

informe | Mútua



Mútua: a pontuação mais alta no Índice de Desempenho da Saúde Suplementar

A Mútua dos Magistrados se destaca entre todas as mil operadoras de saúde (pequena, média e grande porte), uma vez que o seu IDSS (Índice de Desempenho da Saúde Suplementar), divulgado pela ANS, foi de 0,9935 (máximo 1).

Este resultado consolida a Mútua como um CASE DE SUCESSO, e refuta a literatura específica, que sustenta que a Verticalização Ambulatorial precisa de uma grande carteira de associados para ter sucesso. O resultado mostra que o porte da opera-

dora não é o fator determinante. A Gestão Profissionalizada, juntamente com a Verticalização Ambulatorial, é que fizeram a diferença no excelente desempenho da Mútua na categoria autogestão de pequeno porte. **(Páginas 4/5 e 8)**



Novos convênios: os melhores hospitais e desconto nas principais drogarias!

Pensando sempre em seus associados, a Mútua acaba de celebrar convênios com o Hospital Samaritano - Barra e Botafogo - e com o Hospital Vitória, além de selar convênios de descontos

com as melhores drogarias, da mesma maneira a Mútua cumpre o compromisso de assegurar sempre o que há de melhor para a saúde dos seus associados e de seus dependentes. **(Página 6)**

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 (24hs):

98183-1140

99986-7070



Mútua

Sua saúde merece bem-estar

Diretoria 2015 / 2017

Presidente

Des. Antônio Jayme Boente

Vice-Presidente

Des. Jacqueline Lima Montenegro

Tesoureiro

Juiz Rafael Estrela Nóbrega

Secretário

Juíza Paula Feteira Soares

Diretores

Des. Luciano Saboia Rinaldi de Carvalho

Des. Joaquim Domingos de Almeida Neto

Des. João Ziraldo Maia

Juíza Marcia Correia Hollanda

Juíza Keyla Blank de Cnop

Academia

Des. Maria Sandra Rocha Kayat Direito

Conselho Deliberativo e Fiscal

Presidente

Des. Humberto de Mendonça Manes

Membros Natos

Des. Hilário Duarte de Alencar

Des. Antonio Cesar Rocha Antunes de Siqueira

Des. Henrique Carlos de Andrade Figueira

Des. Antonio Saldanha Palheiro

Membros Efetivos

Des. Newton Paulo Azeredo da Silveira

Des. Ricardo Rodrigues Cardozo

Des. Maria Helena Pinto Machado

Des. Márcia Cunha Silva Araújo de Carvalho

Juíza Raquel Santos Pereira Chrispino

Juiz. Rossidelo Lopes da Fonte

Juíza Valéria Pachá Bichara

Juiz Alexandre Chini Neto

Informe Mútua

(Tiragem 3.200 exemplares)

Redação

Maria da Silveira Lobo

marialobo@uol.com.br

Design gráfico

M. Beatriz do N. e Silva Pottier

bitty@c-artbrasil.com

Fotolito e Impressão

COPIARTE - Copiadora e Artes Gráficas Ltda.

copiarte@copiarte-rj.com.br

Mútua dos Magistrados

Rua Dom Manuel, nº 29 – 1º andar

Rio de Janeiro – CEP 20010-090 RJ Brasil

Telefax: 2533-8375 (PABX)

Forum Academia - 1º setor

mutuadosmagistrados@

mutuadosmagistrados.com.br

www.mutuadosmagistrados.com.br

Emergência (Atendimento 24h)

Call Center

Tels.: 98183-1140 / 99986-7070 /

99967-4344

DO OUTRO LADO DO BALCÃO

ENTREVISTA - Bruna de Mendonça Salim de Oliveira Responsável pela autorização dos pedidos



Bruna recebe toda a documentação que chega dos hospitais, clínicas e consultórios - pedido de internação, tratamentos, medicamentos, procedimentos de oncologia e dermatologia - e encaminha para a médica auditora analisar.

O que mudou no processo de autorização da Mútua? A partir de 5 de setembro deste ano, conforme informado no Boletim nº 36, enviado através de e-mail para os associados, todos os procedimentos eletivos, isto é, não emergenciais, devem ser encaminhados para autorização com 15 dias úteis de antecedência. Hospitais são informados sobre o prazo no momento da recepção do pedido. Antes, autorizávamos os procedimentos para a data solicitada pelo médico.

E quando é uma emergência? Nesse caso, o associado se interna de emergência e realiza a cirurgia de urgência. No pós-cirúrgico serão avaliados tanto os procedimentos realizados quanto os materiais utilizados. A médica auditora encaminhará o relatório da cirurgia aos especialistas - cardiologista, ortopedista, neurocirurgião e etc..., para avaliação da pertinência dos procedimentos e materiais.

Quantos pedidos você recebe por dia? Recebemos pedidos de internação quase todos os dias. No final de semana, ocorrem em torno de duas ou três internações de emergência. Para atendimento eletivo / ambulatorial também recebemos pedidos diariamente.

Há algum custo que não é coberto pela Mútua? Anestesiista e instrumentador são as únicas classes que não tem credenciamento em nenhum plano. Então, o associado e o profissional combinam a forma e o prazo de pagamento. Para a cirurgia eletiva, sugerimos que o associado solicite previamente o reembolso, enviando o pedido e/ou orçamento do médico através do

e-mail previareembolso@mutuadosmagistrados.com.br. A enfermeira responsável responderá sobre qual o valor que poderá ser reembolsado, baseada no pedido médico. Mas este valor poderá ser alterado após a avaliação médica e a autorização da Mútua. Quanto aos materiais especiais e próteses, se nossos médicos entenderem que são pertinentes à cirurgia, a Mútua cobrirá de acordo com as tabelas e contratos firmados com os hospitais credenciados. Quando o médico não é credenciado, é feito de forma particular, sendo analisado o pedido de reembolso, juntamente com a documentação necessária (notas fiscais, recibos, pedido médico e relato cirúrgico). Os procedimentos odontológicos não são cobertos.

Você deve trabalhar sob muita pressão, não? Eu fico na ponte entre os hospitais e a Mútua. A vantagem é que nós temos os médicos-audidores externos que visitam os pacientes a cada dois ou três dias. E a família daqueles que são acompanhados pela nossa equipe médica tem conhecimento do estado de saúde de seus familiares, podendo oferecê-los mais conforto.

Qual é o maior desafio do seu trabalho? Eu faço este trabalho com muito prazer. Sei que desempenho um papel muito importante na engrenagem. Um atraso no encaminhamento de um pedido retarda o processo, pois sou a porta de entrada das informações e o associado pode ser prejudicado. Se o paciente não é registrado na tela do sistema, os médicos auditores não terão conhecimento da internação e não irão visitá-lo. Por isso, me sinto muito satisfeita de estar nesta função e conseguir disseminar as informações; alimentar o sistema; fechar processos; informar ao hospital que a cirurgia está autorizada. É muito bom acompanhar um processo do princípio ao fim, saber que o paciente se internou; operou ou se tratou; se recuperou e recebeu alta. Em suma, é bacana ver que a vida seguiu. O maior desafio é lidar com a fragilidade das pessoas. Já atendi por telefone associados que me contam, alguma vezes chorando, sobre o problema de saúde de um familiar, por exemplo. Então, precisamos ser humanos, primeiro e acima de tudo. É necessário fazer com que tudo dê certo, que os prazos se cumpram, que as informações não sejam retidas e que cheguem à pessoa certa que pode decidir e agilizar. E é muito gratificante quando o associado depois liga e agradece e vejo o resultado do trabalho que deu certo.

MENSAGEM DO PRESIDENTE

Prezados Associados,

Terminamos este difícil ano de 2017 comemorando algumas conquistas que nos animam a acreditar que 2018 será um ano tranquilo e feliz para a Mútua e os Magistrados.

O País continua atravessando uma crise econômica e política gravíssima, a Nação vem sofrendo as consequências de cortes profundos no orçamento e a população do Estado do Rio de Janeiro, em especial, foi uma das mais atingidas entre os estados da federação. Contudo, a higidez financeira da Mútua dos Magistrados é um ponto fora dessa curva. Pois, mesmo tendo sofrido um corte na receita, devido a suspensão do repasse de um percentual dos emolumentos cartorários, conseguimos não apenas cumprir com nossas obrigações, mas também celebrar alguns convênios muito importantes para garantir a saúde dos associados. Tudo isso graças a uma administração sensata combinada a um planejamento estratégico audacioso, já de longa data.

Neste último trimestre, destacamos a subida da Mútua ao primeiro lugar no ranking de operadoras de saúde complementar de pequeno porte da Agência Nacional de Saúde e os convênios com os melhores hospitais e drogarias disponíveis na cidade do Rio de Janeiro.

O plano para 2018 é atrair para o quadro de médicos referenciados da Mútua os mais renomados profissionais em algumas especialidades ainda não contempladas, consolidando deste modo o atendimento preventivo multidisciplinar e personalizado como diferencial da Mútua.

