



informe | Mútua

Novos contratos com hospitais de excelência em São Paulo



FOTO: DIVULGAÇÃO EINSTEIN

Os associados dos planos de assistência à saúde operados pela Mútua dos Magistrados contam agora com a excelência dos serviços prestados por hospitais de referência localizados em São Paulo. São eles: Einstein Hospital Israelita (foto), InCor e Hospital das Clínicas. O atendimento poderá ser realizado em situações emergenciais ou em casos de alta complexidade. **Páginas 4, 5 e 6**

Diretoria aprova Código de Ética e Conduta

Em dezembro, foi aprovado pela Diretoria o Código de Ética e Conduta da Mútua. Nas versões impressa e eletrônica, a publicação define e estabelece padrões, valores, princípios éticos e diretrizes de conduta que devem ser adotados pelas pessoas que atuam em nome da instituição, na execução diária de suas atividades. **Página 8**

TI aperfeiçoa ambiente operacional da Mútua

Desde julho deste ano, a Mútua dos Magistrados tem trabalhado na atualização da arquitetura de servidores de todo o seu ambiente operacional. O trabalho já se reflete no aperfeiçoamento do atendimento aos associados, na otimização dos processos administrativos e na redução do volume de trabalho manual. **Página 11**

FALE CONOSCO

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

Tel.: (21) 2240-3152

e-mail:

mutuadosmagistrados@mutuadosmagistrados.com.br

Telefones do *Call Center* (24h):

Call Center Médico:

Tel.: (21) 99986-7070

Call Center Administrativo:

Tel.: (21) 98183-1140



Mútua

Sua saúde merece bem-estar

Diretoria 2025 / 2027

Presidente

Desembargadora Denise Nicoll Simões

Vice-Presidente

Desembargadora Monica Feldman de Mattos

Tesoureiro

Juiz Rodrigo Faria de Sousa

Secretária

Juíza Paula Feteira Soares

Diretores

Desembargadora Denise Vaccari Machado Paes

Desembargador Fabio Uchoa P. de M. Montenegro

Desembargador Heleno Ribeiro Pereira Nunes

Desembargadora Katya Maria de Paula M. Monnerat

Desembargadora Marcia Ferreira Alvarenga

Desembargadora Maria da Glória O. Bandeira de Mello

Desembargadora Maria Sandra Rocha Kayat Direito

Desembargador Paulo Wunder de Alencar

Juíza Alessandra de Araujo B. Moreira Pinto

Juíza Carla Faria Bouzo

Juiz Ricardo Cyfer

Juiz Sandro Pitthan Espíndola

Conselho Deliberativo e Fiscal

Presidente

Desembargador Milton Fernandes de Souza

Membros Natos

Desembargador Antonio Cesar R. A. de Siqueira

Ministro do STJ Antonio Saldanha Palheiro

Desembargador Henrique Carlos de Andrade Figueira

Desembargador Ricardo Couto de Castro

Conselheiros

Desembargador Alexandre Teixeira de Souza

Desembargador Gabriel de Oliveira Zefiro

Desembargador Luiz Umpierre de Mello Serra

Desembargadora Maria Helena Pinto Machado

Desembargadora Maria Isabel Paes Gonçalves

Desembargadora Rosa Maria Cirigliano Maneschy

Desembargadora Zelia Maria Machado dos Santos

Juíza Marcia Correia Hollanda

Juiz Marcelo de Moraes Marinho

Juíza Raquel Santos Pereira Chrispino

Juíza Valéria Pachá Bichara

Informe Mútua

(Tiragem 2.400 exemplares)

Redação Mario Nicoll Simões

Design gráfico Bitty do N. e Silva Pottier

Impressão Cmyk Grafica e Editora Rio Ltda

Mútua dos Magistrados

Rua Dom Manuel, nº 29 – 5º andar

salas 505 a 517 – CEP 20010-090

Rio de Janeiro – RJ – Brasil

Tel.: (21) 3133-2760 | (21) 98552-1845

mutuadosmagistrados@

mutuadosmagistrados.com.br

www.mutuadosmagistrados.com.br



Serviços oferecidos nos Centros de Diagnose da Mútua dos Magistrados

Especialidades Médicas	CDTs
Acupuntura	Barra – Centro – Niterói
Cardiologia	Barra – Centro – Niterói
Cirurgia Geral	Barra – Centro – Niterói
Cirurgia Plástica Reparadora	Centro
Cirurgia Vascular	Barra – Centro – Niterói
Clínica Médica	Barra – Centro – Niterói
Dermatologia	Barra – Centro – Niterói
Endocrinologia	Barra – Centro – Niterói
Geriatria	Barra – Centro
Ginecologia	Barra – Centro – Niterói
Hepatologia	Barra – Centro – Niterói
Mastologia	Centro
Neurocirurgia	Barra – Centro – Niterói
Oftalmologia	Centro
Ortopedia	Barra – Centro – Niterói
Otorrinolaringologia	Centro
Pediatria	Barra – Centro
Pneumologia	Centro
Proctologia	Barra – Centro
Psiquiatria	Barra – Centro – Niterói
Reumatologia	Centro – Niterói
Urologia	Barra – Centro – Niterói
Reabilitação Cardíaca	Centro
Reabilitação Muscular	Centro
Imunização	Barra – Centro – Niterói
Mútua em Casa (Check-up domiciliar)	
Especialidades Não Médicas	CDTs
Fisioterapia e Pilates	Barra – Centro – Niterói
Nutrição	Barra – Centro – Niterói
Psicologia	Barra – Centro – Teleatendimento
Exames	CDTs
Audiometria e Impedanciometria	Centro
Ecocardiograma sem esforço	Barra – Centro – Niterói
Ergoespirometria	Centro
Laboratoriais	Centro
Teste Ergométrico (esteira e bicicleta)	Centro
Ultrassonografias	Barra – Centro – Niterói

MENSAGEM DA PRESIDENTE

Caros associados,

Chegamos ao final de 2025 com a grata certeza de que conseguimos cumprir tarefas e atingir objetivos com os quais me comprometi quando assumi a presidência da Mútua dos Magistrados, em abril deste ano. Foram meses de muito trabalho e realizações cumpridas com zelo por toda a diretoria e demais colaboradores, aos quais muito agradeço.

Menciono especialmente a desembargadora Mônica Feldman de Mattos e a juíza Paula Feteira Soares, vice-presidente e secretária da instituição, respectivamente, pelo empenho na realização de um antigo sonho: a assinatura de importantes contratos com hospitais de referência localizados em São Paulo.

Depois de muitas tratativas, concretizamos esse projeto no início de dezembro, quando fomos a São Paulo assinar os contratos. A partir de então, nossos associados passaram a ter direito a serviços de assistência à saúde no Einstein Hospital Israelita, no InCor e no Hospital das Clínicas. Além das situações emergenciais, o atendimento poderá ser realizado em procedimentos eletivos de alta complexidade, desde que autorizados previamente pela diretoria.

Conseguimos também viabilizar o lançamento do Código de Ética e Conduta da Mútua dos Magistrados. O documento estabelece padrões de comportamento que devem ser seguidos pela diretoria, pelo conselho deliberativo e fiscal, pelos colaboradores, parceiros e associados.

Outro investimento importante foi na área da Tecnologia da Informação. Desde julho, temos trabalhado na atualização da arquitetura de servidores de todo o ambiente operacional. O trabalho já se reflete no aperfeiçoamento do atendimento aos associados, na otimização dos processos administrativos e na redução do volume de trabalho manual. Entre outras vantagens, esse nosso esforço vai assegurar mais transparência aos processos de reembolso.

