

# Amagis Saúde celebra convênios para casos suspeitos de coronavírus

## Exames autorizados poderão ser realizados em casa

**Como uma das medidas de combate ao novo coronavírus (Covid-19), a Amagis celebrou convênios com laboratórios da capital e do interior para realizar exames nos usuários do plano que tiverem suspeita de infecção. O plano de saúde está trabalhando diariamente para ampliar o número de credenciados. Acompanhe a atualização dos prestadores de serviço no site [amagissaude.com.br](http://amagissaude.com.br).**

Em Belo Horizonte, para ampliar o atendimento fora do ambiente hospitalar o plano firmou parceria com a Clínica Dr. Agora.

A coleta do material para o exame será feita em domicílio. Para solicitar o serviço, é necessário que os usuários do plano tenham em mãos o pedido médico, conforme orientação do Ministério da Saúde. Os associados que atuam nas comarcas do interior devem realizar consultas e exames na rede credenciada da Amagis Saúde e da Unimed.

A consulta à rede credenciada pode ser feita no site [amagissaude.com.br](http://amagissaude.com.br). A ferramenta de busca de médicos, clínicas, hospitais e laboratórios está disponível no lado direito da página principal do site. Nela o usuário pode selecionar informações como Estado, cidade, bairro, especialidade e estabelecimento.

### CORONAVÍRUS

A família viral do coronavírus é conhecida pelos pesquisadores desde 1960 e pode causar doenças respiratórias em seres humanos e animais. O novo coronavírus, o Covid-19, é transmitido pelo contato pessoal ou por meio de tosse ou espirro de pessoas infectadas. O contágio também pode ocorrer quan-

FERNANDO ZHIMINAICELA/PIXABAY



do a pessoa toca em objetos ou superfícies contaminadas e em seguida passa a mão nos olhos, nariz ou boca.

Os sintomas em casos comuns são coriza, tosse e dor de garganta. Em casos mais graves, os indivíduos apresentam febre alta, pneumonia e insuficiência respiratória. O vírus pode ficar incubado até 14 dias nas pessoas, sem que elas manifestem qualquer um dos sintomas.

Cuidados simples como lavar as mãos frequentemente com água e sabão ou com álcool gel, cobrir a boca quando for tossir ou espirrar, evitar tocar os olhos, nariz e boca sem lavar as mãos, não compartilhar objetos de uso pessoal como copos, pratos e celular, limpar e desinfetar superfícies e objetos, evitar aglomerações são formas de evitar o contágio e a propagação do Covid-19.

Ciente da importância desses cuidados, a Amagis Saúde orientou que

frascos de álcool gel sejam colocados na recepção de cada andar da sede da Associação, bem como nos consultórios médicos e odontológicos. *Veja outras medidas tomadas pela diretoria da Associação na página 4.*

### EXAME

O diagnóstico do novo coronavírus é feito com a coleta de materiais respiratórios com potencial de aerosolização (aspiração de vias aéreas ou indução de escarro). É necessária a coleta de duas amostras quando há suspeita do Covid-19.

A Clínica Dr. Agora fica na rua dos Timbiras, 1.228, bairro Funcionários, em Belo Horizonte. O horário de funcionamento é de segunda a sexta-feira, de 8h30 às 19h30, e aos sábados, de 8h30 às 14h. O telefone para contato é [31] 3243-0008.●

# Plano promove pesquisa de satisfação com clientes

## Usuários contribuirão para o aprimoramento da Amagis Saúde

**Nos próximos meses, a Amagis Saúde irá divulgar o resultado da pesquisa de satisfação realizada com usuários do plano de saúde entre março e abril pelo Instituto Ibero Brasileiro de Relacionamento com o Cliente.**

Além de fornecer uma base de dados com a opinião dos usuários da Amagis Saúde, que será utilizada para o aprimoramento do plano, a pesquisa também atende a um dos critérios do Programa de Qualificação das Operadoras de Planos de Saúde Privados, promovido pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS).

Os participantes da pesquisa, que teve uma duração de aproximadamente 10 minutos, responderam a 20 perguntas sobre os serviços prestados pela Amagis Saúde,

GERD ALTMANN/PIXABAY



das quais 10 questões cumpriam o padrão exigido pela ANS. Os entrevistados foram escolhidos aleatoriamente, entre usuários do plano

maiores de 18 anos.