Desejamos a todos um Feliz Natal e um Ano Novo com muita saúde e paz.

Desembargador Antônio Jayme Boente

Presidente da Mútua

O primeiro ano da gestão do Desembargador Boente termina comemorando grandes vitórias!

O Desembargador Antônio Jayme Boente já vinha exercendo a Presidência da Mútua dos Magistrados desde que o Desembargador Antonio Saldanha Palheiro deixou o cargo, em 06 de abril de 2016, para tomar posse como ministro do STJ. Ele assumiu o cargo enquanto presidia o Tribunal Regional Eleitoral e foi eleito no dia 27 de março de 2017 pela chapa **Continuidade e Eficiência**. O Desembargador Boente termina o primeiro ano do biênio da nova Diretoria e Conselho Deliberativo e Fiscal da Mútua comemorando grandes vitórias, em meio a uma conjuntura econômica, política e social crítica.

A Mútua subiu do 10º para o 1º lugar no Índice das Operadoras de Saúde Suplementar da Agência Nacional de Saúde!

Entre 2016 e 2017, foram firmados os seguintes convênios: a) hospitalares - Laboratório Richet, Hospital Copa Star, Hospital Pediátrico Pró Criança Jutta Batista e o Centro de Diagnóstico do Américas Medical City, o qual incorpora o Hospital Samaritano e o Hospital Vitória; b) farmacêuticos - Venâncio, Raia, Drogasil, Pacheco e São Paulo.

Desde que assumiu a Presidência da Mútua, o senhor já firmou 4 convênios hospitalares e 5 convênios com drogarias?

O Desembargador Saldanha já tinha feito o trabalho de captação para que nós pudéssemos celebrar o convênio com o Hospital Copa Star. A partir daí, fechamos outros bons convênios, como, por exemplo, com o Hospital Samaritano e o Hospital Vitória, e aumentamos nosso campo de atendimento no Hospital Pró-Cardíaco, que era limitado à assistência de doenças cardiovasculares e agora inclui

uma bateria de exames. Hoje, podemos afirmar que temos na nossa carteira de hospitais o que há de melhor no Rio de Janeiro. Inexiste hospital top que não seja credenciado pela Mútua. E estamos procurando também angariar recursos humanos, trazer para o corpo de médicos referenciados os profissionais mais renomados do mercado. Isto dá ao associado um conforto na hora que mais o aflige, que é a hora da doença. Além disso, fizemos convênios com farmácias e drogarias, porque os descontos representam um ganho direto para o associado. Estamos atuando em várias frentes para que o associado tenha vantagens, embora tenhamos sofrido um baque muito grande decorrente da perda dos emolumentos cartorários, o equivalente a aproximadamente 6% da nossa receita. Contudo, como a possibilidade de isto acontecer já estava prevista nas administrações que me antecederam, nós já estávamos nos preparando para contornar esta eventualidade. A Mútua vem administrando seus recursos financeiros com muito zelo e responsabilidade. Informamos com antecedência aos associados que teríamos uma gestão relativamente austera, não só devido à perda deste erário, mas também por efeito da situação grave pela qual passa o país e, especialmente, o Estado do Rio de Janeiro. Como fazemos em nossas próprias casas, estamos economizando naquilo que podemos. Estamos realizando auditorias em todas as nossas despesas, notadamente nas internações e nos exames ambulatoriais, porque efetivamente encontramos problemas e já fizemos várias reuniões com hospitais visando solucionar os mais recorrentes.

Uma das medidas foi o aumento de prazo para autorização dos pedidos de cirurgias eletivas.

Sim. Nós procuramos estabelecer um teto de gastos para que, de acordo com nossas receitas, possamos honrar nossos compromissos e não extrapolar. Como em nossas casas, há meses em que há picos de despesas, como, por exemplo, o do pagamento do IPTU ou do carnê de seguro de carro. A Mútua também tem esses picos e procuramos implementar formas de achatá-los. Por exemplo, percebemos que há muitas cirurgias que são feitas no mesmo momento, o que faz com que os picos se elevem. Por isso, de acordo com a lei, estabelecemos um prazo para as cirurgias eletivas, isto é, não emergenciais. Este método nos permite suavizar os picos de despesas, embora não estejamos no vermelho. O teto de gastos está estabelecido dentro dos limites da razoabilidade e, quando houver folga orçamentária, esta será revertida para aplicações financeiras que formarão um colchão para enfrentar futuros períodos de dificuldade. O objetivo é poder continuar honrando os compromissos com nossos fornecedores, prestadoras de serviços e profissionais credenciados, pagando-lhes sem atraso, como sempre fizemos.

Quais foram os principais desafios das negociações com os novos prestadores de serviço de alta qualidade?

Vencemos os desafios porque nós temos um viés de gestão, que é o de priorizar a qualidade dos serviços prestados aos associados. Nós todos estamos sofrendo neste momento, todo o Estado, todas as empresas e segmentos da economia. Ocorre que a Mútua sempre foi conservadora em seus gastos e temos uma bela carteira de clientes. São mais de 5.000 vidas! Isto interessa a qualquer hospital e, mais importante, pagamos em

dia. Num momento de crise, talvez seja importante para um hospital grande atrair um bom parceiro como a Mútua. Claro que a negociação sempre é dura. Estávamos namorando o Hospital Samaritano desde a época de Paulo César Salomão, há muitos anos atrás. Mas agora, finalmente, as partes resolveram se ajustar. Posso dizer aos associados que foi muito vantajoso e que, em termos de custo-benefício, nossas melhores relações talvez sejam com o Hospital Samaritano e o Hospital Vitória no Américas Medical City.

A Mútua subiu do 10º para o 1º lugar no Índice das Operadoras de Saúde Suplementar da Agência Nacional de Saúde. Como o senhor explica este salto?

É que nós temos um trabalho muito interessante de prevenção. Nós chamamos nosso associado para fazer check-up. Investimos na prevenção e, com isso, evitamos despesas grandes na hora de uma doença. Nós temos associados de 80, 90 anos, cuidamos bem dos nossos velhinhos, inclusive vaci-

nando-os em casa, e isso nenhum plano de saúde faz. É um diferencial fantástico! Eu mesmo recebo e atendo inúmeros telefonemas de pessoas que precisam de alguma coisa. A não ser a TAM - na época do Comandante Rolim - e a Mútua, não existe nenhum outro lugar onde o associado liga para falar com o presidente e ele intervém e resolve.

A Folha de São Paulo organizou um seminário de Saúde Suplementar na semana passada e a conclusão foi que o futuro é o enfoque na saúde primária, nos programas preventivos. Vocês têm know-how disso para oferecer?

Sim, nós investimos na prevenção desde 2006 e, por isso, subimos no ranking da ANS. Mas tivemos que cortar despesas em outras áreas para não prejudicar este programa. Deixamos de custear, por exemplo, o coral da 3ª idade, as maratonas (que incentivávamos, pagando inscrições), dentre outros programas. Às vezes, temos que recuar para não perder e depois, se possível, retomar. Não pode-

mos comprometer nossa missão original e essencial de plano de saúde.

Quais são os planos para 2018?

Esperamos, em 2018, não só manter nossa hígidez financeira como avançar, buscando médicos referenciados cada vez mais qualificados, de forma que não precisemos procurar médicos, fora de nossos quadros, para nos atender e cuidar. Nossos médicos têm muito cuidado com seus pacientes e tratam a Mútua de forma diferenciada. Há médicos por aí que nem olham para os pacientes, que pedem exames sem critério. Um amigo me contou que foi a um médico e que este, sem examiná-lo nem tocá-lo, mandou imprimir uma lista de exames, incluindo um diagnóstico de verificação de trompas! (Risos) Esse tipo de médico não nos interessa; nossa relação com os médicos é de confiança mútua, de parceria. Em 2018, vamos dar uma feição mais empresarial ainda à Mútua, mas sem perder a afeição, o atendimento carinhoso e pessoal.

“A não ser a TAM - na época do Comandante Rolim - e a Mútua, não existe nenhum outro lugar onde o associado liga para falar com o Presidente e ele intervém e resolve”.

Desembargador Antônio Boente



Bem-vindos aos novos convênios da Mútua: os melhores hospitais e desconto nas principais drogarias!

A Mútua acaba de celebrar convênios com o Hospital Samaritano - Barra e Botafogo - e com o Hospital Vitória. Juntamente com outros excelentes hospitais de nossa rede conveniada, a Mútua cumpre o compromisso de assegurar sempre o que há de melhor para os seus associados e seus dependentes

O convenio inclui as duas unidades do Hospital Samaritano, somando 240 leitos e pronto-socorro 24 horas. Inaugurado em 1949, o Hospital Samaritano é um dos mais modernos e respeitados centros de prevenção, diagnóstico e tratamento do país. Conta com tecnologia de ponta em todos os setores e possui uma equipe médica de alto nível, em várias especialidades. Conquistou, em fevereiro de 2017, o selo da Joint Commission International (JCI), modelo de qualidade e segurança na área da saúde.

