

# informe



## Eficiência contínua na Diretoria da Mútua



Há menos de um ano, uma nova Diretoria foi eleita para gerir a Mútua dos Magistrados no biênio 2021/2023. O fato fez com que o Desembargador Ricardo Couto de Castro, cabeça da chapa Continuidade e Eficiência e Vice-Presidente da gestão passada, se tornasse o sucessor do estimado e incansável Desembargador Antônio Jayme Boente.

**A partir da página 3**, você vai saber como ocorreu a eleição, conhecer melhor o atual Presidente e seus planos, se inteirar dos primeiros meses do seu mandato e também da despedida do Presidente anterior.

## Bem-vindos ao CDT Niterói! E prepare-se: em breve, CDTs Centro e Barra novinhos para você.

A boa notícia foi dada pelo próprio Presidente, Des. Ricardo Couto de Castro. Per-

guntado sobre a reabertura dos Centros de Diagnóstico e Tratamento, ele anunciou

melhorias nas unidades, que deverão voltar a funcionar nos próximos meses.



### FALE CONOSCO

A Mútua dos Magistrados reforça, aos associados, que o telefone da Ouvidoria, criada para acolher críticas e sugestões, é:  
2240-3152

e-mail:  
mutuadosmagistrados@  
mutuadosmagistrados.com.br

Telefones do Call Center (24h):  
98183-1140  
99986-7070

## Diretoria 2021 / 2023

### Presidente

Des. Ricardo Couto de Castro

### Vice-Presidente

Des. Denise Nicoll Simões

### Tesoureiro

Juiz Sandro Pitthan Espíndola

### Secretária

Juíza Paula Feteira Soares

### Diretores

Des. Maria da Glória O. Bandeira de Mello

Des. Katya Maria de Paula M. Monnerat

Juiz Rodrigo Faria de Sousa

Juíza Andrea de Almeida Quintela da Silva

Juíza Eunice Bitencourt Haddad

Juíza Alessandra de Araujo B. Moreira Pinto

Juiz Marcelo Almeida de Moraes Marinho

## Conselho Deliberativo e Fiscal

### Presidente

Des. Humberto de Mendonça Manes

### Membros Natos

Des. Antonio Cesar R. A. de Siqueira

Des. Henrique Carlos de Andrade Figueira

Ministro STJ Antonio Saldanha Palheiro

Des. Antonio Jayme Boente

### Conselheiros

Des. Newton Paulo Azeredo da Silveira

Des. Zélia Maria Machado dos Santos

Des. Maria Helena Pinto Machado

Des. Marcia Cunha Silva Araújo de Carvalho

Des. Joaquim Domingos de Almeida Neto

Juíza Valéria Pachá Bichara

Juíza Marcia Correia Hollanda

Juíza Raquel Santos Pereira Chrispino

Juiz Rossidelo Lopes da Fonte

Des. Roberto Luis Felinto de Oliveira

## Informe Mútua

(Tiragem 2.400 exemplares)

### Redação

Benjamin Guilherme

benjamin.guilherme@gmail.com

### Design gráfico

M. Beatriz do N. e Silva Pottier

bitty@bitty.com.br

### Impressão

Cmyk Grafica e Editora Rio Ltda

atendimento@cmyk.com.br

## Mútua dos Magistrados

Rua Dom Manuel, nº 29 - 1º andar

Rio de Janeiro - CEP 20010-090, RJ, Brasil

Telefax: 2533-8375 (PABX)

mutuadosmagistrados@

mutuadosmagistrados.com.br

www.mutuadosmagistrados.com.br

## Emergência (Atendimento 24h)

### Call Center

Tels.: 98183-1140 / 99986-7070

## Concurso O Juiz do Futuro: responsabilidade social também é com a Mútua

O **O Juiz do Futuro** é o nome do primeiro concurso de redação que a Escola da Magistratura do Estado do Rio de Janeiro – **EMERJ** promoveu, voltado a estudantes regularmente matriculados nas escolas públicas, do 6º ao 9º ano do Ensino Fundamental e do Ensino Médio.

O projeto foi uma iniciativa da Desembargadora Cristina Tereza Gaulia, que contou com o apoio da Associação dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro – **AMAERJ** e da Associação Nacional de Desembargadores – **ANDES**, além da **Mútua dos Magistrados** do Rio de Janeiro, que foi convidada através da sua Vice-Presidente, a Desembargadora Denise Nicoll Simões.

A Des. Cristina Tereza Gaulia buscou, dentro do próprio Tribunal, as parcerias necessárias para viabilizar o concurso. A Mútua aderiu ao projeto, pois a sua Diretoria acredita na importância da responsabilidade social corporativa. E, assim, as instituições se uniram buscando a valorização dos menores das escolas públicas do Rio de Janeiro.

Conforme declarou a Des. Denise Nicoll, ela considera que “O 1º Concurso de Redação do Projeto **A EMERJ e O Juiz do Futuro**, visou aproximar os alunos de escolas públicas dos municípios que integram o Estado do Rio de Janeiro e da Magistratura Estadual.

Acreditamos que a iniciativa da EMERJ vai favorecer o amadurecimento intelectual dos alunos, a partir da necessária pesquisa

sobre temas transversais como: Justiça, Ética, Democracia e Educação.

Nesse sentido, a Mútua dos Magistrados, ciente da responsabilidade social corporativa, abraçou o projeto, colaborando, juntamente com a AMAERJ e a ANDES, na doação de equipamentos tecnológicos que serão objeto de premiação.”

Para o concurso, cada estudante elaborou um texto que demonstrava sua compreensão sobre a necessidade de um Poder Judiciário independente para a sociedade brasileira e o papel essencial dos Magistrados para a garantia de direitos.

Os autores dos três melhores textos de cada uma das duas categorias, escolhidos por uma Comissão Julgadora composta de Magistrados designados pelo Conselho Consultivo da EMERJ, foram premiados, assim como a instituição de ensino do aluno classificado em primeiro lugar em cada categoria. Na categoria 1, o tema foi “**Por que eu gostaria de ser Juiz?**”. Na Categoria 2, o tema foi “**Por que os Juizes são importantes em um Estado Democrático de Direito?**”

A Mútua participou com a doação de Notebook Samsung Book Intel Core I5-1135G7, 8GB, 256 GB SSD, Windows 10, Tela 15.6” e mais um Microcomputador DELL Optiplex 3080, Core I3-10100, 4 GB, HD 1TB, 125 GB SSD, DVD-RW, Windows 10, monitor Dell 19.5” P2018H, com teclado e mouse, além de um No Break Intelbrás, 600VA-120v.

telefones  
úteis:

**Atendimento** (Segunda à sexta, das 10h às 17h)  
2272-3250 ■ 2533-8375

**Call Center** (Segunda à sexta, das 17h às 10h)  
**Médico:** 99986-7070 ■ **Administrativo:** 98183-1140

**Teleatendimento** (Segunda à sexta, das 10h às 17h)  
98183-1566 ■ 98552-1610 ■ 98552-1607 ■ 98552-1611

**Ouvidoria** (Segunda à sexta, das 10h às 17h)  
2240-3152

## A eleição e os primeiros meses da atual Diretoria

Como é sabido, no ano passado um novo ciclo começou na Mútua. Houve uma “troca de guarda”, mas que ocorreu em clima de total continuidade. Afinal, o presidente eleito, o Desembargador Ricardo Couto de Castro, era o vice na gestão do Desembargador Antônio Jayme Boente. O objetivo dessa escolha foi continuar garantindo aos associados o acesso ao que há de melhor em serviços de saúde no Estado do Rio de Janeiro sem onerar os custos.

## As Assembleias Extraordinária e Ordinária, passo a passo

A eleição da Diretoria, para a gestão 2021/2023, foi realizada no dia 14 de junho de 2021, na área anexa à Mútua, no primeiro andar do edifício localizado na Rua Dom Manuel, 29, no Centro do Rio de Janeiro, em frente ao Auditório da AMAERJ.

Devido à pandemia, foram seguidos os protocolos de segurança e distanciamento social. Máscaras de proteção, canetas novas e frascos de álcool em gel estavam disponíveis a todos os participantes.

Os primeiros a chegar, pela manhã, foram os Desembargadores Antônio Jayme Boente, então Presidente da Mútua, Luiz de Souza Gouveia e Roberto Luiz Felinto de Oliveira. No horário marcado, o Des. Boente iniciou a votação, seguido pelo Des. Luiz de Souza.

