

# informe | Mútua

## Eleição dia 18 de março

**Associados vão eleger nova diretoria para o biênio 2013 / 2015**

Candidato à Presidência da Mútua dos Magistrados para o biênio 2013/2015 pela chapa Continuidade e Eficiência, a única inscrita para a eleição do próximo dia 18 de março, o Desembargador Antônio Saldanha Palheiro, em entrevista ao Informe Mútua, disse que, se eleito, dará “ênfase completa aos programas de prevenção a doenças e promoção da saúde”, e adotará o princípio da “administração partilhada”.

“Os magistrados, que são os donos da Mútua, serão estimulados a participar de todo o processo decisório, desde a discussão dos temas relacionados às incumbências da entidade até a aprovação de medidas e inovações que visem à melhoria do nosso plano de saúde”, afirmou o Desembargador Antônio Saldanha. **(Página 4)**



**Vice-Presidente da Mútua, o Desembargador Antônio Saldanha Palheiro é candidato à Presidência da entidade**

## Prevenção diminui internações de associados

Um estudo recente sobre o Programa Saúde Total, lançado em 2006 e que tem o check-up como porta de entrada para diversos programas de promoção da saúde e prevenção a doenças, demonstra que, na atual administração da Mútua dos Magistrados, aumentou o número de associados inscritos nos programas. Somente no check-up, o crescimento médio, em 2012, foi de 18%. O de retornos

foi de 14%. Ainda de acordo com o estudo, como consequência da adesão aos programas houve redução de 68,75% nas internações de associados que se submeteram aos check-ups no Centro de Diagnóstico e Tratamento Desembargador Paulo Cesar Salomão. No caso de internações por doenças cardiovasculares, a diminuição foi de 18,92%, de 2011 para 2012.

**(Página 5)**

### 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](mailto:mutuadosmagistrados@mutuadosmagistrados.com.br)

Telefones do Call Center (24hs):

**8183-1140 / 9986-7070  
9967-4344**



# Mútua

Sua saúde merece bem-estar

## Diretoria

### Presidente

Des. Henrique Carlos de Andrade Figueira

### Vice-Presidente

Des. Antonio Saldanha Palheiro

### Tesoureiro

Juiz Rafael Estrela Nóbrega

### Secretário

Juíza Paula Feteira Soares

### Diretores

Des. Siro Darlan de Oliveira

Des. Cristina Tereza Gaulia

Des. Wany do Couto Faria

Juíza Valéria Pachá Bichara

Juiz Alexandre Chini Neto

### Diretor Suplente

Juiz Vítor Moreira Lima

### Conselho Deliberativo e Fiscal

#### Presidente

Des. Newton Paulo Azeredo da Silveira

#### Membros Natos

Des. Hilário Duarte de Alencar

Des. Antonio Cesar Rocha Antunes de Siqueira

#### Membros Efetivos

Des. Walter Felipe D'Agostino

Des. Ricardo Rodrigues Cardozo

Des. Camilo Ribeiro Ruliere

Des. Rogério de Oliveira Souza

Juiz Sergio de Saeta Moraes

Juíza Maria Helena Pinto Machado Martins

Juíza Márcia Cunha Silva Araújo de Carvalho

Juíza Gilda Maria Dias Carrapatoso

Juiz Heitor Carvalho Campinho

## Informe Mútua

(Tiragem 3.200 exemplares)

### Redação

Jorn. Ricardo Gouveia

(Registro nº 15.616 MT) Tel: 9303-9376

### Fotolito e Impressão

COPIARTE - Copiadora e Artes Gráficas Ltda.

copiarte@copiarte-rj.com.br

### Design gráfico

M. Beatriz do N. e Silva Pottier

bitty@c-artbrasil.com

## Mútua dos Magistrados

Rua Dom Manuel, nº 29 – 1º andar

Rio de Janeiro – CEP 20010-090 RJ

Telefax: 2533-8375 (PABX)

Forum Academia - 1º setor

mutuadosmagistrados@

mutuadosmagistrados.com.br

www.mutuadosmagistrados.com.br

Rio de Janeiro - Brasil

### Emergência (Atendimento 24h)

#### Call Center

Tels.: 8183-1140 / 9986-7070 / 9967-4344

## DO OUTRO LADO DO BALCÃO

### ENTREVISTA -

**Enfermeira Maria Amélia Matos Nicolau de Lima, coordenadora da enfermagem do Centro de Diagnóstico e Tratamento (CDT) da Mútua**



**Como tem sido coordenar a enfermagem do CDT, haja vista o grande número de programas de prevenção a doenças e de promoção da saúde implementados pela Mútua?**

A coordenação de enfermagem vai desde a compra de materiais e medicamentos, passando pela programação e implementação, até o processamento de todos os dados coletados nos diversos programas da Mútua. O trabalho é extremamente gratificante, pois acredito na política de prevenção e promoção, como instrumento de prolongamento e melhoria da qualidade de vida. A minha experiência fora da Mútua me faz cada vez mais acreditar nisso, pois numa unidade municipal de pacientes graves 80% estavam internados por complicações de patologias cujas co-morbidades poderiam ser prevenidas e controladas.