O Hospital Vitória, referência para atendimento pediátrico, conta com 274 leitos, CTI para adultos e crianças, Unidade Semi-Intensiva e Emergência para Adultos e Crianças. O Centro de Atendimen-

to Familiar proporciona bem-estar e conforto às crianças, familiares e acompanhantes. A brinquedoteca é um espaço para o desenvolvimento motor, cognitivo e psicossocial infantil onde as crianças hospitalizadas podem brincar com outras crianças.

O Hospital Samaritano, unidade Barra da Tijuca, e o Hospital Vitória estão localizados no Americas Medical City inaugurado em 2015. O Americas Medical City oferece atendimento integrado para a saúde - prevenção, diagnóstico, tratamento clínico ou cirúrgico, reabilitação e emergência. Trata-se de um conceito pioneiro no tratamento de excelência em modernas instalações com tecnologia de última geração para atender a todas as necessidades de pacientes e médicos em um só lugar.

- 494 leitos
- 16 salas cirúrgicas
- 11 leitos Day Hospital
- Centro de Cirurgia Robótica
- Centro de Diagnóstico
- Centro de Oncologia
- Consultórios
- Espaço exclusivo para médicos.

Atenção:

Em caso de necessidade de atendimento especializado posterior à situação emergencial ou em razão de cirurgia eletiva, os três hospitais trabalham com cobrança direta ao associado dos honorários médicos. Ou seja, não há credenciamento dos médicos especialistas e o valor poderá ser superior àquele da Tabela de Reembolso da Mútua. Esta é a praxe nos contratos com outros planos de saúde por eles celebrados, bem como nos convênios da Mútua com o Hospital Copa Star, a Clínica São Vicente da Gávea e a Casa de Saúde São José. Recomendamos que o associado entre em contato com a Mútua ou com o seu médico particular para a indicação do profissional que poderá vir a se responsabilizar pelo prosseguimento do tratamento nas dependências de todos estes hospitais, se este for necessário. E que, no momento da internação de emergência, o paciente ou seus familiares preencham o formulário com a indicação do médico de sua confiança, de forma que possa ser feito o contato com o mesmo.



A recepção da emergência pediátrica do Hospital Vitória. Uma unidade de internação e o Centro de Cirurgia Robótica do Samaritano Barra, o primeiro do Rio de Janeiro



A brinquedoteca do Hospital Vitória é um espaço para o desenvolvimento motor, cognitivo e psicossocial infantil onde as crianças hospitalizadas podem brincar com outras crianças

Hospital Vitória: Av. Jorge Curi, 550 - Barra da Tijuca Tel.: (21) 3263-2000

Hospital Samaritano Barra: Avenida Jorge Curi, 550 - Barra da Tijuca - Tel.: (21) 3263-1000

Hospital Samaritano Botafogo: R. Bambina, 98 - Botafogo - RJ - Tel.: (21) 3444-1000

Convênio Farmácias: a Mútua cuidando da sua saúde e de seu bolso

Pensando sempre em seus Associados e ciente de que o aumento do custo de medicamentos pode pesar no orçamento e até ter um impacto negativo na saúde de alguns pacientes, a Mútua selou diversos convênios de descontos com as melhores drogarias da cidade. Confira abaixo:

VENANCIO

Benefício:

Descontos de 30% sobre o preço máximo ao consumidor (PMC) em medicações. O referido desconto não é acumulativo. Caso o medicamento já tenha um desconto, é concedido a diferença para chegar ao percentual de 30%.

Como utilizar:

Informar ao caixa que é conveniado do Plano de Saúde Mútua dos Magistrados e seu CPF.

DROGA RAIA e DROGASIL

Benefício:

Descontos de 15% em todos os medicamentos de marca e genéricos tarjados.

Como utilizar:

Retirar a carteirinha do convênio na sede da Mútua dos Magistrados (Rua Dom Manuel, 29, sala 112, Centro, RJ). No caixa da drogaria,

apresentar a carteirinha do convênio juntamente com outro documento de identificação.

PACHECO e SÃO PAULO

Benefício:

Descontos de 15% sobre o preço máximo ao consumidor (PMC) para medicamentos de marca. Descontos de 15% sobre o preço máximo ao consumidor (PMC) para medicamentos de marca similares. Descontos de 35% sobre

o preço máximo ao consumidor (PMC) para medicamentos genéricos. Descontos de 10% sobre o preço máximo ao consumidor (PMC) para OTC (medicamentos fora do balcão, ou seja, nas prateleiras).

Como utilizar:

Informar ao caixa que é conveniado do Plano de Saúde Mútua dos Magistrados, seu CPF e apresentar outro documento com foto.



A Mútua é a número 1

A Mútua dos Magistrados obteve a nota mais alta do IDSS (Índice de Desempenho da Saúde Suplementar) da ANS (Agência Nacional de Saúde) na categoria de operadoras de pequeno porte: 0,9935 (máximo 1). Este resultado consolida a Mútua como um CASE DE SUCESSO.

Quais são os indicadores do IDSS (Índice de Desempenho da Saúde Suplementar), divulgado / mensurado) pela ANS (Agência Nacional de Saúde Suplementar)?

O índice, avaliado anualmente, é um importante parâmetro para os 70,6 milhões de beneficiários de planos de assistência médica e odontológica no Brasil. O IDSS avaliou a atuação de 975 operadoras, sendo 695 do segmento médico-hospitalar e 280 exclusivamente odontológicas. Os indicadores estão agrupados em 4 dimensões: 1) qualidade em atenção básica, ou seja, o atendimento com ênfase na promoção, prevenção e assistência prestada, que é o que a Mútua realiza em seus Centros de Diagnóstico e Terapia no Forum e na Barra da Tijuca; 2) garantia de acesso, isto é, abrangência da rede de prestadores de atendimento. Cabe ressaltar que a Mútua recentemente incorporou 3 novos hospitais e 5 farmácias a sua rede; 3) sustentabilidade no mercado, considerando o equilíbrio econômico-financeiro da operadora bem como a satisfação dos beneficiários e os compromissos com os prestadores, e por último 4) a dimensão da gestão, processos e regulação que afere as obrigações técnicas e cadastrais da ANS.¹

No vídeo do facebook, a senhora destacou a dimensão dos indicadores que avaliaram a sustentabilidade da Mútua no mercado, afirmando que os fatores determinantes do sucesso são a verticalização ambulatorial e a gestão profissionalizada.

A Mútua Operadora de autogestão de pequeno porte tem 5226 associados, e obteve a nota máxima no IDSS. Em resumo, o que pesou no resultado final foi a gestão profissionalizada e o atendimento indivi-

dualizado, conforme a necessidade dos associados a ser suprida.

A adesão aos Programas de Saúde é crescente, foram realizados 23.982 atendimentos (21.067 no CDT Centro e 2.915 no CDT Barra até outubro de 2017), sendo que os 2.915 realizados no CDT Barra representam um aumento de 497% no período 2015/2017. Isto incluindo os procedimentos fisioterápicos. Sem estes procedimentos, foram 8.178 atendimentos (6.613 no CDT Centro e 1.565 no CDT Barra), ou seja, só na Barra, um aumento de 220%.

O que é Verticalização Ambulatorial ?

É a Operadora assumir parte da assistência por meio dos Programas de Saúde. A literatura específica de administração de seguros de saúde sustenta que o êxito da Verticalização Ambulatorial está diretamente correlacionado com um grande número de associados da carteira de uma operadora, o que permitiria diluir os custos e diminuir os riscos. Portanto, o fato da Mútua ter alcançado praticamente a nota máxima do IDSS contradiz essa tese. O x da questão é a Gestão Profissionalizada com foco no associado.

O que distingue a gestão profissionalizada da Mútua?

São os programas de prevenção. Agregamos mais projetos, mais qualidade na assistência. Estamos de parabéns, tanto a nova direção quanto todos os colaboradores, não só a equipe administrativa como também a equipe de saúde (médicos, enfermeiros, nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas e fonoaudiologistas). Agradeço aos associados que, a cada ano, confirmam e participam do check-up.

É o check-up o programa que direciona para outros programas. Para quem participa do check-up, as internações são na ordem de 20% e, para quem não participa, a incidência de internações é de 80%. A sinistralidade de quem participa do programa de check-up, medida pela Towers Watson, está em torno de 76% e de quem não participa é de 106%. Por isso, sempre insistimos para que os associados participem dos Programas de Saúde e realizem o check-up anual.

Faça seu check-up e participe dos programas de prevenção da Mútua!



