



Plano de Saúde do AGROS obtém registro definitivo

Depois de cumprir todas as exigências legais determinadas pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), a autorização definitiva de funcionamento do plano de saúde foi publicada no Diário Oficial da União, do dia 19 de novembro. Foram avaliados pontos como qualidade da rede prestadora de serviço, instrumentos contratuais (regulamentos), envio de dados cadastrais e de produto, dentre outros aspectos.

Página 3

Educação Previdenciária

Saiba o que é, os benefícios e como se preparar para usufruir a aposentadoria.

Página 6

Perfil: José Mauro Torres



O tesoureiro do AGROS fala sobre a sua formação, sua família e função no Instituto.

Página 7

Consultas e exames gratuitos para a prevenção do câncer de próstata

HOMEM QUE É HOMEM SE CUIDA

IIIª CAMPANHA AGROS DE PREVENÇÃO CONTRA O CÂNCER DE PRÓSTATA

07 DEZ 2009 A 26 FEV 2010

GRÁTIS
CONSULTA COM UROLOGISTA E EXAMES DE PSA

VÁ À DSA/UFV ONDE TODOS OS EXAMES LABORATORIAIS SÃO GRATUITOS

INFORMAÇÕES
3899 3500
www.agros.org.br

HOMENS A PARTIR DE 45 ANOS, PROCUREM UM UROLOGISTA DA REDE CREDENCIADA

Logo: **Agros** Instituto UFV de Seguridade Social
Logo: **DSA/UFV** Direção de Saúde da Universidade Federal de Viçosa

De 7 de dezembro a 26 de fevereiro, será realizada a **III Campanha AGROS de Prevenção Contra o Câncer de Próstata**. Trata-se de uma forma de conscientização dos associados acima de 45 anos para que procurem urologistas e evitem o mal que é a segunda causa de morte por câncer entre os homens.

Páginas 4 e 5

2010 vem aí!



INFOagros

AGROS: previdência, saúde e qualidade de vida no presente e no futuro!

Publicação do Agros - Instituto UFV de Seguridade Social
Avenida Purdue, s/n
Campus da Universidade Federal de Viçosa
CEP: 36570-000 - Viçosa - MG
PABX: (31) 3899-3500 - www.agros.org.br
e-mail: contatos@agros.org.br

Diretoria Executiva: Luiz Sérgio Saraiva, Constantino José Gouvêa Filho e José Henrique de Oliveira

Conselho Deliberativo: Edgard Francisco Alves (Presidente), Sílvia do Carmo Castro Franceschini, José Júlio de Souza, José Aparecido de Paula, Adriel Rodrigues de Oliveira, Sebastião Carlos da Fonseca, Guilherme Nacif de Faria, Antônio Raimundo Charrão Rodrigues, José Batista da Silva, Tetuo Hara, Ely Rosa, Antonio Teixeira Cordeiro

Conselho Fiscal: Aloísio de Castro Cardoso (presidente), Ângelo Antônio Ferreira, Afonso Augusto Teixeira de Freitas de Carvalho Lima, Moacir Albuquerque Gomes de Lima, Júlio César Fausto da Silva, Júlio Mário de Magalhães, Mariluce Pires Vieira Soares, Fernando Diogo

Jornalista Responsável: João Batista Mota (Reg. Prof. 2540 MTb - MG)

Designer Gráfico: Mauro Jacob

Tiragem: 5.500 exemplares

O final de ano nos leva a refletir sobre o período que termina e a fazer uma avaliação de nossas ações, ao mesmo tempo em que acontecem as festas natalinas, as confraternizações e os encontros em família e com os amigos. Mas não se pode deixar de vislumbrar também o novo período que logo se iniciará, pois - querendo ou não - 2010 vem aí.

Ao longo de 2009, o participante pôde acompanhar nosso trabalho, por meio da intensificação dos canais de comunicação. No entanto, também foi muito importante realizar uma reunião com a apresentação dos resultados desse desempenho, ouvir as pessoas e estreitar o relacionamento com toda a sociedade.