Destaco ainda a participação da alta administração em eventos relevantes na área da saúde. Em outubro, estivemos em São Paulo com autoridades e lideranças da saúde suplementar para participar do 29º Congresso da Associação Brasileira de Planos de Saúde (Abramge). Junto comigo estavam a desembargadora Mônica Feldman de Mattos, vice-presidente; os desembargadores Fabio Uchôa Pinto de Miranda Montenegro e Marcia Ferreira Alvarenga, diretores; além das juízas Paula Feteira Soares, secretária, e Carla Faria Bouzo, diretora. O evento reuniu autoridades nacionais e internacionais e executivos da área sob o tema *A Nova Ordem Mundial da Saúde*. O encontro destacou avanços tecnológicos, parcerias inéditas e o papel estratégico da integração entre os setores público e privado na construção de um serviço mais eficiente e acessível à população.

Em novembro, a desembargadora Mônica Feldman de Mattos representou a Mútua, participando como moderadora da mesa de debates *Compatibilizando Sustentabilidade Econômica com Judicialização na Saúde Suplementar*, promovida pelo Rio Health Forum, no ExpoMag, um centro de convenções localizado no Centro do Rio de Janeiro. O evento reuniu representantes dos setores público e privado para debater os desafios da Saúde no Brasil.

Essas e outras conquistas realizadas nos primeiros meses da minha gestão integram as páginas deste **Informe Mútua** e só foram possíveis porque tivemos o engajamento de todos que fazem parte da instituição: não só a diretoria e o conselho, mas todos os membros e associados. É hora de celebrar e de estarmos juntos para um 2026 cheio de novos projetos, conquistas e realizações.

Boas Festas e Feliz Ano Novo!

Desembargadora Denise Nicoll Simões
Presidente da Mútua dos Magistrados

Novos contratos viabilizam que associados sejam atendidos em hospitais de excelência em São Paulo

Atendimentos poderão ser realizados em emergências ou em casos de alta complexidade, desde que autorizados pela diretoria

Associados dos planos de assistência à saúde operados pela Mútua dos Magistrados contam agora com a excelência dos serviços prestados por hospitais de referência localizados em São Paulo. São eles: Einstein Hospital Israelita, InCor (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo) e Hospital das Clínicas.

“Os associados poderão utilizar os serviços desses hospitais, em situações de emergência ou em casos de procedimentos eletivos de alta complexidade, cuja realização seja indicada em algum dos referidos hospitais”, explicou a desembargadora Denise Nicoll Simões, presidente da Mútua, que assinou os contratos com as instituições de saúde nos dias 2 e 3 de dezembro, em São Paulo.

Para atendimento nos casos específicos e excepcionais a que a magistrada se refere, é necessá-

Alexandre Polycarpo, diretor comercial; André Giordano Neto, superintendente da Fundação Zerbini (FZ); Paulo Eduardo Moreira Rodrigues, presidente da FZ e Fabio Kawamura, diretor-executivo, assinaram pelo InCor, e as desembargadoras Denise Nicoll Simões e Mônica Feldman de Mattos pela Mútua

rio que a realização do tratamento eletivo de alta complexidade nos referidos hospitais seja previamente autorizada pela diretoria da Mútua.

Além da presidente da Mútua, participaram das assinaturas em São

Paulo a desembargadora Mônica Feldman de Mattos e a juíza Paula Feteira Soares, vice-presidente e secretária da instituição, respectivamente. A assinatura do contrato com o Einstein contou também com a presença do desembargador Mauro Dickstein.



A juíza Paula Feteira Soares, as desembargadoras Mônica Feldman de Mattos e Denise Nicoll Simões, com Deise Almeida, diretora executiva comercial e marketing do Einstein, e o desembargador Mauro Dickstein



A diretoria da Mútua, acompanhada por integrantes do Hospital das Clínicas: Arnaldo Hossepián Junior, diretor-presidente da Fundação Faculdade de Medicina; Adalva Lino da Silva; Enio Salu e Jonathan Gonçalves da Silva

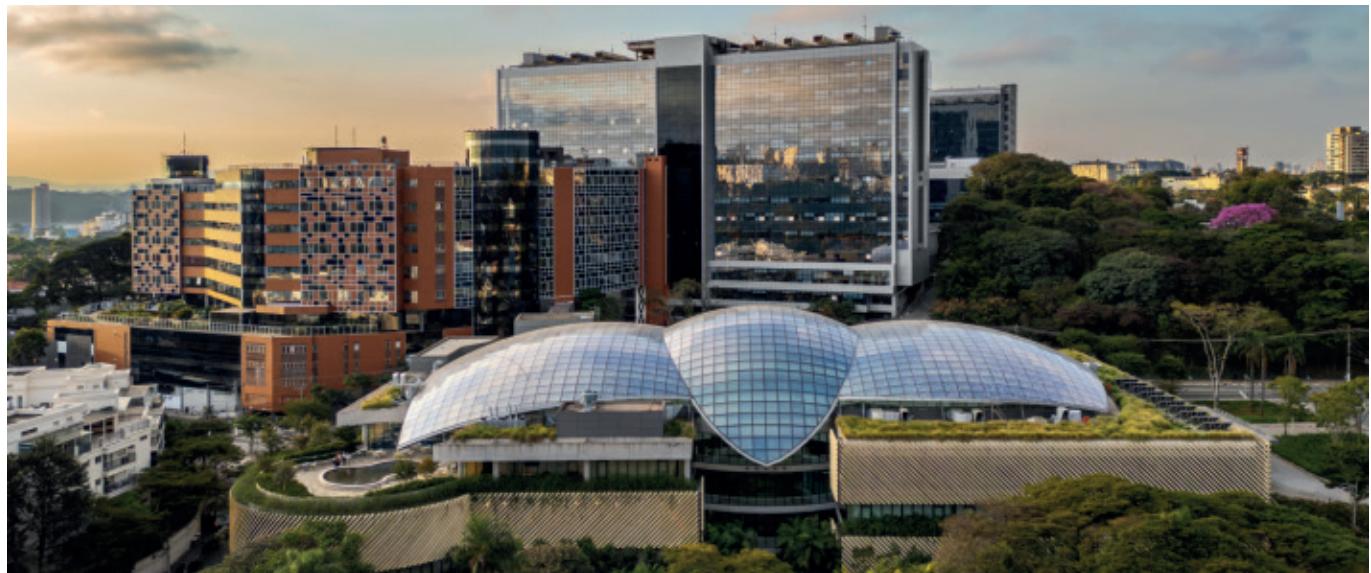


FOTO: DIVULGAÇÃO EINSTEIN



Einstein Hospital Israelita

Segundo o *ranking World's Best Specialized Hospitals 2026* da revista *Newsweek*, o Einstein Hospital Israelita é o primeiro em sete especialidades médicas na América Latina. A lista consolida a organiza-

ção como referência internacional em excelência clínica e posiciona o hospital como líder latino-americano nas áreas de Oncologia, Gastroenterologia, Neurocirurgia, Ortopedia, Pneumologia, Endoci-

nologia, Ginecologia e Obstetrícia. Pelo quarto ano consecutivo, a instituição foi reconhecida com o selo *World's Best Smart Hospitals* pela adoção de tecnologias inteligentes.