¹ <http://www.ans.gov.br/aans/noticias-ans/qualidade-da-saude/3510-qualificacao-de-operadoras-ans-divulga-resultados-e-novos-indicadores>

Trabalhos da Mútua apresentados em congressos no Brasil e no exterior

No ano de 2017 a Diretora executiva da Mútua, Dra. Tânia Kadima Magalhães Ferreira, apresentou cinco trabalhos científicos. No primeiro semestre, o programa de prevenção da Mútua (Verticalização Ambulatorial) foi premiado com o terceiro lugar no Congresso Internacional de Qualidade em Serviços e Sistemas de Saúde - QUALIHOSP.

No segundo semestre foram apresentados os seguintes trabalhos:

XIII CONGRESSO NACIONAL DE EXCELÊNCIA EM GESTÃO - IV INOVARSE cujo tema foi "Tecnologia e Inovação Aplicadas na Gestão das Organizações: Transparência, Compliance e Sustentabilidade, reflexões sobre teoria e prática" 28 e 29 de setembro de 2017 - FIRJAN-RJ

Trabalhos apresentados:

PLANEJAMENTO ESTRATÉGICO: FERRAMENTA FUNDAMENTAL PARA MELHORIA DO DESEMPENHO DA ORGANIZAÇÃO

A diretora demonstrou como foi bem-sucedida a estratégia adotada, em 2006, de Verticalização Ambulatorial, focada na assistência em saúde aos associados com base no check-up anual e atendimento prestado por uma equipe em 12 programas de prevenção e promoção da saúde, que foram implantados gradualmente. Houve redução de 21% de internações dos participantes dos Programas de Prevenção; contra 79% para os não participantes do check-up, entre 2012 e 2015. Verificou-se também, no mesmo período, redução significativa da sinistralidade nos participantes dos programas. Leia mais a respeito na entrevista da página ao lado.

A estratégia foi planejada a partir do diagnóstico pela matriz SWOT que identifica Forças (Strengths),

Fraquezas (Weaknesses), Oportunidades (Opportunities) e Ameaças (Threats). O problema de fragmentação da assistência foi enfrentado com a Verticalização Ambulatorial e para as avaliações posteriores foram utilizados Balanced Scorecards, facilitando feedback e correções programáticas necessárias.

RESPONSABILIDADE CORPORATIVA E SUSTENTABILIDADE

Neste painel, a diretora destacou a avaliação das metas alcançadas pela Mútua em termos de impactos social, econômico e ambiental, conforme o modelo adotado de gestão empresarial responsável (Enterprise Responsibility). O trabalho visou também sugerir ações que possam levar a empresa ao estágio máximo de maturidade de Responsabilidade Social (Champion).

Além dos resultados assistenciais após a Verticalização Ambulatorial (2006/2015) já citados – check-up; programas de prevenção; imunizações; internações e procedimentos - foram avaliados também a gestão de pessoas, tendo como princípio os direitos humanos e as relações justas de trabalho; o compromisso com a sociedade por meio de participação em congressos; e a saúde financeira da empresa. A empresa se encontra

no estágio 4 de maturidade de responsabilidade social.

21º CONGRESSO SPEO - SOCIEDADE PORTUGUESA PARA O ESTUDO DA OBESIDADE
24 a 26 de novembro de 2017, Aveiro, Portugal

Trabalho apresentado:

OBESIDADE: NECESSIDADE DE ACOMPANHAMENTO MULTIDISCIPLINAR POR PELO MENOS 6 MESES

O estudo comparou as evoluções entre participantes do programa de saúde da Mútua (2013/2016), que permaneceram até a terceira avaliação e os que permaneceram até a sexta avaliação. E ficou demonstrado que o acompanhamento multidisciplinar (clínicos, radiologistas, nutricionistas, enfermeiros, psicólogos) requer um período mínimo de 6 meses para eficácia das ações contra a obesidade e o início da consolidação da mudança.



Agora já são 14 programas de prevenção para você e sua família se beneficiarem

Gradativamente, a Mútua foi implantando os Programas de Promoção à Saúde e Prevenção de Doenças, de acordo com o perfil dos seus associados, para que todos pudessem ser acompanhados após o check-up, se houver necessidade. Atualmente, estão sendo oferecidos 14 programas, já avaliados e aprovados pela ANS, conforme breve descrição abaixo. Nesta matéria, publicaremos histórias de associados, que frequentam os programas, e o depoimento de um médico responsável. Ressaltamos que o diferencial da Mútua é o diagnóstico e o acompanhamento por equipe multidisciplinar integrada numa visão holística do paciente.

1) Check-up e Atenção Integral à Saúde

Atenção Integral à Saúde é como um retrato em grande angular dos possíveis riscos, danos e patologias, presentes e futuros, que podem acometer você. Tudo começa com o check-up, que deve ser anual. Lembre-se que algumas doenças são assintomáticas. Uma vez rastreado algum risco ou diagnosticada alguma enfermidade, os médicos encaminham o associado para o programa específico que irá tratá-lo a tempo, melhorar sua saúde e qualidade de vida e prevenir futuras complicações.

2) Prevenção da Síndrome Metabólica na Infância e Adolescente

A síndrome não é uma doença; é um conjunto de causas ou fatores: hipertensão, alterações na glicose e no colesterol associadas à obesidade e à doença cardiovascular. O elo de ligação entre essas condições é a resistência insulínica, isto é, uma dificuldade desse hormônio em exercer o metabolismo das gorduras. O check-up deve

ser feito a partir de 9 anos, a fim de prevenir, por meio de mudança de hábitos alimentares e exercícios físicos, que a síndrome apareça na idade adulta. (Leia mais sobre a síndrome na entrevista com Dr. Othon Pinheiro Filho).

3) Nutrição para Infância e Adolescência

Este programa é voltado para todas as crianças e adolescentes. É sabido que a amamentação exclusiva até os “6 meses de vida e suplementar até os 2 anos de idade” fornece imunoglobulinas para o fortalecimento do sistema imunológico e bactérias probióticas que estabelecerão uma flora intestinal saudável. Contudo, quando o aleitamento materno não é possível, há alternativas nutricionais que o médico pode indicar. Este programa é voltado também para a criança ou adolescente com subnutrição ou sobrepeso; deficiência de vitaminas ou de massa muscular.

4) Nutrição para Adultos e Idosos

Cada ciclo de vida requer uma alimentação distinta e apropriada. Fatores econômicos, doenças e hábitos culturais podem interferir na fase de ingestão e o estresse pode interferir na absorção, causando perda de energia, de proteínas e de nutrientes ou aumento de peso e toxicidade devido a supernutrição. Dieta é uma questão de equilíbrio nutricional e psicológico e o programa da Mútua zela por esse equilíbrio planejando a quantidade, a proporcionalidade e a adequação dos alimentos às necessidades de cada indivíduo. Na Mútua, a avaliação feita segundo a faixa etária, sexo, nível de atividade física, peso e altura conta com um diferencial: a bioimpedanciometria elétrica. Isto é, o volume exato de água no organismo é calculado por meio da emissão de correntes

elétricas de baixa amplitude e alta frequência que permitem mensurar a quantidade de massa magra e gorda contida no corpo.

5) Acompanhamento de Portadores de Doenças Cardiovasculares

Alimentação balanceada sem gordura saturada; não fazer uso de álcool e cigarros; prática de atividades físicas e sono regular são os principais fatores que diminuem consideravelmente o risco de o indivíduo sofrer um infarto agudo do miocárdio ou obstrução das artérias periféricas do corpo ou um acidente vascular cerebral, por exemplo. A equipe Mútua acompanha tanto o associado diagnosticado com pressão arterial elevada (hipertensão) ou colesterol alto quanto os portadores de doenças cardiovasculares: coronária, arterial periférica, da aorta ou que tenham sofrido um acidente vascular encefálico.

6) Saúde do Homem

A campanha Novembro Azul foi criada para lembrar aos homens – geralmente eles são os que mais fogem dos médicos – da necessidade do diagnóstico precoce do câncer de próstata, uma doença assintomática, que, se identificada em seu estágio inicial, tem 90% de chances de cura. Um simples exame de sangue é o primeiro passo, pois quando o câncer está presente, a próstata produz uma quantidade aumentada da proteína PSA. Porém, um exame positivo não significa que o paciente necessariamente tenha o tumor. Uma conversa com o Dr. Romulo Guida, onde condições genéticas e outras serão ponderadas, será decisiva sobre se há ou não necessidade de exame de toque ou mesmo biópsia. (Leia entrevista na página 18)

7) Saúde da Mulher

A campanha Outubro Rosa foi criada para lembrar às mulheres que o “screening” ou rastreamento, por meio de exame clínico, mamografia, ultrassonografia e ressonância magnética, permite diagnosticar o câncer de mama quando o estágio ainda é muito precoce e os tratamentos são menos agressivos, as cirurgias são mais econômicas e os resultados, inclusive estéticos, são bem melhores. Portanto, não deixe de agendar seu exame na Mútua, todos os anos.

