

REGULAMENTO DO SERVIÇO AGROS DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE

VIVER SAUDÁVEL

VIÇOSA – MG
Agosto de 2026

Agros: previdência, saúde e qualidade de vida no presente e no futuro!

Agros – Instituto UFV de Seguridade Social
Av. Purdue, s/n Campus da UFV Viçosa-MG 36570-900
Fone: (31) 3899-6550

REGULAMENTO DO SERVIÇO AGROS DE ATIVIDADE FÍSICA E SAÚDE VIVER SAUDÁVEL

CAPÍTULO I CARACTERÍSTICAS GERAIS E OBJETIVOS

Art. 1º - Agros – Instituto UFV de Seguridade Social, Entidade Fechada de Previdência Complementar que presta serviços assistenciais à saúde nos termos admitidos no art. 76 da Lei Complementar nº. 109/01, registrado na Agência Nacional de Saúde Suplementar – ANS sob o nº 36.892-0, classificado como autogestão com patrocinador, inscrito no CNPJ sob o nº 20.320.487/0001-05, localizado na Avenida Purdue, s/n, Campus UFV, CEP 36570-000, na cidade de Viçosa – MG, doravante denominado **Agros**, é a instituição que ofertará e gerenciará o **Serviço Agros de Atividade Física e Saúde**, doravante denominado **Viver Saudável**, o qual está inscrito na ANS com o código 202853 como Programa de Promoção da Saúde e Prevenção de Riscos e Doenças (PROMOPREV).

Art. 2º - O Viver Saudável tem por objetivo promover o bem-estar físico e mental dos beneficiários do Agros que atenderem aos critérios de participação e se inscreverem no Serviço. Por meio da prática de atividade física regular e programada, coordenado por educador físico registrado no conselho de classe, visa estimular os participantes a terem uma vida mais saudável e, assim, contribuir para a prevenção de doenças ou no controle das doenças já existentes.

Art. 3º - O Viver Saudável tem por objetivos específicos:

- I-** Prevenir complicações da hipertensão arterial sistêmica (HAS), da diabetes mellitus (DM) e do excesso de peso;
- II-** Auxiliar no processo de reabilitação musculoesquelética, de acordo com a área de formação do profissional assistente;
- III-** Auxiliar na busca do peso corporal adequado;
- IV-** Reduzir admissão no Programa de Assistência Domiciliar do Agros;
- V-** Reduzir internações;
- VI-** Reduzir custos de tratamentos associados a complicações de saúde;
- VII-** Estimular o autocuidado a partir de orientações médica, nutricional, da psicologia e enfermagem, e do incentivo da prática de atividade física;
- VIII-** Melhorar qualidade de vida dos beneficiários com HAS e DM.

CAPÍTULO II DEFINIÇÕES

Art. 4º - Para os efeitos deste Regulamento, são adotadas as seguintes definições:

- I- Agência Nacional de Saúde Suplementar – ANS:** autarquia sob regime especial, vinculada ao Ministério da Saúde, com atuação em todo o território nacional, como órgão de regulação,

Agros: previdência, saúde e qualidade de vida no presente e no futuro!

normatização, controle e fiscalização das atividades que garantam a assistência suplementar à saúde;

- II- Equipe multiprofissional:** equipe formada por educador físico, enfermeiro, médico, nutricionista e psicólogo, que em algum momento do Serviço terão contato com os beneficiários, seja de forma individual durante as avaliações, ou seja em grupo durante as intervenções.
- III- Exercício físico em grupo:** ações planejadas, contínuas e dinâmicas de atividade física desenvolvidas a partir das necessidades da HAS, DM, redução do peso corporal e reabilitação musculoesquelética, realizadas em grupo por profissionais de educação física.
- IV- Exercício físico individual:** ações planejadas, contínuas e dinâmicas de atividade física desenvolvidas a partir das necessidades da HAS, DM, redução do peso corporal e reabilitação musculoesquelética, realizadas individualmente por profissionais de educação física.
- V- Palestras educativas em grupo:** encontro periódico, realizado em grupo e elaborado por um dos componentes da equipe multiprofissional, com o tema relacionado aos cuidados da HAS, DM e excesso de peso, e direcionado para sua área de atuação.
- VI- Clínica de atenção primária:** programa assistencial baseado nos princípios da Atenção Primária à Saúde (APS), caracterizado pela coordenação do cuidado, acompanhamento contínuo, prevenção de doenças e promoção da saúde, composto por atendimentos presenciais e virtuais realizados por equipe multidisciplinar. Os beneficiários do Programa Viver Saudável deverão estar vinculados, engajados e acompanhados pela equipe da clínica;
- VII- Avaliações diagnóstica:** avaliação médica e física inicial obrigatórias, a partir das quais serão iniciadas as intervenções em grupo ou individual.
- VIII- Avaliações de acompanhamento:** avaliações médica e física realizadas de acordo com a necessidade de cada beneficiário identificada na avaliação diagnóstica, com intuito de avaliar a evolução do participante.
- IX- Engajamento à Clínica de Atenção Primária:** considera-se engajado à Clínica de Atenção Primária o beneficiário que aderir ao Serviço mediante assinatura do Termo de Adesão, demonstrando ciência e concordância com o Regulamento, e que cumprir o plano de cuidado proposto pela equipe multiprofissional, participando das ações, consultas e acompanhamentos previstos.

