

PARQUE ESPORTIVO

Ação integrada busca novas parcerias para saúde

Em uma ação conjunta das vice-presidências de Saúde e Sócio cultural-Esportiva, a diretoria da Amagis deu início, no dia 15 de fevereiro, em uma reunião com o reitor da Universidade Fumec, Eduardo Martins Lima, a uma série de contatos que visam incrementar a promoção da saúde preventiva da Associação, otimizando o uso do Parque Esportivo.

Durante o encontro, do qual participaram o presidente da Amagis, Herbert Carneiro, o vice-presidente Sociocultural-esportivo, Tiago Pinto, a diretora do Parque Esportivo, Riza Aparecida Nery, e a coordenadora do Amagis Saúde, Sueli Tréssia, foi avaliada a possibilidade de um trabalho integrado com a universidade e a Asso-

Georgia Baçvaroff



Riza Nery, Eduardo Martins, Herbert Carneiro, Tiago Pinto e Sueli Tréssia

ciação. A consolidação de parcerias na área da saúde, que possam ser ampliadas para todo o Estado, é uma das metas da nova diretoria.

Na avaliação do vice-presidente Tiago Pinto, a reunião foi muito positiva e confirmou que

o diálogo com outras instituições é um dos caminhos que a diretoria pode usar para dinamizar as atividades realizadas no Parque Esportivo. De acordo com a diretora Riza Nery, a Amagis foi muito bem recebida pelo reitor Eduardo Lima

e este primeiro contato com uma universidade alimenta a expectativa de realização de novos projetos.

Para o vice-presidente de Saúde da Amagis, juiz Maurício Soares, que não pôde participar da reunião, a proposta

tem como objetivo incrementar ações de saúde preventiva no Parque Esportivo, alertando e orientando os associados sobre as principais doenças que podem atingi-los, reafirmando a importância com o cuidado diário do bem-estar. ●

Elimine os focos do mosquito da dengue.

Fique atento aos locais que podem acumular água:



MANTENHA A CAIXA D'ÁGUA FECHADA



MANTENHA A LIXEIRA FECHADA



NÃO DEIXE ÁGUA ACUMULADA SOBRE A LAJE



MANTENHA AS CALHAS LIMPAS

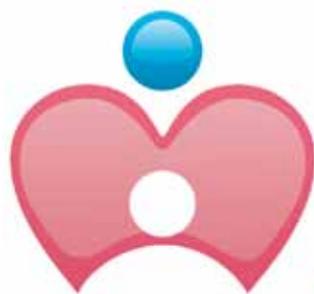
E não se esqueça: se sentir febre com dor de cabeça, dor atrás dos olhos, no corpo e nas juntas, pode ser dengue. Procure uma unidade de saúde.

Melhorar sua vida, nosso compromisso.