Os dados coletados estão sendo analisados e serão divulgados até o final de maio pelo site [amagissaude.com.br](http://amagissaude.com.br).

### DICAS AMAGIS SAÚDE

#### Autorização de exames e cirurgias

Alguns exames médicos ou procedimentos cirúrgicos necessitam de autorização do plano de saúde para serem realizados. Para evitar perda de tempo e desgaste desnecessário, os usuários da Amagis Saúde dispõem do Setor de Atendimento para tirar todas as suas dúvidas.

Assim, antes de agendar um exame ou procedimento cirúrgico, o usuário do plano deve entrar em contato com esse setor para obter a autorização prévia para a realização dos procedimentos. O contato pode ser presencial ou por telefone, durante o horário comercial ou pelo plantão telefônico.

#### Atendimento Presencial

Rua Albita, 194, 6º andar, bairro Cruzeiro, Belo Horizonte (MG)

#### Atendimento por telefone

[31] 3079-3478, [31] 3079-3479,

[31] 3079-3480 e [31] 3079-3481

#### Horários de funcionamento

De segunda à sexta-feira, de 7h às 19h.

Aos sábados de 8h às 13h15

#### Plantão telefônico

De segunda à sexta-feira, de 19h às 7h. Aos sábados, domingos e feriados, o atendimento é feito por 24 horas. O celular do plantão telefônico da Amagis Saúde é [31] 99977-2860.



#### 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

# Prevenção não pode ser adiada, alerta endocrinologista

## Médica fala sobre os cuidados com a saúde das mulheres

REPRODUÇÃO/YOUTUBE/AMAGIS

**As medidas preventivas na saúde feminina devem ser feitas o quanto antes. O alerta é da endocrinologista Séphora Fonseca Franco, da Clínica Incentro credenciada à Amagis Saúde, para que os cuidados certos garantam uma boa qualidade de vida e evitem doenças que podem surgir com o passar do tempo.**

De acordo com a especialista, como os hormônios das mulheres flutuam muito ao longo dos anos, não há um cuidado específico para cada ciclo da vida da mulher. “O mais importante é que ela faça uma prevenção, com uma dieta saudável, equilibrada e atividades físicas rotineiras”, orientou.

A médica Séphora Franco observou ainda que a endocrinologia também é importante para a saúde das mulheres no período do climatério. De acordo com ela, a falta dos cuidados necessários pode levar a uma piora na qualidade de vida feminina. “Temos que pensar a reposição hormonal no início do climatério. É preciso ser uma ação preventiva para que possamos fazer a reposição no tempo certo”, observou.

A especialista também esclare-



**Séphora Fonseca Franco, endocrinologista**

ceu que são raros os casos em que um distúrbio da tireoide pode gerar ganho de peso, ao contrário do que pensam a maioria das pessoas. “Quando você conversa com o paciente, percebe que foi o mau hábito de vida que gerou o excesso de peso”, observou. Séphora Franco demonstrou ainda preocupação com o uso indiscriminado de remédios para emagrecer. Apontou que existem muitos remédios naturais que também causam efeitos colaterais.

“O endocrinologista vai conversar com o paciente, definir o perfil dele para saber o motivo do ganho de peso. Descartado se não é nada patológico, ele vai avaliar qual a melhor medicação para usar, dentro das autorizadas pela Sociedade Brasileira de Endocrinologia”, concluiu.

A entrevista com a endocrinologista Séphora Fonseca Franco integra série de matérias publicadas no site [amagissaude.com.br](http://amagissaude.com.br), como parte das ações voltadas para o mês da mulher.●

# Amagis Saúde prorroga prazo do Check-up

## Medida garante benefício aos aniversariantes de março e abril

**Como parte das medidas de enfrentamento ao novo coronavírus (Covid-19), a diretoria da Amagis Saúde decidiu prorrogar o prazo para a realização do Check-up para os usuários do plano que fazem aniversário nos meses de março e abril. Esses associados poderão marcar ou remarcar os exames para maio ou junho.**

Inteiramente gratuito, o Check-Up

da Amagis Saúde é destinado a todos os usuários do plano [titulares, dependentes e agregados] que tenham 35 anos de idade ou mais. Durante o mês de aniversário do usuário, ele pode realizar uma bateria completa de exames em um mesmo dia e local, economizando tempo, além de contar com a orientação de profissionais altamente qualificados.

