



# Informe PASA

## Conheça o novo PRESIDENTE DO PASA



Saiba um pouco mais sobre a trajetória e os projetos de Clever Pires Bretas, o novo presidente do PASA.

pág. 2

## PERFIL



Conheça um pouco mais sobre Eliezer Batista, ex-presidente da Vale e associado do PASA.

pág. 5

## Cuidar da ALIMENTAÇÃO para viver bem

Em entrevista, duas nutricionistas e falam sobre a importância de uma boa alimentação.

pág. 6



# INFORME PASA AGORA É BIMESTRAL

O Informe PASA agora tem periodicidade bimestral. Isso quer dizer que os usuários terão mais informação e serviços durante o ano, acompanhando de perto as ações do Plano. Aproveitamos para renovar o convite à participação de todos, com sugestões de pauta e idéias para que o jornal atenda às expectativas de seus leitores. As contribuições podem ser enviadas pelo e-mail [pasa@cvr.com.br](mailto:pasa@cvr.com.br), pelo fale conosco do site [planopasa.com.br](http://planopasa.com.br) ou por carta, endereçada à Comunicação PASA, na Av. Calógeras, 30, 14º andar - Centro - Rio de Janeiro - CEP 20030-070.

## Caminhada do PASA Saúde abre programação de eventos pelos 15 ANOS do Plano



Com o objetivo de trabalhar pela prevenção, o PASA Saúde preparou uma caminhada, marcada para o dia 6 de maio. O evento ocorrerá em todas as cidades em que o programa já está implantado e será o primeiro de uma série de ações ligadas à comemoração dos 15 anos do Plano.

A caminhada, como os demais eventos planejados, tem por objetivo contribuir para o aumento da qualidade de vida e da integração social dos usuários.

pág. 4

Impresso Especial

050200991-8/2002-DR/RJ  
PASA S/C

--- correios ---



# PASA tem novo presidente

Helio Motta

**D**esde o dia 1º de dezembro o PASA tem novo presidente: Clever Pires Bretas.

Ex-conselheiro e presidente do Conselho Deliberativo do Plano, Clever é Gerente Geral de Administração de Recursos Humanos da CVRD (onde trabalha há 19 anos), administrador de empresas por formação e possui MBA em Gestão Empresarial pela Fundação Getúlio Vargas. Com base nessa experiência, ele afirma que buscará manter o PASA em constante evolução, revertendo um conceito comum no mercado de saúde, segundo o qual todas as partes envolvidas em um plano estão insatisfeitas.

"Queremos o comprometimento e a participação dos



Clever Pires Bretas é o novo presidente do PASA

usuários e credenciados, que precisam estar satisfeitos com a relação que desenvolvem com o Plano. Nosso objetivo é, resguardado o equilíbrio econômico-

financeiro do PASA, atender às aspirações dos associados, ouvindo sempre suas demandas", explica Clever Bretas, que é mineiro, casado, pai de uma filha e tem 51 anos.

**Clever Pires Bretas, Presidente PASA**

## Plano alcança pontuação destacada na ANS

**A** Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) criou um programa chamado Índice de Desempenho da Saúde Suplementar (IDSS), cujo objetivo é aferir a situação das empresas do setor. Essa medição se dá por meio da análise dos dados enviados mensalmente pelas operadoras de saúde de todo o país, com informações

sobre números de internações, de associados, de óbitos e de exames, entre outros, numa radiografia completa da situação naquele momento.

"No último resultado liberado pela ANS, o PASA conquistou 80% do índice máximo a que se pode chegar", conta Patrícia de Araújo, da equipe da Gerência Administrativa e Financeira do

PASA. A boa performance deve ser creditada, segundo ela, à qualidade da gestão do PASA, que continuará trabalhando para alcançar a nota máxima. O IDSS ainda não é divulgado aos usuários dos serviços das empresas, estando disponível apenas para os próprios operadores de saúde, que precisam digitar uma senha para ter acesso aos resultados.