8) Integração Nutrição e Exercício Físico

Exercícios aeróbicos, musculação e alongamento no Espaço Mútua do Forum são acompanhados por uma equipe de “coaches” em sintonia fina com os médicos nutricionistas no planejamento integrado para a melhoria da sua saúde e bem-estar. Você também pode contratar um personal, se for necessário ou desejável.

9) Prevenção de Câncer de Colo Uterino em Adolescentes

Entre 15 e 29 anos, as mulheres tem maior risco de ter o primeiro contato com o HPV (papilomavírus humano) e desenvolver uma infecção crônica que pode levar ao câncer de colo uterino. Infelizmente, esta é a segunda causa de morte nesta faixa etária. Daí a necessidade de vacinação de meninas antes de um provável primeiro contato com o vírus, isto é, a partir de 9 anos. Além disso, é fundamental que as mulheres façam, periodicamente até 64 anos de idade, o Papanicolaou que pode detectar lesões precocemente.

10) Atenção e Acompanhamento Global do Idoso

Você já ouviu falar de algum plano que vai vacinar o idoso em sua própria casa? Os Associados imobilizados de comparecer aos locais de vacinação, por absoluta incapacidade de locomoção, poderão ser vacinados contra gripe e pneumonia na residência. Só mesmo a Mútua! Além disto, estão disponíveis check-up anual, acompanhamento nutricional inte-



A campanha Novembro Azul foi criada para lembrar aos homens da necessidade do diagnóstico precoce do câncer de próstata.

grado ao programa de exercícios físicos e acompanhamento psicológico no Espaço Mútua para todos os associados aposentados.

11) Prevenção de Câncer de Pele

Vivemos num país tropical abençoado e bonito por natureza; porém com alta exposição solar e, portanto, com risco aumentado para câncer de pele, sobretudo para as pessoas que não fizeram uso de proteção adequada ao longo da vida. A incidência é maior entre homens e pessoas com a pele, cabelos e olhos claros, sardas ou pintas pelo corpo ou que tenham antecedentes familiares. A boa notícia é que o tratamento precoce tem sucesso em 90% dos casos. Como diz a música, “acredite em protetor solar”, mas não deixe de fazer a avaliação clínica na Mútua.

12) Prevenção Contra Pneumonia por Pneumococo

O Streptococcus pneumoniae ou pneumococo é uma bactéria que pode causar doenças pneumocócicas invasivas (pneumonias bacterêmicas, meningite, seps e artrite) e não-invasivas (sinusite, otite média aguda, conjuntivite, bronquite e pneumonia). As bactérias são disseminadas através de gotículas de saliva ou muco como, por exemplo, quando as pessoas infectadas tosse ou espirram. Os portadores mais frequentes são as crianças pequenas. A prevenção, por meio da vacina contra a doença pneumocócica, é a melhor maneira de se proteger contra o

pneumococo. Com o clima frio, o cuidado precisa ser dobrado. A cobertura vacinal contra pneumococo da Mútua é de 66,1% dos associados com mais de 50 anos e as intervenções por pneumonia foram reduzidas em 90% após a vacinação. A vacinação é recomendada para crianças também.

13) Prevenção e Tratamento de Doenças Ortopédicas

60% da população com idade acima de 35 anos apresentam sintomas ocasionais de dor intermitente associada ou não a dor profunda/intensa, que pode evoluir para deformidades mutilantes, diminuindo a qualidade de vida. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado, vão proporcionar a manutenção da qualidade de vida (laborativa e social).

14) Prevenção e Tratamento das Afecções da Coluna

Os problemas da coluna são uma das causas mais frequentes de morbidade e incapacidade. Estudos apontam que entre 50% e 80% da população, as lombalgias estão presentes, tornando-se um dos principais motivos de consultas médicas, hospitalizações e cirurgias. A situação pode piorar em ocupações onde a postura sentada é a prevalente. Acomete a população economicamente ativa, levando a perdas laborativas e sociais graves. A detecção precoce e o tratamento em sua fase inicial busca a melhora dos sintomas e a prevenção dos agravos.

Juíza Therezinha Maria de Avellar Duarte

Programa nutrição para adultos

Mesmo aposentada, a juíza Therezinha não deixa de ir duas vezes por semana ao centro da cidade só para fazer musculação no Espaço Mútua, no Forum, acompanhada pelo seu personal Gabriel. Graças a esta disciplina e a uma dieta "low carb" prescrevida pela Dra. Rosanna, ela conseguiu que seu nível de colesterol baixasse rapidamente, sem fazer uso de qualquer medicamento! Apesar de frequentar o Espaço Mútua desde 2004, foi o check-up realizado pelo Dr. Wagner, no ano passado, que apontou a necessidade da dieta e do follow-up pela fisioterapeuta. Sentindo-se grata pelo diagnóstico e o tratamento preventivo, a juíza gentilmente encaminhou um agradecimento à equipe Mútua (veja na pág 17).

Fernanda e Antonio Carlos, check-up que é orgulho para o cardiologista Dr. Breno Giestal Abreu Filgueiras e da Dra. Márcia Moragdo



Fernanda Fernandes Arrábida Paes & Antônio Carlos Arrábida Paes

Programa doenças cardio-vasculares

Um casal exemplar no trato da saúde. Ela com histórico familiar de angina e "stents"; ele hipertenso. Ambos magistrados, estão sempre correndo atrás do tempo e contornando o stress. Contudo, mesmo antes de fazerem o check-up da Mútua, em 2016, já praticavam tênis e "pilates" duas vezes por semana e se alimentavam sistematicamente de frutas, verduras e peixe. Ecologicamente corretos, só consomem carne uma vez por semana. Os exames de sangue confirmaram níveis adequados de vitaminas, mas os exames cardio-vasculares - ecocardiograma e teste com cicloergômetro - apontaram a necessidade de aumentar os exercícios para três vezes por semana. Um ano depois, o check-up de Fernanda e Antônio é motivo de orgulho para o Dr. Breno, cardiologista, e a Dra. Marcia, a médica que faz o check-up.

Julia, com a professora Renata: exercícios que a prepararam para a gravidez



Julia Vieira de Castro Lins - gestante

Programa integração nutrição e exercício físico

Julia está no programa há mais de três anos, quando fez seu primeiro check-up na Mútua e a nutricionista Dra. Catia Elken observou que, embora ela estivesse com bom peso, faltava-lhe massa muscular. Desde então, ela frequenta diariamente o Espaço Mútua, no centro da cidade, onde após a aeróbica faz a musculação acompanhada pelos professores Oswaldo e Renata. Quando a gravidez chegou, seu corpo já estava modelado e o segundo check-up demonstrou ganho em massa muscular. Contudo, Júlia conta que se sente mais segura porque, desde o início da gestação, seus músculos vem sendo preparados com exercícios especiais para o parto e o pós-parto.

João Baddini de Queiroz Campos

Programas de saúde da adolescência e nutrição infância e adolescência

Um exame de sangue, feito em 2014, revelou que João estava com colesterol alto. Felizmente, o Dr. Othon Pinheiro, cardiopediatra, pressentiu a chuva e não deixou João se molhar. Isto é, evitou que o menino de 13 anos pudesse vir a desenvolver no futuro uma síndrome metabólica (leia mais a respeito na pág 10). Com a ajuda de uma planilha de alimentação especial, preparada pela nutricionista Dra. Rosanna, e de natação e musculação, João recuperou a forma e a saúde. Hoje em dia, só precisa fazer um check-up anual. Fique livre, leve e tranquilo você também: venha cuidar da sua saúde na Mútua!



João Baddini de Queiroz Campos: antes (2014) e depois (2017). Graças a uma alimentação especial, natação e musculação, João recuperou a forma física e a saúde!

Entrevista com o Dr. Othon Pinheiro Filho

O programa de prevenção da Síndrome Metabólica

A síndrome metabólica não é uma doença, mas um conjunto de sintomas. O senhor poderia explicar melhor esse diagnóstico?

Toda vez que se fala em síndrome, não é uma doença; é um conjunto de causas ou fatores. Diabetes Mellitus é uma doença; obesidade é uma doença; coronariopatia é uma doença. Mas a síndrome é multifatorial. Há pacientes com síndrome metabólica que são obesos, têm uma resistência periférica de insulina aumentada, glicose alta, hipertensão arterial, aumento do perímetro abdominal. Outros já têm a Acantose Nigricans, manchas escuras na pele que são muito comuns na pessoa obesa, têm alterações vasculares e no doppler de carótidas aparece espessamento das camadas íntimas das artérias. Tudo isso junto pode formar a síndrome metabólica. Mas não se pode esperar que o paciente tenha tudo isso. Então, começamos a examinar as crianças a partir de 9 anos. O grande problema é que em geral pensamos a causa próxima do efeito. Mas, em determinadas patologias, o tempo entre a causa e o efeito é muito longo. Este pode ser o caso da síndrome metabólica, quando na infância já se pode estar produzindo a doença do futuro, que aparecerá na terceira ou quarta década da vida

como resultado de tudo que foi acumulado durante a vida.