Antes de votar, os eleitores assinavam as folhas da Assembleia Extraordinária e também da Ordinária, que por conta da Covid-19 foi postergada diversas vezes e realizada somente no dia da eleição.

Estavam presentes várias autoridades do meio jurídico, entre elas a Juíza Renata Gil, Presidente da Associação dos Magistrados Brasileiros (AMB), o Des. Humberto Manes, ex-Presidente do TJERJ, o Des. Thiago Ribas Filho, ex-Presidente do Tribunal Regional Eleitoral do Rio de Janeiro, e o Des. Milton F. de Souza, Presidente do TJ.

Havia um ambiente alegre de reencontro, após tantos meses de confinamento e afastamento.

Ao chegar, o Des. Ricardo Couto de Castro, candidato à presidência da Mútua, cumprimentou os presentes e votou. Logo a seguir, o atual Presidente do Tribunal de Justiça do Estado, Des. Henrique

Andrade Figueira, também chegou para votar.

## Na mesma hora e local, foram realizadas, simultaneamente, as Assembleias Gerais Extraordinária e Ordinária.

O primeiro a falar foi o Desembargador Boente. A seguir, a Dra. Tânia Kadima, Coordenadora Médica da Mútua, apresentou os números da gestão 2019/2021 e falou sobre os programas de prevenção da Mútua. Durante a exposição da Dra. Tânia Kadima, o Desembargador Boente esclareceu e explicou alguns pontos que foram levantados.

Terminada a apresentação, o Des. Boente retomou a palavra para os agradecimentos finais. Como se tratava também de uma Assembleia Ordinária, pediu para que se pusesse em votação uma questão sensível: a inclusão de noras e genros no plano Familiar Especial. A votação aprovou a inclusão.

Após o encerramento da Assembleia, o Ministro Antônio Saldanha Palheiro, do STJ, e outros magistrados votaram. Ao final da tarde, o pleito foi encerrado no Rio de Janeiro, em Niterói, Campos e Volta Redonda.

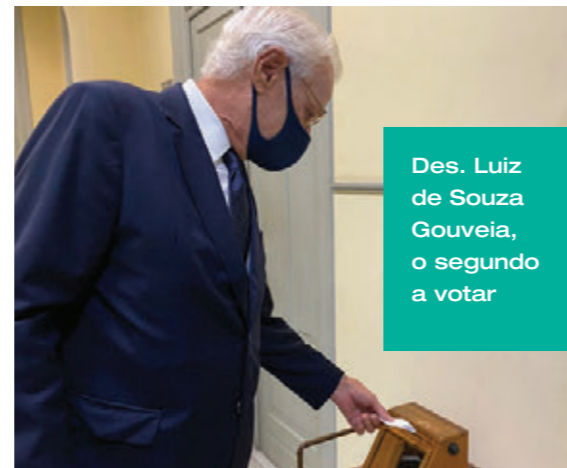


Des. Ricardo Couto de Castro, Des. Antônio Jayme Boente e Dra. Tânia Kadima durante a apresentação

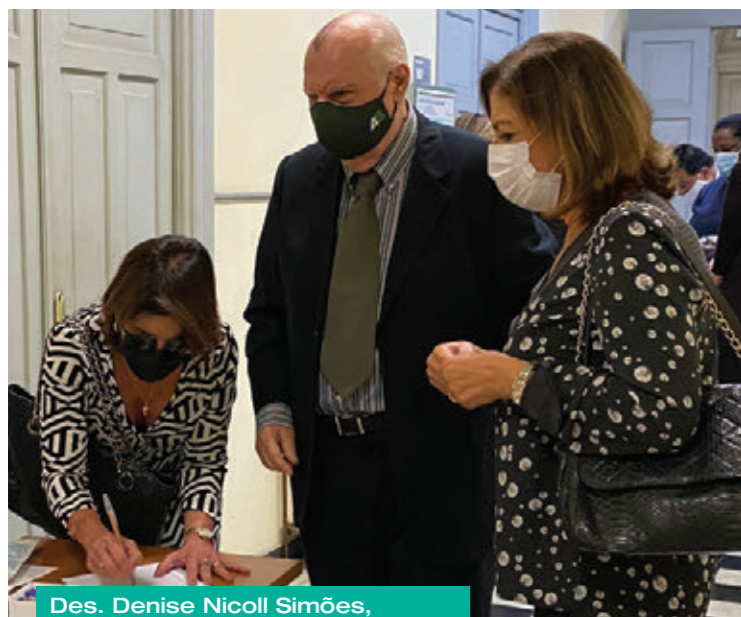
O Desembargador Antônio Jayme Boente iniciou a votação



## Antes de votar, os eleitores assinavam as folhas das Assembleias Extraordinária e Ordinária

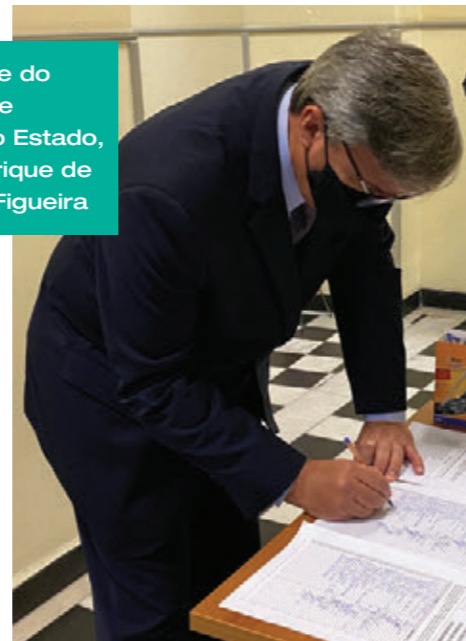


Des. Luiz de Souza Gouveia, o segundo a votar



Des. Denise Nicoll Simões, eleita Vice-Presidente da Mútua, Des. Humberto Manes, Presidente do Conselho Deliberativo e Fiscal da Mútua e Des. Maria Luiza F. Carvalho

Presidente do Tribunal de Justiça do Estado, Des. Henrique de Andrade Figueira



Des. Ricardo Couto de Castro, eleito Presidente da Mútua



Des. Katya Monneratt, da nova Diretoria



Ministro Antônio Saldanha Palheiro, do STJ

## Discurso de despedida do Des. Antônio Jayme Boente

Ao se despedir, o Desembargador Boente fez questão de salientar a importância da contribuição de todos os seus antecessores na construção do que a Mútua é agora, discorreu sobre o exercício da presidência e finalizou exaltando a participação do Conselho Diretor para a garantia da saúde financeira da instituição. Veja alguns trechos:

### Sobre a importância da continuidade

“...surge agora um novo ciclo para conduzir os destinos da Mútua, com a Chapa Continuidade e Eficiência que, assim como na minha gestão, foi de continuidade...”

“...a continuidade vem desde a gestão de Paulo Cesar Salomão, que deu outra feição para a Mútua... a Mútua ficou mais empresa, com mais gestão...”

“...essa passagem de bastão é uma coisa mais simbólica, pois o Ricardo já vem como Vice-Presidente da Mútua já há algum tempo.”

### Sobre a melhoria do plano

“...cada um de nós, desde o Paulo Cesar Salomão, contribuiu, colocando um tijolinho na nossa construção...”

“...acreditamos ter feito também a nossa parte... não só no aspecto de convênios realizados... hoje podemos dizer que a Mútua, em matéria de equipamentos hospitalares, é imbatível no Rio de Janeiro”.

### Sobre a dedicação e as dificuldades do cargo

“Tudo foi sempre feito com muito zelo, muito carinho, muito sacrifício... não tem hora do dia, hora da noite... o telefone tocando, a gente tendo que se reunir com o corpo médico, com a coordenação médica, para tentar encontrar soluções, transporte, trazer um paciente para internação...”

### Sobre a saúde financeira da Mútua

“Em meio a uma situação difícil na economia, e que já vinha antes em dificuldade para muitos hospitais e planos de saúde, a Mútua, efetivamente, hoje, viaja em “céu de Brigadeiro”

“Por esforço da Diretoria, de todos os diretores que atuam nesse sentido. O Conselho Deliberativo e Fiscal também nos apoia, nos ajuda muito. Isso dá uma tranquilidade para a gente seguir em frente.”