FOTO: RENATA FÉRES

Instituto do Coração (InCor)

O Instituto do Coração (InCor) é uma das unidades hospitalares que integram o Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina

da Universidade de São Paulo (FMUSP). É um hospital universitário reconhecido como centro de excelência internacional nas áreas





FOTO: DIVULGAÇÃO INCOR

(continuação InCor)

clínica e de ensino, pesquisa e inovação em Cardiologia, Pneumologia, Cirurgias Cardiovascular e Tórica. O Instituto do Coração foi

fundado pelo renomado cirurgião cardiovascular e professor titular da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, Euryclides de Jesus Zerbini, após a realização

do primeiro transplante cardíaco da América Latina e um dos primeiros do mundo, em 1968, no Hospital das Clínicas, pelas equipes dos doutores Zerbini e Décourt.



FOTOS: HC-FMUSP



Hospital das Clínicas

Inaugurado em 1944, o Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HCFMUSP) é referência no tratamento de doenças de alta complexidade e também nos

campos do ensino, da pesquisa, da assistência e da inovação. Com mais de 21 mil colaboradores, realiza mais de um milhão de consultas ambulatoriais, 232 mil atendimentos de urgências e emergências e

mais de 50 mil cirurgias por ano. O HCFMUSP se consolidou como referência de produção e difusão de conhecimento técnico-científico, excelência em ensino e saúde pública.

Alta Administração participa do 29º Congresso Abramge, em SP

Evento reuniu autoridades e lideranças para traçar um panorama sobre a saúde suplementar na atualidade

A diretoria da Mútua participou, no dia 30 de outubro, no Teatro Santander, em São Paulo, do 29º Congresso da Associação Brasileira de Planos de Saúde (Abramge), que reuniu autoridades nacionais e internacionais e executivos da área sob o tema “A Nova Ordem Mundial da Saúde”. Um dos mais prestigiados eventos da saúde suplementar na América Latina, o encontro impulsiona transformações do setor, abordando inovações, novos modelos assistenciais, políticas regulatórias e os principais desafios econômicos.

Representaram a Mútua os desembargadores Denise Nicoll Simões, presidente da instituição; Mônica Feldman de Mattos, vice-presidente; Fábio Uchôa Pinto de Miranda Montenegro e Marcia Ferreira Alvarenga, diretores; além das juízas Paula Feteira Soares, secretária, e Carla Faria Bouzo, diretora.

“Foi uma excelente oportunidade de fazer conexões e ter acesso a um conteúdo qualificado sobre a saúde suplementar. A troca de experiências e os diálogos proporcionados pelo evento deram a nós, da alta administração, a chance de adquirir conhecimentos e informações que vão nos inspirar para tomar decisões assertivas em benefício dos nossos associados”, avaliou a desembargadora Denise Nicoll Simões, presidente da Mútua.

Avanços tecnológicos, parcerias inéditas e o papel estratégico da integração entre os setores público e privado na construção de um serviço mais eficiente e acessível à população foram alguns dos destaques. O encontro reuniu as principais autoridades e lideranças da saúde pública e privada do país e traçou um panorama sobre a saúde suplementar em um momento de transformação.



Estiveram presentes os desembargadores Marcia Ferreira Alvarenga, Fábio Uchôa Pinto de Miranda Montenegro, Denise Nicoll Simões, presidente da Mútua e Mônica Feldman de Mattos, vice-presidente; e as juízas Paula Feteira Soares, secretária, e Carla Faria Bouzo, diretora.

Estiveram presentes o ministro aposentado do STF (Supremo Tribunal Federal) Luís Roberto Barroso; o ministro da Saúde, Alexandre Padilha; o ministro do STF Dias Toffoli e o presidente da Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), Wadih Damous, entre outras autoridades.

Uma das mentes mais influentes da atualidade, o filósofo e escritor israelense Yuval Noah Harari foi responsável pelo painel de encerramento. Autor de *Sapiens*, *Homo Deus*, *Nexus* e outros livros, Yuval Harari discorreu sobre o impacto da inteligência artificial na sociedade contemporânea. “A inteligência artificial saberá mais da saúde do que nós mesmos e saberá também dar diagnósticos muito mais precisos, por isso uma regulamentação global da IA é tão importante”, afirmou o filósofo.

“A inteligência artificial saberá mais da saúde do que nós mesmos e saberá também dar diagnósticos muito mais precisos...”
Yuval Harari



Código de Ética será lançado nas versões impressa e eletrônica

Documento estabelece padrões que devem ser seguidos pela diretoria, conselho deliberativo e fiscal, colaboradores, parceiros e associados

A Diretoria da Mútua dos Magistrados do Estado do Rio de Janeiro aprovou, em dezembro, o seu Código de Ética e Conduta, que será lançado nas versões impressa e eletrônica. A publicação define e estabelece padrões, valores, princípios éticos e diretrizes de conduta que devem ser adotados pelas pessoas que atuam em nome da instituição, na execução diária de suas atividades.

“A entidade busca desenvolver-se de forma que a ética, a conduta moral, os valores e as crenças fundamentais sejam incorporados à sua cultura organizacional. Para consolidar essa cultura, é essencial que os objetivos, princípios e valores sejam compreendidos e compartilhados por todos aqueles



a quem este código se aplica, promovendo um ambiente organizacional mais íntegro e saudável”, diz o documento em sua introdução.

Em 13 páginas, a publicação traz padrões de comportamento alinhados aos normativos internos e externos vigentes, sendo de conhecimento e observância obrigatória por parte da diretoria, do conselho deliberativo e fiscal, dos colaboradores, parceiros e associados da Mútua dos Magistrados e demais partes interessadas, conforme suas respectivas responsabilidades.

Ao final do documento, o leitor encontra um anexo com um termo de ciência e compromisso. Ao assinar, ele se compromete a pautar a sua conduta, dentro e fora da Mútua dos Magistrados, em conformidade com os princípios éticos e com as normas estabelecidas no código.

Feedback

“Hora de manifestar minha mais sincera e profunda gratidão às equipes do Plano de Saúde da Mútua dos Magistrados. A atenção e o profissionalismo demonstrados foram fundamentais para assegurar o bem-estar do meu marido, Eduardo Mesquita de Souza, como eu, Segurado do Plano, ao longo do período em que esteve hospitalizado. O apoio contínuo, os cuidados necessários prestados com dignidade e eficiência, foram fundamentais e nos permitiram enfrentar os inúmeros desafios nesse período com empatia, respeito e excelência - e fizeram toda diferença, pois sem o suporte da Mútua, seria bem difícil, talvez mesmo, impossível. Parabéns a todos pelo empenho. Parabéns a nós Segurados por ter um plano que realmente concretiza seus propósitos”.

Therezinha Maria de Avellar Duarte – Juíza

pra mencionadas se disponibilizam para ajudar sempre que ela vem às consultas.

Não posso deixar de mencionar a Senhora Maria Alves, responsável pela conservação do ambiente, sempre prestimoso.

Vivemos uma época muito difícil, as pessoas que prestam atendimento geralmente estão sempre com pressa, inexistindo interação com quem solicita serviços, ao contrário da equipe da Mútua Barra.

Dessa forma, as funcionárias acima merecem, de todos nós, que frequentamos a Mútua Barra, os melhores elogios.

Atenciosamente”

Maria Salete Amaro – Juíza

“Prezados Diretores da nossa Mútua dos Magistrados,

Dirijo-me a Vossas Excelências para deixar consignado ELOGIO às funcionárias que atendem na Mútua Barra, Vanessa, Marilia Gabriele e a Enfermeira Iara Ribeiro, que atendem a todos com dedicação, lembrando de véspera as consultas agendadas, comunicando sobre os períodos de vacinação, enfim, empenho e dedicação sempre!