Em uma criança de 9 anos, a causa pode ser genética?

Comumente é uma síndrome adquirida; raramente é genética. As vezes já começa no útero materno, dependendo do estilo de vida da mãe. Hoje, avaliamos os 1000 primeiros dias da criança, desde a concepção. Um bom pré-natal; uma gravidez sem co-morbidades; sem hipertensão, sem obesidade ou diabetes gestacional, sem doenças infecciosas como uma rubéola congênita ou zika; um parto adequado tanto para o bebê quanto para a mãe e a amamentação com leite materno, são todas medidas de prevenção da síndrome metabólica. A probabilidade de um bebê que foi exclusivamente amamentado durante 6 meses por leite materno - como recomenda a Organização Mundial de Saúde (OMS) - desenvolver obesidade é muito baixa.

Então, alimentação e um fator fundamental!

Eu diria que o estilo de vida é muito importante. Alimentação é um dos fatores, mas precisa também de atividade física; ambiente habita-

cional adequado, água tratada, saneamento básico; instrução. Está provado que quanto maior o nível de escolaridade da mãe mais saudável é o filho, pois a criança é mais protegida. Aliás, a escolaridade da mãe, da família e da sociedade como um todo influem. A definição de saúde, segundo a OMS, não é a ausência de doença; é o bem-estar físico, emocional e social. A parte social do Brasil está muito ruim, logo, estamos todos doentes.

Como é o programa preventivo da Mútua?

Quando eu atendo uma pessoa que me diz - "Estou diabético, hipertenso, com um problema vascular e com gastrite" -; explico: "Provavelmente, tudo o que você está sentindo agora pode ter começado nos seus primeiros 1000 dias de vida, quando foi introduzida a papinha ou alimentação semi-sólida, com muito hidrato de carbono e açúcar, antes de você completar 6 meses". Geralmente, essa pessoa custa a me entender. Mas, uma vez que ela entende e faz o check-up, podemos tratá-la. Queremos associados adultos e idosos saudáveis.

Quais são os exames para identificar a síndrome metabólica?

O paciente não precisa necessariamente apresentar um conjunto de sintomas. Ele pode reclamar ou posso identificar na consulta apenas um sintoma como, por exemplo, a hipertensão arterial. Suponhamos que seja uma hipertensão secundária a alguma coisa. Então, irei investigar se ele não está fazendo uma síndrome metabólica e não vou esperar o paciente fazer outros sintomas. A criança ou o adolescente que chegar aqui na Mútua, vai fazer uma entrevista - uma anamnese - e os exames complementares de sangue e de imagem: ultrassom pélvico, abdominal e de tireoide e o doppler de carótida para ver se diminuiu a luz das duas artérias do pescoço. Com o nutricionista, ele vai fazer a bioimpedância, que é aquele exame por meio de um aparelho que mede a porcentagem de massa magra, a massa de gordura e de água que ele tem no corpo. Só após esses exames, poderei trabalhar em conjunto com o endocrinologista, o nutricionista, o fisioterapeuta e o psicólogo. Sim, o psicólogo é importante para identificar se tem algum problema emocional envolvido. Assim como a síndrome é multifatorial, o atendimento é multiprofissional.

Há associados da Mútua adultos e idosos que também têm apresentado esta síndrome metabólica?

Sim. Há pacientes mais velhos também. Mas o que eu posso dizer em relação às crianças é que no Brasil, atualmente, de cada 3 crianças 1 tem sobrepeso e de cada 5 crianças, 1 é obesa.

Virou uma epidemia! É um fenômeno recente, não?

Sim, a obesidade virou uma epidemia e não só no Brasil. É assim no mundo inteiro porque vivemos uma grande mudança cultural e social, uma mudança de estilo de vida. As crianças antigamente brincavam mais na rua, pulavam corda, corriam de pique; agora são mais confinadas devido à violência e ao interesse maior pelos jogos eletrônicos e a rede social no ta-

blete e no celular, no computador e na televisão, que prendem mais a criança em casa. Preconiza-se a exposição à mídia eletrônica de no máximo de 2 horas por dia. Mas, hoje em dia, ela ocorre por mais de 5 horas por dia!

O senhor acha que isso se aplica a todas as classes sociais? Ou a alimentação pesa mais para as classes ascendentes como fator de obesidade?

Houve um aumento de expectativa de vida ao longo das últimas décadas, mas isso não significa que houve aumento da qualidade de vida. Infelizmente, os alimentos processados, os fast-food são muito mais baratos do que os alimentos naturais ou orgânicos. Para você ter uma idéia, um refrigerante custa mais barato do que uma garrafa de água mineral. As bebidas adoçadas, os sucos industrializados são mais baratos. Então, a população de baixa renda está sofrendo mais de obesidade do que a população que pode comprar alimentos frescos e preparados em casa. Depende também de instrução, é preciso saber ler e entender os rótulos para comprar melhor, verificar quantidades de sal etc. Mas isto não é um determinante porque vemos pessoas com bom nível de instrução que não conseguem se controlar, se cuidar. Vemos crianças com problemas metabólicos, filhos de pais com alto nível socioeconômico, porque houve outra mudança cultural: a família - não só os pais, mas os filhos também, - não fica mais muito tempo em casa. As crianças são cuidadas por terceiros em creches e em escolas ou em casa, pessoas que nem sempre estão preparadas, que nem sempre dão água filtrada e alimentação adequada. Quase nunca se vê, por exemplo, uma cantina de escola com salada de fruta, sanduíche integral, suco natural [rsrsrs...]; vê-se guloseimas e frituras: coxinha, hambúrguer, batata frita, refrigerantes. Algumas escolas tentaram fazer isso, mas fecharam as portas porque ninguém comprava. Mas outras escolas colocam os produtos naturais na frente e os processados

atrás e tem dado certo. Em resumo, nosso objetivo aqui na Mútua é que as crianças e adolescentes sejam adultos com boa qualidade de vida, que sejam produtivos e não sofram de doenças que são perfeitamente preveníveis.

E a incidência de problemas cardiovasculares na síndrome metabólica é muito alta? No Brasil, mortalidade por doenças cardiovasculares consta no primeiro lugar da lista, não?

É verdade, o índice de mortalidade cardiovascular é muito alta no Brasil: o AVC (acidente cardiovascular) e o infarto do miocárdio matam muito. Depende muito da faixa etária também. Como a população brasileira está envelhecendo mais, as neoplasias e as doenças oncológicas aumentaram muito. E, por outros motivos, as doenças de causas externas, como a violência, seguem aumentando muito.

E como é a prevenção das doenças cardiovasculares na Mútua?

Hoje, por exemplo, estou fazendo o check-up de adultos e idosos. A abordagem é diferente da que é feita com a criança. Muitos já estão com a doença e tem que ser tratados; outros não desenvolveram a doença e é importante evitar que desenvolvam. Contudo, é muito raro que crianças tenham um infarto do miocárdio ou um AVC. Pode até ocorrer por um motivo congênito, mas a síndrome metabólica na infância não traz estes sintomas imediatamente. É muito difícil uma criança ter hipertensão arterial com causa primária; é mais comum ser de causa secundária: ou ela tem uma estenose de artéria renal, ou ela tem uma contração da aorta ou ela tem um tumor de suprarenal. Já o adulto tem mais hipertensão essencial, primária, idiopática. É comum rastrear-se todo o indivíduo e não se encontrar uma causa orgânica, pois esta pode ser genética, isto é, ser devido a uma maior prevalência na família ou na etnia ou no sexo. Eu já vi crianças obesas hipertensas que, após tratada

a obesidade, a hipertensão diminui ou desaparece. Mas isso não é tão comum entre os adultos. Por isso, nosso trabalho com crianças e adolescentes é de prevenção. Se o adolescente já está obeso e fazendo resistência periférica à insulina ou já apresenta gordura no fígado, que é a estenose hepática, então ele já está correndo risco de no futuro vir a ter um AVC ou um enfarte do miocárdio.

E os adolescentes respondem bem ou mais rápido ao tratamento do que os mais velhos? Ou se rebelam?

Sim, isto é muito interessante. Como o cérebro da criança está em formação e ela está mais curiosa e mais aberta para o mundo, ela capta melhor as orientações do que o adulto, que já tem preconceitos, dogmas e barreiras. Se a criança é bem trabalhada, ela pode, inclusive, difundir hábitos saudáveis na família. Tem pais que me contam: "Doutor, eu e minha esposa tomávamos refrigerante todos os dias e nós paramos por causa da minha filha" ou "Eu fumava e parei porque meu filho pediu". Está provado que campanhas que atingem crianças conseguem que adultos parem de beber, fumar ou se drogar. O adolescente, por sua vez, quer ficar saudável, ele começa a dar importância à aparência e quando faz o que você pede e percebe que está se sentindo melhor, fica mais animado. É

muito bom trabalhar com jovens. Eles me dizem: "Estou acordando mais revigorado, estou correndo melhor, estou mais disposto, com mais bom humor." E os pais dizem: "Ele está estudando mais, está dormindo melhor". E eu vejo que ele não está mais ficando constipado, está evacuando melhor, a pele está melhorando, tem mais brilho nos olhos e no cabelo. Uma pessoa saudável tem boa aparência e é bem humorada.