### Sobre os aumentos bem abaixo do mercado

“...temos duas auditorias na Mútua... A gente sabia o que estava fazendo para evitar que aquela despesa subisse... Nós reduzimos custos para propiciar um aumento menor. Isso antes desses três anos. E depois desses três anos,

nós efetuamos ZERO de aumento do Familiar Especial. Só nós tivemos aumento. Aumento de no máximo 2% nesses três anos.”

### Agradecimentos especiais aos funcionários

“...às vezes, as pessoas não têm ideia de como os funcionários brigam pelos associados... às vezes, pode parecer que não agiram rápido como os associados gostariam, mas eles estão sempre ao lado dos associados, que eles conhecem pelo nome. Isso não existe em plano algum.”

Depois de ser longamente aplaudido, o Des. Boente, então, passou a palavra ao Presidente eleito da Mútua, o Des. Ricardo Couto de Castro, para que ele fizesse seu discurso de aceitação.



## O Discurso de aceitação do Des. Ricardo Couto de Castro

Em um breve discurso, o Presidente eleito homenageou os presidentes anteriores, e elogiou a gestão do Presidente Boente.

### Sobre a tradição da Mútua

“...a Mútua vai muito bem... segue uma tradição, como foi colocado pelo querido Antônio Boente (1): vem com o Paulo César Salomão (2), vem com o Tonico (3), com o Henrique (4), com o nosso querido Ministro Saldanha (5), com o Tuninho (5), o Boente... e agora estou aqui... amanhã, será a Denise (6), seguindo a etapa daquilo que se espera, trazendo uma mulher aqui para celebrar a Mútua do Amanhã!”

### Sobre a excelência das gestões anteriores

“...Basta olharmos para os números que foram postos, que nós poderemos perceber como nosso querido Boente fez uma excepcional gestão!”

“...parabéns, do coração, para o Boente, por tudo o que fez!... parabéns para as gestões anteriores! E aí eu coloco o nosso Ministro Saldanha como representante de todos os gestores que passaram por aqui com uma marca de eficiência.

### Agradecimentos e encerramento

“...Meu muito obrigado a todos! Meu muito obrigado pelo voto de todos!”

E vamos ver a Mútua do Amanhã com a Denise e tudo aquilo que vocês, como mutuários, entenderem ser necessário. Por favor, se dirijam à Diretoria, porque a Diretoria necessita dessa visão crítica de todos vocês.

Tudo aquilo que nós pudermos fazer e estiver ao alcance da Mútua, para efeitos da boa saúde do mutuário, nós vamos fazer! Muito obrigado e vamos em frente!”

### Os ex-presidentes da Mútua citados no discurso:

- 1) Desembargador Antônio Jayme Boente
- 2) Desembargador Paulo César Salomão
- 3) Desembargador Antônio Cesar



- Rocha Antunes de Siqueira  
(4) Desembargador Henrique Carlos de Andrade Figueira - Presidente do Tribunal de Justiça do Rio de Janeiro  
(5) Ministro Antônio Saldanha Palheiro - Ministro do STJ  
(6) Desembargadora Denise Nicoll Simões - Vice-Presidente eleita.

## O resultado

Única chapa inscrita, a Continuidade e Eficiência foi a vencedora do pleito. Com o resultado, foram eleitos os novos membros da Diretoria e do Conselho Deliberativo e Fiscal da Mútua dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro para o biênio 2021/2023.

vamente para que a Mútua se tornasse o plano de saúde exemplar que é hoje.”

Para entender melhor esse ideal que une e fortalece cada vez mais a Mútua, vale a pena conferir abaixo algumas declarações da juíza Paula.

“Cada um dos Presidentes contribuiu com ideias e implementou projetos com o apoio de suas respectivas Diretorias, visando sempre aprimorar o serviço de acordo com as necessidades apresentadas no período”.

“O foco já foi estrutura administrativa, recursos humanos, CDT, *check-up*, convênios, médicos referenciados, projetos de prevenção, aplicativo, site, comunicação etc. É importante destacar que um objetivo permanente é garantir que a Mútua seja acessível ao associado, permitindo que as informações referentes ao plano sejam prestadas de forma rápida, transparente e objetiva.”

Não obstante, “todas as Diretorias se empenharam para manter a solidez contábil e o equilíbrio financeiro do plano, sem restringir os serviços prestados.”

“Outro aspecto relevante da Mútua é a forma democrática de gestão, por meio da qual os Diretores participam ativamente da construção do plano de saúde que é tão importante e querido por todos associados.”

### Uma história de satisfação e orgulho de participar

São várias as razões pelas quais os membros da Diretoria se engajam nessa missão.

Cada um conta uma história, mas, geralmente, todas têm relação com a boa reputação que o plano de saúde dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro ou com um problema de saúde em que o Magistrado pode contar com todo apoio da Mútua.

Alguns membros também resolvem contribuir por acreditar que isso faz parte da história funcional dentro do Tribunal, já que a Mútua é um fundo de autogestão no qual os próprios Magistrados administram para eles mesmos. “É uma doação pessoal em prol do plano.”

Para a juíza Paula Feteira Soares, trabalhar na Diretoria é gratificante. “Tenho muito carinho pela Mútua,

por tudo o que ela representa e proporciona aos juizes do Estado do Rio de Janeiro e seus familiares nos momentos mais delicados da vida”.

### A Diretoria atual em ação

Desde sua eleição, a Diretoria tem trabalhado para proporcionar cada vez mais benefícios aos associados. No início, com reuniões virtuais, passando depois para presenciais, várias questões foram debatidas. Apenas em fevereiro, já foram implantadas estas ações:

- Aumento dos honorários médicos em 20% e, simultaneamente, o aumento de 20% no valor a ser reembolsado por consultas médicas.

- Atendendo a inúmeras solicitações, os procedimentos de escleroterapia voltaram a ser autorizados e os realizados, a partir de 1º de fevereiro, serão reembolsados.

- Reajuste de apenas 5% no valor das mensalidades, enquanto o mercado de planos de saúde está fazendo reajustes de 8% a 12%.

Veja mais na matéria com o Desembargador Ricardo Couto de Castro.

## Uma Diretoria que veio para inovar sem abrir mão dos ideais da Mútua

Como acontece a cada dois anos, uma nova Diretoria é eleita na Mútua. E, naturalmente, chegam novas pessoas e novas ideias. Mas há uma coisa muito importante que não vai mudar: o ideal que norteia todas as gestões até hoje. Veja a seguir o motivo.

### A Mútua é o reflexo da continuidade de administração responsável

Integrante da Diretoria há várias gestões, a juíza Paula Feteira Soares é testemunha de que muitos

desafios foram vivenciados ao longo dos anos e, segundo ela, “todas as administrações contribuíram ati-

### Diretoria 2021/2023

**Presidente:**  
Des. Ricardo Couto de Castro

**Vice-Presidente:**  
Des. Denise Nicoll Simões

**Tesoureiro:**  
Juiz Sandro Pitthan Espíndola

**Secretária:**  
Juíza Paula Feteira Soares

**Diretores:**  
Des. Maria da Glória Oliveira Bandeira de Mello  
Des. Katya Maria de Paula Menezes Monnerat  
Juiz Rodrigo Faria de Sousa  
Juíza Andrea de Almeida Quintela da Silva  
Juíza Eunice Bitencourt Haddad  
Juíza Alessandra de Araujo Bilac Moreira Pinto  
Juiz Marcelo Almeida de Moraes Marinho

### Conselho Deliberativo e Fiscal 2021/2023

**Presidente:**  
Des. Humberto de Mendonça Manes

**Membros Natos:**  
Des. Antonio Cesar R. Antunes de Siqueira  
Des. Henrique Carlos de Andrade Figueira  
Min. STJ Antonio Saldanha Palheiro  
Des. Antonio Jayme Boente

**Conselheiros:**  
Des. Newton Paulo Azeredo da Silveira  
Des. Zelia Maria Machado dos Santos  
Des. Maria Helena Pinto Machado  
Des. Marcia Cunha Silva Araújo de Carvalho  
Des. Joaquim Domingos de Almeida Neto  
Juíza Valéria Pachá Bichara  
Juíza Marcia Correia Hollanda  
Juíza Raquel Santos Pereira Chrispino  
Juiz Rossidelo Lopes da Fonte  
Des. Roberto Luis Felinto de Oliveira

# Um Presidente nos seus primeiros meses, mas com muitos anos de Mútua

**O Des. Ricardo Couto de Castro foi empossado na presidência da Mútua há menos de um ano. Engana-se, porém, quem acha que é uma cara nova na Diretoria. Além de ter sido Vice-Presidente do Des. Boente por 5 anos, participou de outras gestões e é sobrinho de uma antiga funcionária. Nos próximos parágrafos, você poderá conhecer melhor o novo Presidente, sua relação com a Mútua e seus planos, por suas próprias palavras:**

**Des. Ricardo, o senhor poderia nos contar, brevemente, o seu percurso até aqui na presidência e também como nasceu o seu envolvimento com a Mútua?**

“Eu ingressei na magistratura no concurso de 1992, vindo a tomar posse em setembro de 1992. Logo que entrei, eu tive tanto envolvimento no plano da Associação dos Magistrados, como também na Mútua.