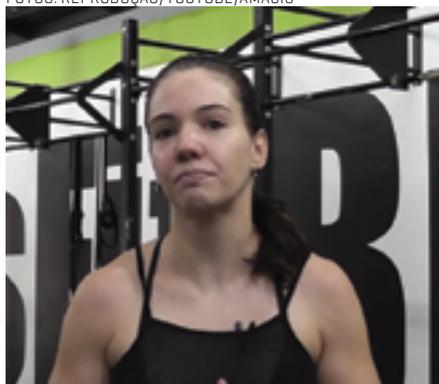
Em Belo Horizonte, os exames

podem ser realizados na Clínica Check-up Center [3194-1800] ou no Hospital Mater Dei [3339-9563]. Os magistrados que atuam nas comarcas do interior devem entrar em contato com a Amagis Saúde pelo telefone [3079-3499 - ramal: 3407] ou pelo email: [checkup@amagis.com.br](mailto:checkup@amagis.com.br), para saber qual credenciado pode melhor atendê-lo.●

# Magistradas indicam atividades esportivas

## Modalidades trazem benefícios para a saúde e o dia a dia

FOTOS: REPRODUÇÃO/YOUTUBE/AMAGIS



“O CrossFit é um treino de alta intensidade. Em uma hora, temos muitos benefícios, como na atividade cardiovascular. O resultado para a saúde é excelente. Para mim, a atividade física é muito importante para manter a energia e dar conta de tudo. Quando não pratico o esporte, sinto-me com menos energia para fazer as coisas. O esporte tem uma relação direta com o meu bem-estar mental”  
Juíza Renata Nascimento Borges



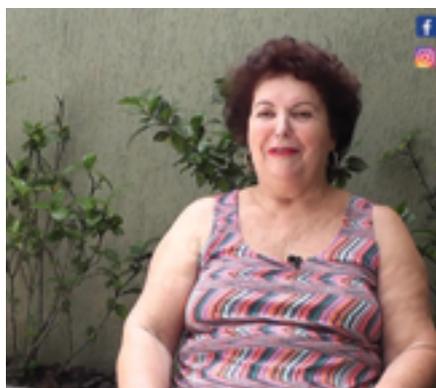
“A grande essência da meditação é te fazer estar presente, pois a mente que fica perdida e faz milhões de coisas ao mesmo tempo, nunca está aqui. É uma atividade, um exercício em que os pensamentos passam pela mente o tempo inteiro. O pensamento vem quando você consegue afastar aquele turbilhão e se concentrar naquela respiração, música ou algum mantra”  
Juíza Simone Botoni



“O tênis, para mim, foi uma experiência muito gratificante. É possível começar com qualquer idade. Você joga no seu ritmo, na sua categoria e vai se sentindo desafiada. O tênis é um esporte que mexe com sua cabeça, o corpo e a estratégia. Então, ele me traz uma satisfação muito grande para o meu trabalho. Eu consigo muitas vezes ser uma juíza melhor praticando tênis”  
Juíza Cláudia Helena Batista



“Além do mergulho, também pratico stand up paddle, porque são formas de me encontrar com a natureza. O mergulho exige muita preparação do nosso corpo. Trabalhamos as pernas, braços e abdômen. Ele trabalha com um outro lado fundamental para nós, magistrados, que é o estresse. Quando estamos submersos nos desligamos de tudo que está na nossa vida”  
Desembargadora Valéria Rodrigues



“A musculação terapêutica é mais voltada para ativar a memória, a força e a energia. Aconselho as pessoas que têm a minha idade, nossas pensionistas e aposentados, que não deixem de fazer a ginástica, pois realmente é muito bom para saúde. Pratico duas vezes por semana, e isso mudou minha vida, pois me deixou mais disposta e animada”  
Marlene Fernandes,  
Diretora de pensionistas da Amagis



“Busquei a dança como uma forma de atividade física que me motivasse a sair da cama cedo, com vontade de fazer um exercício. A dança acaba suprimindo uma deficiência que temos no trabalho, onde ficamos muito sozinhos, sedentários e a mente é exigida o tempo inteiro. A dança vai fazer o contrário, pois propicia exercitar o corpo, contato social, diverte e descansa a cabeça”  
Juíza Maria Luíza de Andrade Rangel Pires