**De que forma os associados são orientados a respeito da preparação exigida por alguns exames a serem realizados no CDT?**

As orientações sobre o preparo dos exames para o check-up estão com suas rotinas relacionadas e são entregues ao associado no CDT. Quando o agendamento é feito pelo telefone, todas as rotinas lhe são informadas. Em caso de exames fora do rol, passo pessoalmente as orientações.

**Os programas têm sido aperfeiçoados no decorrer do seu funcionamento? Como é detectada a necessidade?**

Sim, aperfeiçoa-se sempre que os indicadores levantados apontam a necessidade. Todos os programas têm seus indicadores fechados mensalmente, possibilitando uma avaliação e retroalimentação contínua. Qualquer alteração leva sempre em consideração as evidências coletadas e novas técnicas apresentadas em congressos científicos e publicações. Como exemplo, cito o Programa de Prevenção da Síndrome Metabólica na Infância e Adolescência, lançado pela Mútua em julho de 2009, de forma inovadora, pois poucos tinham conhecimento da importância desse tipo de iniciativa. Ele foi lançado a partir da constatação de que quanto mais cedo se faz a prevenção, alterando maus hábitos alimentares e combatendo o sedentarismo, por exemplo, teremos uma população

adulta com menores probabilidades de adoecimento por doenças cardiovasculares. Em 2012, foi incluída no check-up a dosagem da vitamina D para prevenir a osteoporose e tivemos o resultado impressionante de 63,77% da população avaliada apresentando deficiência ou insuficiência da mesma.

**A adesão dos associados aos programas promovidos pela Mútua tem crescido?**

Sim. Em 2012 tivemos um aumento médio de 18% no número de associados que fizeram o check-up, o que cria demanda para os demais programas.

**De que forma a análise dos resultados dos check-ups tem propiciado o controle epidemiológico do universo de associados?**

Todos os indicadores coletados no check-up são separados e planilhados. Posteriormente, recebem tratamento epidemiológico, onde os valores das incidências das principais patologias são levantados e, dessa forma, desenvolvidos métodos de acompanhamento e controle oferecidos à população-alvo. Sabemos, por exemplo, que 42,8% apresentam dislipidemia, 14% esteatose hepática, 7% diabetes, 28,7% hipertensão e 23,45% excesso de peso.

**A magistratura fluminense está mais saudável?**

Não tenho a menor dúvida, pois temos três indicadores que apontam nessa direção, que são a queda de 68,75% nas internações de associados que passaram pelo CDT, a expectativa de vida em 4,5 anos acima da última média nacional e a redução das internações por doenças cardiovasculares em 55,55% de 2008 a 2012. Fico entusiasmada com os resultados levantados, pois eles comprovam a máxima "é melhor prevenir do que remediar". A pós-graduação em Saúde Pública na UFRJ e os muitos anos de assistência me mostraram que o caminho a ser seguido é o da prevenção e da promoção. Assim, vive-se mais e melhor. Na Mútua, isso é possível.

## MENSAGEM DO PRESIDENTE

Caros Associados,

Depois de 20 (vinte) anos de dedicação à MÚTUA DOS MAGISTRADOS, em março encerrará meu segundo biênio de exercício da Presidência.

Comecei a participar da MÚTUA DOS MAGISTRADOS convidado pelo saudoso e querido Presidente Desembargador RENATO MANESCHY como Diretor Suplente, e desde então quase sempre integrei a Diretoria ou o Conselho Deliberativo e Fiscal, até ocupar a Vice-Presidência na gestão do Desembargador ANTONIO SIQUEIRA a quem sucedi na Presidência.

Foram muitos anos de aprendizado e dedicação em que tive oportunidade de contribuir para o desenvolvimento do nosso plano de saúde, que ganhou nova dimensão a contar da administração do também querido e saudoso Desembargador PAULO CESAR SALOMÃO quando passou a investir fortemente não apenas na prevenção, criando, por exemplo, a academia de ginástica, como também no campo científico organizando seminários anuais sempre bem sucedidos para discutir temas de especial importância para os vetores público e privado da saúde.

A MÚTUA DOS MAGISTRADOS é um pequeno plano de saúde (acabamos de completar cinco mil associados), e por isso mesmo com grandes dificuldades a enfrentar, especialmente se considerarmos a nossa alta taxa média de sobrevivência e a técnica atuarial na determinação de nossas contribuições.

Hoje contamos com forte investimento na prevenção de doenças e projetos como o Centro de Diagnóstico, check up, SPA, saúde do homem e saúde da mulher, prevenção ao câncer de pele, saúde do adolescente, afecção de coluna e vacinação dentre outros nos

orgulham pela possibilidade de dar melhor qualidade de vida aos associados.