O meu envolvimento maior com a Mútua se deu pelo fato de ser sobrinho de uma antiga funcionária, chamada Lenita Couto de Castro, que lá naquela época fazia uma atividade de análise dos requerimentos e da adequação para feitos de reembolso. Ainda naquela época, a Mútua não tinha tomado um rumo mais empresarial e dinâmico, era um tanto quanto manual, digamos assim. Mas eu tinha lá os meus vínculos e participava da Diretoria da Mútua.

Minha visão do plano médico, ela se faz um pouco intensa por razões familiares. Tenho vários parentes que são médicos e professores no âmbito da medicina e, por isso, eu tenho, digamos, queda pela temática. E, com o passar dos anos, sempre tive um envolvimento de forma discreta dentro da Diretoria da Mútua.

Depois, a Mútua do novo milênio, ela teve uma mudança radical. Essa mudança, ela se faz através da eleição do Desembargador Paulo César Salomão. Ele dá uma nova orientação à Mútua. Essa orientação veio sendo seguida pelo Desembargador Antônio Si-



queira, Desembargador Henrique Figueira, hoje presidente do Tribunal, pelo hoje Ministro Antonio Saldanha, depois pelo Desembargador Antônio Jayme Boente e, agora, por mim.

A Mútua tem um marco, não é? E qual é o marco? A saída de uma visão mais familiar e um tanto quanto romântica para uma visão mais dinâmica, com a entrada do Desembargador Paulo Salomão. A partir desse instante, a Mútua passa a trazer novos valores e novas ideias, digamos, novos rumos. O principal desses novos anseios e dessa nova vontade de mudar se fez com uma análise da atividade médica preventiva – esse foi o ponto maior que dinamizou a Mútua, através de exames prévios, que trouxe a criação do Centro de Diagnóstico e Tratamento – CDT.”

**O senhor já era o Vice-Presidente, e isso por 5 anos. O que mais mudou agora?**

No tempo em que eu estava na Vice-presidência, e agora na presidência, as mudanças, elas são mais voltadas à reabertura da Mútua após a pandemia. Não que haja uma inovação forte, não há. A Mútua, ela mantém e continua com o pensamento, só que com roupagem atual, ou seja, ela tem a roupagem das novas tecnologias no plano da saúde. No estrito rigor o conceito de prevenção continua dominante na Mútua. Essa nova roupagem será vista dentro de alguns meses no novo Espaço de Condicionamento e Reabilitação Física da Mútua... será vista no nosso novo Centro de Diagnóstico e Tratamento Desembargador Paulo Cesar Salomão, que deixará de ficar dentro do prédio do Tribunal. E

assim, dentro dessa nova visão da Mútua, vai ser possível observar um ingresso mais intenso das Juízas e Desembargadoras no corpo de direção da Mútua, esperando-se que a próxima gestão, a seguinte a minha, seja presidida por uma mulher.”

**O senhor acha que, quando se assume uma instituição “voando em Céu de Brigadeiro” e tão bem reputada como a Mútua, o desafio é de certa forma maior?**

“Sim, eu acho que o desafio é maior, na medida que todos os ex-presidentes fizeram uma bela gestão. Isso traz muito mais responsabilidade para mim. Se hoje eu tenho a possibilidade de fazer algumas inovações estruturais, essa possibilidade me foi dada pela gestão do Des. Antônio Jayme Boente. Se hoje eu tenho uma visão voltada à prevenção, essa visão que eu tenho é herdada do Des. Paulo César Salomão, do Des. Antonio Siqueira e do Des. Henrique Figueira. Aliás, foram os desembargadores – principalmente o Des. Salomão, o Des. Siqueira e o Des. Henrique – que estabeleceram certos padrões de prevenção que nós estamos tentando voltar a fazer, como seria o caso de voltar a ter o nosso Spa para pessoas que tivessem questões de obesidade, de diabetes ou outra questão que possa ser tratada num spa. Essa questão está sendo vista pela Vice-Presidente Denise Nicholl com muita atenção, para que traga melhorias de saúde a todos nós mutuários.”

**Na sua opinião, qual será o maior desafio da sua gestão?**

“Acho que será não apenas manter o padrão da Mútua, mas também num plano de Tecnologia de Inteligência, de TI... porque nós estamos mudando toda a estrutura de TI da Mútua, para que haja maior transparência, maior agilidade e a perspectiva de procedermos a cálculos atuariais com mais efetividade. Isso importará numa gestão financeira mais adequada que, se tudo der certo, vai possibilitar mais serviços e atividades em prol do associado.”

**O Teleatendimento tem sido muito importante durante a**

**pandemia. Quais planos o senhor tem para esse serviço? Pensa em incluir novas especialidades médicas?**

“Sim, toda e qualquer especialidade médica que, comprovadamente, traga um benefício à saúde será bem-vinda à Mútua. Isso nós pensamos e sempre tivemos a mente aberta a essa perspectiva de situações novas serem postas para os associados.

Aliás, até com base nisso, que nós estamos celebrando também um convênio com a AMAERJ, onde a Mútua passará a estimular as atividades esportivas da AMAERJ. Assim, também nós estamos fazendo parcerias com a EMERJ no plano da divulgação e conhecimento de saúde. Todos os eventos que eventualmente a EMERJ venha a fazer, que tenha uma relação com a saúde, a Mútua estará presente também, não apenas no plano da divulgação do conhecimento, quanto a esse evento, mas qualquer outra forma de atuação que represente benefícios quanto à saúde.

A Mútua irá divulgar essas ações para os associados, no plano interno, através dos boletins, informativos e e-mails, porque a Mútua, quando ela fala do incentivo ao esporte, ela fala do incentivo ao esporte em termos de saúde dos seus associados. Por isso que ela está celebrando convênio com a AMAERJ, porque a AMAERJ visa o público de mutuários dos magistrados, sejam magistrados ativos ou inativos, e até mesmo familiares, como é o caso do futebol, onde participam de campeonatos pela



AMAERJ não apenas os juízes, mas também os filhos e parentes de juízes que estão na Mútua. Hoje nós temos como um esporte que está sendo muito difundido, o ciclismo. Por conta disso, a Mútua está entrando e incentivando o ciclismo com responsabilidade. A Mútua sabe que o ciclismo também pode representar um perigo caso haja acidente, mas, por isso, a Mútua estará presente em certos eventos para evitar situações que possam comprometer a situação de seus associados.”

**Então, o senhor considera o investimento em prevenção uma prioridade?**

“No fundo a proposta é essa... sempre. Primeiro: melhorar o padrão de saúde. Ao melhorar o padrão de saúde, nós melhoramos a saúde financeira da Mútua. Melhorando a saúde financeira da Mútua, podemos também melhorar a situação financeira do associado. Como? Evitando aumentos grandes, evitando que o associado deixe de ter um serviço melhor. Como? Contratando os melhores hospitais, os melhores serviços...

Por exemplo: esse ano nós estamos com a inflação de 10%... os planos de saúde estão dando aumento, variando de 8 a 12%... e a Mútua – que vem sem dar aumento há um ano e meio – vai agora dar um reajuste de 5% aos seus associados... ou seja, a Mútua estará diante de sua saúde financeira pelas boas gestões que tivemos, dando um reajuste que representa 50% da inflação, e 50 ou 40% do aumento de outros planos de saúde.”

## O legado do Desembargador Boente

Quando encerrou seu mandato no ano passado, o Des. Boente deixou um legado de dedicação e eficiência, além de muitas realizações para comemorar. Nesta entrevista, realizada em dezembro de 2021, você poderá saber mais sobre os cinco anos em que ele esteve à frente da Mútua.