Vim morar no Rio de Janeiro há dois anos (residia em Petrópolis) e tenho feito praticamente todos os meus tratamentos de saúde nessa unidade da Mútua, com equipe de excelentes médicos, que soube que também atendem no Centro. Tenho uma filha, Sheila, que é PCD, cadeirante, e as funcionárias su-

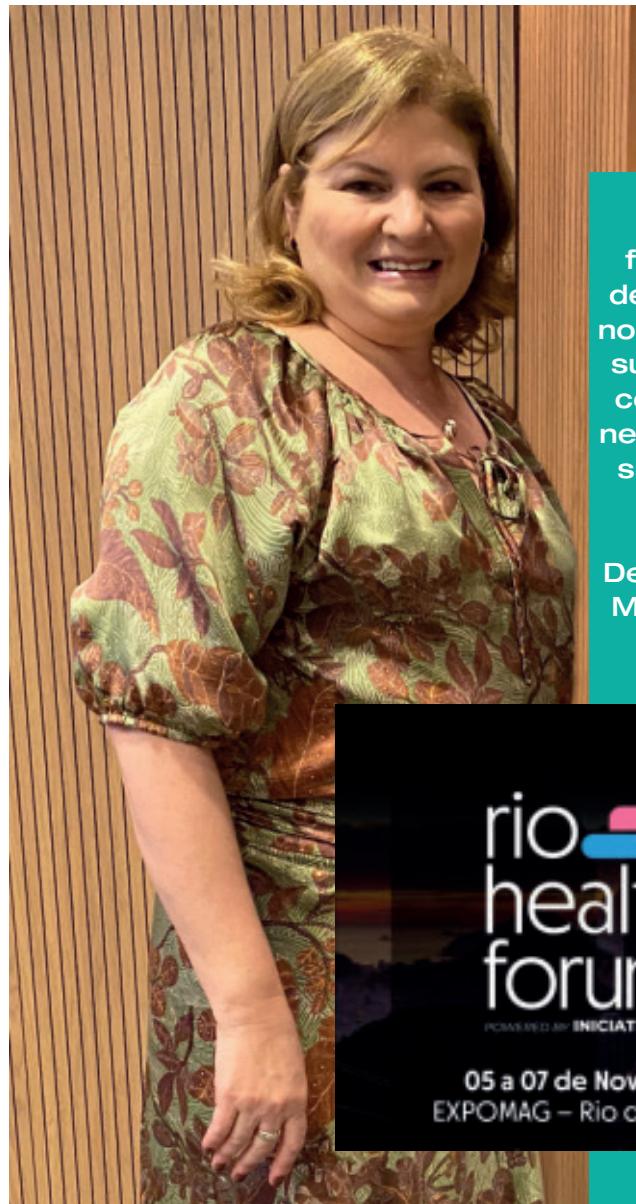
Vice-presidente da Mútua participa do Rio Health Forum

Evento reuniu representantes dos setores público, privado, academia e sociedade civil para debater os principais desafios da Saúde no Brasil

“A imposição de coberturas não previstas contratualmente, a imprevisibilidade e a insegurança jurídica são as queixas que normalmente surgem da crescente judicialização da saúde, trazendo grande apreensão a todos que atuam no setor, seja no âmbito da saúde suplementar, seja no âmbito da saúde pública”. A afirmação foi feita pela vice-presidente da Mútua dos Magistrados, desembargadora Mônica Feldman de Mattos, no dia 7 de novembro, durante a sua participação como moderadora da mesa de debates Compatibilizando Sustentabilidade Econômica com Judicialização na Saúde Suplementar, promovida pelo Rio Health Forum, no Expomag, um centro de convenções localizado no Centro do Rio de Janeiro.

Realizado entre os dias 5 e 7 de novembro, o evento reuniu líderes e representantes dos setores público, privado, academia e sociedade civil para debater os principais desafios e o futuro do sistema de saúde brasileiro. Com debates em torno do tema Construindo um Sistema Integrado e Sustentável na Saúde, o encontro buscou soluções para os grandes problemas que afetam o sistema de saúde, promovendo a cooperação entre diferentes setores para moldar um futuro melhor para a saúde no país.

“Embora a crescente judicialização, felizmente, não atinja a Mútua como operadora, sem dúvida a discussão sobre o tema enseja maior conscientização sobre as consequências de tal fenômeno e reafirma a necessidade quanto à constante adoção de medidas tendentes a manter o nosso equilíbrio econômico-financeiro, sem nunca descuidar do nosso objetivo maior, que é o máximo cuidado com os nossos associados”, destacou a desembargadora.



“Eventual fragilização ou desestabilização no ramo da saúde suplementar por certo impactará negativamente no sistema público de saúde”

Desembargadora
Mônica Feldman
de Mattos



O encontro deu à magistrada a oportunidade de trocar experiências e informações com pessoas destacadas do setor, como executivos da Saúde Suplementar, médicos e servidores da Anvisa. “Essa troca nos traz maiores subsídios e familiaridade com os problemas enfrentados”, avaliou a vice-presidente da Mútua.

Mônica Feldman destacou ainda que não se pode deixar de ter em

mente que a saúde suplementar constitui indispensável mecanismo de apoio ao sistema de saúde nacional como um todo. “Eventual fragilização ou desestabilização no ramo da saúde suplementar por certo impactará negativamente no sistema público de saúde”, ponderou a magistrada, que integra a Sexta Câmara de Direito Público e compõe o Órgão Especial do Tribunal de Justiça do Estado do Rio de Janeiro.

Programa SPA previne doenças e alcança resultados

Magistrado conta sua experiência e fala sobre novos hábitos adquiridos

O juiz José de Arimatéia Beserra Macedo, titular do XX Juizado Especial Cível, na Ilha do Governador, viveu, em junho deste ano, uma experiência inspiradora que trouxe mais qualidade e bem-estar à sua vida. Como associado da Mútua dos Magistrados, participou do Programa SPA, em um novo espaço oferecido pela instituição: o Rituuali, localizado em Penedo, distrito do Município de Itatiaia, no Sul do Estado do Rio de Janeiro.

“É uma experiência excelente! O lugar é lindo, a equipe é bem treinada e muito educada. As palestras são elucidativas e estimulantes. Há várias atividades e os tratamentos são ótimos. A comida é excelente e, ao contrário do que alguns podem pensar, é suficiente para garantir um dia de atividades sem fome”, avaliou o magistrado.

O Programa Spa da Mútua prioriza a prevenção de doenças – uma iniciativa que tem obtido excelentes resultados para seus associados. O objetivo principal de José de Arimatéia era receber informações sobre a saúde em geral, especialmente as vinculadas ao sobre peso, às comorbidades e ao sedentarismo. Além de perder peso, ele queria relaxar.

“Todos os meus objetivos foram atingidos. Ter participado me fez adquirir novos hábitos, como a caminhada ao ar livre, a administração do intervalo entre as refeições e a tentativa de ingestão de maior variedade de ingredientes diários, para o fornecimento de uma nutrição mais eficiente”, exemplificou.

O Rituuali oferece um ambiente com excelente infraestrutura e acolhimento. É ideal para quem procura se reconstruir e se conectar com sua própria essência, com muita tranquilidade no meio

da natureza exuberante do Parque Nacional de Itatiaia.