Para o próximo ano, alguns projetos ainda se encontram em fase de estudo, discussão ou elaboração. Portanto, é necessário começarmos a mencionar alguns desses projetos, que já ganharam forma e serão colocados em prática.

No plano administrativo, a grande preocupação é com a governança. Em função disso, acaba de ser criado o setor de Controladoria, cujas principais atribuições são os controles interno e o de riscos. A partir de 2010, todo o cronograma de pagamento e de recebimento, os riscos operacionais e de investimentos do AGROS, por exemplo, estarão centralizados neste órgão.

No campo do relacionamento com os participantes e seus familiares, podemos citar três ações que pretendemos implementar em 2010: a Central de Atendimento, a Ouvidoria Eletrônica e a reunião anual para prestação de contas. A primeira irá separar os atendimentos presencial e telefônico, centralizando a entrega de documentos, para otimizar os esforços dos funcionários, proporcionando mais tranquilidade para eles e para o público.

A Ouvidoria Eletrônica será um novo canal para os participantes, beneficiários e os parceiros das redes credenciadas médica e odontológica, padronizando o recebimento de sugestões, críticas, questionamentos e dúvidas, agilizando a solução e a resposta ao solicitante. Já a reunião anual, iniciada em 2009, tornar-se-á uma atividade permanente, servindo de fórum para prestação de contas (números da saúde, da previdência, do empréstimo, dos resultados de investimento, etc.) e de esclarecimento de dúvidas.

No campo das ações sociais, o Núcleo de Projetos deverá ser o órgão responsável pelo desenvolvimento de ações que permitam ao AGROS ir além do limite dos benefícios previstos nos regulamentos de seus planos, guiando-se sempre pelos princípios e orientações dos órgãos reguladores e otimizando recursos.

Podemos citar ainda dois outros programas fundamentais: o de Preparação para a Aposentadoria, que se iniciará com ações voltadas para o público interno, ou seja, para os funcionários do AGROS; e o Programa de Educação Previdenciária, dirigido a todos os participantes e beneficiários, que se constituirá de ações informativas, instrutivas e orientadoras, desde palestras sobre orçamento familiar, controle do dinheiro até minicursos abordando os cuidados e a preparação financeira com vistas a uma aposentadoria com mais tranquilidade e qualidade de vida.

Enfim, em 2010, queremos fazer do AGROS – mais do que nunca – a casa do participante, com o atendimento voltado essencialmente para ele, que é a razão de o AGROS existir, por meio de uma gestão profissional e eficaz. Acreditamos nesses princípios para que o Instituto continue cuidando cada vez melhor de nossos beneficiários.

Nós, funcionários, conselheiros e diretores do AGROS, desejamos a todos os participantes, familiares e prestadores de serviços muita saúde, paz e harmonia em 2010. E que o novo ano traga muita inspiração, ânimo e empenho para que possamos continuar juntos a nossa caminhada de realizações e de paz para toda a sociedade.

Plano de Saúde do AGROS obtém registro definitivo

Dois meses depois de comemorar seu 15º aniversário, o Plano de Saúde do AGROS recebeu o melhor presente que poderia ganhar e compartilhar com participantes e beneficiários. A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) - órgão do Ministério da Saúde que controla, regula e fiscaliza os planos de saúde no Brasil - concedeu ao AGROS seu registro definitivo.

Na prática, esse registro significa que o AGROS, como operadora de plano de saúde, tem cumprido todas as exigências legais determinadas pela ANS. A autorização de funcionamento definitivo do plano de saúde foi publicada no Diário Oficial da União, do dia 19/11/2009.

Desde a sua criação, a ANS concedeu registros provisórios a todas as operadoras de planos de saúde privados. Somente a partir de 2004 estabeleceu as normas para a concessão dos registros definitivos e, desde essa data, o Agros vem enca-

minhando toda a documentação solicitada. Foram avaliados pontos como qualidade da rede prestadora de serviço, instrumentos contratuais (regulamentos), envio de dados cadastrais e de produto, dentre outros.

