

Ano 3. n.º28. Outubro / 2019. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita
www.maissaude.com

revista

SAÚDE



Dra. Ana Maria Cintra
CRM-GO: 4.280



**A VENEZA VEÍCULOS COMPLETA 42 ANOS DE TRADIÇÃO E É ELEITA
COMO A MELHOR E MAIS LEMBRADA CONCESSIONÁRIA DE AUTOMÓVEIS DE
ITUMBIARA PELO PRÊMIO MÉRITO LOJISTA.**

A todos nossos clientes, colaboradores e parceiros
nosso muito obrigado por fazer parte desta historia.



Jeep®

Veneza
Realizando Sonhos
Desde 1977 **42** Anos





FÍSTULA ARTERIOVENOSA PARA HEMODIÁLISE (FAV)

O que é uma FAV/fistula arteriovenosa?

A FAV é uma anastomose (conexão) entre uma artéria fina e uma veia periférica também fina e superficial. É feita cirurgicamente mais frequentemente nos membros superiores, de preferência no antebraço não dominante, esquerdo nas pessoas destras e direito nos canhotos.

A fistula arteriovenosa (FAV) é o acesso vascular preferido para o tratamento de hemodiálise, para aqueles que têm insuficiência renal, pela sua facilidade de utilização e pelos poucos riscos que apresenta, comparativamente com as outras opções.

Que tipos de FAV existem?

Para a criação da fistula utiliza-se uma artéria do membro superior e uma veia superficial.

Existem várias fistulas possíveis, mas os três tipos mais comuns são.

No punho:

- FAV rádio-cefálica (mais frequente)
- FAV ulnar-basílica (rara)

No cotovelo:

- FAV bráquio-cefálica

O que é a maturação da FAV?

O processo de arterialização das veias não é um processo imediato. Leva o seu tempo.

Utilizar uma fistula muito cedo leva à sua perda. Isto porque as veias ainda não estão preparadas para serem puncionadas.

O tempo de maturação da FAV é variável, mas em média considera-se que sempre que possível uma FAV seja utilizada depois de dois meses após a sua confecção.

Se por um lado algumas fistulas ao fim deste tempo já desenvolveram uma rede venosa exuberante, outras demoram meses. Isto depende das características do indivíduo e de doenças que podem estar associadas, como é o caso da Diabetes.

Durante o processo de maturação, devem ser feitos alguns exercícios que ajudam a dilatar e a fortalecer as veias.

Durante este tempo se for necessário realizar

hemodiálise, devem ser utilizados os cateteres centrais como forma de acesso à circulação sanguínea.

Quais são as vantagens da FAV?

- Ausência de tubos e cateteres penetrantes na superfície corporal;
- Uso normal do braço fora das sessões de hemodiálise;
- Não há necessidade de curativos (exceto logo após a hemodiálise);
- Baixo risco de infecção e trombose;
- Acesso simples e rápido à circulação sanguínea.

E as desvantagens?

- Necessidade de punção;
- Necessidade de fazer a hemostasia (curativo e compressão para parar de sangrar);
- Mau aspecto do braço devido à hipertrofia das veias e cicatrizes dos locais puncionados;
- Necessidade de tempo para a sua maturação;

- Risco de má permeabilização em caso de hematoma, por exemplo.

Fonte: Amato, ACM. Fístula Arteriovenosa para Hemodiálise. In book: Procedimentos Médicos: Técnica e Tática, Edition: 2, Chapter: 22, Publisher: Grupo Gen, Editors: Alexandre Campos Moraes Amato, pp.117-122



Dr. Gledson de Oliveira Machado

CRM/GO: 13886 | CRM/MG: 49122

Angiologia e Cirurgia Vascular;

Doppler Vascular;

Cirurgia Geral;

Residência Médica em Cirurgia Geral pelo Hospital Ana Nery – Salvador-BA, reconhecido pelo MEC;

Residência Médica em Cirurgia Vascular pela Universidade Federal de Uberlândia, reconhecido pelo MEC;

Doppler Vascular – Especialização pela FATESA e INRAD – USP (SP).



revista
SAÚDE



Dra. Ana Carolina R. Nápolis
Alergista e Imunologista
CRM/MG: 51.070 | RQE: 34.267
CRM/GO: 24.876

Self Clínicas
Av. Brasília, 207. Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO. (64) 3433-3000

Clínica Doutores da Criança
Avenida Nicodemus Alves dos
Santos, 311. Bairro: Santa Maria.
Uberlândia - MG.
(34) 3236-7436 | (34) 99968-8806



**Dra. Ana Maria
Cintra**
Dermatologista
CRM/GO: 4.280 | RQE: 12.399

Clínica Dermoestética Climed
Rua Padre Florentino, 75.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-2653



Dr. Átila Tavares Abdala
Nutrólogo
CRM/GO: 18.888

**Nutron - Medicina de
Emagrecimento e Performance**
Edifício Executivo.
4º andar, sala 401.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 99992-2021



Dr. Augusto Treme
Oftalmologista
CRM/GO: 15.698

Centro da Visão
Av. Santa Cecília, 145.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-0070



**Dra. Claudia
Soares Alves**
Neurologista
CRM/GO: 12.452 | CRM/MG: 4.100

Hospital Sta. Maria
Pç. da Bandeira, 365.
Bairro: Centro. | Itumbiara/GO.
(64) 3431-8000 | (64) 3432-1114

Pró Saúde
Pç. São Sebastião, 210.
Bairro: Centro. | Itumbiara - GO.
(64) 3431-1114 | (64) 3404-1114



Dr. Eduardo Andréo
Oftalmologista
CRM/GO: 11.6635 | RQE: 5.828

Self Clínicas
Av. Brasília, 207.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3000

Casa de Saúde São José
Rua Piracanjuba 330.
Goiatuba - GO.
(64) 3495-1481 | (64) 3495-7407



Dr. Emílio Carlos Oliveira
Pneumologia e Medicina Interna
CRM/MG: 23.460-T | CRM/GO: 20.667

Clin Center
Rua Jacinto Brandão, 538.
Bairro: Centro. Itumbiara - GO.
(64) 3433-2828

Pulmo Care
Av. Princesa Isabel, 478.
Bairro: Centro. Uberlândia - MG.
(34) 3255-8219 | (34) 99180-0017



Dr. Gledson de Oliveira Machado
Angiologia e Cirurgia Vascular;
Doppler Vascular; Cirurgia Geral.
CRM/GO: 13.886 | CRM/MG: 49.122

Self Clínicas
Av. Brasília, 207. Itumbiara - GO.
(64) 3433 - 3008

Casa de Saúde São José
Rua Piracanjuba, 330. Goiatuba- GO.
(64) 3495-1481 | 3495-7404 | 3495-1241

Ambulatório Unimed
R. Duque de Caxias, 151. Bom Jesus-GO.
(64) 3608-3024



Dr. Gleisson Pantaleão
Oftalmologista
CRM/GO: 13.493

Centro da Visão
Av. Santa Cecília, 145.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-0070



**Dr. Gustavo Barra
Carvalho**
Angiologia | Cirurgia Vascular |
Ecografia Vascular
CRM/GO: 14.367 | RQE: 12.466

Clínica Gustavo Carvalho
Praça Sebastião Xavier, 66.
Sala 06 (Hospital São Marcos).
Itumbiara-GO.
(64) 3433-9897 | (64) 99667-1970



Dr. Jean Paresoto
Coloproctologista e Cirurgião Geral
CRM/GO: 15.372

Clínica Jacob e Paresoto
R. Franklin Xavier, 434.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-3636



Dr. José Humberto Domingues de Faria
Cirurgião Plástico
CRM/GO: 6.257 | RQE/GO: 1212

Clínica Sagrada Família
Rua Paranaíba, 474.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 99228-1717



Dra. Julieta Isabel Triana Cansino
Médica
CRM/GO: 22.719
CRM/MG: 75.761

Pç. São Sebastião Xavier, 66. Sala 66.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3404 6543 | (64) 9284 7434
(64) 9668 5929



Dr. Marcos Antônio Chadu
Cirurgia do Aparelho Digestivo;
Gastroenterologia;
Endoscopia Digestiva.
CRM/GO: 9.254 | CRM/MG: 62.269