“O ambiente do Rituuali é ótimo! É um lugar lindo e com um atendimento excelente. A infraestrutura é espetacular, dos quartos aos ambientes comuns, passando pelo Spa. É tudo muito bem pensado e de muito bom gosto. Há conforto em tudo”, analisou José de Arimatéia, acrescentando que os funcionários são muito bem treinados, desde a recepção até as terapias. “São todos solícitos, educados e muito bem preparados”, completou.

O local oferece ar puro e o silêncio das montanhas, o que ajuda na restauração da saúde integral, física e mental. Os participantes podem se concentrar integral-

mente nas atividades e dinâmicas do programa.

“Considerando o estresse diário, eu prefiro as atividades relaxantes, como os tratamentos, as massagens do Spa e as aulas de respiração, mas fiz caminhadas, aulas de atividade funcional, workshops, musculação e hidroginástica. E há muitas atividades mais. Há um dia inteiro de atividades, das 6h30 às 18h, fora a academia e o Spa, que ficam abertos até mais tarde”, contou o juiz.

Baseado nos conceitos de Medicina de Estilo de Vida e Medicina Comportamental, o Rituuali oferece uma experiência revigorante que previne doenças e transforma pessoas. Para participar do Programa SPA, o associado da Mútua deve realizar um *check-up* em um dos CDTs da instituição.



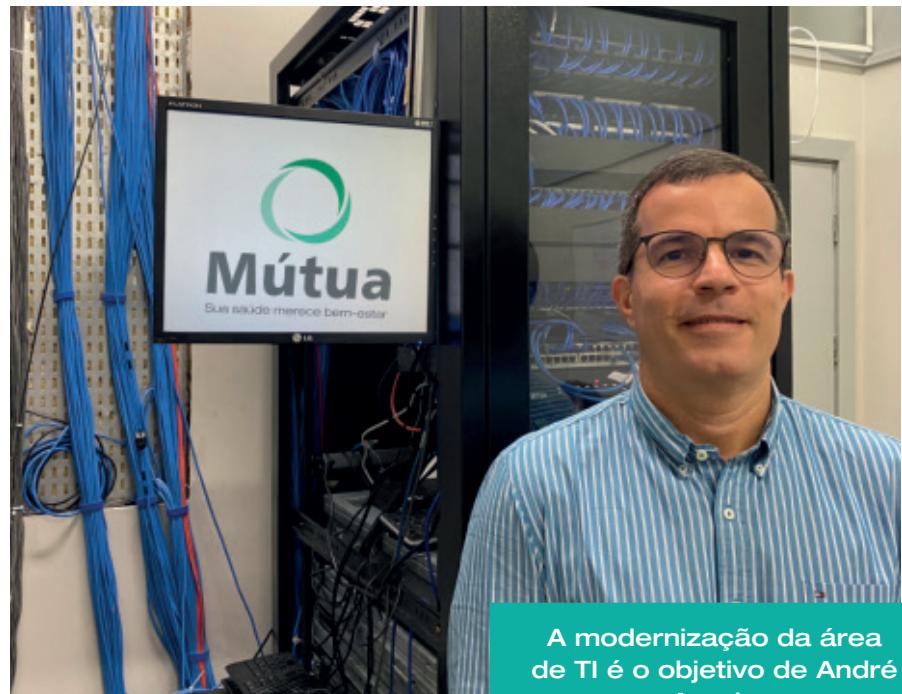
Investimento em TI aperfeiçoa ambiente operacional

A modernização vai facilitar o atendimento a associados e fornecedores

Desde julho deste ano, a Mútua dos Magistrados tem trabalhado na atualização da arquitetura de servidores de todo o seu ambiente operacional. O trabalho já se reflete no aperfeiçoamento do atendimento aos associados, na otimização dos processos administrativos e na redução do volume de trabalho manual.

“A implementação desse projeto de modernização da área de Tecnologia da Informação foi um dos compromissos assumidos por mim quando tomei posse. Entre outras vantagens, esse nosso esforço vai assegurar mais transparência aos processos de reembolso”, destacou a presidente da Mútua, desembargadora Denise Nicoll Simões.

Contratado em julho deste ano para comandar a modernização, o gerente de Tecnologia da Informação (TI) da Mútua, André Araújo, iniciou o projeto promovendo a migração do aplicativo *mobile* – software projetado especificamente para rodar em dispositivos móveis, como *smartphones* e *tablets*. “Como o aplicativo anterior seria desligado, em um mês, tivemos que criar funcionalidades, migrar



A modernização da área de TI é o objetivo de André Araújo

e integrar os bancos de dados, desenvolver e testar as funcionalidades do novo aplicativo”, explica André, acrescentando que foram colocadas em produção algumas funcionalidades que não estavam totalmente integradas.

“Logo que assumi essa responsabilidade, fiz um levantamento do ambiente como um todo e sur-

giram algumas possibilidades de melhoria, tanto na infraestrutura, quanto no fluxo de processos”, disse André. O levantamento identificou necessidades de correções em fluxos de processos, na execução de tarefas automáticas, na melhoria no parque de máquinas dos colaboradores e na atualização dos servidores que suportam o ambiente da Mútua.

PROJETOS EM ANDAMENTO

André Araújo considera fundamental e necessária a atualização da arquitetura de servidores de todo o ambiente operacional da Mútua. “Hoje o ambiente encontra-se operando em servidores que já necessitam de melhoria pois estão com sua capacidade chegando ao limite de sua operação”, avaliou, adiantando que uma nova arquitetura virtualizada e com alta disponibilidade de conectividade será disponibilizada já no início de 2026.

“Hoje estamos finalizando o processo de reembolso pelo aplicativo

e pelo portal do associado. Vamos promover melhorias no procedimento de reembolso, trazendo facilidade, flexibilidade e rapidez no fluxo de reembolso, diminuindo o procedimento manual do *backoffice* da Mútua”, ressaltou.

Outro projeto interno é a migração do ambiente de desenvolvimento da Mútua para uma linguagem de programação mais nova, com mais recursos e com mais flexibilidade. Também está programada a atualização do parque de máquinas dos colaboradores para um

sistema operacional mais novo, com suporte e melhorias técnicas do fabricante.

“Nosso objetivo é criar um ambiente com alta disponibilidade para os colaboradores, fornecedores e para os associados. Vamos reduzir os processos que hoje são semiautomáticos, melhorar a disponibilidade de informações aos associados e desenvolver aplicações e sistemas para atendimento dos fornecedores, associados e colaboradores”, resumiu André.

Números de 2025 mostram a eficácia da prevenção

Dados sobre a internação de associados evidenciam a eficiência do check-up e de outros programas de saúde oferecidos pela Mútua

Das 966 internações hospitalares de beneficiários da Mútua, entre janeiro e outubro de 2025, apenas 241 foram referentes a associados que fizeram o *check-up* oferecido pela instituição. O número representa 25% do total de internações, já que 725 das pessoas internadas (75%) não haviam participado do programa.