Ministério da Saúde

GOVERNO FEDERAL
BRASIL
PAIS RICO E PAIS SEM POBREZA



Programa **AMOR** à **VIDA**



**Bem-estar e qualidade de
vida para você, usuário do
AMAGIS SAÚDE**

STRESS

Uso indevido aumenta consumo de antidepressivos

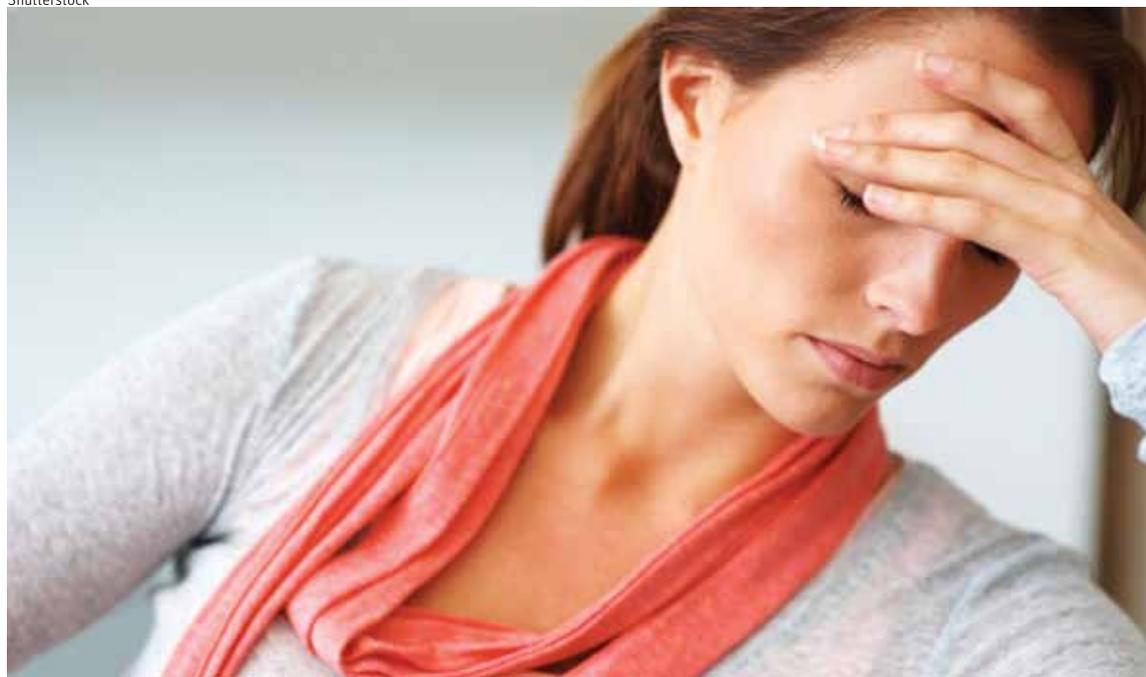
Daniela Fagundes

O texto na tarja preta adverte: este medicamento pode causar dependência física ou psíquica. Apesar do aviso e das restrições de venda, em 2012, o consumo de antidepressivos e ansiolíticos cresceu 16,29% em relação ao ano anterior. Segundo dados do levantamento feito pelo IMS Health, a pedido do jornal Estado de Minas, no ano passado foram vendidos 42,33 milhões de caixas de remédios indicados para o tratamento de depressão, insônia e ansiedade, quase uma caixa para cada cinco brasileiros. Número que garante ao Brasil a liderança mundial na venda desse tipo de medicamento.

Segundo a psiquiatra Adelina Vieira Torres, esse aumento está relacionado à qualidade de vida da população. “O stress do dia a dia, a cobrança por parte das empresas e o estilo de vida dos pacientes potencializam as crises de depressão e ansiedade”, diagnosticou a médica. Perda de interesse nas atividades, distúrbio do sono ou do apetite e alteração do humor são alguns dos sintomas que indicam que a pessoa precisa de ajuda.

“Já estava com certo desânimo com relação à vida profissional, mas, após uma decepção amorosa, comecei a sentir uma tristeza profunda, paralisante. Comecei o tratamento com a homeopatia, para evitar os antidepressivos. Mas, após uma semana, o próprio médico me sugeriu procurar um psiquiatra a-

Shutterstock



Pesquisa aponta o crescimento de 16,29% no consumo de antidepressivos

patata, pois eu precisava de um tratamento de resgate mais rápido. Foi nesse momento que eu entendi que a minha doença era também química”, contou a publicitária Júnea Ramos, de 25 anos.

Um conjunto de fatores é apontado como a causa da depressão. Entre eles, estão os fatores situacionais, como perdas, traumas, stress ou luto, e os bioquímicos, que são caracterizados pela diminuição do nível dos neurotransmissores serotonina, noradrenalina e dopamina. Os medicamentos ajudam a aumentar a oferta dessas substâncias durante a sinapse. Mas é importante que o paciente passe por uma avaliação psiquiátrica antes de iniciar o tratamento, como ressaltou a médica. “É fundamental levar em conta os sintomas e o quadro do paciente na hora de prescrever a medicação.

Cada organismo reage de maneira diferente à doença e ao tratamento”, orientou.