CAPÍTULO III PÚBLICO E CONDIÇÕES DE ADMISSÃO

Art. 5º - São critérios de admissão no Viver Saudável:

- I-** Ser beneficiário do plano de saúde Agros;
- II-** Apresentar idade igual ou acima de 18 anos;
- III-** Aceitar e aderir à proposta do Serviço;
- IV-** Ter vaga disponível, de acordo com o limite estrutural e da equipe do Serviço.

Art. 6º - Além dos critérios de admissão descritos no art. 5º, o beneficiário deverá apresentar pelo menos uma das patologias, nas seguintes ordens de prioridades:

I - Apresentar diagnóstico médico de HAS e/ou DM;

II - Apresentar pelo menos obesidade grau II, com risco muito elevado para desenvolvimento de doenças;

III - Apresentar outros fatores de risco para doenças cardiovasculares, tais como, dislipidemia e histórico familiar;

IV - Apresentar laudo médico com recomendações para o processo de reabilitação musculoesquelética com educador físico;

Parágrafo único – A prioridade dos itens III e IV serão avaliadas e estabelecidas pela equipe do **Viver Saudável** de acordo com a gravidade do caso.

Art. 7º - Os beneficiários que se enquadram nos critérios de elegibilidade deverão aderir ao Viver Saudável mediante o preenchimento do TERMO DE COMPROMISSO, no qual será manifestada sua concordância com os termos deste Regulamento.

Art. 8º - Havendo desligamento do beneficiário, o retorno ao Viver Saudável está condicionado à observância pelo beneficiário dos critérios de elegibilidade previstos neste instrumento e na disponibilidade de vaga no Serviço. Destaca-se que essa retomada só ocorrerá no início do semestre subsequente.

CAPÍTULO IV

FORMAS DE ACESSO E ADMISSÃO

Art. 9º - O participante poderá ingressar no **Viver Saudável** das seguintes formas:

I- Livre demanda – o beneficiário recorre por própria iniciativa ao Setor do Pró-Saúde do Agros e, diante da disponibilidade de vagas, tem a elegibilidade para o Serviço atestada na avaliação diagnóstica médica;

II- Busca ativa – pacientes identificados pelo sistema gerencial do Agros e convidados a ingressar no Serviço, diante da disponibilidade de vagas;

III- Encaminhamentos por médicos, em especial cardiologista, endocrinologista e ortopedista, diante da disponibilidade de vagas.

Art. 10º - O participante realizará avaliação diagnóstica inicial na Clínica de Atenção Primária à Saúde, que constituirá a porta de entrada para o programa e coordenará o acompanhamento assistencial do beneficiário, ou com outro profissional indicado pelo Agros, para verificação de elegibilidade. Em caso de elegibilidade, o participante será submetido à avaliação por educador físico vinculado ao Serviço e, após a conclusão das avaliações previstas, estará apto ao início das atividades

Parágrafo único – O beneficiário somente poderá iniciar a atividade no **Viver Saudável** após avaliação do Regulamento e assinatura do Termo de Compromisso e Responsabilidade.

CAPÍTULO V

SERVIÇOS E PROCEDIMENTOS GARANTIDOS

Art. 11 – O **Viver Saudável** compreende:

- I-** Avaliações pela equipe da clínica de atenção primária ou outros profissionais indicados pelo Agros, de forma presencial ou virtual, e por educador físico, e avaliações diagnósticas e de acompanhamentos, de forma individual;
- II-** Realização de exercício físico até três vezes por semana, no formato de grupo;
- III-** Realização de exercício físico até três vezes por semana, conforme programação de exercícios planejada e personalizada pelo educador físico, de acordo com a avaliação e as necessidades do beneficiário.
- IV-** Palestras educativas e informativas, visando a orientação aos cuidados com a HAS, DM, excesso de peso e a prevenção de agravos.

Art. 12 – O **Viver Saudável** funcionará em dias e horários estabelecidos em ATO da Diretoria Executiva.

Parágrafo único – O **Viver Saudável** não se configura como serviço de permanência, de forma que os beneficiários inscritos terão passagem transitória a fim de estimular e promover a autonomia para a manutenção dos hábitos saudáveis. A permanência prevista é de um semestre, exceto quando for avaliado pela equipe multiprofissional a necessidade de permanência.

Art. 13 – As atividades do **Viver Saudável** terão duração de até 60 minutos e as turmas serão dimensionadas conforme infraestrutura e equipe disponibilizadas.

Parágrafo único - Em caso de necessidade de remanejamento de aula, o beneficiário deverá comunicar a equipe responsável, anteriormente, para a verificação da disponibilidade de vagas.

CAPÍTULO VI

EXCLUSÕES

Art.14 – Não integram o escopo do **Viver Saudável** os serviços, atividades e procedimentos que não estejam expressamente previstos neste Regulamento.