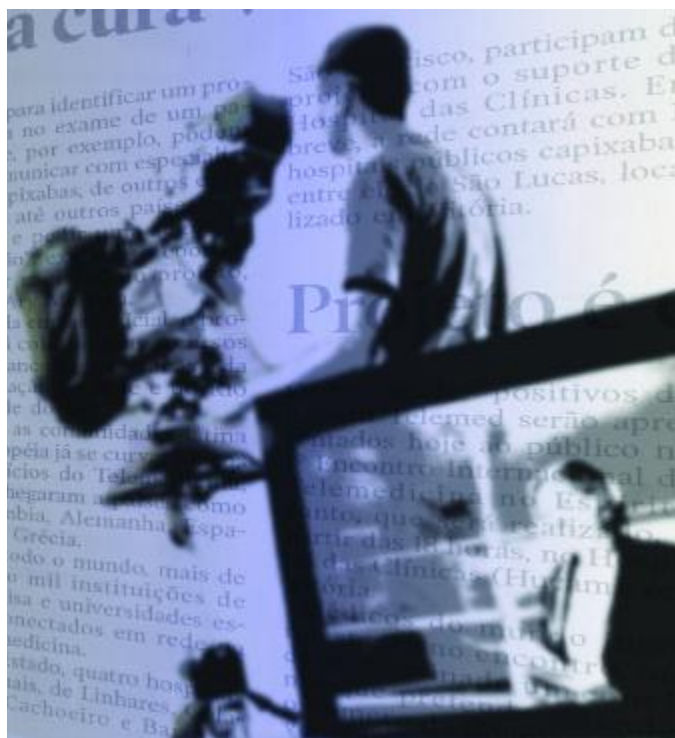
# DESTAQUES DA MÍDIA: planos empresariais e saída das seguradoras

Dos jornais à televisão, a saúde continua sendo motivo de muitas matérias e debates

Entre os assuntos destacados pela mídia nos últimos meses sobre o mercado de saúde, está a questão do direito de pessoas demitidas de suas empresas a se manterem no plano corporativo. Em uma extensa matéria publicada em janeiro, O Globo mostrou que, nos planos empresariais, quem não tem participação nas mensalidades perde o direito de continuar a contar com a assistência médica.

Neste mesmo mês, vários outros veículos deram destaque ao segmento de saúde. A Folha de Pernambuco noticiou o prazo de 30 dias dado pela Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) para 144 operadoras em má situação venderem suas carteiras de clientes. O Diário de S. Paulo informou sobre a multa paga por empresas que negaram tratamento a conveniados e a Gazeta Mercantil publicou um artigo que comprovava a gravidade das doenças crônicas para o país. Segundo os números levantados pela Gazeta, dos 700 mil óbitos registrados em 2004, 70% ocorreram em razão de alguma doença crônica, como diabetes, hipertensão e problemas respiratórios. Na matéria, a Organização Mundial de Saúde (OMS) alertava para a necessidade de diminuir esse índice em 2% ao ano a partir de já, sob o risco de se inviabilizar o sistema de atendimento. Como solução, o artigo apontava programas de prevenção e acompanhamento, caminho seguido pelo Plano com o PASA Saúde.

O Zero Hora, de Porto Alegre, trouxe em suas páginas a confirmação de que as seguradoras desistiram de oferecer planos individuais, devido à dificuldade de repassar os aumentos de custo. Já o site InvestNews ressaltou o peso da



inflação médica em 2005 para a terceira idade, informando que os gastos com saúde e cuidados pessoais só perdem para alimentação e moradia entre pessoas acima de 60 anos.

Em dezembro, a publicação Saúde Business tratou de uma pesquisa feita por uma empresa de consultoria que apurou problemas financeiros nas operadoras de saúde, 27% das quais com prejuízo. O Jornal do Comercio denunciou o não-envio de informações à ANS por parte de muitos planos, lembrando que 41 milhões de brasileiros são usuários dos serviços privados de saúde.

No Jornal Nacional, o tema da saída das seguradoras do mercado também mereceu atenção. Uma longa matéria mostrou a preocupação dos órgãos de defesa do consumidor com a diminuição das opções oferecidas, na medida em que grandes empresas deixaram de colocar seus produtos à disposição do público.