### Qual foi o maior desafio da sua gestão?

“O binômio de contratações e auditoria foi o grande desafio que enfrentamos na nossa gestão... Conseguimos um equilíbrio muito bom entre trazer, para a Mútua, equipamentos – equipamentos, eu falo de hospitais, clínicas, laboratórios – e ao mesmo tempo acumular recursos financeiros que deixam a Mútua numa situação muito estável no mercado.”

### E o acontecimento mais marcante nesses 5 anos?

“Eu tive uma gama de acontecimentos marcantes, notadamente quando conseguimos trazer, para a carteira da Mútua, hospitais que sempre representaram um sonho de consumo para os associados. Eu fui diretor da Mútua em 2003, 2004, na gestão do Paulo Cesar Salomão, que eu tenho e sempre digo que foi um marco divisor de águas da Mútua de antes e da Mútua de hoje...”

“... para mim a conquista de trazer o Samaritano foi um grande marco, porque me retornou aos idos de 2003, 2004, quando eu via o [Presidente] Paulo César Salomão querendo trazer o Samaritano e era quase um tabu, coisa que era impossível de realizar. E quando a gente conseguiu realizar isso, eu tenho esse tento como um tento que valorou a minha estada, porque é uma homenagem que faço ao meu querido amigo Paulo César Salomão.”

### Como foi ser Presidente da Mútua em plena pandemia?

“Eu até posso dizer que tive sorte, porque a pandemia atingiu a minha administração no final, no último ano dela... sorte porque deu chance de, nos quatro primeiros anos, me preparar e conhecer bem os servidores, os funcionários, o funcionamento da Mútua...”

“... [a pandemia] não impactou tanto, por causa do preparo dos servidores... [eles] foram muito bem implementando o serviço em home office... a Mútua não parou um dia... esteve funcionando todos os dias.”

### Qual foi a sua reação assim que soube da decretação da pandemia pela OMS?

“Como todo cidadão brasileiro, como todo ser humano, nos sentimos ameaçados, entristecidos, temerosos do que poderia vir a acontecer e com muita responsabilidade sobre os ombros, notadamente pela presidência da Mútua, que era justamente o plano que iria segurar o atendimento hospitalar daqueles que viessem a ser acometidos por esse vírus tão nefasto...”

### O senhor tomou alguma medida imediatamente?

“A medida tomada inicialmente com a pandemia foi uma reunião rápida com a coordenação médica, com a parte administrativa da Mútua, para que nós pudéssemos desde logo traçar a forma de funcionamento. Porque uma coisa era certa: que nós não poderíamos parar... porque a potencialidade de demanda seria grande, como foi, notadamente na orientação,

porque as pessoas ficaram praticamente perdidas, muitas informações truncadas, muito pouco conhecimento do vírus...”

### Do que o senhor vai sentir mais saudades?

“Eu tive nesse trajeto o auxílio, a colaboração de prestimosos colaboradores, de todo gênero e forma... Não posso falar em nomes porque vou cometer uma injustiça se eu omitir um deles. Então tenho uma imensa gratidão a todos os servidores da Mútua... a Coordenação Médica... o Corpo Médico... a Diretoria Administrativa... todos foram muito parceiros, e inclusive, todos esses grandes hospitais que vieram aceitar a Mútua para engrandecer a carteira de serviços...”

### Quais são os seus planos daqui para frente?

“...quem me conhece sabe que eu não consigo ficar sem fazer nada. Eu tenho sempre que buscar uma atividade além daquela para qual eu prestei concurso e desempenho normalmente, que é a de magistrado. Mas eu gosto de participar das funções administrativas, e estamos ajudando o atual Presidente do Tribunal de Justiça a atuar junto à área de segurança do Tribunal. E vamos levando isso em frente.”



## Check-ups garantidos em plena pandemia



A prevenção é a maior aliada para se manter saudável e evitar surpresas em todas as fases da vida. Não é à toa que o *check-up* anual é indispensável na luta contra os cânceres de mama e próstata.

Visando facilitar a realização dos exames a todos os associados, a Mútua se vinculou aos programas **Outubro Rosa** e **Novembro Azul**.

No entanto, houve um grande desafio: como fazer *check-up* com o

CDT Centro e o CDT Barra fechados, durante a pandemia e reformas para a melhoria dos espaços?

A solução foi um convênio com os hospitais **Samaritano** (Barra) e **Copa Star** (Zona Sul) e **Niterói D'Or** (Niterói), ambos da Rede D'Or. Assim, homens e mulheres puderam fazer seus *check-ups* em todos os dias dos programas desde 15 de outubro de 2021. E o melhor é que, devido à grande adesão dos associados ao convênio, a Diretoria da Mútua estendeu

a realização desses exames até o dia 24 de fevereiro no **Samaritano** e até o final de março no **Copa Star** e **Niterói D'Or**.

O agendamento do *check-up* é pela Mútua. Basta telefonar. A Mútua coordena o atendimento e acompanha os associados durante os exames. Já os resultados são incluídos nos respectivos prontuários ou direcionados aos médicos assistentes, quando estes não pertencem ao quadro clínico do CDT.

A participação da Mútua no programa **Outubro Rosa** prestigiou também o evento coordenado pelo **COGEN** – Comitê de Gênero que, durante todo o mês de outubro de 2021, realizou palestras e divulgou ações no enfrentamento ao câncer de mama para magistradas e servidoras do Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro.

Importante! Assim que os Centros de Diagnóstico e Terapia – CDT forem reabertos, os associados poderão voltar a fazer exames presencialmente nas unidades de sua conveniência, inclusive os *check-ups* preventivos dos programas **Outubro Rosa** e **Novembro Azul**.

## Feedback

**Elevar cada vez mais o grau de eficiência no atendimento aos associados é a prioridade da Mútua. Por isso, somos todos ouvidos às suas sugestões e opiniões. Seu feedback é indispensável para a nossa equipe.**

**“Exmo. Sr. Presidente da Mútua dos Magistrados, Desembargador Antônio Jayme Boente.**

A signatária, Desembargadora Elizabete Alves de Aguiar, vem pela presente externar seus sinceros agradecimentos à MÚTUA DOS MAGISTRADOS e à equipe de médicos, que presta seus relevantes serviços a todos os seus associados, e, especialmente aos doutores CARLOS FERRARI, PEDRO TULLIO, FERNANDO AFON-

SO, LUIZ EDUARDO E JANAÍNA, pelas informações que me prestavam diariamente, pela dedicação e pelo incansável trabalho de acompanhamento do estado de saúde de meu filho, Marcio A. Alves Valentim, mais uma vítima da COVID-19, o qual permaneceu internado por mais de trinta dias (de 09/05 a 14/06) na Casa de Saúde São José, e que graças a Deus e aos esforços conjuntos e concentrados, empenho e trabalho árduo da equipe médica e demais

profissionais de saúde de referido nosocômio, aos quais também presto meus agradecimentos, recuperou-se dessa terrível doença e já está retornando às suas atividades.

Rio de Janeiro, 05 de julho de 2021.

**Desembargadora  
Elizabete Alves de Aguiar”**

# A espera vai valer a pena. A Mútua está mudando os CDTs para melhor

A grande novidade é a abertura, em breve,  
de um CDT novinho em Niterói.

A ideia é que todos os CDTs passem a ter um mesmo padrão de arquitetura, traduzindo a excelência médica oferecida nas instalações



## As obras em Niterói já começaram

A Mútua decidiu abrir o novo CDT ao constatar, através de um estudo de necessidade e viabilidade em função do número de associados, que Niterói tinha uma carência no atendimento.

Com 86 m<sup>2</sup> de área, o espaço ocupará 5 salas do prédio do Trade Center no bairro de Icaraí, onde havia uma clínica de cardiologia. Os associados contarão com a mesma equipe médica que atua nos outros dois CDTs.

O projeto está a cargo das arquitetas Luíze Matera e Christine Abi Madi. Confira como o espaço vai ficar nas imagens criadas pela firma 3D House Projetos.

