetivos deste serviço é abordar e responder às necessidades únicas e individuais de cada utente como a saúde, a segurança, a autoestima e o bem-estar.

Desenvolvemos **soluções e programas individualizados** na área da saúde e reabilitação.

O **apoio á família do utente** na manutenção do seu estilo de vida, mantendo a família unificada, é algo que acreditamos ser um fator diferencial importante na recuperação de cada doente/utente.

Privilegiamos o **acesso do utente e da família à informação**, mas acima de tudo **preservamos a dignidade!**



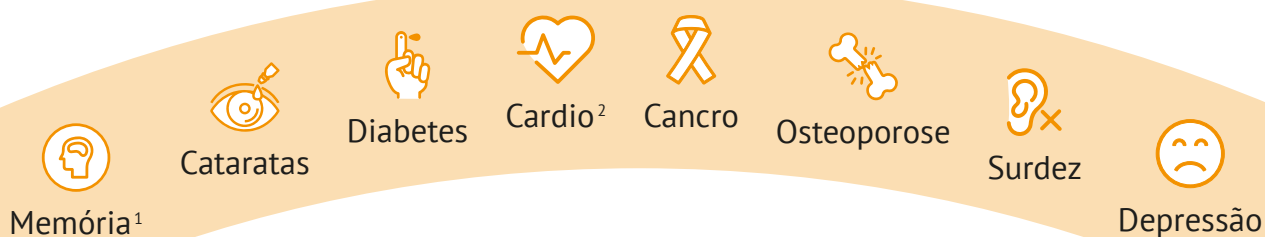
Relevância Nacional da necessidade de Cuidados Especializados

- ✧ O número de pessoas em Portugal com mais de 65 anos duplicou em relação aos anos 70;
- ✧ Os utentes em Portugal com mais de 65 anos têm em média 3 doenças crónicas;
- ✧ Atualmente 76 000 idosos usufruem de apoio em casa;
- ✧ 1/10 idosos preferem cuidados em casa;
- ✧ Quase 1 milhão de Portugueses não consegue andar ou subir escadas;
- ✧ Mais de 68.000 pessoas que não conseguem compreender os outros ou fazer-se compreender;
- ✧ Mais de 30 mil pessoas têm dificuldade em realizar atividades de vida diária e necessitam de ajuda, não só para as tarefas do dia-a-dia, mas também para a gestão da sua qualidade de vida em função da realidade das suas doenças/limitações;

Dados retirados do Gabinete de Estratégia e Planeamento (<http://www.gep.msess.gov.pt/>)

**Já são mais de 200 000 idosos assinalados em Portugal
que necessitam e não dispõem de ajuda especializada em casa!**

DOENÇAS MAIS COMUNS NA TERCEIRA IDADE



¹ Alzheimer e Parkinson

² Doenças Cardiovasculares







PRINCIPAIS TAREFAS DOS CUIDADORES NO DOMICÍLIO

Cuidadores especializados ao domicílio (com formação certificada como técnico de saúde)


- ✓ Higiene pessoal e vestuário;
- ✓ Alimentação e confeção de refeições;
- ✓ Companhia;
- ✓ Apoio na toma da medicação;
- ✓ Medir sinais vitais;
- ✓ Medir a glicémia e administrar insulina;
- ✓ Apoio na mobilidade e posicionamentos;
- ✓ Tratamento de roupas;
- ✓ Estímulos cognitivos e estímulos motores;
- ✓ Pequenas limpezas e arrumações;
- ✓ Deslocação ao exterior e acompanhamento a consultas/exames;
- ✓ Supervisão de enfermagem;
- ✓ Relatórios mensais com resumo de informação relevante;
- ✓ Descontos em todos os materiais descartáveis;
- ✓ Entre outras adaptadas à sua realidade.

TABELA PREÇOS E SERVIÇOS CUIDADOS ESPECIALIZADOS

	Plano Base	Higiene diária* x N° de serviços/mês Até 4 horas x N° de serviços/mês	Sob Orçamento
	Plano Silver	Entre 4 e 8 horas x N° de serviços/mês	Sob Orçamento
Cuidados Especializados para Idosos	Plano Gold	Entre 8 e 12 horas x N° de serviços/mês	Sob Orçamento
	Plano Diamond	Entre 12 e 24 horas x N° de serviços/mês	Sob Orçamento
Utentes com mobilidade reduzida			

*Aproximadamente 1 hora

Desconto a ser aplicado ao utente do parceiro.