Uma vez diagnosticado, de quando em quando o paciente com síndrome metabólica precisa vir ao CDT?

Se não houver risco grave, posso ver o paciente anualmente. Mas há pacientes que preciso acompanhar de 3 em 3 meses ou de 6 em 6 meses. O ideal é que os pacientes não precisem ser medicados, que façam uma boa nutrição e atividade física, e que as crianças e adolescentes percam peso sem pararem de crescer. Isto é muito importante e tem-se que tomar muito cuidado. Nada pode ser radical para não afastar a pessoa. É preciso trazer o paciente para perto para que ele volte. É preciso conquistar a confiança e é preciso que a pessoa tenha prazer em vir aqui.

Para finalizar, o que o senhor diria aos associados da Mútua?

Quando se consegue que uma pessoa fique menos doente, os gastos dela e da família com saúde diminuem e a qualidade de vida melhora. Melhora para todos, pois gastos enormes com doenças preveníveis tem um custo para a sociedade e para o Estado, que pode diminuir. Por essa razão também, a Mútua faz um trabalho estatístico que analisa os programas do CDT, os sucessos e os motivos da baixa adesão a um programa. Eu falo para todos os associados que façam adesão ao programa de prevenção e tragam seus filhos. Vamos falar aqui de extensão da vida e da vida com qualidade, pois não adianta viver 90 ou 100 anos em cima de uma cama. A pessoa precisa estar com saúde para poder ser produtiva, viajar e passear com os familiares. E isso temos que construir. É preciso esclarecer que não temos um programa de síndrome metabólica. O programa de check-up de saúde da Mútua está aberto a todas as crianças e adolescentes. E qualquer problema diagnosticado será tratado, mesmo que não seja associado à síndrome metabólica. O paciente será visto holisticamente. Outro ponto importante a realçar é que, em momento algum, desejamos que estas crianças fiquem exclusivamente conosco. Elas devem ter seus pediatras que, muitas vezes, as acompanham desde o nascimento. E os pediatras podem nos consultar, solicitar exames ou vir aqui. É um programa aberto à mútua colaboração.



Dr. Othon Pinheiro Filho, Pediatra, Neonatologista, Cardiopediatra e Médico do Trabalho. Graças a um simples exame de sangue pode-se afastar o risco do paciente desenvolver no futuro uma síndrome metabólica

Cirurgião vascular e endovascular da Mútua apresenta trabalhos em Paris e Nova Iorque

Em setembro, Dr. Paulo Ocke Reis apresentou na 5ª Conferência de Relatos de Casos Médicos e Clínicos - Euro Case Reports 2017, em Paris, dois trabalhos seus: Embolização para Aneurismas da Artéria Visceral ("Embolization for Viscery Artery Aneurisms") e Tratamento Endovascular de Stenosis Intrarenal Focal com Ausência de Tronco Celiaco ("Endovascular Treatment of Focal Intrarenal Aortic Stenosis with Absence of the Celiac Trunk - Case Report").

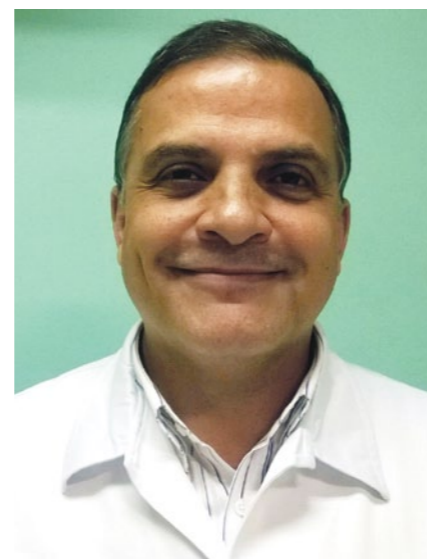
O tema da Conferência em que estes trabalhos foram apresentados era "Uma Completa Visualização do Cuidado à Saúde em um Único Lugar" e foi organizada pela LLC, uma companhia especializada em eventos e publicações científicas internacionais. O Euro Case Reports 2017 visou ser uma plataforma para a promoção e reconhecimento de estudos de casos como referência para um tratamento seguro de diversas es-

pecialidades médicas: cardiologia, psicologia, neurologia, oftalmologia, odontologia, pneumologia, gastroenterologia, diabetes, obstetrícia e ginecologia, epidemiologia, pediatria, dermatologia, diabetes, câncer e patologia clínica. A Conferência incluiu discussões e apresentações por profissionais de todas as partes do mundo, envolvendo avanços no tratamento com minimização de reações adversas colaterais na promoção de uma vida mais saudável.

Em novembro, Dr. Paulo Ocke Reis apresentou novamente seu trabalho Embolização para Aneurismas da Artéria Visceral no VEITH Annual Symposium on Vascular and Endovascular Issues, na cidade Nova Iorque.

A participação do médico credenciado da Mútua nestes eventos veio abrilhantar mais ainda sua recente classificação em 1º lugar do IDSS (Índice de Desempenho

da Saúde Suplementar) da ANS (Agência Nacional de Saúde) na categoria de operadoras de pequeno porte.



Dr. Paulo Ocke

<https://medicalcasereports.conferenceseries.com/2017>

<http://www.veithsymposium.org/index.php>

Feedback

Em comunicação constante com seus associados, a Mútua está sempre recebendo mensagens de agradecimento de pessoas e familiares que fazem questão de destacar a qualidade e o atendimento recebido. Para a Mútua é uma satisfação ter esse retorno. A seguir transcrevemos algumas das mensagens que recebemos dos associados:

"Ao Excelentíssimo Senhor Desembargador Jayme Boente, DD. Presidente da Mútua dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro"

Senhor Presidente:

O momento é de agradecimento. É o que agora faço perante essa Presidência, reconhecendo o interesse e a dedicação da eficiente equipe multidisciplinar do Centro de Diagnóstico Desembargador Paulo Cesar Salomão e da Forum Academia, que atuou com foco na identificação e melhoria das minhas condições de saúde, propondo e implementando programas e ações, que resultaram em expressivos índices de diagnósticos representativos das mudanças, para melhor, da minha qualidade de vida.

Solicito de V. Exa seja dada publicidade a este agradecimento, que ora dirijo, aos Drs. Wagner Barreto (médico), Rosanna Caterina Imbroisi (nutricionista), Raquel Guillarducci Cid (fisioterapeuta) e ao Professor Gabriel Dantas.

Cumprimentando-o, antecipo agradecimentos ao tempo em que reitero a expressão do meu apreço.

Therezinha Maria de Avellar Duarte, Juíza de Direito"

"À Mútua dos Magistrados,

Através desta carta, venho exteriorizar e registrar o meu profundo agradecimento, pelo tratamento dispensado à minha mãe Marlene Ramos de Mello pela médica cirurgiã geral, Dra. Lenise Durão, CRM 5255900-7.

No dia 13 de dezembro de 2016, minha mãe realizou um exame de rotina denominado colonoscopia no hospital Unimed-Barra. No mesmo dia, logo após o exame, começou a sentir fortes dores e teve que retornar ao hospital. Após outro exame, descobrimos que o seu intestino fora perfurado e teria que ser submetida a uma cirurgia de emergên-

cia. Naquela mesma noite, foi prontamente atendida e operada pela médica Dra. Lenise Durão, cirurgiã geral, que descobri também fazer parte do quadro de médicos credenciados da Mútua.

Não conhecia a Dra. Lenise, mas logo percebi sua dedicação e respeito pelo nosso sofrimento, uma vez que nos deu toda a atenção e desde então vem acompanhando a minha mãe com muito profissionalismo. No dia 2 de maio de 2017, minha mãe foi operada novamente pela mesma médica para reconstrução do intestino e passa bem. Registro ainda, um agradecimento especial ao Dr. Carlos Ferrari pelo acompanhamento à minha mãe e pelas visitas que fez ao hospital sempre agindo com presteza e carinho.

Ao lembrar e narrar esta passagem, lágrimas surgem normalmente, mas a única coisa que posso oferecer é esse agradecimento e elogio pela conduta ética e dedicação da médica Dra. Lenise Durão e sua equipe. Sendo só o que se me oferece para o momento, agradeço sensibilizada, inscrevo-me respeitosamente.

Adriana Ramos de Mello, Juíza de Direito"

"Exmo. Sr. Presidente da Mútua dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro Desembargador Antônio Jayme Boente"

Venho parabenizar toda a equipe multiprofissional de atendimento e o corpo clínico da Mútua, em especial, os doutores Valéria Guedes, Carlos Ferrari, Fernando Afonso e Pedro Túlio pela dedicação, comprometimento e excelência nos serviços prestados a Maurício de Siqueira Carvalho, meu pai.