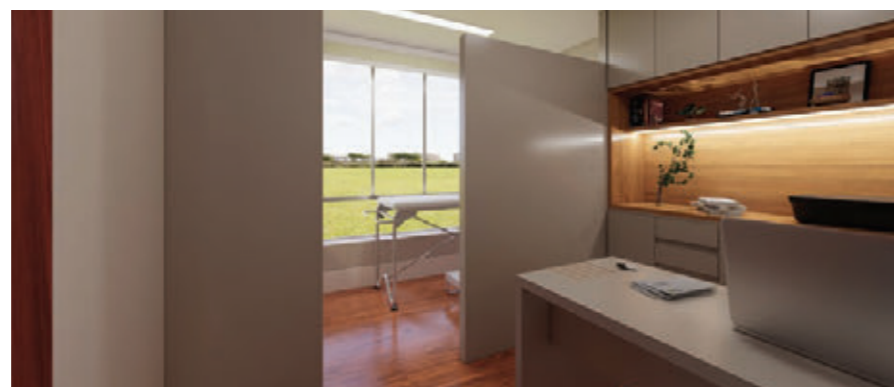
**CDT Niterói:** Rua Paulo Gustavo, 26 - salas 1004 e 1005 (antiga Rua Coronel Moreira Cesar) - Icaraí - Niterói - RJ

## CDT da Barra

A Diretoria está estudando maneiras de tornar ainda mais confortáveis e eficientes as instalações no Centro Médico Richter para os associados.

## Novo CDT do Centro e o futuro Espaço de Condicionamento e Reabilitação Física

Em breve, a Diretoria anunciará novidades sobre o projeto de melhorias nessas unidades.



## Quer saber mais sobre os CDTs? O Presidente conta para você

### Sobre as novidades

“Teremos a ampliação do Centro de Diagnóstico e Tratamento e do Espaço de Condicionamento e Reabilitação Física. Vamos incrementar a parte de recuperação cardíaca do CDT com a aquisição de novas aparelhagens e a colocação de profissionais médicos para a realização de atividades cardiovasculares de manhã e de tarde, como é o caso de esteiras, remadores, bicicletas ergométricas – tudo com profissionais da área cardíaca, com cardiologistas ao lado do nosso associado.”

### Sobre os quase dois anos dos CDTs fechados para consultas e exames presenciais

“Muitos associados estavam acostumados a ir ao CDT e sentiram. Para evitar que isso prosseguisse e que houvesse esse sentimento de uma lacuna feita pela pandemia, a Mútua começou, em outubro de 2021, a fazer os exames preventivos através de um convênio realizado com o Samaritano e a Rede D’Or. O convênio com o Samaritano terminou em 24 de fevereiro e o com a Rede D’Or irá até o fim de março. Com isso, foi possível a realização dos exames junto ao Samaritano da Barra, Copa Star em Copacabana ou o Niterói D’Or. Leia a matéria sobre o convênio do **Outubro Rosa** e **Novembro Azul**.”



# Teleatendimento: o programa de consultas da Mútua continua superando as expectativas

Lançado em 8 de abril de 2020, bem no princípio da pandemia, e mesmo sendo um modelo novo de prestação de serviço de saúde, o programa de consulta a distância da Mútua, por meio de computador ou celular, recebeu e vem recebendo uma expressiva procura dos associados.

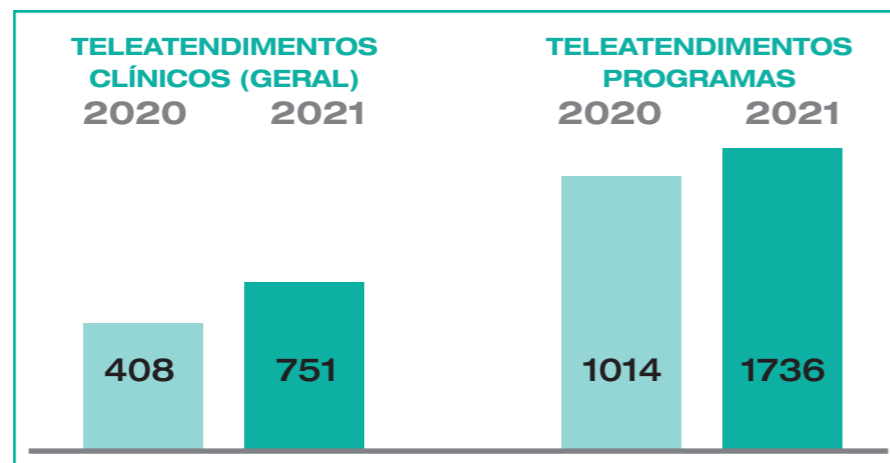
Os números falam por si. Foram realizados **1.422** teleatendimentos em 2020 e **2.487**, em 2021. E a média mensal de teleatendimentos aumentou **31%** de um ano para o outro: 158 atendimentos/mês em 2020 contra 207 atendimentos/mês em 2021. Ao todo foram **3.909** teleatendimentos (**81% de usuários do CDT e 19% de não usuários**). Dessas consultas, **679** foram de associados usando o serviço pela 1ª vez.

Esse sucesso deveu-se muito ao acesso virtual à equipe de saúde do Centro de Diagnóstico e Tratamento – CDT para a prevenção de agravos em situações emergenciais e não emergenciais.

Com o apoio da diretoria, foram disponibilizados, aos associados, equipe médica, equipes de psicologia, nutrição e fisioterapia, equipes de enfermagem, TI e administrativa. Todos profissionais altamente dedicados e gabaritados, que abraçaram a iniciativa, muitos deles com experiência na frente de batalha à Covid-19.

Confira nos gráficos a seguir o desempenho e a comparação do uso do serviço de teleatendimento nos dois últimos anos (9 meses em 2020 X 12 meses em 2021). Os gráficos, mostram a adesão crescente à modalidade de teleatendimento.

