

O serviço de Personal Fitness tem por objetivo orientar e tirar dúvidas sobre programas de atividades físicas tanto para iniciantes como para praticantes, assim como incentivar a prática consciente de exercícios e adequá-los a rotina do beneficiário.

### Como funciona?

O beneficiário é atendido por um profissional qualificado, formado em Educação Física, que realizará uma anamnese completa incluindo informações do seu histórico médico, prática de atividade física, disponibilidades para a prática de exercícios, etc.

O profissional analisará os dados e fará as orientações necessárias. Após emitirá, se necessário, um documento escrito (enviado via fax ou e-mail para o paciente) das informações solicitadas e sugestões.

O serviço será realizado através de um atendimento telefônico com informações orientativas não realizando o serviço de acompanhamento do paciente.

### Serviços oferecidos:

- Orientações sobre a prática de atividade física.
- Sugestões diversas para sair do sedentarismo ou ampliar a atividade física.
- Programa de atividades personalizado de acordo com a rotina e com anamnese do segurado avaliando as doenças que o paciente possui.
- Programa de atividades direcionado a necessidades específicas, incluindo pacientes com deficiência física.
- Orientação sobre compra de materiais / equipamentos para atividade física em casa.
- Informação sobre o calendário das atividades físicas para os pacientes (encontros, workshops, simpósios).
- Indicação de sites e bibliografias relacionados à atividade física.

### Atendimentos Especiais, orientações sobre:

- Atividade física para crianças e adolescentes.
- Atividades físicas para idosos.
- Atividades físicas para gestantes.
- Atividades físicas e obesidade.

## SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA PERSONAL FITNESS

**HDI**  
SEGUROS

PRODUTOS SOMPO  
Auto  
Residencial  
Empresarial  
Condomínio  
Imobiliário  
Vida  
Habitacional

**Limite de Utilização: 2 utilizações por vigência ou de acordo com a necessidade do cliente.**

**Atendimento:** segunda à sexta-feira das 9hs às 18hs.

**Central de atendimento: 0800 016 2727.**

O registro do produto é automático e não representa aprovação ou recomendação por parte da SUSEP