Os números comprovam o acerto de nossa atuação. Desde a implantação do projeto de vacina não mais perdemos amigos por pneumonia; evitamos o desenvolvimento nefasto de diversas moléstias com os projetos de check up, da saúde do homem, da mulher e do adolescente e câncer de pele. Enfim, procuramos sempre contribuir para que todos os associados vivam em plenas condições de saúde.

No aspecto financeiro, mantivemos as reservas em níveis excelentes considerando os parâmetros previstos nos órgãos oficiais para planos de saúde de autogestão, mesmo com o incremento substancial das despesas médicas, principalmente das internações.

Evidente que há muito para fazer, diversos projetos a implantar e tenho certeza que a próxima administração, composta por colegas com plena capacidade e profundamente conhecedores das nossas necessidades, bem cuidará da difícil missão que se aproxima.

Ao me despedir agradeço cada associado e cada colaborador o apoio incondicional que fui merecedor enquanto participei das administrações da nossa MÚTUA DOS MAGISTRADOS.

Muito obrigado.

Presidente da Mútua

**Henrique Carlos de Andrade Figueira**

henrique@mutuadosmagistrados.com.br

# Administração partilhada com os associados

Candidato à Presidência da Mútua dos Magistrados para o biênio 2013/2015 pela chapa Continuidade e Eficiência, a única inscrita para a eleição do próximo dia 18 de março, o Desembargador Antônio Saldanha Palheiro, em entrevista ao Informe Mútua, disse que, se eleito, dará “ênfase completa aos programas de prevenção a doenças e promoção da saúde”, e adotará o princípio da “administração partilhada”.

Segundo ele, “os magistrados, que são os donos da Mútua, serão estimulados a participar de todo o processo decisório, desde a discussão dos temas relacionados às incumbências da entidade até a aprovação de medidas e inovações que visem a melhoria do nosso plano de saúde”.

Atual Vice-Presidente da Mútua, o Desembargador afirmou que, como forma de incentivo à participação dos magistrados, pretende incrementar a realização de assembleias extraordinárias.

“A integração dos associados com a administração da Mútua é acanhada, não por centralismo das últimas gestões, mas por conta de uma cultura de desinteresse pela participação efetiva”, concluiu ele.

## Diversos segmentos do Tribunal representados

Antônio Saldanha disse que, na formação de sua chapa, fez questão de que “todos os diversos segmentos do Tribunal estivessem nela representados”, como estratégia inicial de aproximação da magistratura à administração da Mútua.

A eleição, no dia 18 de março, será realizada das 10h às 17h. Na capital, o local de votação será no I Tribunal do Júri, no 1º andar do antigo Palácio da Justiça, na Rua Dom Manuel, no Centro. Haverá urnas também nas Comarcas de Niterói, Campos dos Goytacazes e Volta Redonda.

O candidato à Presidência da Mútua, que nos últimos oito anos integrou a diretoria das duas recentes gestões, fez uma análise histórica das administrações da instituição.

“Pude acompanhar uma parte significativa do desenvolvimento da Mútua e sei que, a partir de raízes muito sólidas fincadas pelas antigas administrações, a do (Desembargador Paulo Cesar) Salomão deu início ao estabelecimento de uma rede de contatos com o mercado e alinhou a Mútua ao que havia de melhor nos planos de saúde”, avaliou Antônio Saldanha.

Em sua opinião, “a Mútua saiu de uma linha artesanal de administração e se profissionalizou, com a contratação de técnicos para várias áreas”. Para ele, “isso aconteceu paralelamente à mudança de perfil da magistratura, que se tornou mais jovem e mais exigente”.

## A Mútua no século XXI

Antônio Saldanha considera que a gestão seguinte, sob a Presidência do Desembargador Antonio Cesar Rocha Antunes de Siqueira, “trouxe a Mútua para o século XXI”.

“O Siqueira é um visionário e, com a sua ousadia e capacidade de não se abater diante de resultados ruins, que ocorrem em qualquer administração, encontrava sempre novos caminhos, conseguindo, assim, consolidar a Mútua como um plano de saúde de excelência no mercado”, afirmou Saldanha.

Em relação à gestão do Desembargador Henrique Carlos de Andrade Figueira, da qual é o Vice-Presidente, Antônio Saldanha disse: “O Henrique é um homem voltado para resultados e manteve o mesmo rumo da anterior, com foco em grandes investimentos nos programas de prevenção a doenças e promoção da saúde, construídos com muita dignidade e que pretendo manter”.

Ele complementou: “Se me for dada a honra de presidir a Mútua, basearei a minha administração, também, na medicina de evidências, que é o que há de mais moderno, por evitar os custos gerados pela realização de exames e internações desnecessários e, conseqüentemente, garantir maior saúde financeira para os investimentos imprescindíveis que manterão a Mútua como um dos melhores planos de saúde existentes.”