Como era de se esperar, a diretoria do AGROS recebeu a notícia com muita alegria. Para eles, essa conquista "demonstra o esforço de todos ao longo dos anos. Além disso, nos deixa um grande ensinamento: o trabalho sério, atento à legislação, ousado nos avanços em prol da melhoria da qualidade de vida das pessoas, sempre proporciona bons resultados. Essa lição nos dá força para continuarmos a enfrentar adversidades, a superar obstáculos e a seguir em frente, trabalhando para oferecer serviços de previdência e saúde cada vez melhores para os nossos beneficiários. Essa conquista é de todos! "

Curtas & rápidas

Empréstimo: tenha sempre os pés no chão

Ao fazer um empréstimo ou qualquer outra transação com dinheiro, faça um bom negócio: tenha sempre os pés no chão. Atualmente, muitas pessoas mal-intencionadas vêm aplicando golpes no mercado e prejudicando os desprevenidos.

Diante de promessas de facilidades para empréstimos ou vantagens financeiras, aja com prudência e tenha muito cuidado. Converse antes com a família, com um amigo e, se achar conveniente, procure o AGROS, onde sempre haverá uma pessoa disposta a orientá-lo adequadamente. Lembre-se: um negócio realizado às pressas ou com poucas informações pode causar sérios problemas por um longo tempo.

Mantenha seu cadastro atualizado!

Manter seus dados atualizados é um dever e um direito do participante do AGROS. É por meio dessa atualização, por exemplo, que ele receberá boas novidades, informações variadas e outras correspondências. Qualquer alteração no grupo familiar, mudança de endereço, de telefone ou de estado civil deve ser comunicada ao Instituto. Colabore conosco e mantenha-se atualizado!

Cuide de seu Plano de Saúde para ele sempre cuidar bem de você

Se você tomar certos cuidados, não terá problemas com o seu Plano de Saúde e poderá usufruir sempre de seus benefícios. Por isso, aí vão algumas dicas:

- ✓ Ao marcar uma consulta, certifique-se com o atendente se o profissional que você procura atende pelo convênio AGROS.
- ✓ Nas consultas, leve sempre sua Carteira do Plano de Saúde juntamente com um documento de identidade.
- ✓ Nunca permita que outra pessoa use sua carteira. Se isso acontecer, você e seus dependentes podem perder o direito à assistência médica.
- ✓ Caso tenha um exame recente, leve-o à sua consulta. Dessa forma, você evitará o transtorno de fazer várias vezes o mesmo exame em um curto espaço de tempo. Somente refaça um exame se o médico solicitar.
- ✓ Compareça às consultas nos dias e horários marcados. Sua ausência impossibilita que outro paciente seja atendido. Se não puder comparecer, comunique com antecedência.

Cuidar-se é a melhor

De 7 de dezembro a 26 de fevereiro, será realizada a **III Campanha AGROS de Prevenção Contra o Câncer de Próstata**. A iniciativa será composta por consultas com urologista e exames de PSA gratuitos para associados a partir de 45 anos. Saiba um pouco mais sobre a doença, que é a segunda maior causa de morte por câncer nos homens no Brasil.

A grande maioria dos homens brasileiros (76%) afirma ter conhecimento sobre o exame de toque retal para detectar o câncer da próstata, mas apenas 32% já o fizeram. A revelação da pesquisa do Datafolha *Saúde masculina: o homem e o câncer de próstata*, encomendada pela Sociedade Brasileira de Urologia (SBU), demonstra o pouco caso que se dá a uma doença que, entre 1979 e 2004, registrou aumento de 95,48% na taxa de mortalidade, segundo o Ministério da Saúde.

Para se ter uma idéia da gravidade da situação, de acordo com o Instituto Nacional de Combate ao Câncer (Inca), o número de novos casos do câncer de próstata saltou de 14.500, em 1999, para 49.539, em 2008. Esse crescimento é uma constatação de que a doença já se tornou uma questão de saúde pública.