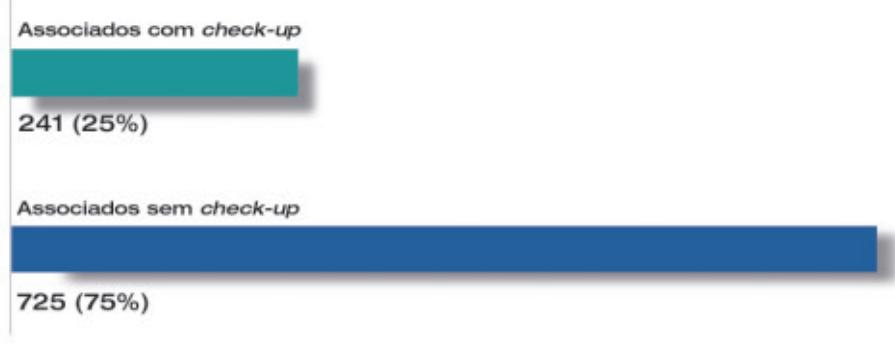
Os números mostram a eficácia dos programas de prevenção desenvolvidos e mantidos pela instituição. Aprovado pela ANS, o *Check-up* é um programa de saúde integral da Mútua dos Magistrados que proporciona mais qualidade de vida e bem-estar aos associados. Em apenas uma manhã, o beneficiário é examinado por médico clínico e realiza exames de sangue, urina e fezes, além de ultrassonografia e teste ergométrico. Todos esses exames são feitos nos Centros de Diagnose e Tratamento localizados no Centro, na Barra e em Niterói. Os exames oftalmológicos e audiometrias são realizados apenas no CDT do Centro.

O retorno do paciente ocorre uma semana depois, para as orientações cabíveis ou encaminhamento a especialistas ou outros profissionais de saúde, conforme as necessidades detectadas. Dependendo dos resultados, o associado poderá ser aconselhado a participar do programa SPA (veja matéria na página 10).

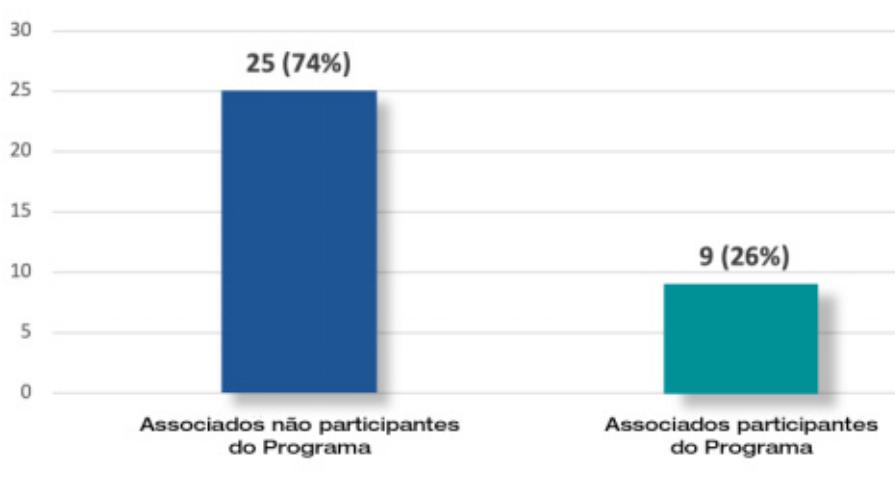
Outro dado que chama atenção na análise dos dados é o comparativo entre o número de internações e o Programa Doenças Cardiovasculares: 74% dos pacientes internados não participaram do programa, enquanto apenas 26% haviam participado.

O Programa Doenças Cardiovasculares oferece acompanhamento aos associados, oriundos do

Internações x Programa de *Check-up* 2025 (janeiro a outubro)



Programa Doenças Cardiovasculares x Internações 2025 (janeiro a outubro)



Teleatendimentos nos Programas 2025 (janeiro a outubro)

Nutrição	47
Cardiovascular	55
Endocrinologia	36
Ortopedia	26
Hepatologia	7
Psicologia	1.487
TOTAL GERAL	1.658

check-up, portadores de doença cardiovascular, já estabelecida, ou com fatores de risco para o seu desenvolvimento. O objetivo é controlar a doença e melhorar a qualidade de vida do paciente. O acompanhamento dos cardiologistas é a partir de consultas e exames cardiológicos específicos, como Holter, Mapa, Ecocardiograma, Cateterismo e outros. Tudo depende das necessidades detectadas.

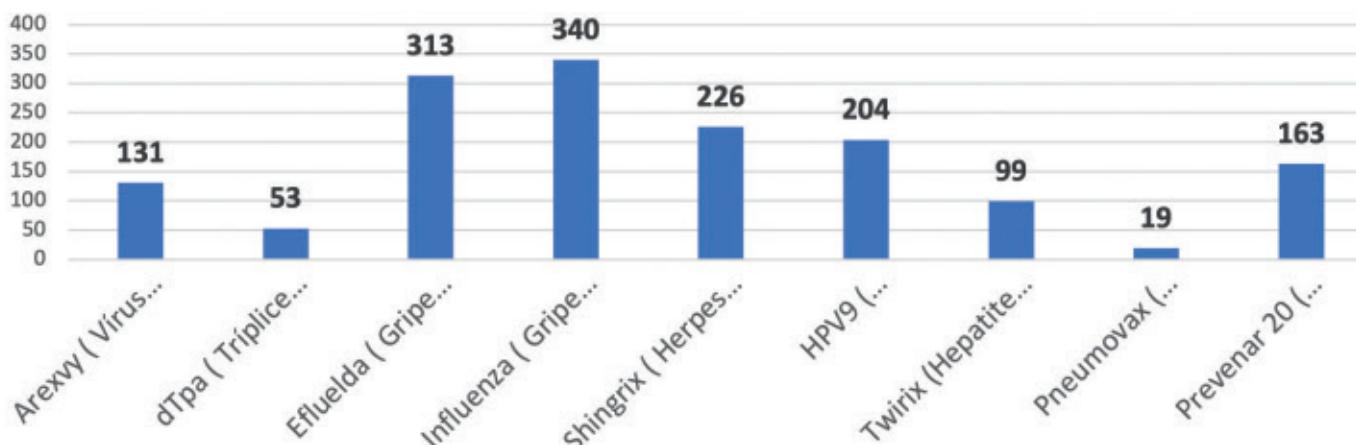
Além dos programas de *Check-up* e de Doenças Cardiovasculares, os associados participaram, entre janeiro e outubro de 2025, de diversos serviços de prevenção oferecidos pela Mútua em outras áreas, totalizando 12.031 atendimentos. Desse total, 10.373 foram realizados de forma presencial e 1.658 na modalidade de teleatendimento. O programa de vacinação também alcançou resultados positivos, com 1.548 doses administradas no período.

Deixe a
Mútua
cuidar de
você!

Atendimentos Presenciais nos Programas 2025 (janeiro a outubro)

Check-up	966
Retornos do <i>check-up</i>	751
<i>Follow up check-up</i>	136
SPA	122
Consultas Clínica Médica	464
Nutrição	1800
Saúde do Homem	161
Saúde da Mulher	218
Cardiovascular	596
Reabilitação Cardíaca	21
Saúde do Adolescente	37
Câncer de Pele	499
Afecções da Coluna	318
Endocrinologia	676
Ortopedia	428
Prevenção da Aterosclerose	129
Hepatologia	139
Cirurgia Geral	100
Geriatria	118
Psicologia	95
Psiquiatria	189
Proctologia	43
Fonoaudiologia	642
Oftalmologia	800
Otorrinolaringologia	299
Reumatologia	79
Pneumologia	41
Acupuntura	506
TOTAL GERAL	10.373

Vacinas administradas em 2025 (janeiro a outubro) – 1.548 doses



Programa Mútua em Casa evita internações hospitalares de associados idosos

Equipe multidisciplinar faz atendimentos em domicílio levando prevenção, orientações e informações que reduzem riscos

Entre abril e outubro de 2025, o Programa Visita Domiciliar, informalmente conhecido como Mútua em Casa, levou mais saúde à porta de 65 associados idosos, dos quais apenas 10 precisaram de internações hospitalares. Antes das visitas da equipe multidisciplinar da Mútua, 36 desses associados já haviam sido internados. São selecionados para participar associados em idade avançada que estejam em internação domiciliar ou impossibilitados de comparecer à Mútua para fazer check-ups.