Externo meus sinceros agradecimentos ao Desembargador Antônio Jayme Boente, presidente da Mútua dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro, pelo desvelo conferido



à subscritora, imprimindo um sentimento de solidariedade, numa árdua situação.

Cordialmente,

Luciana Fiala de Siqueira Carvalho, Juíza de Direito"

"Prezado amigo e Desembargador Jayme Boente:

Recentemente me submeti a uma cirurgia de vesícula e não posso deixar nesse momento de elogiar a eficiência de nossa Mútua, dirigida por você, em todo procedimento que envolveu essa cirurgia. Devo enaltecer, também, a eficiência da equipe médica, chefiada pelo cirurgião Joaquim Ribeiro Filho, médico credenciado do nosso Plano, assim como do Dr. Carlos Ferrari.

Registro que fui muitíssimo bem atendido no Hospital Samaritano, a quem recentemente a Mútua incluiu para nossa tranquilidade, na rede credenciada.

Agradeço a todos e tenha a certeza de que o elogio parte do coração.

Abraço fraterno

Caetano Ernesto da Fonseca Costa - Desembargador"

Elogio da **Desembargadora Ione Pernes** à Mútua dos Magistrados:

A magistrada entrou em contato com a Mútua para registrar um elogio ao prestador PREVTOTAL, que conta com atendimento diferenciado. A Desembargadora informou que não sabia que a PREVTOTAL era credenciada da Mútua e que foi o seu médico quem indicou. Ela relatou que o médico que realizou seu exame foi muito atencioso e que foi muito bem atendida por todos os profissionais.

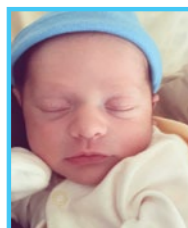
Baby Mútua



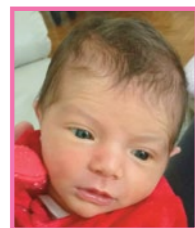
A família Mútua encerra o ano com a chegada de um casalzinho. Nasceram João Vicente e Liz. Viva a Vida!

João Vicente Fuly Quinto Braga nasceu no dia 17 de junho. Ele é neto do Desembargador Gamaliel Quinto de Souza por parte da mãe, Monica Alcantara Quinto. O pai, Diogo Henrique Fuly Braga, está toda prosa com a chegada do tranquilo e encantador João Vicente. Que a vida dele siga sempre azul da cor do céu de um belo dia ensolarado. Parabéns a toda a família!

Uma florzinha nasceu dia 10 de julho! **Liz Ficara Satte Alam Gonçalves** é a linda e delicada filhinha do Juiz Eduardo Mendes Satte Alam Gonçalves e Tassia Ficara Satte Alam Gonçalves. A família Mútua deseja à Liz uma vida longa e doce e fresca como uma framboesa!



João Vicente Fuly Quinto Braga



Liz Ficara Satte Alam Gonçalves

NOVEMBRO AZUL

Dr. Romolo Guida *

Por que foi criada a campanha Novembro Azul?

Porque o câncer de próstata é o mais comum depois do câncer de pele. A próstata é uma glândula do sistema reprodutor masculino que pesa cerca de 20 gramas e parece uma castanha, localizada abaixo da bexiga. Sua principal função, juntamente com as vesículas seminais, é a de produzir o esperma.

Em qualquer país do mundo o câncer de próstata é a segunda doença mais incidente?

Sim, é uma estatística mundial de incidência e prevalência. Prevalência mede quantas pessoas estão doentes, incidência mede quantas pessoas tornaram-se doentes. A incidência do câncer de próstata é muito maior do que qualquer outro tumor que o homem possa ter. E isto é um padrão no mundo inteiro. São muitos novos casos por ano, porém a letalidade deles é muito mais baixa do que a maioria dos outros tumores. Há muito menos casos de câncer de pulmão ou de pâncreas ou de estômago; mas estes matam muito mais do que o de próstata. É diferente do câncer de mama ou de colo de útero que, proporcionalmente, matam muito mais mulheres. Um paciente de uma certa idade com câncer de próstata pode morrer de diabetes, de hipertensão e não do câncer de próstata. E tem um outro aspecto: é um câncer de crescimento muito lento. O pico do diagnóstico é entre 62 e 65 anos. Com o rastreamento tenta-se antecipar esse diagnóstico. O "screening" visa detectar a doença numa fase mais precoce onde há mais chance de cura: 90%.

O senhor aconselha a fazer o "check-up" a partir dos 50 anos?

Sim, recomendo baseado nestes fatos: 1) muitos homens vão ter a doença; 2) quanto mais cedo é rastreado, maior a chance de cura; 3) as Sociedades estabeleceram que se deve fazer o primeiro PSA – antígeno prostático específico, a proteína que se colhe no sangue - e o primeiro exame de toque retal em torno de 45, 50 anos e 4) se necessário - o PSA pode estar alto por outros motivos - faz-se a biópsia. Isto é, caso se note alterações em um dos dois exames. A biópsia é feita com auxílio de ultrassom e uma agulha para retirada

de um fragmento. A partir disso, se tem um diagnóstico. Mas quem tem parente de primeiro grau com câncer - avô, pai, tio, irmão -, vale a pena antecipar um pouco e fazer o exame aos 45 anos. Estamos buscando fazer rastreamento em pessoas que tiveram parentes do sexo feminino com câncer de mama: a mãe, a avó, a tia. Sabemos que o gene BRCA 1 ou 2 (Breast Cancer) pode passar da linhagem feminina para o indivíduo masculino. Ele não terá câncer de mama, mas pode ter câncer de próstata. Não sabemos se este será mais ou menos agressivo; mas sabemos que o BRCA 2 aparece de forma mais precoce. Ou seja, se o paciente fizer o diagnóstico aos 50 anos ao em vez de aos 60 anos, ele ganha 10 anos. Eu tenho mais de um paciente com o BRCA 2 positivo no sangue.



Existe uma estatística do fator hereditário?

Ainda não. A gente pensa em 5 a 10%. O que se está começando a perceber é que há formas mais raras vinculadas a histórias familiares. Há famílias em que todos os irmãos têm. Há padrões familiares; mas são menos frequentes do que a incidência esporádica. Houve um pico do diagnóstico com a descoberta do PSA há 20 anos atrás, nos EUA; mas não houve aumento da incidência de câncer de próstata. Contudo, no Brasil, talvez haja maior incidência devido a população estar começando a ter mais acesso à saúde e ao diagnóstico.

E as causas, quais são as hipóteses?

Não sabemos. Não temos a menor idéia. Há diversas teorias, mas nenhuma comprovada. Sabemos que tem uma alteração genética, como

em todo câncer; mas não sabemos qual o fator de risco. Já falaram em comer tomate e agora a moda é vitamina D. Mas não tem nada comprovando. Não é como câncer de pulmão que está provado que quem fuma vai ter câncer de pulmão. Outro ponto a ressaltar é que o câncer de próstata só apresenta sintomas quando a doença já está avançada. É uma doença assintomática, que pode evoluir silenciosamente por 10 ou 20 anos e, quando se descobre, pode já estar em metástase.

E os tratamentos, quais são?

A imunoterapia ainda está começando. Hoje, tratamos da seguinte maneira: a primeira coisa é verificar o que a biópsia revela. Se o tumor for pouco agressivo, temos algumas opções terapêuticas. Podemos observar o paciente, pois o tumor cresce de forma lenta e se não estiver mudando de perfil, pode-se repetir o exame de PSA, o toque renal ou a biópsia. Mas, se o tumor for muito agressivo ou mudar no meio do caminho, eu trato dele com radioterapia ou com a cirurgia. Não se faz quimioterapia em fases iniciais de câncer de próstata; só quando o paciente já está com câncer nos ossos, com metástase na coluna vertebral, e que não se tem mais condições de curar. Mas os casos de tumores agressivos são da ordem de 20 a 30%.

Qual o seu recado para os associados da Mútua?

Hoje em dia há uma controvérsia se devemos ou não fazer o rastreamento do câncer de próstata. O INCA julga que não é indicado; a Sociedade de Urologia Brasileira diz que é e também as Sociedades Americana e Européias. Mas a "U.S. Preventive Services Task Force", por exemplo, diz que não é indicado. O consenso, contudo, é que qualquer decisão tem que ser tomada, em conjunto, pelo médico e o paciente. Então, digo aos associados da Mútua para virem conversar comigo, democraticamente, sobre as vantagens e as desvantagens do rastreamento. Me visite!

* Dr. Romolo Guida

Membro da Sociedade Brasileira de Urologia, Membro da Sociedade Européia de Urologia e especialista em Videolaparoscopia e Cirurgia Robótica