

Cuidados simples evitam doenças nos olhos

Hábitos comuns podem garantir boa saúde ocular

Chamados de janelas ou espelhos da alma, os olhos são um dos órgãos responsáveis pela visão, um dos cinco sentidos humanos. É por sua importância para as pessoas, como demonstra a licença poética, que cuidados simples podem evitar problemas de visão e garantir uma boa saúde ocular.

Esse é o alerta feito pelo médico oftalmologista Carlos Heler Diniz, diretor do Instituto Mineiro de Olhos (Imol), para quem cuidados como lavar as mãos ao lidar com os olhos e utilizar óculos de sol são exemplos simples de cuidados. Entretanto, da mesma forma que os cuidados podem fazer parte do nosso dia a dia, alguns hábitos rotineiros, como coçar os olhos, podem ser nocivos à saúde ocular.

Portanto, conforme observou o especialista, prevenir sempre é a melhor forma de evitar problemas de visão. Na infância, é importante que seja realizado, ainda na maternidade, o “teste do olhinho” nos recém-nascidos. A avaliação oftalmológica completa, que deve ser iniciada antes da alfabetização, é outra medida importante, de acordo com Diniz. “O uso de óculos de grau [quando necessários] não apenas solucionam as dificuldades identificadas, mas previnem problemas oculares futuros”, comentou. Já na idade adulta, é importante estar atento ao histórico de doenças oculares na família, observou o médico.

Entre os problemas mais comuns para os olhos, o oftalmologista apontou os chamados de erros de refração, como miopia, hipermetropia, astigmatismo, ‘vista cansada’ e outros, que podem ser tratados com o uso de óculos, lentes de contato ou mesmo com correção cirúrgica. Nesse conjunto, Diniz incluiu enfermidades infecciosas como conjuntivites.

DIVULGAÇÃO



Crianças também devem ser avaliadas

Com relação às doenças congênitas, o especialista informou que as mais comuns são a glaucoma e a catarata. “Quase todas as doenças oculares, mesmo as mais simples, podem evoluir para uma situação mais grave. O tratamento oportuno torna-se, portanto, fundamental. Aqueles que lesam a retina ou o nervo óptico podem sofrer sequelas irreversíveis”, alertou o oftalmologista.

De acordo com Diniz, olho vermelho, dor nos olhos, lacrimejamento, secreção excessiva e a baixa significativa de visão são alguns dos sintomas que podem indicar a existência de problemas nos olhos. *Acesse o site amagissaude.com.br e consulte os oftalmologistas credenciados à Amagis Saúde.*

ATENDIMENTO PESSOAL E HUMANIZADO

TIAGO PARRELA



Eliete Guimarães

Cadastro e Reembolso – A responsável por esse setor é Eliete Guimarães, que trabalha há 21 anos na Amagis Saúde. A funcionária é responsável pela manutenção dos dados cadastrais dos usuários do plano de saúde, seja na inclusão, alteração e exclusão de informações, conforme as solicitações dos associados. Compete ainda ao setor processar os pedidos de reembolso dos associados, observadas as regras estabelecidas no regulamento da Amagis Saúde. Caso tenha mudado de endereço, telefone ou e-mail, informe a Amagis pelo cadastro@amagis.com.br. Essa atualização é importante para que estejamos sempre em contato com você. ●

Plano mobiliza magistradas com a campanha Outubro Rosa

Ação de conscientização foi realizada de 21 a 24 de outubro

TIAGO PARRELA



Sede do TJMG foi o primeiro local a receber a ação da Amagis Saúde

A Amagis Saúde realizou, de 21 a 24 de outubro, a campanha Outubro Rosa em diversas unidades jurisdicionais de Belo Horizonte, para reforçar a importância da prevenção ao câncer de mama.

Para incentivar a prevenção ao câncer de mama, a Amagis Saúde isentou as usuárias do plano do pagamento da taxa de coparticipação dos exames de mamografia em todo mês de outubro.

A ação de conscientização foi realizada no dia 21 no Tribunal de Justiça de Minas Gerais [TJMG], reunindo a diretoria da Amagis com as desembargadoras e desembargadores do Tribunal. Já no dia 22, a vice-presidente de Saúde da Amagis, juíza Rosimere das Graças do Couto, foi ao Fórum Lafayette, unidade Barro Preto. No dia 23, a campanha foi até a unidade Raja Gabaglia e, no dia 24, ao Juizado Especial, unidade Francisco Sales.