Dental Cross			
	Intervalos de Valores	1º mês	2º ao 24º mês
	700€ - 1000€	2% Desconto a ser aplicado ao total do valor orçamentado	1% Desconto a ser aplicado ao total do valor orçamentado
	1000€ - 1500€		
	1500€ - 2000€		
	> 2000€		



PROCEDIMENTO PARA PEDIDO DE AVALIAÇÃO

- ✓ **1º** O utente ou familiar faz uma requisição dos serviços de cuidados especializados através de uma das nossas plataformas;
- ✓ **2º** Contactamos o utente de modo a termos as informações iniciais essenciais para uma primeira avaliação das necessidades pessoais e clínicas;
- ✓ **3º** É agendada uma avaliação grátis* no domicílio do utente. O objetivo é analisar o contexto biopsicossocial, as condições de domicílio, e entender as expectativas do utente e da família no acompanhamento e apoio necessários, de modo a criar o plano mais adaptado possível;
- ✓ **4º** Após a avaliação é formalizado um relatório de avaliação técnica e enviado o orçamento correspondente;
- ✓ **5º** Mediante a aceitação do mesmo dá-se início à prestação do serviço de acompanhamento de cuidados especializados.

Avaliação Grátis*

Informamos que pode de ser cobrada uma taxa acrescida, sob consulta, em situações consideradas atípicas à normalidade do procedimento de avaliação.

O valor pago nestas situações atípicas é dedutível, em caso de adjudicação do serviço até 60 dias, no valor do pagamento da primeira mensalidade.

O NOSSO COMPROMISSO

Providenciamos um serviço de qualidade aos nossos utentes, respondendo às suas necessidades com talento humano, qualificado e especializado, nas diferentes valências de atuação. Os serviços prestados ajustam-se a todas as idades e necessidades.

A nossa diferença está na qualidade dos serviços prestados e no atendimento de excelência. Temos o conhecimento de uma equipa interdisciplinar e um serviço de qualidade tecnológica inovador que usamos diariamente na gestão dos nossos utentes.

Contribuímos para estabelecer a comunicação e adaptabilidade dos cuidados que o utente necessita, mas também priorizamos a ética, rigor e transparência, que este tipo de serviço exige. São necessários cuidados, realizados por pessoal técnico qualificado, para intervir em situações de perda de autonomia ou independência, em contexto domiciliário.

Os cuidados especializados são um serviço **cada vez mais requisitado**
e de **referência no futuro da medicina!**

4

Testemunhos *Classificação dada* *pelos utentes*

TESTEMUNHOS

O serviço foi excelente. Responderam rapidamente e o Dr. Miguel apresentou um profissionalismo e simpatia exemplares. **Leonor, 79 anos, Estoril**

Os profissionais foram exímios no cuidado com o meu avô e estiveram sempre disponíveis para ajudar. Obrigado por tudo! **Tomás, 26 anos, Sintra**

Fiquei fã assim que se disponibilizaram para fazer as sessões no meu trabalho. Conjugação o meu horário com a fisioterapia foi muito mais fácil! **Daniel, 32 anos, Lisboa**

Já vou na minha sexta sessão e tenho tido uma recuperação incrível. As minhas costas estão muito melhores! **Ana, 35 anos, Lisboa**

Não tive de aborrecer ninguém para fazer a minha fisioterapia. Consegui recuperar totalmente em casa, muito obrigado! **Manuela, 66 anos, Sintra**

I had a wonderful experience with Ferreira da Cunha Saude! The massage was great and everyone was very helpful and with a good English level. **Kimberly, 32 anos, USA**

CLASSIFICAÇÃO DADA PELOS UTENTES

A FCSaúde tem uma classificação média de **4,92/5** avaliada através de inquéritos de qualidade, preenchidos pelos nossos utentes.

Já foram realizadas milhares de consultas/sessões e continuamos comprometidos em manter metas de excelência.



5

Meios de Pagamento

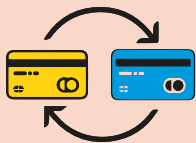
MEIOS DE PAGAMENTO



Débito Direto



Numerário



Transferência Bancária

IBAN: PT50 0033 0000 4554 7457 159 05



Multibanco



paypal.me/fcsaude

Taxas de Pagamento (acrescido ao valor total)
Europa +6% Fora da Europa +6%



MB WAY

Taxa de Pagamento acrescida



6

Contactos

CONTACTOS



+351 911 744 909



www.fcsaude.pt



geral@fcsaude.pt



Apartado 25, EC Sintra 2711-901



[@ferreiradacunhasaude](https://www.facebook.com/ferreiradacunhasaude)



[@ferreiradacunha_saude](https://www.instagram.com/ferreiradacunha_saude)



[linkedin.com/company/ferreira-da-cunha-saude](https://www.linkedin.com/company/ferreira-da-cunha-saude)



FERREIRA DA CUNHA SAÚDE
A PENSAR NO SEU FUTURO