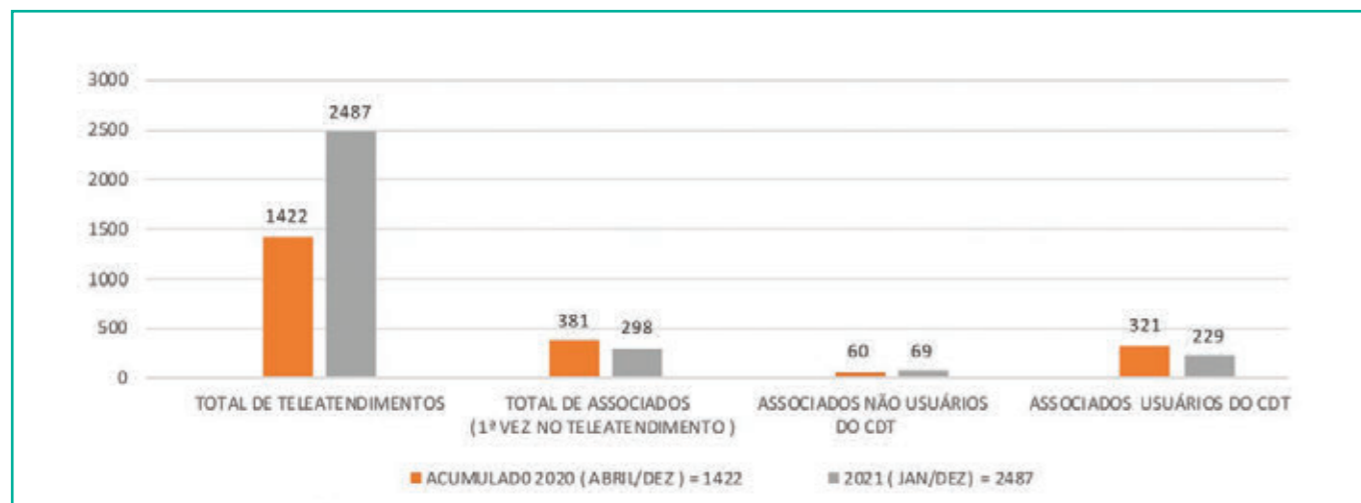
**TELEATENDIMENTOS (ATENDIMENTOS X PROGRAMAS) EQUIPE CDT ACUMULADOS**



### Os teleatendimentos de fisioterapia não pararam

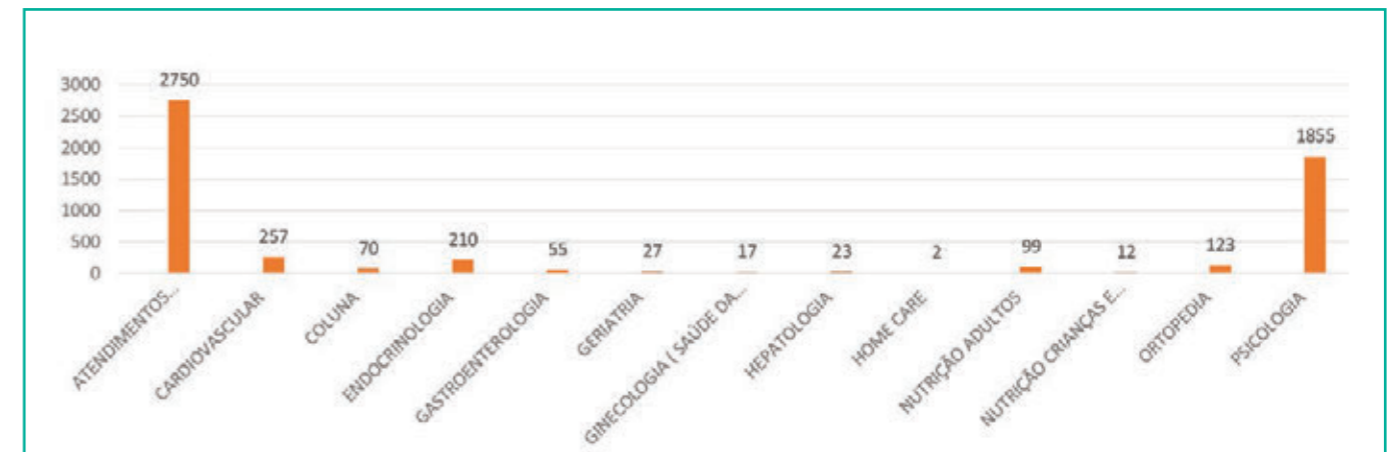
Sempre atenta e buscando o melhor para os seus associados, a Mútua incorporou as recomendações da Organização Mundial da Saúde – OMS de manutenção dos teleatendimentos de fisioterapia – autorizadas pelo Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional – COFFITO. O total de atendimentos virtuais de fisioterapia foi de **861**.

**TELEATENDIMENTOS - EQUIPE CDT - (abril de 2020 até dezembro de 2021)**



De abril de 2020 a dezembro de 2021, ao todo, foram **3.909** teleatendimentos (81% de usuários do CDT e 19% de não usuários). Dessas consultas, **679** foram de associados o serviço usando pela 1ª vez.

**TELEATENDIMENTOS - EQUIPE CDT - (abril de 2020 até dezembro de 2021) PROGRAMAS DE SAÚDE (1.159 ATENDIMENTOS CLÍNICOS x 2.750 PROGRAMAS)**



Desde o começo, o **suporte psicológico** foi o teleatendimento mais procurado (**67,45%**), explicado em parte pela pandemia, seguido pelo **suporte cardiológico** (**9,34%**).

### A volta provisória dos check-ups graças a atendimentos externos

Devido ao fechamento do CDT Centro e do CDT Barra, causado pela pandemia, a Mútua estabeleceu convênio com os hospitais Copa Star, Niterói D'Or e Samaritano Barra para viabilizar a realização dos check-ups dos nossos associados e, dessa forma, implementar e executar os programas Outubro Rosa (saúde da mulher) e Novembro Azul (saúde do homem). (Leia mais na matéria dos check-ups).

**TOTAL DE CHECK-UPS REALIZADOS:**  
(15 de outubro até 31 de dezembro de 2021 - Outubro Rosa e Novembro Azul)  
**438**

**TELEATENDIMENTOS DE FISIOTERAPIA EQUIPE EQUILIBRARE (abril de 2020 até dezembro de 2021)**

MESES	2020	2021
Janeiro		40
Fevereiro		43
Março		57
Abril	2	48
Maio	53	46
Junho	74	46
Julho	38	50
Agosto	53	18
Setembro	46	24
Outubro	41	36
Novembro	42	35
Dezembro	42	27
<b>TOTAL PARCIAL</b>	<b>391</b>	<b>470</b>

### O Call Center da Mútua também atuou de forma intensa durante a pandemia

Os associados puderam contar com o suporte virtual para tirar dúvidas sobre a Covid, remoções de urgência, internações, autorizações de exames (inclusive de Covid-19), elegibilidade e a rede credenciada da Mútua.

**TELEATENDIMENTOS CALL CENTER MÉDICO E ADMINISTRATIVO (agosto a dezembro de 2020 e janeiro a dezembro de 2021)**

	ago / dez 2020	jan / dez 2021	%	acumulado
Atendimentos	185	429	100%	614
Call Center Médico	76	202	45%	459
Call Center Administrativo	109	227	55%	336

Agende seu teleatendimento com a equipe do CDT, pelos telefones: **(21) 98183 1566 / (21) 98552 1610 / (21) 98552 1607.**

# Médicos da Mútua: incansáveis na busca do que a medicina tem de melhor para você

Apesar da pandemia, a equipe médica do Centro de Diagnose e Tratamento – CDT mantém-se sempre ativa para se atualizar e agilizar o acesso aos últimos avanços da medicina para os associados.



## Dra. Renata Cardoso Araujo

Universidade Federal Fluminense – UFF, onde também se graduou.

Durante a pandemia, tem aproveitado para fazer muitos cursos online de sua especialidade, inclusive de outros estados. Participou dos cursos de Holter, pela SOBRAC/SBC, e de Raciocínio Clínico Diagnóstico em Cardiologia 5.0, pela SBC, atualizando-se assim para realizar o melhor diagnóstico de arritmias e doenças raras em cardiologia, respectivamente.

Presencialmente, atualizou-se com o curso Advanced Cardiovascular Life Support (ACLS), oferecido pela American Heart Association (AHA), junto à Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), em junho de 2021. O curso habilita o atendimento à parada cardíaca, respiratória e outras emergências cardiovasculares, como infarto e acidente vascular cerebral (AVC).

Também participou, na qualidade de congressista, do 38º Congresso de Cardiologia SOCERJ, realizado em agosto de 2021. Levando em consideração sua área de atuação, chamou-lhe a atenção o quanto o sedentarismo impactou de forma negativa na saúde das pessoas durante a pandemia e como a atividade física se mostrou importante para a saúde cardiovascular e mental dos indivíduos. A par disso, as consequências cardiovasculares pós-Covid, como descontrole pressórico, aumento da incidência de arritmias e casos de miocárdio. O uso dos inibidores do SGLT-2, medicações novas utilizadas para os pacientes com diabetes, tiveram bastante enfoque nas discussões também. Os estudos mostraram ótimos resultados na redução da hemoglobina glicada, do peso e da pressão arterial. Inclusive, a Empaglifozina entrou para o arsenal terapêutico da insuficiência cardíaca.

**Dra. Renata Cardoso Araujo** trabalha no setor de reabilitação cardíaca da Mútua e nos hospitais Samaritano de Botafogo e Copa Star, atuando na ergometria e medicina nuclear. É cardiologista e médica do esporte, com mestrado em ciências cardiovasculares pela

## Dr. Breno Giestal Abreu Filgueiras

Cardiologista do CDT, há mais de uma década, o **Dr. Breno Giestal Abreu Filgueiras** mantém-se sempre atualizado e participa frequentemente de cursos, seminários e congressos.

Merecem destaque suas atuações recentes como palestrante da Sessão Clínica da SOCERJ sobre Cardiopatia Congênita e como moderador de uma das mesas redondas da XXII Imersão em Ergometria, Reabilitação Cardíaca e Cardiologia Desportiva, na qual

foram abordados inúmeros temas referentes à cardiologia clínica e à cardiologia desportiva.

Dentre as novidades na Cardiologia, ressalta-se o significativo aumento da incidência de infarto agudo do miocárdio (IAM) observado no período entre 2010 e 2019 nas pessoas mais jovens, com idade até 40 anos. Dados do Ministério da Saúde demonstraram aumento significativo das internações (59%) e mortes (9%) por IAM, no mesmo período.

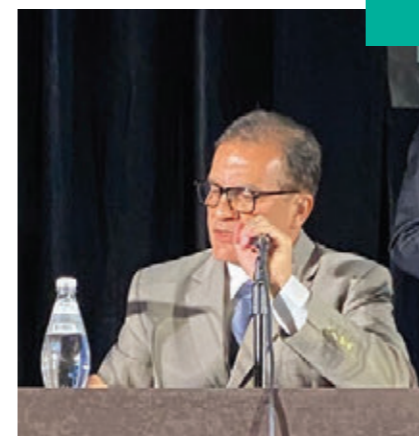


Também merece destaque um importante estudo americano, publicado em setembro de 2021, que, através da análise dos números de passos em adultos, constatou que aqueles indivíduos que realizavam pelo menos 7.000 passos/dia por dia apresentavam risco de mortalidade de aproximadamente 50% a 70% menor que aqueles que davam menos que 7.000 passos/dia. Nos que deram mais de

10.000 passos/dia, não foi constatada redução adicional no risco de mortalidade, concluindo-se “que dar pelo menos 7.000 passos/dia durante a vida adulta foi associada a um menor risco de mortalidade.”