Clínica Chadu
Hospital Santa Maria.
Praça da Bandeira, 335.
Itumbiara-GO.
(64) 3404-1131 | (64) 3404-2026



Dra. Michelle Daiana
Ginecologista e Obstetra
CRM/GO: 18.777 | CRM/MG: 63.979
RQE: 12.120

Clínica New Life
Avenida JK, 454.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3839 | (64) 99668-5725



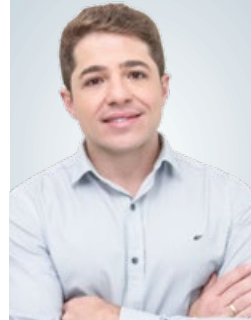
Dra. Nayara Maeda
Cirurgiã Geral e Cirurgiã do Aparelho Digestivo
CRM/GO: 21.880 | RQE/GO: 11.170

Pró Saúde
Pç. São Sebastião, 210.
Bairro: Centro. | Itumbiara - GO.
(64) 3431-1114 | (64) 3404-1114



Dra. Noala Rodrigues da Cunha Costa
Pediatra
CRM: 15.753 | RQE: 12438

De Ville Espaço Multiprofissional
R. Floriano Peixoto, 245. Sala 4
Bairro Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 9.9666-5800



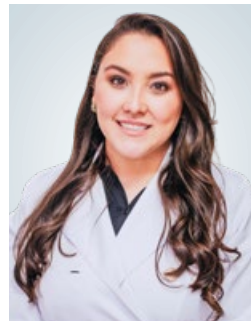
Dr. Rafael Jacob
Nutrólogo e Cirurgião Geral
CRM/GO: 16.232

Clínica Jacob e Paresoto
R. Franklin Xavier, 434.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-3636



Dr. Raphael Elias Ferreira
Ginecologista, Obstetrícia e Mastologista
CRM/GO: 20.662 | RQE/GO: 10.419
RQE/MASTOLOGIA: 11.432

Clínica Pró-Vida
Rua Padre Félix, 380
Bairro: Centro
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7606



Dra. Samantha B. R. Guimarães
Médica
CRM/GO: 13.664

Self Clínicas
Avenida Brasília, 207.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3005
(64) 99253-9860
(64) 99999-0970



Dr. Valdemiro Fukuhara
Oftalmologista
CRM/GO: 2.975

Centro da Visão
Av. Santa Cecília, 145.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-0070



Dr. Wilian Vinhadelli
Oftalmologista
CRM/GO: 10.250

Centro da Visão
Av. Santa Cecília, 145.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3432-0070

EDITORIAL

A REVISTA MAIS SAÚDE CHEGA NO MÊS DE OUTUBRO REPLETA DE INFORMAÇÕES E HOMENAGENS!!

Um mês onde celebramos os dias de dois profissionais de grande importância no cuidado com nossa saúde. No dia 18 comemoramos o dia do médico, e no dia 25 o dia do dentista. O mês é deles, mas quem ganha os presentes é você, pois diversos médicos e dentistas trouxeram nessa edição várias dicas e informações para os cuidados com a sua saúde e de sua família.

O mês de Outubro já é conhecido mundialmente como um mês marcado por ações afirmativas relacionadas à prevenção e diagnóstico precoce do Câncer de Mama. O movimento, conhecido como Outubro Rosa é celebrado anualmente, desde os anos 90. O objetivo da campanha é compartilhar informações sobre o Câncer de Mama e, mais recentemente, Câncer do Colo do Útero, promovendo a conscientização sobre as doenças, proporcionando maior acesso aos serviços de diagnóstico e contribuindo para a redução da mortalidade.

Nessa edição trouxemos na capa a Médica dermatologista Dra. Ana Maria Cintra, que conta um pouco de sua história e da relação de sua família com a medicina.

No Empreendedor Premium fizemos uma homenagem aos empresários João Gotardo e Mirian Gotardo, que vem realizando um excelente trabalho na educação de crianças e jovens, os preparando na escolha por suas profissões e para o mercado de trabalho.

A coluna Dra. Responde, conta com a Médica Dra. Samantha Guimarães, que respondeu diversas dúvidas de suas leitoras!!!

Vale a pena tirar um tempinho e conferir cada página dessa Revista, que mais uma vez mantém um alto padrão editorial, já conhecido por seus leitores.

Os Diretores



Realização

OR7

Editora e Marketing

revista
SAÚDE

Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins

Diretor Comercial: Onofre Neto

Fotos: Nathia Fathiely

Foto da Capa: Bruno Cardoso

Jornalista: Anderson Tissa

Aux. Administrativo: Aparecida Martins

Designer Gráfico: Tiago Chaves

Tiragem: 8.500 revistas

Contato Comercial

64| 99202-4160 | 64| 9275-5299

Rua Floriano Peixoto 212, sala 3-Centro

Itumbiara- GO | CEP: 75526-070

contato@rmaissaude.com

or7empresarial@gmail.com

www.rmaissaude.com

  /rmaissaude

28ª Edição



Os anúncios e informes publicitários assinados são de responsabilidade seus autores e não refletem necessariamente a opinião da Revista Mais Saúde.



| | | | |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 04 | FÍSTULA ARTERIOVENOSA PARA HEMODIÁLISE (FAV) | 72 | VOCÊ SABE QUAL É SEU TIPO DE PELE? |
| 06 | GUIA MÉDICO | 74 | MÉRITO LOJISTA |
| 10 | ENTREVISTA | 81 | MELANOMA |
| 15 | CÂNCER DE INTESTINO OU CÂNCER COLORRETAL | 83 | A IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS DA MUSCULAÇÃO APÓS OS 50 ANOS DE IDADE. |
| 16 | DENTADURA QUE NÃO SAI DA BOCA? VOCÊ CONHECE AS PRÓTESES SOBRE IMPLANTES? | 85 | OUTUBRO ROSA |
| 21 | SPITZ ALEMÃO | 89 | TABAGISMO |
| 23 | PLÁSTICA DE FACE | 91 | O QUE É A RAIVA CANINA? |
| 24 | DISCOPATIA VOCÊ JÁ OUVIU FALAR EM DISCOPATIA? | 98 | COMO OS PAIS DEVEM AJUDAR OS FILHOS DIANTE DOS CONFLITOS NA ADOLESCÊNCIA? |
| 27 | SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL PARA OS MÉDICOS | 105 | ALIMENTOS QUE AJUDAM A PREVENIR A CÁRIE |
| 29 | QUAL A PRESSÃO DOS SEUS OLHOS? VOCÊ CONHECE O GLAUCOMA? | 108 | ULTRASSOM MICROFOCADO – ENTENDA O TRATAMENTO DAS CELEBRIDADES |
| 31 | QUERO ME DIVORCIAR. COMO DEVO PROCEDER? | 111 | MEDICAMENTO AUTORIZADO! |
| 34 | QUE ÁGUA VOCÊ BEBE??? | 113 | CLIMATÉRIO OU MENOPAUSA |
| 37 | A IMPORTÂNCIA DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR NA INTERVENÇÃO NOS ATRASOS GLOBAIS DO DESENVOLVIMENTO | 115 | DUAS TÉCNICAS QUE VEM CONQUISTANDO O MUNDO - HIALUROPEEL E DERMALIFT |
| 41 | EXANTEMA SÚBITO: SINTOMAS, TRANSMISSÃO E TRATAMENTO | 117 | CIRURGIA ORTOGNÁTICA & SÍNDROME APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO (SAOS) |
| 43 | PILATES | 119 | AS DIFICULDADES PARA ADESÃO EM DIETAS E O AUXÍLIO DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL PARA ESSAS DIFICULDADES. |
| 45 | XLVI CONGRESSO BRASILEIRO DE ALERGIA E IMUNOLOGIA | 122 | HÉRNIA DE HIATO |
| 49 | CONTABILIDADE PARA PROFISSIONAIS DA SAÚDE | 124 | NOVO MODELO DE CERTIDÃO DE NASCIMENTO |
| 53 | TROMBOSE VENOSA NA GESTAÇÃO E NO PUERPÉRIO | 127 | SUA EMPRESA ESTÁ EM CONFORMIDADE COM A LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS? |
| 58 | EMPREENDEDOR PREMIUM | 128 | USO DE FIBRINA LEUCOPLAQUETÁRIA AUTÓLOGA NA ODONTOLOGIA |
| 63 | CONJUNTIVITES INFECCIOSAS | 132 | IMPLANTES CONE MORSE |
| 64 | FATORES QUE FAVORECEM O SURGIMENTO DAS CELULITES | 137 | A IMPORTÂNCIA DA LAVAGEM NASAL |
| 67 | POLISSONOGRRAFIA | 142 | NOSSA HOMENAGEM AO DR. MARCELLO GOMES |
| 69 | BENEFÍCIOS DO MÉTODO PILATES APLICADO A GESTANTES | 144 | DRA. RESPONDE |



ENTREVISTA

Dra. Ana Maria Cintra

CRM - GO: 4.280

RQE: 12.399

*Graduada pela Universidade Estadual de Medicina do Pará;

*Pós-Graduada em Medicina estética pela Fundação Souza Marques;

*Pós-Graduada em Dermatologia pela Universidade Valência;

*Pós-Graduada em Dermatologia pela Incisa com apoio do Colégio Brasileiro de Medicina e Cirurgia Estética.