Além do estilo de vida contemporâneo, Adelina Torres apontou a prescrição de antidepressivos de maneira indiscriminada e por outras especialidades médicas, que não a psiquiatria, como fatores que contribuem para o boom dos remédios tarja preta. “Muitos pacientes chegam com o discurso pronto e querem alívio imediato. Não entendem que os ansiolíticos causam dependência, e os antidepressivos apresentam uma série de efeitos colaterais, como a diminuição da libido e o ganho de peso”, advertiu a psiquiatra.

Por isso, segundo a médica, é preciso aliar o tratamento a outras condutas, como a prática de exercícios físicos, técnicas de relaxamento e, principalmente, a psi-

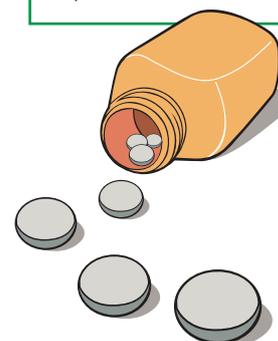
coterapia. “A maioria das pessoas tem dificuldade em falar sobre si. Por isso, quando o remédio começa a fazer efeito, desistem da terapia. O que é um problema, porque o medicamento garante o alívio dos sintomas, mas tem efeito paliativo quando os motivos não são tratados”, alertou Adelina Torres.

Os tratamentos complementares foram importantes para a recuperação de Júnea, que hoje pratica caminhada e yoga e frequenta sessões de psicoterapia uma vez por semana. “O remédio foi o que me deu força para mudar. Ele foi como uma muleta que me fez levantar de novo. Hoje, sei que ainda preciso dele, mas tenho trabalhado para voltar a andar sem essa ajuda”, disse a publicitária. ●

**A psiquiatra Adelina Vieira Torres é credenciada ao Amagis Saúde.*

ENTENDA MAIS

- **Antidepressivos** – Regulam o nível de neurotransmissores. Podem conter em sua fórmula substâncias que acalmam (ansiolíticos) ou que estimulam, de acordo com a necessidade de cada paciente.
- **Ansiolíticos / calmantes** – Aliviam os sintomas de ansiedade.
- **Indutores do sono** – Melhoram a qualidade do sono



IMPOSTO DE RENDA

Hora de acerto com o leão

O Amagis Saúde enviou aos usuários do plano, na última semana de fevereiro, os demonstrativos de despesas médicas para a declaração de Imposto de Renda de Pessoa Física (IRPF) de 2013, ano-calendário 2012. No dia 1º de março, a Receita Federal abriu o período para entrega das declarações do Imposto de Renda 2013, que vai até 30 de abril. Quem perder o prazo

está sujeito à multa de R\$ 165,74.

As novidades do IRPF deste ano estão disponíveis no site da Receita Federal, bem como as perguntas e respostas para esclarecer as dúvidas no preenchimento dos dados. É importante observar as orientações do manual para evitar que a declaração fique retida na malha fina.

Um dos erros comuns cometidos ocor-

re ao informar no campo das despesas médicas beneficiários dos planos que não são dependentes do contribuinte. Segundo informações disponíveis no site da Receita Federal, “as despesas médicas ou de hospitalização dedutíveis restringem-se aos pagamentos efetuados pelo contribuinte para o seu próprio tratamento ou o de seus dependen-

tes relacionados na Declaração de Ajuste Anual, incluindo-se os alimentandos, em razão de decisão judicial ou acordo homologado judicialmente, ou por escritura pública”.

Para baixar os programas para preenchimento, envio e para tirar dúvidas da declaração do IRPF deste ano, basta acessar o site da Receita Federal www.receita.fazenda.gov.br. ●