# PASA Saúde promove caminhada

Evento marca o início das comemorações pelos 15 anos do Plano

**D**entro da série de eventos que marcarão os 15 anos do Plano e, seguindo com o modelo de prevenção do PASA Saúde, foi definido para este ano um roteiro de atividades que aliará exercício físico, lazer e entretenimento. O objetivo é trabalhar pelo aumento da qualidade de vida dos usuários. A programação terá início no dia 6 de maio, com caminhadas em todas as cidades onde o PASA Saúde está implantado (Rio de Janeiro, Vitória, Belo Horizonte, Governador Valadares e Itabira).

"Essa será a ação inaugural, especialmente simbólica porque acontece também para comemorar os 15 anos do PASA. Outras virão, sempre voltadas para a saúde preventiva, em um conceito amplo, que leva em

conta a integração social", explica o médico corporativo do Plano, dr. José Sávio Barros. Ele conta ainda que, no futuro, os usuários de São Luís e Belém também participarão da iniciativa, pois o programa encontra-se em fase de implantação nessas capitais.

Um professor de educação física acompanhará os participantes e, ao final, será servido um lanche, tudo sem qualquer custo para os usuários. Uma ambulância de plantão garantirá socorro imediato em caso de problemas. Os interessados podem se inscrever preenchendo a ficha de inscrição que foi enviada junto com esta edição, encaminhando-a para o escritório PASA mais próximo;



pelo site [www.planopasa.com.br](http://www.planopasa.com.br); ou ainda em um dos escritórios do Plano. **Serão aceitas inscrições até o dia 18 de abril.**

## CONFIRA OS LOCAIS DA CAMINHADA E FAÇA LOGO SUA INSCRIÇÃO

**6 de maio - Caminhada**  
Horário: 8h 30 às 12h

>>Rio de Janeiro Jardim Botânico  
Rua Jardim Botânico, nº 920  
Jardim Botânico  
Rio de Janeiro-RJ

>>Vitória AERT  
Rua Castelo Branco, s/n  
Bairro de Fátima  
Serra-ES

>>Belo Horizonte Parque das Mangabeiras  
Portaria Sul  
Av. José do Patrocínio Pontes, 508  
Mangabeiras  
Belo Horizonte-MG

>>Itabira Esplanada da Estação  
Av. Mauro Ribeiro  
Esplanada da Estação  
Itabira-MG  
(atrás do escritório do PASA)

>>Governador Valadares Clube da TV Leste  
Rua do Areal, s/n,  
Jardim Alice  
Governador Valadares-MG.

# ELIEZER BATISTA: em plena atividade, aos 81 anos

## Ex-presidente da Vale fala de sua trajetória e dos serviços do PASA

O engenheiro Eliezer Batista é um associado do PASA com participação decisiva na história da CVRD. Ex-presidente da Vale (o primeiro oriundo dos quadros da empresa) e ex-ministro dos governos João Goulart e Fernando Collor, Eliezer Batista esteve à frente da construção do Porto de Tubarão - empreendimento de grandes proporções que marcou uma nova fase na vida da companhia na década de 60 - e voltou a dirigir a CVRD no governo do general Figueiredo, quando não era mais visto como comunista. "A fama de esquerdista veio em função de nossas ações pela melhoria das condições de trabalho dos empregados e por eu ter conversado em russo com o marechal Tito, da (então) Iugoslávia, em plena Guerra Fria. Por isso, fui um meio-exilado", conta Eliezer, que viveu no exterior por 30 anos, parte deles durante o regime militar.

O engenheiro fala sete línguas (português, inglês, espanhol, francês, italiano, alemão e russo), é também arquiteto por formação e estudioso da Física e da Matemática. Hoje, aos 81 anos, ele se mantém ativo, participando do conselho de administração de diferentes empresas e dando expediente diário no prédio da Federação das Indústrias do Estado do Rio (Firjan). Sobre essa rotina, Eliezer Batista diz que, em qualquer época da vida, deve-se manter o cérebro e o corpo em atividade, mas reconhece que abusou do trabalho durante muitos anos, "por amor ao que fazia e por falta de informação sobre, por exemplo, as conseqüências do excesso de viagens em aviões antigos (só ao Japão foram 177), que me renderam seqüelas".

