

Saúde

[Sistema de saúde](#)

[Seguro de acidentes e doença](#)

[Cuidados médicos](#)

[Gravidez / Parto](#)

[Saúde mental](#)

Sistema de saúde

O sistema de saúde na Suíça é muito bem organizado. Todos os habitantes estão, obrigatoriamente, abrangidos pelo seguro contra doença e acidentes. Numerosos consultórios médicos, farmácias e hospitais garantem assistência médica.

Regime de seguros

Na Suíça, todos os habitantes têm de ter um seguro de saúde e de acidentes. Recém-chegados devem celebrar um contrato de seguros nos primeiros três meses, após a chegada. Crianças devem ser seguradas no prazo de três meses, após o nascimento. As coberturas do seguro obrigatório são estipulados por lei. Todos os segurados têm direito aos mesmos cuidados de saúde.

Financiamento

O sistema de saúde na Suíça é financiado conjuntamente pelo Estado (Confederação, Cantões, Municípios), empregadores e particulares. Os particulares pagam um prémio mensal para o Seguro de Doença e para o Seguro de Acidentes. Este é determinado todos os anos e varia consoante o cantão. Quem adoecer ou tiver um acidente, tem de, adicionalmente, comparticipar nas despesas (franquia (Franchise) e comparticipação (selbstbehalt). Mas está fixado um montante máximo anual.

Isenção da obrigatoriedade de seguro de saúde

Na Suíça, todas as pessoas que vivem ou trabalham devem ter um seguro de saúde. Em casos especiais, é possível pedir uma isenção – por exemplo, se a pessoa estiver bem segurada no estrangeiro ou trabalhar na Suíça por um curto período.

No cantão de Appenzell Ausserrhoden, os pedidos são analisados pela “Instituição Comum KVG” em Olten. Importante: o pedido deve ser feito dentro de 3 meses após a chegada ou o início do trabalho.

A duração da isenção depende de cada caso. Todas as informações e o formulário online estão disponíveis em: www.kvg.org

Traduções

Não é fácil conversar com médicos, farmacêuticos e pessoal de enfermagem numa língua estrangeira. Por isso, alguns hospitais oferecem traduções gratuitas feitas por intérpretes interculturais, especialmente formados. Os pacientes devem informar-se antecipadamente sobre isto.

Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)

www.hallo-ar.ch/pt/saude/sistema-de-saude

Seguro de acidentes e doença

Quem vive na Suíça, é obrigado a ter um seguro de acidentes e um de doença. Estas seguradoras privadas cobrem os custos em caso de acidente, doença ou gravidez. Os dois seguros devem ser contratados nos primeiros três meses, após a chegada.

Seguro de doença (seguro básico)

Todas as pessoas que vivem na Suíça devem contratar, obrigatoriamente, um seguro de saúde (seguro básico, Grundversicherung) por conta própria. Quem fixar residência na Suíça, tem três meses para o fazer. Se, entretanto alguém adoecer, os custos serão, também, suportados pelo seguro retroactivamente. O seguro básico é oferecido por muitas Caixas de Doença, privadas (Krankenkassen). A escolha da Caixa de Doença é livre. As Caixas de Doença são obrigadas a aceitar todas as pessoas que residem na Suíça. Os segurados pagam um prémio mensal. Estes prémios variam consoante a Caixa de Doença e a modalidade do seguro de saúde, por isso vale a pena comparar as ofertas. Apenas uma vez por ano (Novembro) se pode mudar de Caixa de Doença. O seguro básico não só cobre os custos de doença, mas também os de gravidez e parto. As prestações estão reguladas por lei. Atenção: Os custos de tratamentos dentários ou de óculos têm de ser, regra geral, suportados pelo próprio.

Seguro de acidentes

Trabalhadores estão automaticamente segurados pelo empregador ou a empregadora contra acidentes durante o trabalho e nos tempos livres, desde que trabalhem mais de 8 horas por semana. Quem trabalhar menos, não está seguro contra acidentes e deve contratar um seguro contra acidentes por conta própria. Isso também se aplica a trabalhadores por conta própria e a todas as pessoas que não trabalham. Pessoas que não trabalham devem fazer um seguro contra acidentes na sua Caixa de Doença. Trabalhadores por conta própria podem contratar um seguro de acidentes com outras seguradoras. Os segurados têm de pagar prémios mensais. Os prémios são descontados aos trabalhadores directamente do salário.