No dia 18 de outubro comemoramos o dia do médico, e para celebrar essa data a Revista Mais Saúde trouxe em sua capa a médica dermatologista Dra. Ana Maria Cintra.

Ela é esposa do tradicional ortopedista Dr. Ademar Cintra, e juntos construíram uma família com base sólida na medicina, pois, as três filhas do casal Dra. Ana Paula Cintra, Dra. Fernanda Cintra e Dra. Mariana Cintra, também se graduaram em medicina, e hoje, juntamente com os pais exercem a profissão que amam.

Com exclusividade a Revista Mais Saúde ela conta um pouco de sua carreira.

Revista Mais Saúde – No mês de outubro celebramos o dia do médico. Qual a função social do médico? E quais as principais dificuldades da categoria?





Dra. Ana Maria Cintra - A função social do médico no conceito simplista seria a de salvar vidas. Este é o tipo de ação que a sociedade espera de alguém que ocupa dentro dela o Status de Médico. Acredito que a nossa função social seja a de auxiliar em todos os processos de melhora da qualidade de vida, na prevenção de enfermidades, no tratamento desta ou, quando vencidos pelas doenças, aliviar ao máximo o sofrimento dos enfermos.

Acredito que as maiores dificuldades são a elevada carga de trabalho e o alto nível de exigência profissional da sociedade para com o médico e dele consigo mesmo, gerando em muitos a ansiedade, a angústia, e a depressão.

12, | Revista Mais Saúde – Como é hoje lidar com o paciente do Dr. Google? Aquele que busca no Google respostas médicas para sintomas, busca remédios, e etc.

Dra. Ana Maria Cintra - Em minha opinião, existem vantagens e desvantagens. As vantagens estão nos pacientes de bom nível cultural

que sabem utilizar corretamente o instrumento de pesquisa de maneira mais avançada, sendo capazes de filtrar as respostas, entendendo melhor o seu problema e indo para uma consulta com um maior conhecimento de sua doença, transformando este momento em um ambiente salutar de esclarecimento de dúvidas e elucidações. Por outro lado, se a busca for realizada de forma aleatória, como é na maioria dos casos, o paciente poderá ficar ainda mais perdido no entendimento do seu caso específico. Devemos lembrar que uma mesma doença poderá ter diversos cursos e que cada paciente sempre é único.

Revista Mais Saúde – A medicina faz parte da vida de vocês, além do casal, as filhas também escolheram essa profissão. Falem um pouco sobre essa história de amor pela medicina.

Dra. Ana Maria Cintra - Meu amor pela medicina começou desde o ensino primário, pois estudávamos muito sobre o corpo humano, os ossos, órgãos e etc. No ginásio fui cada



vez mais me conscientizando que queria fazer medicina, por isso quando fui fazer o ensino científico, estudei em uma escola que até hoje é tida como uma das mais tradicionais de Belém que é o Colégio Moderno; lá escolhi fazer Ciências Biológicas para poder futuramente cursar medicina. Prestei vestibular para Medicina na Universidade Estadual de Medicina do Pará e passei logo no primeiro vestibular. Após Graduada, vim para Brasília onde fiz um estágio no HFA (Hospital das Forças Armadas), sempre fascinada pela dermatologia. E na nossa família tanto eu como Ademar sempre amamos medicina, dessa forma as nossas meninas também passaram a amar e todas as 3 fizeram medicina, todas muito contentes com o que escolheram e somos muito gratos a Deus, pois todos nós fazemos hoje o que amamos.

Revista Mais Saúde – Dra. Ana Maria, qual o motivo da sua escolha pela dermatologia e que mudanças você observou ao longo de sua carreira nessa área?

Dra. Ana Maria Cintra – Logo no segundo ano de Faculdade tive minha primeira aula de dermatologia, porém o foco maior da dermatologia era o tratamento de feridas, tínhamos um convênio com o posto de saúde do estado onde atendíamos muitos pacientes tanto da capital como do interior com diversas doenças dermatológicas e naquela época dermatologia não estava tão voltada a parte estética como hoje, o foco maior era o tratamento de feridas, era o tratamento de patologias. Tratávamos doenças como Cromomicose, Blastomicose, Leishmaniose, Hanseníase, feridas que chegavam a assustar, também tínhamos casos de Tuberculoses cutâneas, então nessa época a dermatologia era o tratamento dessas patologias, e a cada paciente que eu tratava mais esse amor crescia, a cada muito obrigado meu amor crescia. A dermatologia sempre esteve presente em minha vida, não apenas para tratar a doença, mas o paciente como um todo.

 @mastersysbr

www.mastersys.com.br



MASTERSYS[®]

Gestão completa de sua clinica

VEJA ALGUNS CLIENTES MASTER



DERMO ESTÉTICA
CLIMED



DR. LUCIANO
LUCAS



DRA. MARLI
FERREIRA PACHECO LIMA



**ALGUNS
MÓDULOS
DISPONÍVEIS EM
NOSSO SISTEMA**

PRONTUÁRIO ELETRÔNICO

Anamneses (personalizadas)

Receituário

Atestados

Laudos

FINANCEIRO

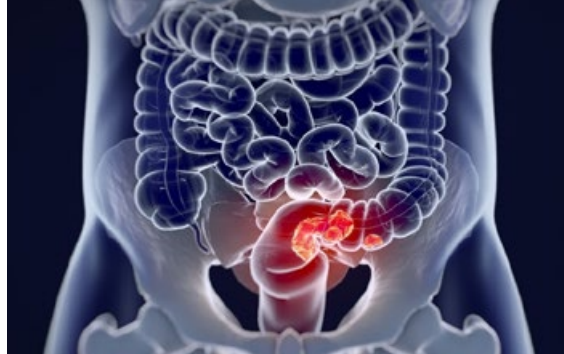
AGENDA MÉDICA

DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

FATURAMENTO PADRÃO TISS

RECEPÇÃO

CÂNCER DE INTESTINO OU CÂNCER COLORRETAL



Cólon é como chamamos o intestino grosso e o câncer colorretal é aquele que acomete o intestino grosso e/ou sua porção final, o reto. Terceiro tipo de tumor mais frequente em homens e o segundo entre as mulheres, o câncer colorretal tem apresentado incidência crescente, especialmente entre jovens adultos, o que tem levado algumas sociedades médicas a reduzir a idade recomendada para rastreamento do câncer colorretal de 50 para 45 anos para pessoas sem histórico familiar. Por ano, mata mais de 15 mil indivíduos em nosso país. Apesar de numerosos e fatos tão gritantes, saiba que é possível detectar o câncer colorretal em seus estágios iniciais, quando a possibilidade de cura chega a 95%.

O que causa o câncer colorretal?

O câncer colorretal geralmente desenvolve-se a partir de pólipos, que são lesões benignas que crescem na parede do cólon e, se associados com predisposição genética e hábitos não saudáveis de vida, transformam-se em câncer com o passar do tempo.

Quais são os principais sintomas do câncer colorretal?

- Presença de sangue nas fezes;
- Dor abdominal persistente;
- Alteração no ritmo intestinal (quando o funcionamento intestinal era normal e recentemente vem apresentando diarreia ou dificuldade para evacuar – “intestino preso”);
- Perda de peso rápida e não intencional;
- Anemia, cansaço e fraqueza.