Antônio Saldanha sabe muito bem da importância das ações relacionadas à promoção da saúde e à prevenção a doenças. Praticante de atividades físicas desde a adolescência, ele é adepto da alimentação saudável (não come carne vermelha há 25 anos), malha todos os dias, de manhã, e à noite saboreia uma taça de vinho “para relaxar após o expediente invariavelmente extenuante no Tribunal”.



O Desembargador Antônio Saldanha Palheiro é o candidato a presidente da Mútua da única chapa inscrita para a eleição

# Prevenção diminui internações

Um estudo recente sobre o Programa Saúde Total, lançado em 2006 e que tem o check-up como porta de entrada para diversos programas de promoção da saúde e prevenção a doenças, demonstra que, na atual administração da Mútua dos Magistrados, aumentou o número de associados inscritos nos programas. Somente no check-up, o crescimento médio, em 2012, foi de 18%. O de retornos foi de 14%.

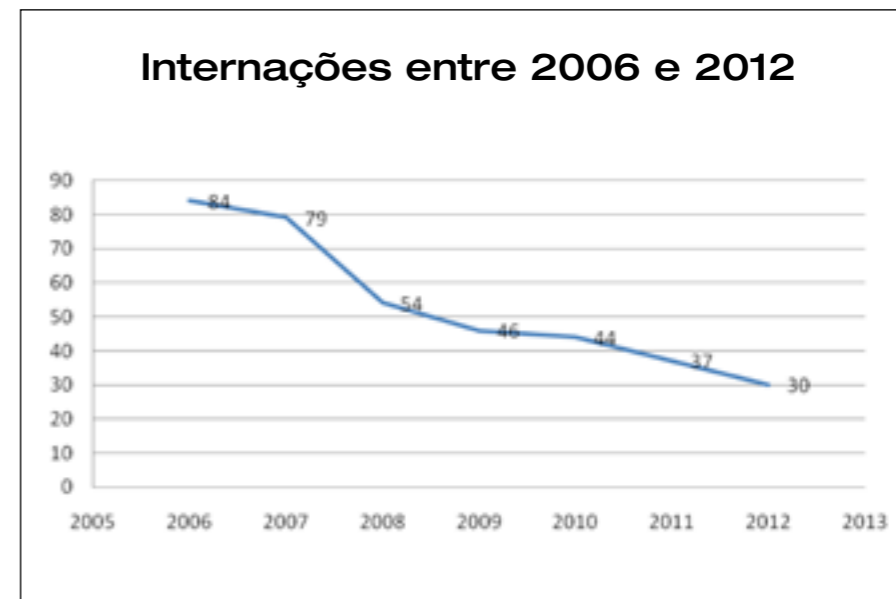
Ainda de acordo com o estudo, como consequência da adesão aos programas houve redução de 68,75% nas internações de associados que se submeteram aos check-ups no Centro de Diagnóstico e Tratamento Desembargador Paulo Cesar Salomão. No caso de internações por doenças cardiovasculares, a diminuição foi de 18,92%, de 2011 para 2012.

Ao mesmo tempo, verificou-se queda de 19,46% na sinistralidade entre os associados que fizeram o check-up, em comparação com os que dele não participaram.

## Expectativa de vida acima da média nacional

De acordo com o estudo, a expectativa de vida do associado da Mútua, em 2012, chegou a 76,7 anos, ficando acima da média nacional, que, segundo o IBGE, era de 73,1 anos em 2010.

Os programas de promoção da saúde e prevenção a doenças são: Doenças Cardiovasculares, Câncer de Pele, Afecções da Coluna, Afecções Ortopédicas, Endocrinologia, Prevenção da Aterosclerose, Nutrição,



Saúde da Mulher, Saúde do Homem, Saúde da Criança e do Adolescente, SPA, Aposentadoria e Reabilitação Cardíaca.

O atendimento no Projeto Cardiovascular cresceu de 134, em 2010, para 144, em 2011, e 186, em 2012. O Programa Endocrinologia propiciou a verificação das patologias por faixa-etária e mostrou, por exemplo, que, em 2012, o sobrepeso prevaleceu na população de 20 a 30 anos e na de 61 a 70 anos.

O Programa Afecções da Coluna detectou 58 casos de alterações degenerativas, além de um único associado (na faixa de 41 a 50 anos) com hérnia de disco e três com estenose de canal medular – sendo dois na faixa de 51 a 60 anos e um na de 61 a 70 anos.

O Programa de Prevenção do Câncer de Pele realizou 112 atendimentos em 2010 e descobriu que 34,8% dos examinados apresentavam lesões. Em 2011, 43,90% tiveram lesões detectadas, enquanto em 2012, o total foi de 45,91%.

Os casos de Síndrome Metabólica descobertos no Programa Saúde da Criança e do Adolescente foram cinco (2009), um (2010), dois (2011) e um (2012). Já os de índice de massa corporal acima do normal foram, respectivamente, de 19, 17, 19 e 26, nos últimos quatro anos.