O gosto pelo desafio e a capacidade de vestir a camisa, aliás, são características que o ex-presidente da Vale sempre percebeu nos empregados da empresa. "Nossa filosofia quando fazíamos uma obra de vulto era a de que estávamos construindo uma catedral, e isso nos tornava diferentes, fosse qual fosse nosso cargo", afirma.



Dr. Eliezer Batista, 81 anos, é ex-presidente da CVRD e usuário do PASA

Em relação ao PASA, Eliezer Batista garante estar satisfeito com o atendimento recebido, que ele considera superior ao de planos similares e sugere "o credenciamento de médicos que sejam amantes de seu ofício e pesquisadores, profissionais sempre atualizados, além do controle permanente da qualidade do serviço prestado".

Pai de sete filhos e avô de 19 netos, ele lembra a importância das obras sociais feitas por sua esposa (falecida em 2000), Jutta Fuhrken, no Espírito Santo, e diz que a família é seu maior alicerce. "Cinco dos meus filhos trabalham fora do país, por sua formação, voltada para áreas mais desenvolvidas no exterior. Mas me comunico com todos frequentemente. Acho que em outras culturas esse vínculo essencial de família está se perdendo."

Sempre pensando em alternativas para o desenvolvimento nacional, o mais famoso ex-presidente da Vale e profissional de grande importância para a área de infra-estrutura no Brasil aposta na educação como motor do crescimento. Sobre a memória das realizações de sua vida, avalia que o que fica, de fato, são os atos voltados às boas causas, pessoais ou coletivas. Mais uma lição.

# COMO CUIDAR DE SUA ALIMENTAÇÃO

As nutricionistas **Luciana Harburguer** e **Wilma Úlysses**, tratam nesta entrevista ao Informe de questões importantes sobre alimentação, esclarecendo dúvidas comuns entre as pessoas.

**Wilma Ulysses**

## **PASA - Que cuidados especiais os idosos devem ter com a alimentação?**

*Wilma Ulysses - As necessidades nutricionais variam com o biotipo e as atividades físicas, embora uma estimativa média de energia situe-se por volta de 1.800kcal/dia, respeitando-se a seguinte divisão: de 50% a 55% de carboidratos; de 25% a 30% de gorduras; e 0,8g de proteínas por quilo de peso corporal. É preciso, ainda, ingerir vitaminas e minerais, na mesma proporção de qualquer adulto, e beber de 1,5 a 2 litros de água por dia.*

## **PASA - Quem quer perder peso pode copiar a dieta de um amigo ou cada pessoa deve buscar orientação de um profissional?**

*Wilma Ulysses - É preciso seguir orientação profissional, pois a dieta deve ser individualizada, com a participação do interessado. Uma dieta de emagrecimento depende de várias etapas: antropometria, medição do índice de massa corporal (IMC), exames laboratoriais, anamnese clínica, inquérito nutricional, estilo de vida, cálculo do Valor Energético Total e, por fim, elaboração da orientação nutricional.*

**Luciana Harburguer**

## **PASA - Existe um modelo de alimentação saudável que possa ser aplicado a pessoas de todas as idades?**

*Luciana Harburguer - O cardápio deve ser o mais variado possível e valorizar os alimentos naturais, fornecendo diferentes tipos de proteínas, carboidratos, lipídios, vitaminas e minerais. É preciso, ainda, respeitar os hábitos alimentares e adequar a consistência às diferentes faixas etárias.*

## **PASA - Quais são os piores hábitos alimentares dos brasileiros? E os melhores?**

*Luciana Harburguer - Os piores hábitos alimentares são o consumo diário de frituras, fast food, guloseimas, bebidas alcoólicas e refrigerantes. O melhor é o consumo diário de arroz com feijão. Alguns mitos e possíveis verdades sobre alimentação acabam incorporados pelas pessoas, ainda que desmentidos depois. Por isso, é interessante saber:*



### **Beber líquido durante as refeições**

Mal não faz, porém dificulta a digestão e aumenta o volume gástrico.



### **Café**

É prejudicial para pessoas com sensibilidade à cafeína, hipertensos e pacientes com dificuldade de absorção de ferro.