Quais são os comportamentos/ fatores de risco para desenvolver câncer colorretal?

- Fumar;
- Consumir bebidas alcoólicas;
- Estar acima do peso;

• Comer alimentos com muitas calorias, como biscoitos com ou sem recheios e bebidas açucaradas, como refrigerantes e outras bebidas industrializadas;

• Consumir alimentos de origem animal, principalmente carnes vermelhas e carnes embutidas, como presuntos, mortadelas, blanquet, salsichas, linguças, calabresa, salames e outros;

• Preparar carnes, de qualquer tipo, na chapa ou na forma de fritura, grelhado ou churrasco;

• Ter mais de 50 anos;

• Ter parentes em primeiro grau (pais, irmãos e filhos) com pólipos ou câncer de intestino;

• Ser portador de retocolite ulcerativa ou doença de Crohn.

Prevenção

Uma dieta rica em fibras, composta de alimentos como frutas, verduras, legumes, cereais integrais, grãos e sementes, além da prática de atividade física regular, previne o câncer colorretal.

Deve-se evitar o consumo de bebidas alcoólicas, de carnes processadas e de quantidades acima de 300 gramas de carne vermelha cozida por semana.

Alguns fatores aumentam o risco de desenvolvimento da doença, como idade acima de 50 anos, história familiar de câncer colorretal, história pessoal da doença (já ter tido câncer de ovário, útero ou mama), além de obesidade e inatividade física.

Também são fatores de risco doenças inflamatórias do intestino, como retocolite ulcerativa crônica e doença de Crohn, bem como doenças hereditárias, como polipose adenomatosa familiar (FAP) e câncer colorretal hereditário sem polipose (HNPCC).



Dr. Marcos Antônio Chadu

CRM/GO 9.254 | CRM/MG: 62.269

Graduação em Medicina pela UFTM, Uberaba, MG

Residência Médica em Cirurgia Geral pela Unicamp, Campinas-SP;

Residência Médica em Cirurgia Gastroenterológica pela Unicamp, Campinas, SP;

Título de Especialista em Cirurgia do Aparelho Digestivo pelo Colégio Brasileiro de Cirurgia Digestiva (www.cbcd.org.br);

Título de Especialista em Gastroenterologia pela Federação Brasileira de Gastroenterologia (www.fbg.org.br);

Título de Especialista em Endoscopia Digestiva pela Sociedade Brasileira de Endoscopia Digestiva (www.sobed.org.br);

International Member da American Society for Gastrointestinal Endoscopy (www.asge.org).



DENTADURA QUE NÃO SAI DA BOCA? VOCÊ CONHECE AS PRÓTESES SOBRE IMPLANTES?

Atualmente devolver função mastigatória, estética do sorriso, comodidade e principalmente autoestima são desafios na odontologia, em casos que demandam alta complexidade. A substituição de dentes ou próteses totais removíveis por próteses sobre implantes osseointegrados são aspirações de grande demanda de pacientes. Em específico, a prótese protocolo permite a reabilitação oral com a instalação definitiva de prótese total (dentadura) fixa em áreas edêntulas (sem dentes). É indicada para todas as situações em que a instalação dos implantes é favorável, inclusive em pacientes mais velhos.






Os pontos positivos deste tipo de reabilitação são: estabilidade da prótese dentária ao falar e mastigar, estética, melhor eficiência mastigatória, eliminar dores e cortes frequentes em gengivas, durabilidade elevada e recuperação da autoestima.

Existe também a prótese sobre implantes removível, mais conhecida como Overdenture. É uma versão mais simples e com valores mais acessíveis, podendo ser uma alternativa, pois necessita de menos implantes. Pode ser removida pelo próprio paciente permitindo ótima higienização, sem comprometer a estabilidade e o conforto mastigatório. É uma solução para indivíduos com pouca estrutura óssea ou dificuldades motoras. Outra vantagem é a diminuição de traumas sob a gengiva, eliminando problemas como dores e desconfortos durante a mastigação de alimentos mais rígidos.

Embora estejamos presenciando um dos maiores desafios da Odontologia nos dias de hoje, a substituição de dentes por implante osseointegrado ainda necessita

de bom diagnóstico e planejamento, bem conduzidos, buscando maior longevidade dos trabalhos a serem realizados. Novas tecnologias surgem sequencialmente numa velocidade espantosa, anunciando mudanças de condutas e paradigmas muitas vezes consagrados pelo tempo e literatura.



 @clinicazion
  /clinicamultiprofissionalzion
 (64) 3431-9229
 (64) 98120-7136
 Rua Guimarães Natal nº 758 - Centro
 Itumbiara-GO

DR. TÚLIO HUMBERTO SPINI

Graduado pela Universidade Federal de Goiás (UFG) em 1985;
 Especialista em Patologia Bucal USP – SP;
 Especialista em Cirurgia Buco Maxilo Facial ABO – Regional de Uberlândia;
 Especialista em Pacientes com Necessidades Especiais CFO – DF;
 Professor do Curso de Especialidade em Pacientes com Necessidades Especiais ABO – GOIÁS (Goiânia) - 7ª Turma;
 Professor da Disciplina de Semiologia da UNICERRADO – Goiatuba – GO;
 Capacitador em DST AIDS - Ministério da Saúde, no estado de Goiás;
 Tutor da capacitação para Cirurgiões Dentista ao atendimento da pessoa com deficiência do UNA – SUS (2015-2016);
 Sócio e Representante da ABOPE (Associação Brasileira de Odontologia Para Pacientes Especiais) no estado de Goiás;
 Fundador e Diretor Clínico do Núcleo de Atendimento ao Paciente Especial na Odontologia (NAPEO) fundado em 2001;
 Delegado CRO – GO - período 2014-2016 regional de Itumbiara – GO;
 Coronel (Reserva), quadro de Saúde da PM Goiás;
 Professor Semiologia I e II na Unicerrado de Janeiro de 2018 até julho de 2019.





SAVE

ENERGIA SOLAR

VOCÊ SABIA?

QUE A VIDA ÚTIL DOS SISTEMAS FOTOVOLTAICOS GIRA EM TORNO DE 25 ANOS, SENDO QUE NA MAIORIA DOS CASOS, O RETORNO DO INVESTIMENTO ACONTECE ENTRE 4 E 6 ANOS.

INVESTIR EM ENERGIA SOLAR TRAZ BONS RESULTADOS FINANCEIROS, A ECONOMIA QUE VEM DO SOL GERA UM BOM RETORNO.

FINANCIAMOS
ATÉ 100%
DO SEU SISTEMA
DE ENERGIA SOLAR

ECONOMIZE ATÉ
95%
NA SUA CONTA DE LUZ

*Valor total do Sistema Solar Fotovoltaico R\$15.000,00 com 60 parcelas iguais de R\$430,00. Valor mensal depende de análise de perfil. Financiamento sujeito a aprovação de crédito de banco público ou privado.

64. 3404-1479 |  9 9661-1020

Rua Benjamim Constant, 175 - Centro - Itumbiara-GO

OUTUBRO ROSA

Declare seu amor
por você mesma.

Previna-se

A Vigor Engenharia e Construções apoia essa ideia.



Igor Abdalla

CREA: 5069338456/D-SP
Sócio Proprietário;
Engenheiro Civil;
Graduação: Universidade Estadual Paulista
(UNESP) – Campus Ilha Solteira;
Especialista em Gestão de Projetos.
☎ (64) 99660-1656
✉ igor@vigoreng.com.br



Vitor Araújo

CREA: 5063785837/D-SP
Sócio Proprietário;
Engenheiro Civil;
Graduação: Universidade Estadual
Paulista (UNESP)
Campus Ilha Solteira.
☎ (64) 99677-1656
✉ vitor@vigoreng.com.br

🏠 Rua Guimarães Natal, 587-B
Centro – Itumbiara – GO
☎ (64) 3431-3430
📷 @vigorengenharia

🏠 Rua Paranaíba, nº 990
Centro – Goiatuba – GO
☎ (64) 3495-2343
📷 /vigorengenharia

Magrass®

Emagrecimento Saudável
& Estética de Resultado

MAGRASS ITUMBIARA - CONHEÇA ALGUMAS DE NOSSAS ESPECIALIDADES

Dados da Organização Mundial da Saúde apontam que mais da metade dos brasileiros estão com sobrepeso, e a preocupação de população em busca de uma vida mais saudável, bem-estar e autoestima, só vem aumentando. A Magrass proporciona todos os dias a milhares de pessoas em todo o Brasil a realização dos seus desejos e a transformação de suas vidas através da conquista de seus objetivos para se manterem de bem com seu corpo e de bem com a vida.

