

# Integramagis fortalece congraçamento da classe

Palestra propôs reflexão sobre os relacionamentos e as emoções

**E**m uma noite marcada pela palestra “Cuidando de si mesmo e dos relacionamentos”, proferida pelo professor Júlio Machado, o Integramagis, realizado no dia 19 de junho, propôs a magistrados e seus familiares presentes uma reflexão sobre a identidade de cada um e o contato diário com as outras pessoas, fortalecendo também os laços de união entre a classe.

Na abertura do evento, o presidente da Amagis, desembargador Maurício Soares, agradeceu a presença de todos e destacou a importância de os magistrados e seus familiares reunirem-se em um encontro de congraçamento como o Integramagis, que promove tanto a integração e a qualidade de vida da Magistratura quanto preserva o espírito do associativismo mineiro.

Maurício Soares agradeceu ainda a presença especial do desembargador Nelson Missias de Moraes, então presiden-

te eleito do TJMG, e destacou seu irrisolto apoio ao Integramagis. “Nelson Missias sempre foi um grande incentivador do programa da Amagis Saúde e sempre batalhou pela integração de todos os magistrados de Minas Gerais”, afirmou.

A vice-presidente de Saúde da Amagis, juíza Luzia Peixôto, o vice-presidente Financeiro da Associação, desembargador Alberto Diniz Junior, e a diretora de pensionistas, Marlene Fernandes, também participaram da confraternização.

## PALESTRA

Durante a palestra, o professor Júlio Machado destacou a importância dos indivíduos cuidarem de suas emoções. “Todos nós vivemos nesse estado (vibracional). Em um dia, estamos mais otimistas, em outro, mais pessimistas. E assim nossa realidade é construída. Portanto, é importante estarmos atentos a nossas vibrações, pois elas vão impactar di-

Alberto Diniz, Júlio Machado, Marlene Fernandes, Maurício Soares e Luzia Peixôto

FOTOS: IZABELA MACHADO



Presidentes da Amagis e do TJMG



retamente nossa saúde e os relacionamentos”, afirmou o palestrante.

Segundo o professor, ao não nos darmos conta de quem somos por dentro, vamos nos comparar, e isso inevitavelmente leva ao sofrimento. “Junto com a comparação, vem um dos sete pecados capitais: a inveja. E inveja não significa querer o que o outro tem.

Na verdade, ela é a corrupção do bem”, afirmou o professor. De acordo com ele, o antídoto para a inveja é tomar consciência dela, cuidar do seu interior e aprender a direcionar nossa atenção para a expansão do que já conquistamos.

O evento teve ainda a apresentação musical da dupla Henrique Jotta e Liana. ■

# Campanha faz alerta sobre hepatites virais

## Mal nem sempre manifesta sintomas

**E**m alusão ao Dia Mundial de Luta Contra as Hepatites Virais, celebrado em 28 de julho, durante este mês é realizada a Campanha Julho Amarelo, para alertar sobre os riscos das doenças, que são consideradas silenciosas por nem sempre apresentarem sintomas. Por isso, o propósito da mobilização é estimular a prevenção e o diagnóstico precoce que torna o tratamento mais eficaz.

De acordo com o Ministério da Saúde, por mais que haja variação da doença de acordo com a região, no Brasil, a distribuição das hepatites virais é universal. Atualmente, estão identificadas cinco formas da enfermidade, classificadas em A, B, C, D e E.

As hepatites A e E são transmitidas de forma semelhantes, sendo que o contágio pelo tipo E da doença é mais comum em países em desenvolvimento, onde os reservatórios de água estão mais sujeitos a contaminação.

A hepatite B é considerada uma doença sexualmente transmissível, cuja infecção pode se dar ainda por meio de compartilhamento de

agulhas, seringas, tatuagens, piercings, procedimentos odontológicos ou cirúrgicos, entre outros. Uma curiosidade é que a hepatite D depende do vírus do tipo B para poder causar a doença.



Considerado a principal origem da hepatite crônica, o vírus da hepatite C é transmitido principalmente pelo sangue, ocorrendo com maior incidência em grupos de riscos, como usuários de drogas injetáveis, inaláveis e usuários de crack. Pessoas com tatuagens e piercings também podem ser expostas ao vírus. A transmissão por via sexual é pouco frequente.

O diagnóstico das hepatites B, C e D só pode ser feito por meio de exames de sangue. Já o vírus do tipo A, além do diagnóstico em laboratório, pode ser feito ao se investigar se a pessoa com a suspeita da doença tenha entrado em contato com alguém contaminado.

Quando manifesta sintomas, as hepatites virais causam febre, vômitos, fraqueza, mal-estar, dor abdominal, enjojo/náuseas, perda de apetite, urina escura, olhos e peles amarelados e fezes esbranquiçadas. ■

**DICAS**

## INFORMAR CPF É OBRIGATÓRIO

### ❶ A informação do CPF no cadastro é obrigatória?

Sim. A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) exige que todos os beneficiários dos planos de saúde informem o número do seu Cadastro de Pessoa Física (CPF) à operadora do serviço.

### ❷ Menores de 18 anos precisam informar o CPF?

Sim. A exigência da ANS também é válida para menores de 18 anos.

### ❸ Quais outros dados precisam ser atualizados?

Além do CPF, do titular e dos dependentes, é preciso atualizar os números de telefones e e-mail. Os dados dos pais dos dependentes precisam estar corretos e completos.

### ❹ Qual a importância da atualização do cadastro para a Amagis Saúde?

É essencial para que a Amagis Saúde mantenha a qualidade da sua base cadastral, conforme exigência da ANS, e garanta o bom resultado no Índice de Desempenho da Saúde Suplementar (IDSS). Manter o cadastro atualizado também é importante para que o plano não sofra nenhuma penalidade por parte da agência reguladora.

### ❺ Como atualizar o cadastro?

O cadastro pode ser atualizado por telefone, e-mail, pelo site, presencialmente ou com envio de correspondência. Veja abaixo os meios disponíveis para a atualização do cadastro.

### MAIS INFORMAÇÕES:

Telefone: (31) 3079-3499 – ramal 3421 ou (31) 3079-3482

E-mail: [cadastro@amagis.com.br](mailto:cadastro@amagis.com.br)

Site: [amagissaude.com.br](http://amagissaude.com.br)  
(Selecionar a opção 'Fale Conosco' e logo depois a seção 'Cadastro de Associados')

Presencialmente ou por correspondência:  
Sede da Amagis Saúde  
Rua Albita, 194, 6º andar, Cruzeiro, BH/MG