Parágrafo único – As atividades, eventos e procedimentos não contemplados pelo **Viver Saudável** não serão disponibilizados pelo Agros no âmbito deste Serviço, cabendo ao beneficiário arcar com as respectivas despesas, sem direito a reembolso.

CAPÍTULO VII CRITÉRIOS DE DESLIGAMENTO

Art. 15 – Os pacientes serão desligados do **Viver Saudável**, mediante:

- I-** Cessação do vínculo como beneficiário dos planos de Saúde do Agros;
- II-** Perda de elegibilidade do beneficiário ao **Viver Saudável**, conforme previsto no art. 5º;
- III-** Não cumprimento de pelo menos 70% das atividades de exercício físico em grupo oferecidas no mês;
- IV-** Ausência na palestra educativa em grupo sem justificativa plausível;
- V-** Conduta inadequada do beneficiário no ambiente destinado a assistência;
- VI-** Não engajamento na Clínica de Atenção Primária do Agros para o acompanhamento integral da saúde, caracterizado pelo descumprimento da periodicidade das consultas e dos atendimentos previstos no plano de cuidado individual;
- VII-** Qualquer situação de saúde em que seja contraindicado o exercício físico, enquanto durar a contraindicação.
- VIII-** Óbito.

Parágrafo único - Caso o beneficiário seja submetido a procedimento cirúrgico e internação hospitalar que exija afastamento das atividades físicas, poderá ser concedido um período de afastamento de até 20 (vinte) dias, mediante a apresentação de atestado médico que comprove a necessidade.

CAPÍTULO VIII GOVERNANÇA

Art. 16 – O **Viver Saudável** está vinculado à Diretoria de Seguridade, por intermédio da Gerência de Saúde, sendo coordenado pelo Pró-Saúde.

§ 1º Compete à Gerência de Saúde gerenciar o Programa, assegurar o cumprimento deste Regulamento, acompanhar seus resultados, deliberar sobre questões técnico-operacionais no âmbito de sua competência e propor à Diretoria de Seguridade as alterações necessárias ao seu aperfeiçoamento.

§ 2º Compete ao Pró-Saúde coordenar a execução operacional do Programa, supervisionar e apoiar a atuação dos educadores físicos e da equipe técnica envolvida, acompanhar os beneficiários, propor ações de melhoria contínua e articular as atividades do Programa com os demais serviços da Gerência de Saúde, visando à integralidade do cuidado e ao alcance dos objetivos institucionais.

§ 3º Os educadores físicos e os demais profissionais da equipe técnica do Programa atuarão de forma integrada, sob a coordenação do Pró-Saúde, sendo responsáveis pelo planejamento e execução das atividades previstas, acompanhamento dos beneficiários, registro das ações realizadas, observância dos protocolos institucionais e comunicação à coordenação de situações que possam impactar a segurança, a continuidade do cuidado ou o alcance dos objetivos do Programa.

Agros: previdência, saúde e qualidade de vida no presente e no futuro!

Art. 17 – O Viver Saudável deverá ser monitorado e avaliado periodicamente quanto à sua adesão, efetividade e resultados em saúde, por meio de indicadores definidos pela equipe técnica responsável pelo Programa.

Parágrafo único – Os resultados do monitoramento e da avaliação deverão ser apresentados anualmente à Diretoria Executiva e ao Conselho Deliberativo do Agros, para acompanhamento da efetividade do Programa e subsidiar eventuais aprimoramentos.

CAPÍTULO IX **DISPOSIÇÕES GERAIS**

Art. 18 – O **Viver Saudável** funcionará nos municípios de Viçosa e Florestal – MG.

Art. 19 – Este Regulamento foi elaborado levando-se em consideração a legislação vigente, assim, qualquer alteração das normas que implique em necessária modificação do que aqui foi avençado, estará sujeita a novo ajuste das condições, observada a legislação em vigor.

Art. 20 – O Agros não se responsabilizará pelo pagamento de quaisquer serviços eventualmente utilizados de maneira diversa do acordado.

Art. 21 – As ações do **Viver Saudável** não estão no rol de obrigatoriedade previsto pela ANS, no entanto, o Agros está de acordo com a orientação da ANS de incorporar ações de Promoção da Saúde e Prevenção de Riscos e Doenças – PROMOPREV.

Art. 22 – O Agros zelará pela correta aplicação a Lei Geral de Proteção de Dados no âmbito das ações do **Viver Saudável**, inclusive quanto ao sigilo das informações médicas e sociais dos beneficiários, cabendo ao instituto a revisão de protocolos e solução de dúvidas quanto à aplicação da norma no caso concreto, sempre que provocado pelos responsáveis pelo **Viver Saudável**.

Art. 23 – Casos omissos deverão ser avaliados pela Diretoria Executiva do Instituto.

Art. 24 – O presente Regulamento será avaliado anualmente pela equipe técnica e administrativa do Programa, podendo ser revisado sempre que necessário em razão de alterações legais, normativas, técnico-científicas ou operacionais, e submetido à Diretoria de Seguridade para apreciação e aprovação.

Viçosa, 11 de agosto de 2026.