A Magrass trabalha com os melhores tratamentos de emagrecimento saudável, gordura localizada e celulite, associando a nutrição e as melhores técnicas estéticas para transformar sua qualidade de vida.

Emagrecimento Saudável

O tratamento de Emagrecimento irá auxiliar na melhora de todo o metabolismo e, conseqüentemente, na melhora estética. A avaliação personalizada é gratuita e deve ser agendada. Após coletar dados como medidas, percentual de gordura, pesos e objetivos, os profissionais da Magrass indicarão o melhor tratamento.

Gordura localizada

O programa de tratamento da gordura localizada irá tratar as áreas corporais que estão com porcentagem de gordura alterado. O cliente terá toda a parte nutricional e os serviços de estética, que irão auxiliar na diminuição da camada adiposa e, conseqüentemente, na melhora es-

tética. Podem ser aplicados em todas as regiões corporais – abdômen, coxas, glúteos e flancos.

A magras tem 3 tratamentos voltados ao tratamento de gordura Localizada e de acordo com a avaliação personalizada (transformação), os profissionais da Magrass indicarão o melhor tratamento:

- Gordura Localizada;
- Lipocavitacional;
- Anidro x Medicinal.

Celulite

O tratamento de Celulite busca uma melhora do sistema circulatório e linfático, de acordo com a transformação buscamos associar técnicas de estética e acompanhamento nutricional para indicar o melhor tratamento para você, sendo as pernas as regiões mais comuns para a presença de celulite.

Magrass®

Emagrecimento Saudável
& Estética de Resultado

☎ (64) 3431-8008 📞 (64) 9.9329-5776

🏠 Rua Dr. Mario Guedes, 239 - St. Central,
(ao lado da Clínica Climespi) Itumbiara-GO

Laura Duarte Opípari

Curso Superior de tecnologia em Estética e Cosmética - UEG;
Pós-graduação em Estética Corporal e Facial - Mundo Fisio.



Gabrielle Franciele Guedes Pereira

Tecnólogo em Embelezamento e imagem pessoal - UNOPAR.

MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES AGORA TAMBÉM NA IMPRESSIONA.



Gestão em impressão
& informática

(64) 3431-8518 / 9.8108-2708

 **VENDA, MANUTENÇÃO
E LOCAÇÃO DE IMPRESSORAS**

 **CARTUCHOS / TONERS**

 **MANUTENÇÃO E SUPRIMENTOS
DE INFORMÁTICA**

 **ENCADERNAÇÃO**

 **XEROX**



Patrícia Miranda

MASTER GROOMER




SPITZ ALEMÃO



Thor é um pet da raça Spitz Alemão Anão (em alemão Zwergspitz), também conhecido como Lulu da Pomerânia. É a menor variedade da raça Spitz Alemão. Lulus da Pomerânia são normalmente amigáveis, brincalhões e animados, mas podem ser agressivos com outros cães, para tentar provar a si mesmos. A pelagem do Spitz requer cuidados especiais, começando por produtos adequados, como shampoo apropriado para a raça, que proporcionará um volume e brilho característico. Outro cuidado importante é com o uso de escovas apropriadas, que devem ser de preferência importadas, pois o uso inadequado com rasqueadeiras e outros irá retirar toda a sua lã.

Os nossos cuidados com o Thor começaram desde muito bebê. Sempre oferecemos a ele um tratamento

com produtos de luxo, como a linha de ouro, avelã e diamante e alguns produtos importados para dar aquele toque final. Na tosa dele optamos pela Ursinho ou Trimming e sua manutenção é feita a cada 45 dias ou 60 dias.



f Belasracascatrina



@belas.racas

Belas Raças
Centro de estética canina

64 3433-4662 / 99663-1179 / 99999-1296

Av. Washington Luis 1403 Itumbiara - GO



Farma & Farma
POPULAR

Farma & Farma
POPULAR

Nossa missão
é sempre
proporcionar
o melhor pra
VOCE.

Rua Paranaíba, 401 - Centro - Itumbiara-GO

Acesse nossas Redes Sociais:   @farmaefarmapopulariub

TELE-ENTREGA GRÁTIS

(64) 3430-4010 /  99667-4010

(64) 3430-1040 / 99665-4010



PLÁSTICA DE FACE

Tecnicamente conhecida como Ritidoplastia (Lifting), a cirurgia da face é um procedimento cirúrgico para suavizar sinais de envelhecimento no rosto e pescoço, tais como:

- Flacidez na face;
- Rugas;
- Gorduras faciais que incomodam;
- “Papada”
- Pele frouxa e excesso de depósitos de gordura sob os olhos, queixo e mandíbula;

Durante a consulta médica o paciente e seu cirurgião, poderão delinear os procedimentos necessários para o rejuvenescimento. Neste sentido, existem alguns procedimentos para rejuvenescimento que podem ser associados juntamente com o lifting de face; dentre eles estão a cirurgia de pálpebras, preenchimentos com gordura do próprio paciente ou ácido hialurônico, aplicação de toxina botulínica “botox®” e bioestimuladores.

Lipoaspiração;
Lipoenxertia;
Próteses de Mamas;
Plástica Abdominal;
Rugas;
Orelhas em Abano;
Sequelas de Acne;
Subcisão;
Preenchimentos;
Toxina Botulínica (Botox®).



Dr. José Humberto Domingues de Faria

Cirurgia Plástica – CRM-GO: 6.257 | RQE-GO: 1212
 Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro;
 Especialização em Cirurgia Plástica com Prof. Ivo Pitanguy;
 Membro Especialista da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica;
 Titular do Colégio Brasileiro de Cirurgiões – Fellow The International College of Surgeons.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
 PÁGINAS 06 E 07





DISCOPATIA

VOCÊ JÁ OUVIU FALAR EM DISCOPATIA?

A discopatia tem por definição a degeneração do disco intervertebral. Diagnosticada por exames de imagem e por sintomas clínicos, a patologia tem como característica diminuição de altura, abaulamento discal, herniações e alterações na placa terminal (estrutura entre o corpo e o disco intervertebral). Isso porque, a artrose está presente, sendo causa desta degeneração.

A patologia atinge pessoas mais velhas, em que há artrose e desgaste da articulação e ocorre mais comumente nos segmentos L5-S1, última vértebra da região lombar. É a patologia mais comum da coluna vertebral, isso porque o corpo se degenera com o tempo, e isso é normal e esperado.

A discopatia também pode ocorrer em qualquer idade, apesar do envelhecimento ser um dos fatores que favorece seu surgimento. Geralmente a doença acontece por causa de microtraumatismos repetidos ou de um estresse físico, mas também pode ser causada por anomalias congênitas. O desgaste do disco intervertebral pode aparecer em qualquer parte da coluna, mas é mais frequente na região inferior das costas, a lombar, na última vértebra que se articula com o osso sacro.

Este desgaste se manifesta por dores na coluna cervical, nas costas, de acordo com a área afetada. As artroses e dores na região lombar costumam ser os sintomas mais frequentes.

A evolução da discopatia também pode desencadear uma compressão das raízes nervosas, provocando redução da sensibilidade, formigamentos, sensação de fraqueza e dores nas pernas. Também pode surgir rigidez na coluna vertebral, especialmente no fim do dia.

A Quiropraxia é fundamental para o tratamento destes casos. Isso porque, com o ajuste, a articulação recebe estímulo para se movimentar e se espaçar, ou seja, o ajuste devolve mobilidade para aquela região rígida. Não podemos fazer com que a cartilagem volte, por isso, a missão da Quiropraxia é promover o tratamento sem remédios e a qualidade de vida.

A Quiropraxia é muito eficaz no combate a dores, eliminando muitas vezes a utilização de medicamentos. Agende já sua consulta!