A pesquisa do Datafolha foi realizada com 1.061 homens com idades entre 40 e 70 anos, de 10 capitais brasileiras (Belo Horizonte, Belém, Cuiabá, Curitiba, Fortaleza, Manaus, Porto Alegre, Recife, Rio de Janeiro, São Paulo) e Distrito Federal, no período de 2 a 7 de outubro deste ano. Seus dados revelaram ainda que 99% dos homens já ouviram falar sobre o câncer de próstata, porém 39% desconhecem os sintomas da doença – que são apresentados apenas em estágio avançado. Pelo menos 10% dos entrevistados citaram sintomas que não estão relacionados ao problema, como dor abdominal, na virilha e nas costas, náuseas e vômito.

HOMEM QUE É HOMEM SE CUIDA

IIIª CAMPANHA AGROS DE PREVENÇÃO CONTRA O CÂNCER DE PRÓSTATA

07 DEZ 2009 A 26 FEV 2010

GRÁTIS
CONSULTA COM UROLOGISTA E EXAMES DE PSA

VÁ À DSA/UFV ONDE TODOS OS EXAMES LABORATORIAIS SÃO GRATUITOS

HOMENS A PARTIR DE 45 ANOS, PROCUREM UM UROLOGISTA DA REDE CREDENCIADA

INFORMAÇÕES
3899 3500
www.agros.org.br

agros
Instituto UFV de Saúde Social

DSA/UFV
Divisão de Saúde do Departamento Federal de Polícia

Os cuidados começam na mesa

Pesquisas apontam que os hábitos alimentares desregrados são uma das prováveis causas do aparecimento da doença em homens mais jovens. Por isso, os médicos recomendam a ingestão de pouca gordura animal, muito consumo de legumes, frutas e verduras e prática regular de atividades físicas.

forma de prevenção

A incidência e a mortalidade do câncer de próstata são exatamente as mesmas que o câncer de mama. Da mesma forma que no caso da mulher, no homem, a prevenção também é a melhor forma de se combater a doença, por meio dos exames de toque retal e de PSA. As brasileiras já se conscientizaram da necessidade de cuidar de sua própria saúde. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) revelam que, embora a expectativa de vida dos homens tenha aumentado de 63,20 para 68,92 anos, de 1991 para 2007, ela ainda se mantém 7,6 anos abaixo da média das mulheres.

Falta de informação e preconceito

A pesquisa mostrou que o preconceito é maior que o medo de realizar o exame de to-

que. Ou seja, 77% dos entrevistados concordam totalmente que “os homens não fazem exame de toque retal por preconceito”, contra 54% que percebem que “os homens têm medo do exame”.

“Nossa sociedade é machista e a Sociedade Brasileira de Urologia tem tentado quebrar esse preconceito sobre o exame de toque com campanhas públicas de esclarecimento. Precisamos alertar que o câncer de próstata tem cura quando descoberto em estágio inicial, ou seja, ainda sem sintomas. Esperar o aparecimento de sintomas para procurar auxílio médico é um erro que pode custar a vida”, afirma o coordenador de campanhas públicas da SBU, Aguinaldo Nardi.

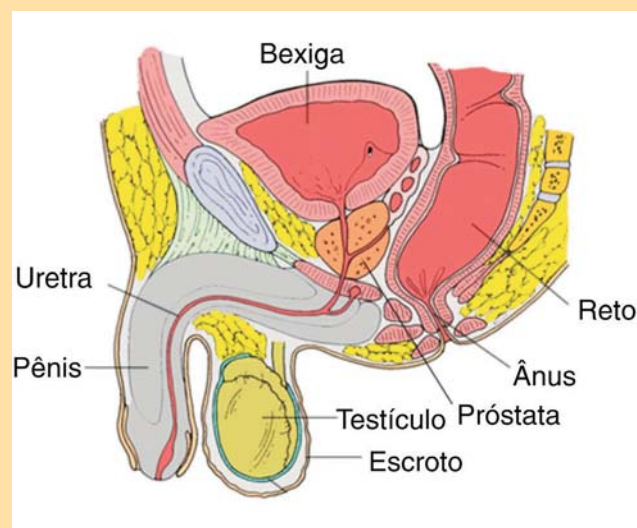
(Fontes: portais da Sociedade Brasileira de Urologia - www.sbu.org.br – e Ministério da Saúde – www.saude.gov.br)