Com as campanhas de vacinação contra a pneumonia, os casos de internação caíram de 20 para 6, de 2006 para 2012, enquanto os de óbito, que chegaram a 8 em 2006, foram zerados em 2012.

<p><b>Apólice Coletiva de Seguros para Associados da Mútua dos Magistrados</b></p> <p><b>Descontos para Seguros: Veículos, Vida, Residência e outros.</b></p> <p>rodrigo@pactoseguros.com.br www.pactoseguros.com.br</p>	<p><b>O Convênio de Seguros de Autos</b></p> <p><b>Ampla Rede Credenciada de Oficinas para Associados da Mútua</b></p> <p><b>O Convênio de Seguros:</b> Os Magistrados terão à sua disposição ampla rede credenciada de oficinas de alto padrão de qualidade.</p> <p>Até 25% sobre o prêmio líquido do Seguro.</p>	<p>Todas as condições oferecidas têm a garantia da <b>Mapre Seguros Porto Seguro, Itaú Seguros e SulAmérica.</b></p> <p><b>Defensor do Segurado:</b> Carro reserva gratuito nos casos de sinistro (7 a 10 dias)</p> <p><b>Cobertura</b> para vidros, faróis e lanternas (opcional)</p> <p><b>Assistência 24 horas</b> completa em âmbito nacional.</p>	<p><b>ATENDIMENTO</b></p> <p><b>Sr. Rodrigo Mendes</b></p> <p> <b>2701-4413</b> <b>2601-2184</b> <b>9101-7190</b></p>
--	--	--	---

# Programa Saúde da Criança e do Adolescente completa 4 anos

Já foram atendidos 40% dos associados de 9 a 17 anos

O Programa Saúde da Criança e do Adolescente, que funciona desde 2009 no Centro de Diagnóstico e Tratamento (CDT) da Mútua com o objetivo de detectar os casos de Síndrome Metabólica, já atendeu a 40% (187 jovens) dos associados que têm de 9 a 17 anos. Desde então, foram descobertos 9 casos (5%) de Síndrome Metabólica, 81 (43%) com índice de massa corporal (IMC) acima do normal e 101 (54%) com colesterol elevado.

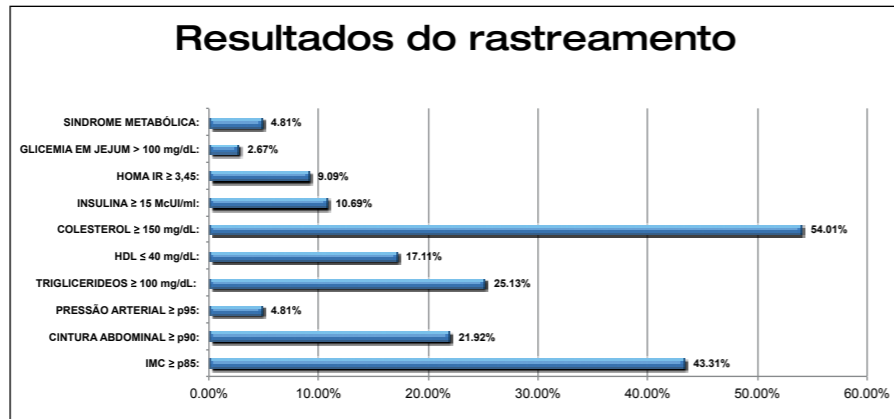
Alterações no IMC associadas a resultados de exames como colesterol, hemograma completo, triglicérides, glicose, enzimas hepáticas e dosagem de vitamina D oferecem indícios que alertam para o risco da síndrome.

“O programa, que não visa substituir os pediatras que os pacientes já possuem, tem um viés complementar e preventivo, para que as crianças e os adolescentes não sofram da Síndrome Metabólica e não venham a se tornar adultos doentes”, afirmou o pediatra Othon Pinheiro Filho, que coordena o programa no CDT.

Segundo o Dr. Othon, que também é cardiopediatra, a Síndrome Metabólica não é uma patologia. “A síndrome não é uma doença, mas um conjunto de dados que apontam para a possibilidade de várias doenças, como, por exemplo, as cardiovasculares e o diabetes”.

## Prevenção não é diagnóstico precoce

Ainda segundo ele, “é importante diferenciar prevenção de diagnóstico precoce, pois a primeira tem o obje-



tivo de evitar a doença, enquanto o segundo detecta a doença em sua fase inicial”.

Na primeira consulta no CDT, explicou o pediatra, são analisados os dados colhidos nos exames e feitas avaliações clínicas que incluem aferição de peso, altura e perímetro abdominal, pressão arterial e ultrassom abdominal ou pélvico (meninas).