Dra.
Juciana Pereira
F I S I O T E R A P E U T A

CREFITO 137629-F

Fisioterapeuta;

Formação em quiropraxia clínica;

Formação quiropraxia instrumental;

Formação em disfunções temporomandibular;

Conceito Iastm (Instrument-Assisted Soft Tissue Mobilization)

Liberação miofascial instrumental;

Impulse Mechanical Manipulation Therapy;

Formação Método Thompson Terminal Point (Drop Tab) e

Cox Technique (Técnica de Flexão-distração)



Você não precisa de viagens, desgastes, provas e provas para ter o seu vestido luxuoso, nós fazemos esse trabalho para você! Trabalhamos com uma equipe especializada em alta costura, criações e bordados especiais, toda assessoria para encontrar o tecido adequado, a qualidade e modelagem que você procura para o seu vestido exclusivo sob medida, temos também uma variedade de marcas renomadas pronta entrega, para aluguel e venda.

Aguardamos a sua visita. Em breve novo endereço.



ALUGUEL, VENDA E SOB MEDIDA

ATENDIMENTO EXCLUSIVO
COM HORA MARCADA





@Closet_DMaria




Closet d'Maria


*Riênia
Almeida*


 @Closet_DMaria

 Closet d'Maria

 @karlaaraujomakeuphairr

 (64) 9 9999-3016

 contato@closetdmaria.com.br

 Av. Carlos Marquez,
nº 893

B. Village Beira Rio
Itumbiara-GO

Seguro de Responsabilidade Civil
Para Profissionais da Saúde.



Proteja sua carreira, imagem e patrimônio contra processos e riscos decorrentes do seu trabalho.



ROSA TAVARES
CORRETORA DE SEGUROS

O SEGURO MAIS SEGURO

Rua Paranaíba, nº 66, Galeria Afife Prata Centro, Itumbiara – GO

☎ 64 3431 5900

SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL PARA OS MÉDICOS

Para exercer a profissão com tranquilidade médica, recomenda-se a Contratação do Seguro RCP, nas melhores seguradoras do País, com sigilo absoluto na proteção de seu patrimônio pessoal, proteção da imagem e garantia de reparação do terceiro. Esse seguro, além de ser recomendado aos Médicos, é também para os Dentistas, Enfermeiros, Psicólogos, Fisioterapeutas, Nutricionistas, Fonoaudiólogos e profissões similares e ainda a pessoas jurídicas como hospitais e laboratórios.

Como Corretor de Seguros e bacharel em Direito, farei uma abordagem sucinta do cenário da responsabilidade civil do médico na legislação atual, bem como apresento as medidas preventivas a serem adotadas pelos médicos, a fim de reduzir o risco de sofrer uma demanda dessa natureza e como o risco sempre irá existir, recomendamos **CONTRATAR O SEGURO DE SUA CARREIRA PROFISSIONAL**, que é um de seus maiores patrimônios.

Para adentrar na necessidade de contratação do Seguro de RPC (Responsabilidade Civil Profissional), é preciso dar uma visão panorâmica da responsabilidade civil do médico na legislação atual. Aqui, importante ressaltar, que não se trata de abordar estudos jurídicos, para advogados e estagiários do Direito e sim, abordar o conhecimento essencial aos leitores, para a contratação desse seguro.

Então, para entender a responsabilidade civil do médico, primeiro é preciso firmar algumas premissas básicas (são conceitos eminentemente jurídicos, mas essenciais para a compreensão do tema) inerentes à relação jurídica entre médico e paciente:

a) A relação jurídica entre médico e paciente é, em regra, uma relação de natureza contratual – é regida por um contrato, que confere a cada uma das partes direitos e deveres;

b) A violação desses deveres contratuais pode gerar danos de 3 (três) naturezas:

- b.1) Danos materiais;
- b.2) Danos morais;
- b.3) Danos estéticos.

c) A obrigação do profissional de saúde, como regra, é de meio e não de fim.

d) Regra geral, a responsabilidade civil do médico é de natureza subjetiva, fazendo com que a culpa desse profissional precise ser provada por aquele que alega ter sofrido o dano.

A responsabilidade civil, em regra, é regida por dois sistemas distintos, mas que dialogam constantemente, quais sejam:

- a) O sistema do Código de Defesa do Consumidor – Lei 8.078/90
- b) O sistema do Código Civil – Lei 10406/02.

Esse é o quadro geral, que tem fundamento na legislação em vigor. Nesse sentido, o Código Civil, no art. 951, e o Código de Defesa do Consumidor, no art. 14, § 4º, dispõem que a responsabilidade civil do profissional liberal é de natureza subjetiva, já que exige a prova do elemento subjetivo "culpa".

Essas são as balizas mestras da responsabilidade civil no tocante à atividade médica, e para compreender as novas tendências, é preciso um aprofundamento maior acerca do tema, que interessaria aos advogados e estudiosos do Direito, sendo desnecessário para o nosso intento do momento.

Por seu turno, a doutrina e a jurisprudência pacificaram o entendimento no sentido de que essa relação jurídica possui, em regra, natureza consumerista.

Logo, fica claro que o médico, ao prestar o serviço aos pacientes, o faz na figura de fornecedor de serviços. Como consequência dessa premissa interpretativa, a lei impõe aos médicos um dever de conduta.

É com base nesse valor que a doutrina e a jurisprudência vêm ressaltando que um dos principais deveres do médico é o de transmitir a informação de forma precisa e clara ao paciente acerca da patologia, caso existente, bem como dos tratamentos existentes, e qual tratamento o especialista acredita ser o mais recomendado para aquele caso, além de quais riscos isso acarretará (dever de informação).

A partir dessa informação, caberá ao paciente a escolha pelo tratamento, dando o seu consentimento para qualquer intervenção, porventura, necessária. Essa é a regra geral, pois é certo que em situações de urgência, quando há risco de morte, o profissional de saúde não pode aguardar o consentimento por parte do paciente, tendo o dever profissional de atuar.

A prova de que todas as informações foram devidamente prestadas ao paciente e que este consentiu com o tratamento proposto recai sobre o médico. Por isso, muitos médicos têm optado, ou ao menos deveriam fazê-lo, em entregar aos seus pacientes um documento escrito contendo essas informações, bem como formalizar seu consentimento para os procedimentos a serem adotados.

A isso se dá o nome de "termo de consentimento informado". A maioria já deve ter conhecimento desses termos. Mas o mais impressionante é a resistência do médico em utilizá-lo no dia a dia do consultório.

Porém, é perceptível que aquelas balizas acima dispostas vêm sendo, aos poucos, desfiguradas, com o claro objetivo de colocar o paciente como parte vulnerável da relação jurídica, criando uma série de presunções não prescritas na legislação.

Por consequente, o que transparece é a tendência, ao menos da jurisprudência, em mitigar certas formalidades exigidas pela lei, tal como a necessidade de prova da culpa pelo paciente, a fim da responsabilização civil do médico, sob o fundamento de proteção da parte mais fraca da relação. Como o risco continua a existir, o melhor caminho recomendado é fazer uso do seguro de Responsabilidade Civil Profissional.

A RCP da Área Médica é o seguro para ações judiciais de pacientes (ou seus herdeiros ou representantes) pleiteando indenização por danos materiais, estéticos, corporais e morais, decorrentes de alegados "erros médicos" praticados pelo segurado ou profissionais sob sua responsabilidade.

O segurado é o contratante do seguro, com habilitação reconhecida pelos respectivos conselhos competentes. Tem cobertura para todos os riscos do segurado no período de vigência para os custos de defesa Civil, Criminal e Conselho e cobertura para os acordos judiciais se a Seguradora anuir previamente.

Nós da Rosa Tavares Corretora de Seguros de Itumbiara, estamos prontos para lhe dar as informações e orientações sobre os serviços oferecidos por cada seguradora e seus valores, auxiliando a você, na decisão de escolha para a cobertura de sua necessidade.