A vice-presidente de Saúde observou que a iniciativa da Associação

é uma forma de alertar e sensibilizar as magistradas para uma doença grave que acomete a cada ano milhares de mulheres. "Nós sabemos que quanto mais precoce for o diagnóstico, maior a possibilidade de cura. Por isso, é tão importante que as mulheres façam o exame anualmente", afirmou Rosimere Couto.

A 3ª vice-presidente do TJMG, desembargadora Mariângela Meyer, destacou que a Amagis está sempre à frente, incentivando associadas e associados a adotarem uma rotina de cuidados permanentes com a saúde.

A juíza Cláudia Costa Cruz disse que, além das campanhas de conscientização que a Amagis tem promovido, os programas de prevenção à saúde, como o Programa Check-Up, têm chamado a atenção dos associados para os cuidados com a saúde.

A 2ª vice-presidente do Tribunal, desembargadora Áurea Brasil, afirmou

que a conscientização precisa ser renovada ano a ano, uma vez que o exame periódico é essencial.

A juíza Maria Luíza Santana Assunção lembrou a importância da prevenção uma vez que, depois de descoberta a doença, as expectativas são mais difíceis, além do desgaste emocional pelo qual passa a paciente.

A DOENÇA

O câncer de mama é um dos tipos mais comuns da enfermidade em mulheres, com aproximadamente 25% de novas incidências por ano.

Os sinais mais comuns do câncer de mama são nódulos no seio, um caroço fixo, endurecido e, geralmente, indolor, alterações e saída espontânea de líquidos dos mamilos. A prevenção é simples, mas exige hábitos de vida saudáveis, como a prática de atividades físicas, alimentação saudável, peso adequado e evitar o consumo de bebidas alcoólicas. ●



PRESIDENTE
Desembargador Alberto Diniz Junior

SUPLEMENTO DO PLANO DE SAÚDE DA ASSOCIAÇÃO DOS MAGISTRADOS MINEIROS AMAGIS

DIRETORIA DA AMAGIS SAÚDE:
Vice-presidente de Saúde
Juíza Rosimere das Graças do Couto
Diretor de Saúde
Desembargador Edison Feital Leite
Diretora Financeira
Juíza Flávia Birchal

Conselho Gestor:
Segunda Instância
Geraldo Domingos Coelho
Marco Aurélio Ferenzini

Suplentes
Valéria da Silva Rodrigues Queiroz
Edison Feital Leite
Juízes da Capital
Flávia Birchal de Moura
Kenea Marcia Damato de Moura Gomes
Suplentes
Clayton Rosa de Resende
Guilherme Azeredo Passos
Juízes do Interior
Dalton Soares Negrão
Fábio Torres de Sousa

Suplentes
Marcos Alberto Ferreira
Marcelo Carlos Cândido
Aposentados
Ana Maria de Oliveira Froes
José Maria dos Reis
Suplentes
José Nicolau Masseli
Paulo Mendes Álvares
Ouvidora da Amagis Saúde
Juíza Kenea Márcia Damato de Moura Gomes

Coordenador de Comunicação:
Bruno Gontijo · Mtb - MG: 11008
Jornalistas:
Georgia Baçvaroff · Mtb - MG: 08441
Fernanda Marques · Mtb - MG: 12188
Tiago Parrela · Mtb - MG: 14634
Izabela Machado · Mtb - MG: 11210
Projeto Gráfico: Agência Graffo
Diagramação:
Publicare Design
Pré-impressão/Impressão:
Gráfica e Editora Del Rey

Rua Albina, 194 · Cruzeiro - Belo Horizonte · MG - Telefax: [31] 3079-3499
e-mail: imprensa@amagis.com.br - www.amagis.com.br

Confira a galeria de fotos do evento

FOTOS: TIAGO PARRELA



Diretoria levou a campanha ao TJMG, Fórum Lafayette (Raja e Barro Preto) e Juizado Especial de BH

BENEFICIÁRIOS AMAGIS SAÚDE TÊM DESCONTO

NAS REDES



A Amagis Saúde firmou convênio com a rede de drogarias Raia Drogasil. A partir de agora, os usuários do plano de saúde têm descontos especiais. Basta apresentar a carteira da Amagis Saúde no ato da compra.

A PARTIR DE

25%

DE DESCONTO

em medicamentos
genéricos tarjados

A PARTIR DE

15%

DE DESCONTO

em medicamentos
de marca tarjados

Descontos especiais nos itens de higiene pessoal, perfumaria e beleza por meio de ofertas mensais e diárias



Convênio válido para as 1.845 lojas das redes Droga Raia e Drogasil em todo o País.
125 delas são em Minas Gerais