“Em seguida, verificando-se a necessidade de cada caso, os jovens são encaminhados aos nutricionistas do CDT, que os orientarão sobre a importância da mudança dos hábitos alimentares”, relata o pediatra. Segundo ele, “em alguns casos, é preciso providenciar encaminhamentos também aos ortopedistas e endocrinologistas do programa”.

## Má alimentação e vida sedentária

De acordo com o Dr. Othon, os jovens, sobretudo os adolescentes, estão se alimentando mal e levando uma vida sedentária. “A despeito do

maior volume de informações hoje disponíveis sobre a importância da boa alimentação e da prática de atividades físicas, os jovens estão cada vez mais sedentários por conta da oferta de lazer tecnológico e refeições rápidas em fast-foods”, diagnosticou o pediatra.

Para piorar, o Dr. Othon ressalta que “as despensas de suas casas estão cheias de produtos altamente calóricos e com gorduras trans”. Em sua opinião, “para que os jovens incorporem os novos hábitos alimentares recomendados pelos nutricionistas, é preciso que a família os acompanhe nesta mudança, já que, de um modo geral, a má alimentação de um jovem é reflexo de uma postura equivalente de seus pais”.

De acordo com médico, a equipe multidisciplinar do CDT que atende às crianças e aos adolescentes está muito satisfeita com o programa. “É uma oportunidade de realizar um trabalho preventivo que raros planos de saúde oferecem”, afirmou ele.

## Hospital São Vicente

O atendimento na emergência pediátrica e no ambulatório de pediatria do Hospital São Vicente de Paulo foi encerrado no dia 2 março.

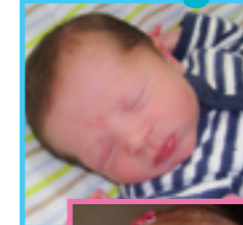
## Forum Academia

Os associados podem encontrar notícias atualizadas sobre a Forum Academia no site:

[www.mtuadosmagistrados.com.br](http://www.mtuadosmagistrados.com.br)

que foi reformulado recentemente. Lá estão disponíveis textos e imagens sobre as atividades físicas e de lazer oferecidas.

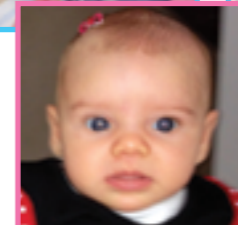
## Baby Mútua



Eduardo Laia Franco de Andrade



Mateus Noto Pasinato



Manuela Torres da Silva

A Família Mútua cresceu com a chegada, no dia 8 de novembro, do Eduardo Laia Franco de Andrade, filho da Juíza Adriana Marques dos Santos Laia Franco e Fernando Ibelli de Andrade. Naquele mês, no dia 20, veio ao mundo a Manuela Torres da Silva, filha dos Juizes Helena Dias Torres da Silva e Marcelo Oliveira da Silva. No dia 11 de janeiro nasceu o Mateus Noto Pasinato, filho da Juíza Bianca Paes Noto e de Leandro Tadeu Pasinato Alves.

encarte

### Gastroenterologia

**RIO GASTROCLÍNICA**  
Gastroenterologia Especializada

Prof. José Figueiredo Penteado  
CRM: 52.03721-0

CONSULTAS / ENDOSCOPIA / DIVERTICULOSE / GASTRITE  
COLÍTE / HEPATITE / PRISÃO DE VENTRE / MAU HÁLITO

**BOTAFOGO:** R. Voluntários da Pátria, 190 / 724  
Tels.: 2539-1397 / 2539-1217

**BARRA:** Av. Luiz Carlos Prestes, 410 / 107  
Tels.: 2104-9595 / 2104-9540

www.riogastro.com.br - www.centrodohalito.com.br - www.gastronutri.com.br  
Email: riogastro@riogastro.com.br

### Cardiologia

Rio de Janeiro – Barra da Tijuca e Tijuca

**Clínica COLDOCTOR'S LTDA.**  
Dr. Nelson Coloma - Dr. Marcel Coloma  
Consultas - Check up - Eletrocardiograma - Risco Cirúrgico

Barra da Tijuca: Av. das Américas, 500 Bl.9 - sala 231  
Tels.: 2494-5648 / 2494-7082

Tijuca: Rua Soriano de Souza, 115/401  
Tels.: 2254-6584 / 2254-5674

### Dermatologia

A Mútua não cobre serviços estéticos

**gabaydermatologia**  
MEDICINA E BELEZA

**Especialidades**

- Dermatologia
- Cirurgia Plástica
- Endocrinologia
- Estética Facial
- Estética Corporal

**Tratamentos Dermatológicos e Estéticos**

- Clínica (doenças da pele)
- Laser
- Depilação Definitiva
- Toxina Botulínica
- Preenchimentos
- Peeling
- Carboxiterapia
- Terapia Fotodinâmica

**Outros Convênios**  
Ligue para informar-se

Niterói – São Francisco  
Av. Rui Barbosa, 29 - sl. 502 (cob) - (21) 2714-3030 / 9859-0104  
contato@gabaydermatologia.com.br  
www.gabaydermatologia.com.br