ROSA TAVARES
CORRETORA DE SEGUROS
O SEGURO MAIS SEGURO

VALGMAR
JUNIOR
(64) 98139.5600



PROMOÇÃO
MÊS DAS CRIANÇAS
UNIMED

Cuide de quem
você ama

DESCONTO DE

20%

no valor da mensalidade do
plano de saúde, para a faixa
etária de 0 a 18 anos

CARÊNCIA*
ZERO

QUEM TEM UNIMED TEM OS MELHORES SERVIÇOS



HOSPITAL UNIMED

Moderno e humanizado



UTI

Para o melhor da sua saúde



CDI

O melhor diagnóstico



VIVER BEM

A melhor forma de cuidar é prevenir



LABORATÓRIO UNIMED

Precisão e qualidade

Rua João Manoel de Souza, 889
Setor Central - Itumbiara/GO
(64) 3432-2052



www.unimeditumbiara.com.br



ANS - Nº 305472

* Isenção de carências para consultas e exames simples. Campanha válida de 01/10/2019 a 31/10/2019, para as novas contratações de plano de saúde individual ou familiar, sob os números de registro: 410.566/99-4, 410.567/99-2.

QUAL A PRESSÃO DOS SEUS OLHOS? VOCÊ CONHECE O GLAUCOMA?

Glaucoma é uma doença ocular caracterizada por alteração do nervo óptico que leva a um dano irreversível das fibras nervosas e, conseqüentemente, perda de campo visual. Essa lesão pode ser causada por um aumento da pressão ocular ou uma alteração do fluxo sanguíneo na cabeça do nervo óptico.

O glaucoma é considerado como a principal causa de cegueira irreversível no mundo, e isso ocorre por ser um quadro que não apresenta sintomas em grande parte dos casos. A doença pode estar presente e a pessoa não perceber causando uma piora do quadro e progressivamente uma

lesão irreversível do nervo que, por sua vez, afeta o campo de visão.

Segundo alerta da Organização Mundial da Saúde (OMS), são registrados 2,4 milhões de novos casos de glaucoma anualmente, o que totaliza 60 milhões de pessoas no mundo. No Brasil, de acordo com a Sociedade Brasileira de Glaucoma, a doença atinge 2% dos brasileiros acima dos 40 anos, resultando em cerca de um milhão de pessoas. Dessa forma, é muito importante fazer consultas frequentes ao oftalmologista e realizar sempre alguns exames de prevenção para evitar os sustos causados pelo glaucoma.



CRM-GO: 11.6635 RQE: 5.828
Oftalmologista;
Médico pela Universidade Federal de Uberlândia;
Residência Médica em Oftalmologia e Fellowship em Retina Clínica pela Universidade Federal de Uberlândia;
Título de Especialista em Oftalmologia pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia – Associação Médica Brasileira.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE
NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ATENDIMENTO:





Carmen Steffens

SUMMER 2020

R. PADRE FLORENTINO, 25 | ITUMBIARA

CALÇADOS, ROUPAS E ACESSÓRIOS

ARUBA BUENOS AIRES CANCÚN CANNES MIAMI MONTERREY PUNTA DEL ESTE RIO DE JANEIRO SANTIAGO SÃO PAULO



QUERO ME DIVORCIAR. COMO DEVO PROCEDER?

Após o rompimento do vínculo matrimonial, questões jurídicas precisam ser analisadas. Quando as partes estão de acordo em todos os termos, incluindo a partilha dos bens, a guarda dos filhos e eventual pagamento de pensão alimentícia, a opção é pelo Divórcio Consensual ou “amigável”.

A Lei nº 11.441/17, que prevê procedimentos extrajudiciais, acrescentou o artigo 1.124-A no Código de Processo Civil e trouxe a possibilidade de realização do Divórcio Consensual, ou “amigável” em cartório, por meio de escritura pública, mas, os requisitos são que não existam filhos menores ou incapazes.

Caso existam filhos menores ou incapazes, mesmo que o divórcio seja consensual, é necessário um processo judicial, com a participação do Ministério Público.

De outro lado, havendo discordância em qualquer dos termos, o Divórcio será Litigioso e o processo será judicial, decidido por um juiz de direito. Em todas as situações, é indispensável a atuação de um advogado, que pode ser o mesmo

para ambos, em caso de divórcio consensual.

Alguns questionamentos são recorrentes no momento da separação. Um é sobre a necessidade de comprovação de culpa pela separação, de um dos cônjuges. Não há que se considerar culpa para o divórcio, que é direito potestativo e, portanto, basta a vontade de um dos cônjuges para ocorrer.

Outra situação é se existe, de fato, um prazo para que o casal possa se separar. Esse tempo não existe mais. Era o chamado “período de reflexão”, que deixou de existir com o advento da Emenda Constitucional nº 66 que alterou a Constituição Federal e extinguiu a necessidade de comprovação de período de separação.

Cada situação é única e deve ser analisada com as suas particularidades. Procure um advogado que terá as orientações necessárias para que tudo ocorra dentro dos ditames legais e da forma mais adequada.

(Referências: <http://www.planalto.gov.br>)

CMP | CARDOSO
MELO &
PRADO
ADVOGADOS

**Ledyane Munique
Rosa de Melo**

OAB/GO 38.062

Advogada no escritório CMP Advogados;
Pós-graduada em Direito Processual Civil;
Professora Universitária.

Av. da Saudade, nº198 – Centro – Itumbiara – GO

📞 (64) 98414-2739

ledyane.adv@outlook.com

📱 @cmpadvogados



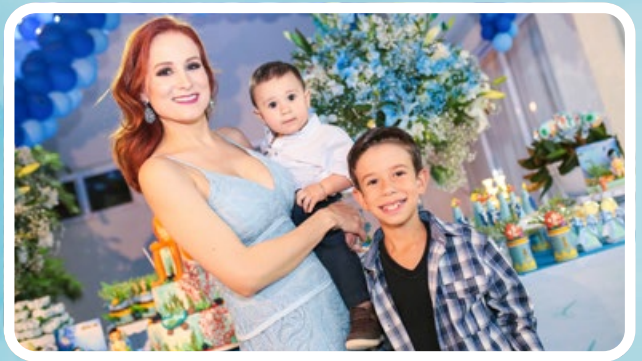
Heitor 1 Ano



O último dia 14 de setembro foi de festa na família Ferreira Brasileiro, com o aniversário do pequeno Heitor. Ele é filho da médica Pediatra Dra. Luciana Ferreira Brasileiro, do advogado Dr. Patrick Ferreira Brasileiro e neto do médico Dr. José Antônio Ferreira.

Eles receberam familiares e amigos em uma linda celebração para comemorar o 1º aninho dessa grande bênção em suas vidas que é o Heitor!!!







QUE ÁGUA VOCÊ BEBE???

Todos sabem que não há vida sem água e a importância de se beber água, de se hidratar, é de conhecimento geral, passada de geração em geração. Mas a quase totalidade da população mundial, inclusive profissionais da saúde, não tem conhecimento das características ideais que uma água precisa ter, para ser uma água de qualidade. E é sobre isso que falaremos hoje.

PRIMEIRAMENTE GOSTARIA DE DEIXAR CLARO PARA VOCÊS: ÁGUA NÃO É TUDO IGUAL!

Infelizmente, atualmente, grande parte da água potável está contaminada com flúor, cloro, metais pesados tóxicos, compostos orgânicos e xenobióticos.

Então vamos falar das características ideais que uma água deve ter, para que possamos desfrutar de todos os benefícios desse líquido vital maravilhoso.

1 - PUREZA: Esse é o único critério que as pessoas conhecem. Uma água ideal deve ser livre de impurezas, portanto precisa passar por um processo de filtragem eficiente, lembrando que esse processo não pode remover os minerais da água, essenciais para que a mesma possa hidratar e nutrir. No mercado a maior parte dos filtros são de 0,5 ou 0,4 micron. O melhores do mercado filtram 0,1 micron, a menor partícula possível, menos que isso não são nem permitidos, pois nesse caso, seriam retidos minerais.

2- PH: Ponto polêmico e controverso, principalmente por uma falha de comunicação das pessoas ao falar desse tema. O PH do nosso sangue é ligeiramente mais alcalino (7,35 – 7,45), não sofrendo variação, salvo em situações extremas de doenças. Por outro lado, é sabido que a alimentação contemporânea é uma alimentação extremamente acidificante (que produz resíduos ácidos) o que faz com que nosso organismo, para manter o PH, excrete ácido pelos rins. Nesse processo de controle, o corpo acaba por utilizar minerais alcalinos para manutenção do PH, como cálcio e magnésio. Sendo assim, sabemos que

uma dieta acidificante está relacionada com aumento de incidência de inúmeras patologias como doenças cardiovasculares, neurodegenerativas, ósseas, articulares, metabólicas e até mesmo, câncer. Por outro lado, uma alimentação que produz resíduos alcalinos, tende a ser protetora para saúde, talvez por exigir menos esforço do nosso organismo para manter o PH. Partindo desse pressuposto, recomenda-se uma dieta alcalinizante, rica em vegetais, legumes, verduras, frutas e água alcalina, como um fator de proteção a nossa saúde.