Iniciado em março de 2024, o Mútua em Casa foi desenvolvido com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos idosos e está vinculado ao Programa de *Check-up*. O trabalho é coordenado por Catia Elken, nutricionista com formação gerontológica. As enfermeiras Amélia Nicolau e Willianny Martiliano Miranda, também com formação gerontológica, elaboraram a anam-

nese realizada com os pacientes por telefone antes das visitas.

Com atuação de uma equipe multidisciplinar, o programa de tratamento preventivo tem ainda participação das médicas geriatras Marcia Morgado e Flávia Lopes e da assistente social Adriane Salles, também com formação gerontológica. O idoso tem necessidades diferenciadas e, por isso, a equipe foi formada por profissionais com a especialidade em geriatria e gerontologia.

Dos 65 associados visitados, 30 eram homens e 35 mulheres. A maior parte dos atendidos no período analisado tem entre 80 e 89 anos de idade. Foram 33 atendimentos nessa faixa etária. Acima de 90 anos foram 22. É possível verificar que o número de atendimentos domiciliares é bem menor para os que têm menos de 70 anos. Foram 9 atendimentos para



associados entre 70 e 79 anos e apenas um na faixa etária entre 60 e 69 anos.

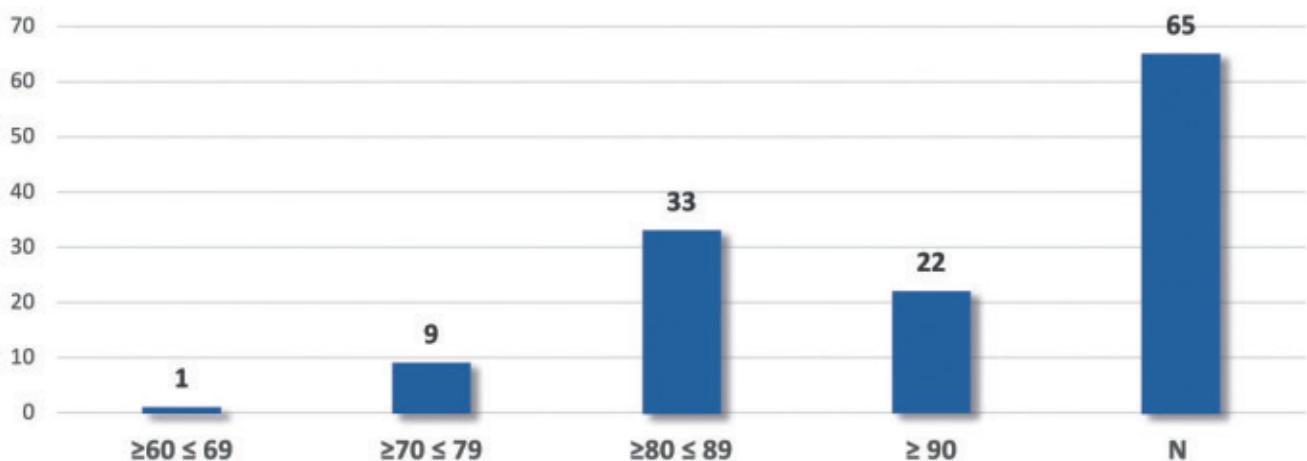
O Mútua em Casa tem se mostrado eficaz e tem conferido mais qualidade à vida de idosos, que, assim, conseguem minimizar fatores de risco inerentes à idade avançada. Prevenção, tratamentos e a reabilitação são levados aos associados em sua residência por meio de fisioterapia e no CDT do Centro, por meio do Programa de Reabilitação Muscular, onde estão o professor de educação física Marcelo Estefano e a cardiologista Renata Cardoso.

Uma das maiores preocupações da equipe é com a sarcopenia – redução da massa e da força muscular dos idosos, responsável pela

**Associados visitados pelo Programa Mútua em Casa
Internações pré e pós-visitas – (abril a outubro de 2025) – N = 65**



Associados Distribuídos por Faixa Etária (abril a outubro de 2025) - N = 65



incapacidade funcional e dependência, podendo levar a consequências mais graves como quedas e fraturas. “Com o envelhecimento, modificações fisiológicas ocorrem em todo o organismo e, na musculatura esquelética, há uma mudança no padrão de fibras rápidas para fibras lentas, levando a uma perda da qualidade muscular, e por isso o idoso fica mais fraco e lento”, explica Tânia Kadima, diretora médica e responsável por todos os demais programas preventivos da Mútua.

“Temos também a versão do Mútua em Casa para associados idosos que recebem alta hospitalar, igualmente com êxito, uma vez

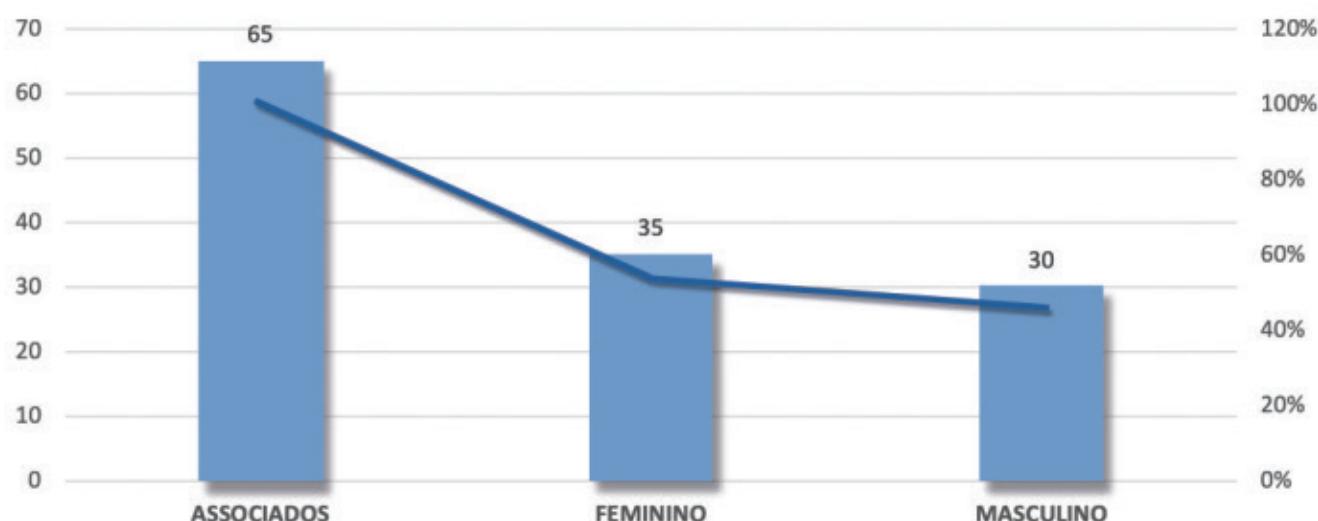
que tem reduzido as reinternações. Nesse caso, são os intensivistas que acompanham os associados”, destacou Tânia Kadima.