### Dermatologia

A Mútua não cobre serviços estéticos

**clínica dermatológica**  
Dermatologia Clínica, Cirúrgica, Estética e Laser

- LASER FRACIONADO
- LASER ND.YAG
- LUZ INTENSA PULSADA
- INFRAVERMELHO
- RADIOFREQUENCIA
- BOTOX | PEELING
- PREENCHIMENTO FACIAL
- CARBOXITERAPIA | MESOTERAPIA
- DOENÇAS DA PELE, CABELO E UNHA
- CIRURGIA DERMATOLÓGICA

**Dra. Micheline Neves**  
Shopping Downtown | Bl. 4 | Cob. 316 | Barra  
Tel.: 2495-6194 | 2491-2652

### Psicologia e Psicanálise

Rio de Janeiro - Laranjeiras

**PSICOLOGIA e PSICANÁLISE**  
**REGINA MARIA LINS E SILVA**  
Especialista em Psicologia Clínica e Hospitalar  
Membro do Forum do CPRJ e da ABP

TRATAMENTO DE DIFICULDADES EMOCIONAIS  
ADULTOS, ADOLESCENTES e CASAIS.  
Tel.: 21 2556-4368

Laranjeiras - Próximo ao Metrô  
reginalins@brturbo.com.br

### Alergologia

Rio - Ipanema / Barra da Tijuca / Tijuca

**KINDER**  
Clínica  
Vacinas Adulto e Infantil

**Pediatria**  
Alergia - Dermatologia (adulto e infantil)  
Teste do Pezinho / Orelhinha

Vacinas e exames também em domicílio  
Hepatite A/B - Gripe - Pneumonia - Catapora  
HPV - Vacinas Combinadas - Meningite  
Todas as Outras

Ipanema: Rua Redentor, 95 - 2521-5777  
Barra: Downtown - Bl. 13 - Loja 110 - 3419-5333  
Tijuca: Rua Conde de Bonfim, 255 - Loja 101 - 3978-2555

### Vacinas

Rio - Ipanema / Barra da Tijuca / Tijuca

**KINDER**  
Clínica  
Vacinas Adulto e Infantil

Hepatite A/B - Gripe - Pneumonia - Catapora  
HPV - Vacinas Combinadas - Meningite  
Todas as Outras

Atendemos de 2a. à Sábado  
Teste do Pezinho / Orelhinha  
Diversos Convênios  
Vacinas e Exames também em domicílio

Ipanema: Rua Redentor, 95 - 2521-5777  
Barra: Downtown - Bl. 13 - Loja 110 - 3419-5333  
Tijuca: Rua Conde de Bonfim, 255 - Loja 101 - 3978-2555

## Ótica Sete

Especializada em atender bem.

57 ANOS

Descontos para os associados da Mútua dos Magistrados

Rua Sete de Setembro, 98 Sobrelaja 206 - Centro - RJ  
Tels.: (21) 2242-5220 / 2252-3185

## CLUBE DA FELIZ IDADE

O Clube da Feliz Idade terminou o ano com um roteiro de confraternização que incluiu a ida do seu Coral Feliz Idade a Conservatória (foto), a terra das serestas, de 9 a 11 de novembro. A programação de 2013 terá início com um passeio na Ilha Fiscal, durante o mês de março, em data a ser definida. Uma palestra da professora Rose, sobre “Educação Ambiental e Xamanismo – Cura de doenças com emprego de medicação natural e cerimônias”, está marcada para o dia 20 de março, das 14h às 16h, na sala 408 da ESAJ. Este ano haverá palestras sempre na terceira quarta-feira do mês.



Mútua | ANUNCIE AQUI

ALCENIR - 8435-1658  
alcenirqoncalves@gmail.com

# Sete anos de check-up no CDT

**Dra. Márcia Morgado\***

A partir da década de 1980, a promoção de saúde ganhou destaque quando a Organização Mundial de Saúde (OMS) adotou oficialmente o conceito e a sua prática foi desenvolvida, principalmente, por organizações internacionais e estudiosos da Europa Ocidental, do Canadá e Estados Unidos.

A informação epidemiológica deve ser valorizada por sua capacidade de prever eventos e possibilitar o diagnóstico precoce, em especial das doenças crônicas, para retardar o aparecimento de agravos e melhorar a qualidade de vida e a abordagem terapêutica.

Com base no conceito de prevenção a doenças e promoção da saúde, a Mútua dos Magistrados oferece a realização de check-ups a todos os seus associados no Centro de Diagnóstico e Tratamento (CDT) Desembargador Paulo Cesar Salomão, desde a sua inauguração em fevereiro de 2006.

A ideia foi do então presidente da Mútua, Desembargador Antonio Siqueira, que cuidou pessoalmente de todo o planejamento, e mantida pelo seu sucessor, Desembargador Henrique Figueira, que aumentou o número de programas de prevenção, de acordo com as necessidades dos associados.