Reduções de prémio

Se você não pode pagar os prémios do seguro de saúde, pode ter direito a uma redução no prémio para o seguro básico. Para obter a redução, você deve enviar um pedido todos os anos até 31 de março. Se aprovado, você pagará prémios mais baixos no ano seguinte. Para pessoas que se mudaram para o cantão de fora posteriormente, existem regras especiais. Elas podem enviar o pedido após este prazo, mas somente no mesmo ano de chegada. A Instituição de Seguro Social (SOVAR) fornece informações sobre as reduções de prémios e aceita inscrições online.

Seguros complementares ao seguro básico

Para além do seguro básico obrigatório, pode contratar de forma opcional vários seguros complementares (Zusatzversicherungen). Estes cobrem prestações que não são cobertas pelo seguro básico como, por exemplo, tratamentos dentários. Os seguros complementares são disponibilizados por quase todas as seguradoras. As Caixas de Doença podem decidir se querem ou não, segurar alguém, e podem estipular condições.

Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)

www.hallo-ar.ch/pt/saude/seguro-de-acidentes-e-doenca

Cuidados médicos

Se adoecer ou sofrer um acidente deve ir, na maioria dos casos, primeiro a um médico de família. Em caso de doenças ligeiras ou acidentes também se obtém assistência nas farmácias. Apenas em casos de emergências mais graves se deve ir directamente para o hospital.

Centro de triagem / Aconselhamento médico por telefone

Precisa de uma médica ou de um médico para um conselho médico? Ligue para o número 0844 55 00 55, 365 dias por ano, 24 horas por dia.

O pessoal qualificado do centro de triagem está à sua disposição quando o seu médico não estiver disponível. Receberá aconselhamento telefónico por profissionais treinados.

Farmácias

As farmácias vendem medicamentos sujeitos a receita médica, (receitados por um médico) e todos os outros medicamentos. Em caso de doença ligeira é aconselhável ir primeiro a uma farmácia. Os/As farmacêuticos/as têm boa formação e aconselham os seus clientes. Há sempre uma farmácia de serviço, assim também, tem acesso a medicamentos em casos de emergência. Através do número de telefone 0800 300 001 (gratuito) fica a saber qual a farmácia que está de serviço.

Médico de família / Pediatra

Na Suíça, muitas pessoas têm um médico de família (Hausarzt). Este conhece a história clínica pessoal e é, em caso de problemas médicos a primeira pessoa a contactar. Para as crianças existem médicos pediatras. Se necessário, o médico encaminha o paciente para médicos especialistas ou para o hospital. Só deve ir directamente para o hospital em casos de grande emergência. Para todas as outras situações de emergência, fora do horário de funcionamento dos consultórios médicos, existe um número central de emergência no Cantão. Este funciona 24 horas por dia através do número de telefone **0844 55 00 55**. Em caso de perigo de vida agudo, o centro de emergência cantonal 144 será acionado para você.

Dentista

Regra geral, os tratamentos dentários têm de ser pagos pelos próprios pacientes. Mas existe a possibilidade de fazer um seguro complementar, que cobre os custos dos tratamentos dentários. Crianças que frequentam a escola têm direito a um controlo de dentes gratuito por ano. A escola fornece mais informações.

Hospital / Urgências

Quando alguém tem de ir para o hospital (Spital) ele é, na maioria dos casos, referenciado por um/a médico/a. Excepção constituem as emergências graves, em que se deve dirigir imediatamente às urgências de um hospital. Em caso de perigo de vida ou, se o paciente tiver de ser transportado, contacte o número de emergência 144. Em casos de emergências menos graves dirija-se ao seu/sua médico/a de família.

Prestação de cuidados ao domicílio

Doentes ou pessoas que necessitem de assistência em casa podem usufruir dos serviços de enfermagem fora do hospital (Spitex). Pessoal especializado vai a casa dos pacientes, para prestar cuidados de saúde ou ajudar nas lidas domésticas. A oferta dirige-se a pessoas que, por motivo de doença, acidente, problemas associados à velhice, complicações durante a gravidez ou após o parto, necessitam de assistência. Parte destes custos são suportados pelo Seguro Básico (Grundversicherung).

Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)

www.hallo-ar.ch/pt/saude/cuidados-medicos

Gravidez / Parto

As grávidas não têm de pagar os exames necessários. Os custos do parto também são suportados pelo seguro básico. Após o parto, os pais podem obter aconselhamento gratuito.

Cobertura da gravidez e parto

Cuidados médicos relacionados com a gravidez ou o parto são suportados pelo seguro básico (Grundversicherung). Estes cuidados médicos incluem exames de controlo regulares antes do parto, o parto em si, e a assistência posterior necessária. As grávidas devem dirigir-se com antecedência a um/a médico/a ou parteira. Os hospitais e as parteiras também oferecem cursos de preparação para o parto (Geburtsvorbereitungskurs). Existem cursos especiais para imigrantes. O parto pode ocorrer no hospital, numa maternidade ou em casa.