Mais informações sobre a próstata

A próstata é uma glândula existente só nos homens, que tem a forma de uma pêra pequenina e está localizada logo abaixo da bexiga, na saída da uretra. O canal da urina passa no meio dela. A próstata produz o esperma, líquido que serve de transporte para os espermatozoides, que são células fecundantes do homem, produzidas no testículo.

A prevenção do câncer de próstata é recomendável nos homens acima de 45 anos de idade. No entanto, em famílias nas quais exista a ocorrência da doença, a avaliação médica deve começar mais cedo, aos 40 anos. Vale lembrar que o câncer e outras doenças descobertas tardiamente, geralmente não podem mais ser tratadas plenamente.

As cirurgias para próstata não se aplicam apenas aos casos de câncer. Esta glândula também apresenta um tipo de crescimento benigno, após 40 anos, que pode apertar ou fechar o canal urinário (a uretra). Às vezes, isso precisa ser corrigido com cirurgia; em outros casos, pode ser tratado com re-



médios, sem necessidade de cirurgia. Portanto, ao avaliar periodicamente sua próstata, seu urologista não estará fazendo apenas a prevenção do câncer, mas também estará atento a essa hipertrofia benigna e a suas consequências: se você estiver esvaziando completamente ou deixando urina na bexiga sem ser eliminada.

EDUCAÇÃO PREVIDENCIÁRIA

O que é, suas vantagens e perspectivas para 2010

A Educação Previdenciária é uma nova orientação determinada pela Secretaria de Previdência Complementar (SPC) que começa a ganhar força entre os Fundos de Pensão. As vantagens da previdência complementar são várias: do fortalecimento da economia nacional ao aumento do nível do emprego no país, além de proporcionar uma aposentadoria com vencimentos maiores do que só os da previdência oficial.

Mas, na prática, o que significa exatamente a Educação Previdenciária? As entidades devem desenvolver programas com ações contínuas para a instrução e a orientação dos públicos interno e externo de cada fundo de pensão. Ou seja: em primeiro lugar, devem-se estabelecer ações para envolver e motivar os diretores, conselheiros e funcionários para a iniciativa. Além disso, as atividades, voltadas principalmente para os participantes e beneficiários, podem e devem ser ampliadas para outros públicos não vinculados ao fundo de pensão.

Para os participantes e o público externo, há necessidade de se intensificar o processo de informação e esclarecimento sobre o Regime Geral de Previdência, sobre o Regime Próprio de Previdência, sobre o Regime de Previdência Complementar, sobre os planos de benefícios oferecidos e sobre os resultados alcançados. Desta forma, eles estarão conscientes sobre onde e como seu dinheiro será aplicado.

Portanto, serão organizados minicursos e palestras, sobre temas como orçamento familiar, controle do dinheiro, noções de investimento, de juros, de poupança de longo prazo, ética, qualidade de vida e saúde, além da elaboração de cartilhas e manuais.



O sentido norteador da Educação Previdenciária está no fato de a previdência complementar proporcionar maior tranquilidade para as pessoas quando elas vencem o período laboral e passam para a aposentadoria. Vale lembrar que o valor não é impedimento para se realizar um plano previdenciário. Existem vários tipos de planos e, normalmente, o custeio leva em consideração vários fatores. No caso do AGROS, a contribuição mensal varia, mas a mínima hoje está em R\$20,00 - valor muito baixo se comparado ao que se gasta sem se perceber.