A implementação dos programas foi capitaneada pela Dra. Tânia Kadima, Gerente Executiva da Mútua, que tinha grande experiência em prevenção, por ter coordenado por dez anos o exame periódico de saúde (EPS) dos funcionários do Banco do Brasil no RJ.

Desde o início, os resultados no CDT foram satisfatórios. Para intensificá-los, passaram a fazer parte da Equipe de Check-up novos médicos clínicos, endocrinologistas, cardiologista, urologista, ginecologista, nutricionistas e especialistas em ortopedia, cirurgia vascular, neurocirurgia e oncologia atuando em campanhas, na prevenção de doenças da coluna vertebral, doenças vasculares e prevenção de câncer de pele. Afinal, é nas consultas de retorno e de follow up que são feitas todas as avaliações pertinentes e discutidos os riscos detectados, assim como propostas e metas e serem alcançadas.

Ocorreu também a ampliação da oferta de serviços, como novos exames ultrassonográficos e laboratoriais,

com vistas à prevenção de doenças agudas, crônicas e, dentre elas, as neoplasias, doenças metabólicas e cardiovasculares.


Foram feitas várias campanhas de vacinação, de acordo com as normas estabelecidas pelo Ministério da Saúde, oferecendo-se todas as vacinas pertinentes. A Mútua foi pioneira na disponibilização da vacina contra o HPV. Além disso, logo após o início da vacinação antipneumocócica, viu-se uma redução do número de internações de causas pulmonares.

Não há mais dúvida de que a realização de exames preventivos é imperiosa num sistema de saúde normal. Com 27 anos de atividade profissional, trabalho na esfera primária e secundária, principalmente em atendimento a pacientes em posto de saúde e enfermaria de hospital público, em Serviço de Clínica Médica, coordenando programa de Residência Médica em Clínica Médica e preceptoría de internato.

Nesse trabalho, infelizmente, recebo pacientes que não tiveram chance de ter acesso à prevenção, nem sequer à mais básica, que é a vacinação correta. Consequentemente, as complicações se impõem, como a presença de infarto agudo do miocárdio, acidente vascular cerebral, necessidade de realização de hemodiálise cronicamente, amputações de membros, cegueira, neoplasias, etc.

Nesses sete anos no CDT, observei, desde o início, que a nossa clientela, apesar da alta escolaridade, ainda não estava consciente da prevenção. Cabe a cada um de nós o autocuidado. E, aos gestores de saúde, quer públicos ou particulares, a realização de políticas que realizem programas, triagem e rastreamento em unidades de saúde no sentido de promoção, tratamento, acompanhamento para redução de ritmo de evolução de doença e, se necessária, reabilitação para manutenção da saúde e autonomia.

*\*Dra. Márcia Morgado é geriatra do Ministério da Saúde, Membro Titular da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, médica aposentada do Banco do Brasil, Coordenadora do Programa de Residência Médica do Hospital Municipal da Piedade, Professora Assistente do Curso de Medicina da Universidade Gama Filho e primeira clínica a atuar nos programas do CDT da Mútua*



**Profº DRº Ronaldo C. Miquel**  
**42 anos de EXPERIÊNCIA**  
**Implantes Dentários**  
**e Reabilitação Bucal**

CRO-RJ 4930

Serviço não coberto pela Mútua

**TÉCNICAS MINI TRAUMÁTICAS**, normalmente sem a utilização de bisturi e nem pontos de sutura. A manipulação do paciente é muito pequena, logo indicada para idosos, diabéticos controlados, com problemas cardíacos, tais como: safenados, com stent, transplantados. Como qualquer técnica apresenta indicação e contra indicação. Sendo em média, dependendo do caso, o tempo de tratamento de 3 a 6 semanas.

Aulas magnas ministradas nas Universidades Italianas de Módena e Nápoles.  
 Único brasileiro que não precisou fazer prova para obter o título de especialista junto ao Conselho Federal de Odontologia, pois o seu curriculum ultrapassou todas as normas exigidas.  
 Presidente da banca examinadora pelo Conselho Federal de Odontologia para examinar os cirurgiões dentistas candidatos ao título de especialista. Trabalhos científicos publicados e conferências ministradas nos países: Alemanha, Argentina, Austrália, Brasil, Grécia, Espanha, Itália, Romênia e USA. 2 Livros publicados.

IPANEMA: RUA VISCONDE DE PIRAJÁ, 547 / 1014 E 1015 - Tel: (21) 2239-0270 / (21) 2512-1241  
 NITERÓI: AV. ERNANI AMARAL PEIXOTO, 207 / 602 E 604 - Tel: (21) 2613-0077 / (21) 2613-0088  
[www.implantedentarios.odo.br](http://www.implantedentarios.odo.br) - [profronaldo@implantedentarios.odo.br](mailto:profronaldo@implantedentarios.odo.br)