### **Alimentos diet e light**

Os alimentos diet são feitos para o consumo de diabéticos, e os alimentos light têm valores calóricos reduzidos, próprios para quem está em regime dietético.



### **Vinho**

Até um copo de vinho tinto por dia, para pessoas que não tenham problemas hepáticos, é de fato bom para o coração.

## **Novo escritório de Belo Horizonte**

A Aposvale esteve reunida para um almoço com o PASA, em Belo Horizonte, no dia 22 de fevereiro, para inauguração do novo escritório do Plano na capital mineira. A instituição estava representada pelos seus diretores Regina Maria Coelho, João Batista Bicalho, David dos Reis Madeira, Alfa Zuleica de Sá e Maria Maneide dos Reis. "Foi um ótimo e produtivo encontro, em que pudemos estreitar nossa relação e mostrar o que estamos fazendo para aperfeiçoar o atendimento e os serviços prestados", diz o gerente do PASA em Belo Horizonte, Jorge Luiz Moraes.

Anote, então, o novo endereço do escritório: Rua Paraíba, 1.174, 7º andar, bairro Savassi - CEP 30130-141. Telefone: (31) 3279-4099 Fax: (31) 3279-4097



**Clever Bretas**  
(Presidente PASA) e **Regina Maria Coelho**  
(Diretora da Aposvale BH)

# PASA amplia estrutura de atendimento

**M**ais uma empresa do grupo CVRD, a Ferrovia Centro-Atlântica (FCA), passou a contar com a Assistência Médica Supletiva (AMS) gerida pelo PASA. Para os usuários do Plano, essa é uma boa notícia, por diferentes motivos. "Sempre que começa a atender uma nova empresa, o PASA cresce e se torna mais forte economicamente, o que é fundamental para seu equilíbrio financeiro. Além disso, foram feitos novos credenciamentos em diversas

cidades de Minas Gerais, Goiás, Bahia e São Paulo. Como os hospitais, clínicas e médicos estão também credenciados ao Plano, os associados ganharam mais opções de atendimento", explica a gerente de Planejamento e Controle, Adriana Campos.

Os usuários passaram a contar, ainda, com escritórios em quatro cidades mineiras - Lavras, Uberaba, Montes Claros e Divinópolis - e em Alagoinhas, na Bahia.

## UBERABA

Endereço: Shopping José Generoso Lenza, sala 17  
Nível 2  
Av. Leopoldino de Oliveira, 4.113, Centro  
Telefone: (34) 3312-1594 / Fax: (34) 3312-1594

## MONTES CLAROS

Endereço: Praça Raul Soares, 260, Centro  
Estação FCA

## DIVINÓPOLIS

Endereço: Av. Cel. Júlio Ribeiro Gontijo, 391  
Esplanada  
Telefone: (37) 3229-3187 / 3229-3188  
Fax: (37) 3229-3186

## LAVRAS

Endereço: Praça Leonardo Venerando Pereira, 284,  
sala 104, Centro  
Telefone: (35) 3821-3655  
Fax: (35) 3821-9329

## ALAGOINHAS

Endereço: Rua 02 de Julho, s/n  
02 de Julho  
Telefone: (75) 3163-3060  
Fax: (75) 3163-3062

## Curtas

### Conselho Deliberativo

Desde janeiro, o Conselho Deliberativo do PASA tem dois novos integrantes. O ex-presidente do Plano, Luiz Eduardo Gonçalves, assumiu a presidência do Conselho, e a secretária-geral da Diretoria Executiva da CVRD, Aparecida Semenzato, foi designada conselheira.

### Atendimento na Estação Saúde

Desde setembro do ano passado, a Estação Saúde presta atendimento aos usuários na cidade de Vitória. A clínica possui profissionais especialistas na área de oftalmologia, cardiologia, otorrinolaringologia, laboratório de análises clínicas, ortopedia e

principalmente geriatria, especialidade na qual o PASA tinha dificuldade em encontrar profissionais de qualidade para a sua rede.

A Estação Saúde funciona no mesmo prédio onde está o PASA, na Praia do Suá (Rua Ferreira Coelho, 310). Não perca a oportunidade e faça uma visita.