A médica acrescenta que a redução na ingestão proteica e a inatividade física estão entre as causas da sarcopenia na funcionalidade de indivíduos maiores de 65 anos, além de alterações hormonais. O programa mensura a massa muscular por meio da bioimpedânciometria e a força muscular pela dinamometria, pois a redução da massa muscular global ocorre no processo fisiológico do envelhecimento. E a partir desses resultados, a equipe orienta a prática

de exercícios físicos de resistência progressiva e aeróbicos, além de uma nutrição calórica e proteica adequada.

Além dessas orientações, a equipe fornece informações sobre a importância de atualização vacinal; de utilização dos medicamentos de forma correta; de nutrição equilibrada; de segurança no ambiente domiciliar, para evitar quedas e fraturas; de prevenção de lesões por pressão em associados acamados e, ainda, a oferta de cardápios personalizados. Esses foram alguns dos fatores responsáveis pelos bons resultados obtidos pelo programa.

Programa Visita Domiciliar - Distribuição por Gênero (abril a outubro de 2025)



Além das canetas: a revolução dos análogos de GLP-1 no tratamento da obesidade

Claudia Braga Monteiro*

Dados recentes apontam que mais de um bilhão de pessoas no mundo vivem com obesidade — cerca de 880 milhões de adultos e 159 milhões de crianças e adolescentes. Esse número alarmante revela que, hoje, aproximadamente uma em cada oito pessoas no planeta tem obesidade. Essa epidemia global acarreta consequências graves para a saúde: em 2021, o excesso de peso corporal foi responsável por cerca de 3,7 milhões de mortes por doenças não transmissíveis como diabetes, doenças cardiovasculares e até alguns tipos de câncer. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), se não modificarmos esse cenário, os custos mundiais relacionados à obesidade e ao sobrepeso podem alcançar a cifra de US\$ 3 trilhões por ano até 2030.

Entretanto, a história do tratamento da obesidade somente recebeu atenção nos últimos anos quando foi reconhecida como uma doença crônica, recidivante e de tratamento contínuo e não como resultado de “falta de força de vontade”, mas de mecanismos biológicos complexos e persistentes. As estratégias para o controle de peso eram, além da dieta e atividade física, alguns medicamentos de baixa eficácia com efeitos colaterais e o encaminhamento para cirurgia bariátrica. Porém, nada disso impediu a escalada global da obesidade, reconhecida hoje como uma epidemia multifatorial e progressiva, com profundas repercussões sobre saúde pública. A compreensão desse impacto levou a OMS a atualizar, em dezembro de 2025, suas diretrizes internacionais para o manejo da obesidade reconhecendo de forma inédita o papel de terapias farmacológicas modernas, especialmente os agonistas de GLP-1 (peptídeo semelhante ao glucagon tipo 1) e análogos combinados, como ferramentas eficazes dentro de um plano terapêutico amplo e contínuo. Essas diretrizes reforçam que a obesidade exige tratamento de longo prazo, acompanhamento médico especializado e intervenções baseadas em evidências, jamais soluções rápidas ou isoladas.

Desde meados do ano 2000, os análogos do hormônio GLP-1 começaram a ser utilizados clinicamente no tratamento de Diabetes tipo 2, representando uma nova abordagem além da insulina e das medicações orais. O primeiro deles, Exenatida (Byetta), foi aprovado em 2005. Em 2010, surgiram fármacos com administração diária como a Liraglutida e ao longo da década os agonistas de GLP-1 evoluíram para formulações de ação mais prolongada e administração semanal ou oral, o que ampliou seu uso e adesão.

O uso para tratamento de obesidade só passou a ser formalmente indicado alguns anos depois. Um marco importante foi em 2014 com a aprovação da Liraglutida (análogo de uso diário) quando finalmente os agonistas de GLP-1 deixaram de ser exclusivamente medicamentos antidiabéticos. Em 2021, foi aprovado o uso da Semaglutida em doses e regimes específicos para tratamento de pessoas com IMC ≥ 30 kg/m² (obesidade) ou ≥ 27 kg/m² (sobrepeso) associado a pelo menos uma comorbidade relacionada ao peso (como hipertensão, dislipidemia, apneia do sono, doença cardiovascular dentre outras).

Os análogos de GLP-1 atuam mimetizando o hormônio intestinal GLP-1 que naturalmente sinaliza ao cérebro a sensação de saciedade, reduz o apetite, retarda o esvaziamento gástrico e melhora a função das células beta pancreáticas e a sensibilidade insulínica favorecendo o controle glicêmico.

Já as moléculas mais recentes que combinam GLP-1 ao GIP — outro entero-hormônio envolvido na regulação metabólica — potencializam esses efeitos ao atuar em vias complementares de saciedade e sensibilidade insulínica. A dupla ação amplifica a redução da ingestão calórica e promove maior eficiência metabólica, resultando em perdas de peso ainda mais expressivas e sustentadas, com benefícios que se estendem à saúde cardiovascular e ao metabolismo da glicose.

A semaglutida (OZEMPIC/WEGOVY/RYBELSUS) consolidou-se como uma das medicações mais eficazes no manejo da obesidade e do diabetes tipo 2 com evidências robustas mostrando perda de peso em torno de 15% a 20%. A liberação se estende para adolescentes acima de 12 anos de idade. A tirzepatida (MOUNJARO) representa uma inovação ao atuar de maneira dupla nos receptores de GLP-1 e GIP. Estudos clínicos evidenciaram reduções de peso superiores, chegando a mais de 25%, um avanço expressivo frente às terapias já disponíveis. Desde 9 de junho de 2025, a ANVISA aprovou a indicação da tirzepatida para obesidade e sobrepeso com comorbidades. Ambas as medicações compartilham efeitos adversos gastrointestinais, como náuseas e vômitos, embora a tolerabilidade da tirzepatida pareça ser um pouco melhor. A tirzepatida surge com uma eficácia comparável aos procedimentos cirúrgicos em termos de redução ponderal em longo prazo, posicionando-se como uma alternativa potente para casos mais graves.

Essa evolução, entretanto, não ocorreu sem riscos. O uso indiscriminado tem levado muitas pessoas a iniciarem o tratamento sem indicação médica, sem avaliação de comorbidades e sem acompanhamento adequado. Isso distorce a percepção pública e favorece a ideia equivocada de que são “atalhos estéticos”, quando, na verdade, são ferramentas complexas. A expressão “canetas emagrecedoras” não é adequada, pois é reducionista, tecnicamente incorreta e contribui para a desinformação. Ela desvia a atenção dos benefícios metabólicos e cardiovasculares já bem documentados sugerindo que se trata de um medicamento “cosmético”, reforça estereótipos e incentiva comportamentos de automedicação.

Por fim, ainda que estejamos diante de um dos avanços mais promissores no tratamento da obesidade, é essencial reforçar que análogos de GLP-1 não são uma solução isolada. Eles integram um cuidado amplo, contínuo e individualizado, que inclui mudanças de estilo de vida, suporte psicológico, avaliação nutricional, acompanhamento médico especializado e, sobretudo, a compreensão de que a obesidade é uma doença crônica que deve ser tratada com a mesma seriedade com que tratamos qualquer outra condição crônica de impacto global. Investir no acesso a essas terapias representa, portanto, uma oportunidade estratégica para reduzir o impacto econômico e social da obesidade no país.

*** Claudia Braga Monteiro**

Médica, mestre e doutora em endocrinologia pela UFRJ, com título de especialista em endocrinologia e endocrinologia pediátrica. É endocrinologista do Núcleo de Estudos da Saúde do Adolescente da UERJ, membro titular da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e do Departamento Científico de Endocrinologia da Sociedade de Pediatria do Rio de Janeiro.