Um trabalhador que não tenha previdência complementar, ao se aposentar, passará a contar apenas com o benefício da previdência oficial (INSS) ou terá que continuar no mercado de trabalho. Um trabalhador que tenha um plano de previdência complementar, ao se aposentar, pode se dar ao luxo de aproveitar a sua aposentadoria, pois, terá, praticamente, a mesma renda mensal. Isso não só porque o valor depositado é corrigido, como também há possibilidades de rendimentos maiores do que se ele aplicasse o dinheiro à parte, numa caderneta de poupança, por exemplo. Ou seja: é uma forma de planejamento que permite às pessoas, principalmente com a atual longevidade do brasileiro, ter uma aposentadoria com mais dignidade e qualidade de vida.

PERFIL

José Mauro Torres

Vivendo e aprendendo a grampear...

Um profissional feliz com a sua profissão e que não saberia trabalhar em outra área. A definição revela bem o perfil do tesoureiro do AGROS, José Mauro Torres. Desde que entrou no Instituto, em 1981, ele atua na mesma área e no mesmo setor. Mas o inusitado na carreira do tesoureiro é que ele é graduado em Engenharia e Tecnologia de Alimentos, embora tenha pós-graduação em Administração Financeira de Empresas. E é José Mauro quem explica as razões para a escolha:

- Quando me formei pela UFV, na primeira turma de Engenharia e Tecnologia de Alimentos, o Brasil passava por um período de recessão e eu não podia esperar, pois já era casado e pai de dois filhos. Depois de trabalhar no Sul do país em uma indústria de alimentos (o salário era a metade do que eu ganhava no escritório daqui), voltei a Viçosa e à profissão que havia iniciado anos antes. Como fui praticamente criado dentro do escritório de contabilidade do Zé Costa, na década de 60, foi fácil retomar o meu trabalho. Fiz a pós-graduação para dar continuidade à vida profissional no AGROS.

De acordo com José Mauro, o setor da tesouraria é responsável por todos os pagamentos e recebimentos, bem como por toda movimentação financeira do



AGROS. Ele aponta o contato com os participantes e com o público em geral, além de todas as gerências e diretorias, como uma das razões por gostar desta área. Mas é veemente na sua principal justificativa não só pela opção profissional, mas também pela escolha do AGROS:

- O setor já faz parte de nossa vida; é onde eduquei a minha família. Os meus filhos hoje são formados, Jonas, Carolina e Fabiana, cada um seguindo a sua vida, dando-me netos maravilhosos. Temos dois netos: Eduardo e Matheus, além do

Benjamym, que chegará em janeiro/2010. Tenho também dois genros, Eduardo e Fabiano, e uma nora, Rosi. Hoje, eu e a minha esposa, Alcione, colhemos os frutos do que juntos plantamos com muito trabalho, com muito amor e com a graça de Deus.

Aos 59 anos de idade e 28 de trabalho no Instituto, José Mauro não se esquece de seu início de carreira. Com muito bom humor, ele lembra: "quando cheguei aqui, no AGROS, em outubro de 1981, já formado e com mais de 10 anos de escritório de contabilidade, o meu chefe perguntou-me se eu sabia grampear. E eu respondi que não. Ele, então, uniu duas folhas de papel e grampeou-as na minha frente. Até hoje, eu brinco com ele: foi você quem me ensinou a grampear."

Semente promove exposição e oficina



Dentro da proposta de valorização da arte como instrumento terapêutico, a equipe do Serviço de Atendimento à Saúde Mental (Semente) promoveu uma exposição de colagens da artista plástica de Ponte Nova Laene Teixeira Mucci.

Um grande público, entre participantes e a comunidade em geral, visitou a mostra, que aconteceu no hall do AGROS, de 16 a 27 de outubro. Um grupo especial



de visitantes ficou particularmente sensibilizado com os temas bucólicos, o equilíbrio na utilização das cores e a criatividade de dona Laene: os integrantes do Semente. Para complementar o trabalho, no dia 28, eles foram à casa da artista, em Ponte Nova, onde participaram de uma oficina para aprender a técnica da colagem.

O AGROS agradece a dona Laene o carinho da recepção e a parabeniza pelo reconhecido trabalho.

Desejamos a todos que o Natal e o Ano Novo sejam momentos especiais e abençoados, com muita saúde, paz e harmonia .