NOVOS CREDENCIADOS

Cidade	Especialidade	Credenciado	Endereço	Telefone
Araxá	Fisioterapia	Centro Universitário do Planalto Araxá	Av. Min. Olavo Drumond, 05 - Novo São Geraldo	(34) 3669-2302
Belo Horizonte	Acupuntura	Celso Homero Santos Oliveira	Rua Rio Grande do Norte, 57 - Conj. 1001 - Santa Efigênia	(31) 3226-7801
	Dermatologia	Letícia Pires Vaz Brandão Teixeira	Av. Francisco Sales, 1420 - Sala 1204 - Santa Efigênia	(31) 3221-4799
	Ginecologia e Obstetrícia	Neli Sueli Teixeira de Souza Ginecologia e Obstetrícia Ltda.	Av. Francisco Sales, 1420 - Sala 802 - Santa Efigênia	(31) 3281-9811
	Neurocirurgia	Antônio Pedro Baroni Amaral	Rua dos Aimorés, 2480 - 11º Andar - Lourdes	(31) 3337-1212
	Otorrinolaringologia	Ricardo Jacob de Macedo	Av. Bernardo Monteiro, 890 - Sala 601 - Funcionários	(31) 3222-2100
Campo Belo	Oftalmologia	Visiocentro	Av. Afonso Pena, 1001 - Vila Matilde	(35) 3831-2087
Conselheiro Lafaiete	Fisioterapia, Fonoaudiologia, Nutrição, Terapia Ocupacional	Centro de Reabilitação Hidrosolar	Rua Barão de Pouso Alegre, 86 São Sebastião	(31) 3761-5781
Congonhal	Fisioterapia	Fisiominas	Rua Silviano Brandão, 842 - Sala 02 - Centro	(35) 3424-1253
Montes Claros	Fisioterapia	Núcleo de Fisioterapia Bio Estética	Rua Gabriel Passos, 140 - Sala 202 - Centro	(38) 3221-8486
Poços de Caldas	Pediatria, Cirurgia Pediátrica e Psicologia	Psyque Serviços Psicológicos	Rua Minas Gerais, 280 - Sala 203 - Centro	(35) 3721-8235
Uberlândia	Psicologia	Ana Paula Soares Ferreira Melazo	Av. Cesário Alvim, 1387 - Aparecida	(34) 9966-1156
		Letícia Maria Soares Ferreira	Av. Cesário Alvim, 1387 - Aparecida	(34) 9969-3396
	Psiquiatria	Dante Galileu Guedes Duarte	Av. João Pinheiro, 300 - Centro	(34) 3233-1400

Suplemento do Plano de Saúde da Associação dos Magistrados Mineiros AMAGIS

Rua Albita, 194 • Cruzeiro
Belo Horizonte • MG
Telefax: (31) 3079-3499
e-mail: imprensa@amagis.com.br
www.amagis.com.br

Presidente da Amagis:
Desembargador Herbert José de Almeida Carneiro

Diretoria do Amagis Saúde:
Vice-presidente de Saúde
Juiz Maurício Torres Soares

Diretor de Saúde
Juiz Edison Feital Leite

Diretor Financeiro
Juiz Cláudio Manuel Barreto de Figueiredo

Conselho Gestor:
TJMG

Wander Paulo Marotta Moreira
Geraldo Domingos Coelho

Suplentes
José Geraldo Saldanha da Fonseca
Geraldo José Duarte de Paula

Juízes da Capital
Mária Luiza Santana Assunção
Edison Feital Leite

Suplentes
Marco Aurélio Ferenzini
Marli Maria Braga Andrade

Juízes do Interior
Marcelo Carlos Cândido
Dalton Soares Negrão

Suplentes
Paulo Antônio de Carvalho
André Luiz Tonello de Almeida

Aposentados
Cláudio Manuel Barreto Figueiredo
Francisco Albuquerque

Suplentes
Noelmo Adelino Machado
Mauro Soares de Freitas

Diretoras de comunicação:
Juízas Rosimere das Graças do Couto e Aldina de Carvalho Soares

Coordenador de Comunicação:
Bruno Gontijo • Mtb - MG: 11008

Jornalistas:
Georgina Baçvaroff - Mtb - MG: 08441
Adriano Boaventura • Mtb - MG: 9181
Fernanda Marques • Mtb - MG: 12188
Tiago Parrela • Mtb - MG: 14634

Estagiária:
Daniela Fagundes

Projeto Gráfico:
Agência Graffo

Diagramação:
Fosfato Editoração

Pré-impressão/Impressão:
Gráfica e Editora Del Rey