

Amagis renova check-up

Sucesso do programa foi decisivo para medida do Conselho Gestor

GEORGIA BACVAROFF



Conselho Gestor reunido na Amagis

“Você passa por várias especialidades médicas, o que seria muito difícil de fazermos se não fosse pelo check-up”

**Desembargador
Sérgio André da
Fonseca Xavier**

Com o sucesso do Programa Check-up, lançado pela Amagis e Amagis Saúde há um ano, o Conselho Gestor de Saúde, reunido no dia 14 de agosto, decidiu renovar a vigência da iniciativa por mais dozes meses, a fim de ampliar o benefício ao maior número de usuários do plano.

De acordo com o presidente da Amagis, desembargador Maurício Soares, a renovação do Check-up confirma não só que a iniciativa foi bem-sucedida, mas também que a Associação avança, a cada dia, na prevenção e promoção da saúde dos magistrados mineiros e familiares.

Nesse primeiro ano de vigência do projeto, foram realizados em média 100 check-ups por mês, entre os usuários do plano que têm direito ao benefício. Um dos magistrados que realizou o exame foi o desembargador Sérgio André

da Fonseca Xavier, que recomendou a todos fazerem o check-up. “Foi ótimo, porque concentrou tudo em uma data só, a data do aniversário, em um horário só. Você passa por várias especialidades médicas, o que seria muito difícil de fazermos se não fosse pelo check-up”, comentou.

Para a desembargadora Electra de Almeida Benevides, que realizou essa bateria completa de exames pela primeira vez, o check-up foi excelente. Ela disse ainda que o tempo de espera entre uma análise clínica e outra foi muito pequeno, e que a sequência de exames não gerou nenhum desconforto. “Essa iniciativa da Amagis me surpreendeu, principalmente porque, no mês do aniversário, é um prêmio para o associado. A Associação é que está de parabéns!”, afirmou.

Na avaliação do juiz José Ricardo dos Santos,

agilidade do atendimento é um aspecto positivo do programa criado pela Amagis. “De modo geral, o tempo do magistrado é muito apertado, mas eles marcam logo de manhã cedo. Você se desloca, comparece, é bem recebido, realizado tudo num local só”, disse.

O juiz Elias Charbil Abdou Obeid observou que as pessoas costumam deixar os cuidados com a saúde em segundo plano, e que, em algum momento, esse adiamento pode acabar sendo prejudicial. “No check-up, são feitos inúmeros exames, inclusive alguns que eu nunca tinha feito. Todos os exames são concentrados, realizados por profissionais extremamente capacitados, com atendimento especial”, avaliou o juiz ao sugerir aos demais magistrados que reservem um tempo na agenda para fazer o check-up. ■



Ligue para
(31) 3079-3499 ou
envie um
e-mail para
**checkup@
amagis.
com.br.**

“Essa iniciativa da Amagis me surpreendeu, principalmente porque no mês do aniversário é um prêmio para o associado”

**Desembargadora
Electra de Almeida
Benevides**

“De modo geral, o tempo do magistrado é muito apertado, mas eles marcam logo de manhã cedo. Você se desloca, comparece, é bem recebido, realizado tudo num local só”

**Juiz José Ricardo
dos Santos**

Integramagis aborda qualidade de vida

Encontro reuniu Magistratura mineira em celebração do Dia dos Pais

Com a palestra sobre a "Qualidade de vida do homem moderno", ministrada pela médica do trabalho Jaqueline Paschoal Azan de Castro, a Amagis celebrou o Dia dos Pais, em sua sede, no dia 30 de agosto, reunindo magistrados e seus familiares em mais uma edição do Integramagis.

Na abertura do evento, o presidente da Amagis, desembargador Maurício Soares, que estava acompanhado do vice-presidente Financeiro da Associação, desembargador Alberto Diniz, destacou a importância do Integramagis para o congratamento e união da Magistratura mineira. "O Integramagis é um evento que nos orgulha muito, aqui na Amagis, porque já é tradicional, foi idealizado por valorosos colegas e proporciona encontros harmônicos e de muito conhecimento", afirmou.

Ao abordar o tema da palestra, Jaqueline Paschoal problematizou a rotina estafante dos magistrados e

como ela afeta o dia a dia de quem precisa lidar diretamente com o sofrimento e angústia das pessoas. "A atividade judicante envolve uma responsabilidade imensa pelo impacto que gera na sociedade e, ao mesmo tempo, é uma atividade extremamente solitária", comentou.

A médica observou que o peso da responsabilidade assumida pelos magistrados pode ter repercussão ainda maior, quando se leva em consideração a repercussão de suas decisões na sociedade. "O magistrado tem que lidar com as expectativas de toda uma comunidade quanto a um comportamento ou a um modo de vida exemplar. Tudo isso faz com que sua atividade seja um 'estressor' de grande impacto", afirmou.

Portanto, de acordo com a especialista a prevenção ao estresse é fundamental para se ter uma boa qualidade de vida. Segundo Jaqueline, o estresse desenvolve-se desde a prontidão, passa pela adrenalina, levando à exaustão.

FOTOS: GEORGIA BAÇVAROFF



Maurício Soares e Alberto Diniz



Magistrados e familiares no Integramagis

Entre os cuidados que as pessoas devem ter para evitar o estresse, a médica destacou que não se deve correr contra o relógio, levar tudo a ferro e fogo, ter uma boa alimentação com refeições nos horários certos, hábitos de vida saudáveis, controlar o peso com exercícios físicos e uma dieta adequada, realizar exames periódicos, manter a

qualidade do sono e a hidratação.

Para ela, a busca pela qualidade de vida é até mesmo um ato inconsciente. "A qualidade de vida é buscada mesmo que inconscientemente, desde a hora em que acordamos, e só vai cessar quando não existirem mais forças para esta busca", concluiu. ■