

IMPOSTO DE RENDA

Demonstrativo de IR está disponível no site

O Demonstrativo Anual de Despesas Médicas, referente ao ano de 2014, está disponível para o associado do Plano de Saúde da Amagis no site da Associação. Os usuários do plano poderão acessar o site e imprimir seu demonstrativo para a declaração do Imposto de Renda Pessoa Física 2014. Para isso, o associado deve entrar no site da Amagis, clicar na aba do Amagis Saúde. Em seguida, deve clicar em Área do Beneficiário, inserir usuário e senha. Quando for o primeiro acesso, no campo USUÁRIO

deve ser digitado o número do CPF do titular e, no campo SENHA, também deve ser digitado o número do CPF do titular. Clicar em ENTRAR. O número do CPF deve ser digitado sem ponto e traço, apenas com números. E logo depois virá a opção de "TROCAR DE SENHA". O site vai direcionar o interessado à tela do WEBPLAN. Clicar no ícone EXTRATO DE IRPF ANUAL.

LEÃO

O prazo para a entrega da declaração do IRPF vai até o dia 30 de abril. Os programas para fazer a de-

Crédito



Documento está disponível na área do beneficiário

claração estão disponíveis para downloads na página da Receita, no endereço: www.receita.fazenda.gov.br. São esperadas, em média, 27,5 milhões

de declarações em 2015. Se o contribuinte entregar depois do prazo ou se não declarar, irá pagar multa de 1% ao mês-calendário ou fração de atraso,

calculada sobre o total do imposto devido nela calculado, ainda que integralmente pago, ou uma multa mínima de R\$ 165,74. ●

AMAGIS SAÚDE

Conselho avalia desempenho da gestão e planejamento do Amagis Saúde

Adriano Boaventura



Membros do Conselho durante reunião na Amagis

O Conselho Gestor de Saúde realizou, no dia 9 de março, sua primeira reunião do ano, com o objetivo de avaliar as atividades do Amagis Saúde e planejar os próximos passos para 2015. As reuniões são periódicas e têm como objetivo garantir a excelência dos serviços prestados pelo Amagis Saúde.

Desde a criação do plano de saúde, que completa 39 anos no próximo dia 22, a diretoria tem trabalhado para qualificar o Amagis Saúde. A consolidação do plano como autogestão, a criação do 'Amor à Vida' e do Amagis Saúde Grupo de Estados (Minas, Rio e São Paulo), são algumas iniciativas que possibilitaram essa consolidação. ●

COMBATE À HIPERTENSÃO

Doença silenciosa impõe mudança de hábitos

Divulgação CNJ



No Brasil, estima-se que existem mais de 30 milhões de hipertensos. A doença é o maior fator de risco para o desenvolvimento de outras cardíacas e vasculares em todo o mundo. Estimativas apontam que cerca de 25% a 30% dos adultos do planeta apresentam elevação da pressão arterial. Para combater, prevenir e informar a sociedade sobre a doença será realizado, no dia 26 de abril, o Dia Mundial de Combate à Hipertensão Arterial.

Segundo o médico Danilo Pires Castro de Almeida, cardiologista do programa Amor à Vida, do Amagis Saúde, a hipertensão é fator de risco com força de determinação maior de mortalidade cerebrovascular, como a hemorragia cerebral, superior a outros fatores de risco como o tabagismo, dislipidemia e diabetes. “No Brasil, a doença cerebrovascular representa a principal causa de mortalidade. A comparação das taxas brasileiras com a de outros países mostra que o risco de morte por doenças cerebrovasculares é maior em residentes no Brasil”, alertou.

A hipertensão acontece quando a pressão arterial está acima do limite considerado normal, que, na média, é 12 por 8. Quando a pressão está em 12 por 8, ou menos, tudo funciona bem, mas, quando a pressão está continuamente aumentada, alguns órgãos importantes, como o coração, o cérebro, os rins, os olhos e as próprias artérias sofrem maior desgaste e provocam o surgimento de outras doenças.

Hipertensão causa doenças cardíacas e vasculares

Os médicos diagnosticam que, quando a pressão está acima de 14 por 9, é considerado um quadro de hipertensão arterial. Valores entre 12 por 8 e 14 por 9 são chamados de pré-hipertensão ou pressão limítrofe, que requerem cuidados também.

Pressão arterial é a força causada pela contração do coração e das paredes das artérias para bombear o sangue para todo o corpo, a fim de levar oxigênio e nutrientes para o funcionamento do organismo.

A hipertensão é considerada uma doença silenciosa. Seus sintomas são variados. As queixas mais comuns são dores de cabeça, principalmente na nuca, tonturas, zumbidos no ouvido e sangramento nasal. O cardiologista do ‘Amor à Vida’ afirmou que esses sintomas são mais frequentes durante as crises hipertensivas causadas por aumentos bruscos dos valores de pressão arterial. “Palpitações e dor no peito, além de falta de ar e inchaço nos membros inferiores, sugerem com-

prometimento cardíaco e maior gravidade da doença”, disse.

Pressões arteriais elevadas provocam alterações nos vasos sanguíneos e na musculatura do coração, podendo ocorrer hipertrofia do ventrículo esquerdo, AVC (Acidente Vascular Cerebral), IAM (infarto agudo do miocárdio), morte súbita, insuficiência renal e cardíaca, entre outras.

Os fatores de risco para o surgimento da doença são vários, desde idade, gênero e etnia ao uso de anticoncepcionais, consumo de sal, resistência à insulina, sedentarismo e obesidade, estresse e alterações genéticas (hereditariedade).

A hipertensão não tem cura, porém, com o avanço da medicação anti-hipertensiva de uso mais simples e com menores efeitos colaterais indesejáveis, é possível obter um controle adequado dos níveis pressóricos, evitando assim o agravamento da doença.

Segundo o cardiologista, a hipertensão pode ser evitada, combatendo

a obesidade, aumento da atividade física, diminuição do estresse, implementação da dieta DASH (Abordagem Dietética para Parar a Hipertensão), restrição da ingestão de gorduras saturadas, da ingestão de álcool e eliminação do tabagismo.

De acordo com Danilo de Almeida, todo paciente hipertenso deve manter o uso constante e regular das medicações prescritas, mesmo com a pressão controlada. Consulta ao cardiologista e uma equipe multiprofissional regularmente é necessária para avaliar lesões em órgãos-alvo e ajuste medicamentoso.

A atividade física regular promove redução na pressão arterial, fato independente da redução do peso. Além de reduzir a pressão arterial, diminui também a incidência de doenças coronárias, dos acidentes vasculares encefálicos e da mortalidade em geral. Uma alimentação saudável diminui também a pressão arterial e complicações cardiovasculares ao longo da vida. ●

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 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
Maria 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 Aldina de Carvalho Soares
e Rosimere das Graças do Couto

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

Projeto Gráfico:
Agência Graffo

Diagramação:
Fosfato Comunicação Digital

Pré-impressão/Impressão:
Gráfica e Editora Del Rey

Tiragem: 2.300 exemplares