Rua Ferreira Coelho, 310  
Edifício Art's Center, sala 21 e 22  
Praia do Suá - Vitória-ES

Telefone: (27) 3224-4153



### Encontro de Aposentados

Já foi definida a programação dos Encontros de Aposentados e Pensionistas do Grupo CVRD deste ano. Confira as datas e se agende desde já:

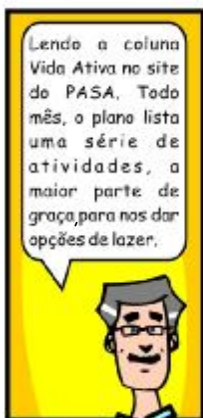
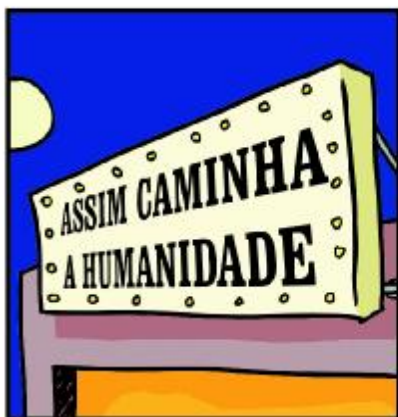
23/03 - Rio de Janeiro  
25/05 - Governador Valadares  
29/06 - Itabira  
12/07 - São Luís  
13/07 - Belém  
31/08 - Vitória  
14/09 - Belo Horizonte

### Contrato com Vidalink é rescindido

Convênio com farmácias não atende às expectativas do PASA

O contrato com a empresa Vidalink, que garantia descontos na compra de medicamentos aos associados do PASA, será rescindido a partir de 24 de abril de 2006. A medida foi tomada em função da adesão do programa ter atingido menos de 1% de utilização dos 48.000 usuários do Plano, o que impossibilitou, por consequência, que houvesse o retorno esperado para a iniciativa, geradora de custos para o Plano. Agora, o PASA buscará alternativas para atender às necessidades dos usuários.

# Quadrinhos



Resposta:

\_\_\_\_\_

Nome:

\_\_\_\_\_

Matrícula PASA:

\_\_\_\_\_

## Pergunta

O que é a coluna Vida Ativa no site do PASA?

Corte esta tira na linha pontilhada e envie para Av. Calógeras, 30/ 14º andar, Centro, Rio de Janeiro, CEP 20030-070, aos cuidados de Veronica Pinheiro - Gerência de Planejamento e Controle PASA, ou entregue pessoalmente em um dos escritórios PASA. Caso a sua resposta esteja certa, você participará de um sorteio para ganhar um **telefone sem fio** do PASA e terá seu nome divulgado na próxima edição do Informe.

MANTENHA SEU ENDEREÇO SEMPRE ATUALIZADO.

## Informe PASA

Órgão de divulgação do PASA  
Plano de Assistência à Saúde do  
Aposentado da CVRD  
[www.planopasa.com.br](http://www.planopasa.com.br)

### SEDE

Av. Calógeras, 30, loja H  
Centro - Rio de Janeiro  
CEP 20030-070  
Tel.: (21) 2139-5700  
Fax.: (21) 2240-5625  
Ligue PASA 0800 704 4099  
[pasa@cvrd.com.br](mailto:pasa@cvrd.com.br)

### CONSELHO EDITORIAL

Fernando Dias Cyrino  
Adriana Campos

### JORNALISTA RESPONSÁVEL

Veronica Pinheiro

### ASSISTENTE

Fagner Torres

### ESTAGIÁRIO DE COMUNICAÇÃO

Italo de Seixas

### REDAÇÃO

Temporo Comunicação

### REVISÃO E EDIÇÃO

Resh Comunicação

### PROJETO GRÁFICO

Resh Comunicação

## MÁQUINA FOTOGRÁFICA em Belo Horizonte

A máquina fotográfica sorteada na última edição ficou com a associada Helia Maria Aguiar, de Belo Horizonte. Mineira de nascimento e "defensora ferrenha do PASA", ela se disse muito feliz em ganhar a promoção e garantiu que participa de todos os sorteios. Helia tem dois filhos e trabalhava no Recursos Humanos da CVRD antes de se aposentar.