Após o parto

Na Suíça é normal os pais pedirem aconselhamento após o parto. Para este efeito, existem centros de aconselhamento para mães e pais (Mütter- und Väterberatungsstelle). Estes dão informações sobre o desenvolvimento, alimentação e cuidados do bebé. Este aconselhamento é gratuito. O/A médico/a ou a parteira informam sobre os exames necessários após o parto para a mãe e bebé. É muito importante fazer um seguro de doença e acidentes (seguro básico e de acidentes) para o bebé no prazo de três meses a contar da data do nascimento. Seria melhor fazê-lo antes do parto.

Vacinas

Recomenda-se vacinar as crianças, atempadamente, contra determinadas doenças. Contudo, as vacinas não são obrigatórias. Os custos das vacinas recomendadas são, regra geral, suportados pelo seguro básico. O/A pediatra ou o centro de aconselhamento para mães e pais informam sobre as vacinas.

Interrupção da gravidez

Na Suíça é permitida a interrupção da gravidez nos primeiros 3 meses de gestação. Uma interrupção da gravidez após a 12ª semana de gestação só é possível quando está em risco a saúde física e/ou mental da mulher. O/A médico/a é responsável por avaliar este risco. Quem optar por interromper a gravidez tem direito a uma consulta de aconselhamento gratuita. As jovens com menos de 16 anos devem dirigir-se a um centro de aconselhamento especializado. O seguro básico cobre as despesas de todos os exames médicos.

Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)

www.hallo-ar.ch/pt/saude/gravidez-parto

Saúde mental

Na Suíça, não é feita qualquer distinção entre saúde mental e física. O seguro básico cobre os custos de tratamento de doenças psíquicas por médicos especialistas, bem como, internamentos em clínicas.

Apoio e aconselhamento

Na Suíça há especialistas que prestam apoio em situações difíceis, pessoais ou familiares. O seguro básico (Grundversicherung) cobre os custos de tratamento de doenças psíquicas por profissionais especializados reconhecidos por lei, como por exemplo, psiquiatras. Também cobre internamentos em clínicas. Quem tiver problemas pode, também, dirigir-se a centros de aconselhamento anónimos e gratuitos. O aconselhamento anónimo (Dargebotene Hand) presta apoio por telefone, e-mail ou chat ([telefone 143](tel:143), www.143.ch). Mas, o médico ou a médica de família também pode ajudar. Quando uma pessoa puder pôr em risco a sua integridade física ou a de outros, há que actuar rapidamente. A polícia ajuda neste tipo de emergências ([telefone 117](tel:117)).

Crianças e jovens

Para jovens com problemas de saúde mental, o Serviço de Psicologia gratuito para jovens (Jugendpsychologischer Dienst) constitui um primeiro ponto de contacto. Pais que estão preocupados com os seus filhos, também se podem dirigir a este serviço. O número de telefone para assistência às crianças (Kindernotruf) presta apoio gratuito e anónimo a crianças e jovens por telefone, e-mail ou chat ([telefone 147](tel:147), www.147.ch). Para emergências psiquiátricas com crianças e adolescentes, os Serviços de Psiquiatria Infantil e Adolescente (KJPD) em St. Gallen estão disponíveis durante o horário comercial.

O Centro de Protecção à Criança do Hospital Infantil da Suíça Oriental está disponível 24 horas por dia, gratuitamente, pelo telefone 0800 43 77 77.

Problemas de Dependência

Os centros do serviço de aconselhamento (Suchtfragen AR) prestam apoio em caso de problemas de dependência. Disponibilizam gratuitamente aconselhamento e apoio confidencial e, também podem ser contactados quando alguém se preocupa com familiares ou pessoas próximas. Dos problemas de dependência não fazem apenas parte o alcoolismo ou a toxicodependência. Os centros de aconselhamento também prestam apoio em caso de outras dependências, tais como, o vício do jogo, da Internet, das compras compulsivas e em casos de distúrbio alimentar. As perguntas também podem ser feitas por e-mail ou WhatsApp pelo número 076 725 13 41.

Traumas

Quem já passou por experiências horríveis na sua vida e não consegue superá-las deveria procurar apoio. Porque os traumas são doenças psíquicas graves. Além das ofertas de aconselhamento e de apoio para problemas e doenças psíquicas existem também serviços especializados e tratamentos para vítimas de guerra e tortura.

Mais informações (links, endereços, fichas de informação, brochuras)

www.hallo-ar.ch/pt/saude/saude-mental