Dr. Breno é membro efetivo da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC) e do Departamento de Ergometria, Exercício, Cardiologia Nuclear e Reabilitação Cardiovas-

cular. Possui título de especialista em Cardiologia (SBC-AMB), título de especialista na área de atuação em ergometria, Residência Médica em Clínica Médica, em Cardiologia e em Ergometria. Foi eleito, pelos cardiologistas do Estado do Rio de Janeiro, o futuro Presidente do Departamento de Ergometria, Reabilitação Cardíaca e Cardiologia Desportiva (DERCAD) da SOCERJ para o biênio 2022/2023.



## Dr. Paulo Eduardo Ocke Reis

**Dr. Paulo Eduardo Ocke Reis**, responsável pelo tratamento das doenças arterioescleróticas na especialidade de Cirurgia Vascular e Endovascular do Centro de Diagnose e Tratamento – CDT, participou presencialmente, em outubro de 2021, na cidade de São Paulo, do 24º Congresso da SOBRICE (Sociedade Brasileira de Radiologia Intervencionista e Cirurgia Endovascular), no qual apresentou a palestra “Quando e como tratar as dissecções de artérias viscerais”.

Participou também, em novembro do ano passado, do VEITH Symposium, um dos maiores simpósios internacionais de cirurgia vascular, que foi realizado na cidade de Orlando, Flórida, Estados Unidos. Além de ter sido um dos julgadores dos trabalhos apresentados no evento, atuou como moderador da mesa “More topics related to the thoracic aorta, aortic dissections, intramural hematomas (IMHs), penetrating aortic ulcers (PAU) and their treatment”\* (Mais tópicos relacionados à aorta torácica, dissecções da aorta, hematomas intramurais (IMHs), úlceras penetrantes da aorta (PAU) e seu tratamento), sobre aneurismas torácicos.

Dr. Paulo Ocke ainda produziu artigos para publicações científicas nacionais e internacionais de prestígio:

- Em maio de 2021, publicou, no Jornal Vascular Brasileiro, o artigo “Endovascular treatment of wide-neck saccular renal artery aneurysm with waffle-cone technique”, que fez em parceria com o Dr. Leonardo Roeber e o Dr. Guilherme de Palma Abrão. (<https://www.researchgate.net/publication/351474362>)

- Em agosto do ano passado, o site Annals of Vascular Surgery publicou artigo sobre a pesquisa “Vascular e-Learning During The COVID-19 Pandemic: The EL-COVID Survey”, que teve a participação do Dr. Paulo Ocke. O trabalho mostra que a pandemia mudou radicalmente as possibilidades dos cirurgiões vasculares de trocarem conhecimento e experiência. O objetivo da pesquisa foi verificar as necessidades do e-learning de cirurgiões vasculares, bem como as vantagens e desvantagens do e-learning vascular. ([https://www.annalsofvascularsurgery.com/article/S0890-5096\(21\)00505-7/full-text](https://www.annalsofvascularsurgery.com/article/S0890-5096(21)00505-7/full-text))

- Em setembro do mesmo ano, o artigo sobre a pesquisa “Vascular e-Learning During The COVID-19 Pandemic: The EL-COVID Survey” foi publicado no Jornal Vascular Brasileiro.

- Em outubro passado, o Dr. Paulo Ocke publicou, no European Journal of Vascular and Endovas-

cular Surgery, o editorial “Vascular Surgery in Brazil”, feito em parceria com o Dr. Bruno de Lima Naves, o Dr. Maurício S. Ribeiro, o Dr. Leonardo R. de Souza e o Dr. Gustavo S. Oderich ([https://www.ejves.com/article/S1078-5884\(21\)00529-3/fulltext](https://www.ejves.com/article/S1078-5884(21)00529-3/fulltext))

Além disso, Dr. Paulo Ocke foi destaque da edição de dezembro de 2020 da Revista da SBACV (Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular) por representar a entidade nos consórcios internacionais da especialidade.

Especialista em Cirurgia Vascular e Endovascular, Dr. Paulo Ocke é membro titular da SBACV, do Colégio Brasileiro de Cirurgiões, do ICVR e do Vasconet, além de professor e chefe do serviço de Cirurgia Vascular do Hospital Universitário Antônio Pedro – HUAP/UFF.



# A prevenção e a promoção da saúde

Dra. Tânia Kadima \*

A prevenção da saúde é o caminho para a manutenção da qualidade de vida e do bem-estar, assim como para o diagnóstico precoce e para a redução da mortalidade, uma vez que previne e minimiza risco à saúde.

Juntamente com a prevenção, há a promoção da saúde, que ocorre quando se atua para evitar a doença, sendo a alimentação saudável e a prática de exercícios físicos, ou seja, ações praticadas que promovem a saúde, em virtude de hábitos de vida saudáveis, exemplos de promoção à saúde.

Em 2006, a Mútua, como estratégia para proporcionar qualidade de vida a seus associados, criou o CDT (Centro de Diagnóstico e Tratamento Desembargador Paulo Cesar Salomão) e, desde então, os resultados obtidos, nesses 15 anos de atuação, vêm demonstrando efetividade, eficácia e eficiência, ou seja, reduzimos as internações por doenças cardiovasculares, por afecções ortopédicas e de coluna. Quanto à obesidade, doença crônica que predispõe ao câncer, diabetes, doenças cardiovasculares e morte súbita, também, a Mútua conseguiu reduzir sua incidência.

Assim, a Mútua vem alcançando seus objetivos com êxito em todos os níveis de prevenção – desde a prevenção primária até a quaternária – e, para isso, conta com equipe interna especializada, atenta às necessidades individuais em saúde de cada associado.

A **prevenção primária** é aquela que ocorre antes do adoecimento e por meio de orientações da equipe multidisciplinar, visando eliminar condutas que afetem diretamente à saúde, tais como sedentarismo, excesso de sal e gordura na alimentação.

Já a **prevenção secundária**, tem como foco o diagnóstico e o tratamento precoces de doenças, para que complicações maiores sejam evitadas.

O *check-up* anual foi a estratégia adotada, visando a prevenção primária e secundária.

Porém, mesmo que o quadro patológico esteja instalado, pode-se atuar com cuidados preventivos específicos, para que a limitação imposta pela doença seja a menor possível. E, para isso, por vezes, é necessário o acompanhamento médico e dos demais profissionais de saúde, de longo prazo, por meio de adesão do associado aos programas de saúde, e cirúrgico adequado. Nesse caso, a **prevenção** é chamada de **terciária**.

E ainda tem a **prevenção quaternária**, que tem por objetivo atenuar o excesso de intervencionismo no tratamento de doença, o que é possível por meio do conhecimento das vantagens e das desvantagens de métodos diagnósticos e terapêuticos propostos, como, por exemplo, tratamento paliativo de pacientes com câncer, e excesso de medicação ou cirurgias desnecessárias, tendo em vista a precaução exercida pela avaliação entre ganho e risco com o tratamento, devendo o ganho superar o risco, para que o tratamento seja eficaz.

Tudo isso é oferecido pela Mútua no serviço próprio (CDT), que iniciou no Centro (2006), foi ampliado para a Barra da Tijuca (2015) e, em 2022, chega a Niterói.

O laço formado pela Mútua entre seus associados, colaboradores e prestadores de saúde tornou a operadora de saúde um case de sucesso, uma vez que a marca é respeitada pela sua excelente reputação no mercado de saúde suplementar, o que gerou reconhecimento da comunidade científica com o prêmio em primeiro lugar em Congresso Internacional de Qualidade em Serviços e Sistemas de Saúde - QUALIHOSP - em 2019.

Além disso, outros 40 trabalhos científicos foram apresentados em diversos Congressos promovidos pelas Sociedades Médicas no Brasil e pela Sociedade Portuguesa de Estudos para Obesidade, demonstrando que o serviço oferecido pela Mútua é considerado de ponta, no sentido das melhores práticas em saúde.

**Participe. Deixe a Mútua cuidar de você!**



**\* Dra. Tânia Kadima**

*Diretora Executiva da Mútua dos Magistrados.*

*Médica responsável pela elaboração e coordenação dos 15 programas de prevenção aprovados e monitorados anualmente pela Agência Nacional de Saúde (ANS).*