Somente a título de curiosidade, a água da famosa fonte de Lourdes tem PH 8,3. A água de Ibirá, famosa no Brasil, também tem PH alcalino.

3 - FONTE: Quando mais distante é a fonte e o local do engarrafamento, em relação ao lugar onde se consome, maior contaminação por xenoestrógenos, devido ao sol e calor nas garrafas plásticas.

4 - POTENCIAL ORP: A água pode ser oxidante e envelhecer, ou antioxidante, combatendo radicais livres e o envelhecimento celular. Essa fantástica característica só é conseguida com aparelhos de última geração, já disponíveis no Brasil.

5 - CONDUTIBILIDADE: Nosso corpo funciona através de impulsos elétricos e esses estímulos devem ser conduzidos por meio dos tecidos corporais que são compostos primordialmente por água. A água deve conter uma boa quantidade de minerais naturais e não adicionados ou “enriquecidos”.

6 - POTENCIAL DE HIDRATAÇÃO: Ponto extremamente importante, pois sabemos que a maior parte da água consumida hoje tem um baixo potencial hidratante, isso se deve ao tamanho e organização de sua molécula. Uma água macro tem uma alta tensão superficial e baixo potencial hidratante. A água ideal deve ser ionizada e organizada em micromoléculas, de preferência no que os cientistas chamam de clúster hexagonal, deixando a água com uma baixa tensão superficial e maior potencial hidratante.

Essa semana, na Jacob & Paresoto Clínica foi apresentada uma palestra sobre água, onde podemos conhecer e testar um equipamento que transforma a água de sua residência numa água com todas essas características. Caso o leitor queira saber mais sobre água e indicação de aparelhos ultramodernos, como

esse apresentado no artigo, favor entrar em contato conosco. A equipe da Jacob & Paresoto está à disposição para atendê-los.

Um abraço a todos!

QUE ÁGUA VOCÊ BEBE???



Água do equipamento ionizante PH 10.

Refrigerante PH +- 2,5
Extremamente ácido

Água com gás PH +- 4

Água mineral PH 5,5




DR. RAFAEL JACOB

MEDICINA INTEGRATIVA | PERFORMANCE | LONGEVIDADE

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

 Você sonha com o
casamento perfeito.

A gente ajuda a
torná-lo realidade. 


ESPAÇO
KÊNIA COELHO




LARA MIRANDA
FOTOGRAFIA

Cabelo:
Elis hair stylist
Make:
Naielle Cristine
Buquê:
Empório das flores
Vestidos e Acessórios:
Andrea Bernardino

Fone: 64 3431 7955 / 64 99664 9216

Rua Jorge Simões de Lima, 405 Santa Inês - Itumbiara-GO (entre as ruas Goiás e Tiradentes)



A IMPORTÂNCIA DA EQUIPE MULTIDISCIPLINAR NA INTERVENÇÃO NOS ATRASOS GLOBAIS DO DESENVOLVIMENTO

O desenvolvimento global é um conjunto de habilidades responsável pela autonomia de um indivíduo. É importante que todas essas faculdades, presentes em nossas vidas, estejam de acordo com seu funcionamento. Agora, e quando algo não está bem nessas funções? Ocorre o que chamamos de atraso no desenvolvimento global. Conhecido também como Transtorno Global de Desenvolvimento (TGD), essa condição pode ser considerada como um atraso significativo em duas ou mais áreas voltadas para o aspecto progressivo da criança (seja ela a linguagem, fala, a cognição, as competências sociais e comportamentais, além da motricidade fina e grossa).

A criança necessita de uma intervenção precoce, com uma equipe multidisciplinar, através de terapias com o intuito de minimizar os danos causados por esse atraso que interferem tanto em sua vida (escolar, social, nas atividades de vida diária) quanto na de seus familiares. Essa equipe não

precisa necessariamente, estar em um mesmo local físico, mas é imprescindível que se comuniquem, troquem informações sobre a criança e avaliem juntos os progressos dos tratamentos desenvolvidos. As necessidades de acompanhamento variam conforme a criança, dependendo do caso, ela pode precisar de um fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional, psicólogo, neurologista, educador físico, psicopedagogo e fisioterapeuta. Cada profissional colabora de acordo com sua especialização.

A parceria entre diversos profissionais é a base de uma intervenção eficaz. Sem essa parceria, dificilmente as metas serão atingidas. Deve existir uma ajuda mútua entre os profissionais de diferentes áreas, propondo a construção de um determinado plano de tratamento, tendo em vista um objetivo comum, permitindo que todos façam parte de uma mesma ação, contribuindo assim para um melhor prognóstico desse paciente e minimizando os impactos desse atraso no seu dia a dia.



CRFa 5-10013
Fonoaudióloga;
Enfermeira;
Pós-graduação em Auditoria dos Serviços de Saúde;
Aprimoramento Fala e linguagem (Cefac GO);
Aperfeiçoamento Disfagia (Nepneuro GO);
Aperfeiçoamento Afasia e Disartria (Nepneuro GO);
Aprimoramento no Modelo TEACCH - Educação para Autistas;
Sistema de Comunicação por troca de figuras (Pecs);
Pós-graduanda em Análise de Comportamento Aplicada (ABA).

🏠 Av Paranaíba nº 586 - Centro - Medical Clean
📷 @allinefernandes_fono 📘 Alline Duda
☎️ (62) 99154-7565



Crefito 11/7569 TO
Terapeuta Ocupacional com Formação em Integração Sensorial, Libras e Auriculoterapia;
Especialista em Neuropsicopedagogia.

☎️ (64) 9 9992-1729
✉️ eliandramdonato@gmail.com
🏠 Rua Caetés, 25 - Bairro Afonso Pena





ESCOLA IMPACTO

Líder em Mim[®]



ANOS



O que nos move é ser uma escola que vá além das necessidades do cotidiano e faça de cada aula o ponto de partida para se pensar futuros melhores. Uma escola que vá além do saber estabelecido e explore novos horizontes, práticas pedagógicas desafiadoras e ofereça alternativas para quem quer olhar para cima e para a frente. Uma escola que não está preocupada com as respostas, mas sim em se fazer novas perguntas, dar autonomia para o aluno ser o protagonista e estar no comando das suas escolhas.

O que nos move é ser uma escola de valores, princípios, amor, reciprocidade, respeito e construção do “ser”. Uma escola que valoriza a família, a inclusão, o amor ao próximo e constrói uma educação para toda a vida. Uma escola que sabe interligar e aplicar o aprendizado e busca incessantemente a inovação, através de novas tecnologias e metodologias quem ensinam e motivam o aluno a aprender.

E assim, movidos por nossos propósitos, completamos 30 anos. Trinta anos de educação,

carinho, desenvolvimento, aprendizado, história. Trinta anos fazendo a diferença na vida e na formação de pessoas, preparando nossos alunos para qualquer futuro.

Quantas pessoas passaram e passam por aqui, colecionam histórias pelos corredores, aprendem de conceitos a competências, constroem amizades que perduram pela vida, acompanham a evolução contínua e a sede de desenvolvimento que nos move. Quantas vidas tivemos a oportunidade de impactar!

Temos muito orgulho em dizer que plantamos a sementinha do conhecimento em muitas crianças, que hoje nos visitam saudosos dos bons tempos que viveram aqui. Ex-alunos que escolheram suas profissões, são felizes no que fazem, construíram suas famílias, tem filhos que hoje estudam aqui, mas o mais importante para nós: são líderes de si mesmo.

Continuemos assim, sempre juntos, para escrever um futuro ainda melhor para os próximos 30, 40, 50 anos que virão.

PARA QUEM VIVE CUIDANDO DO NOSSO SORRISO
E PARA AQUELES QUE DEDICAM SUAS VIDAS A
CUIDAR DAS NOSSAS. PARABÉNS PELO SEU DIA!



25 de
OUTUBRO

DENTISTA



18 de
OUTUBRO

MÉDICO

+ Saúde e Qualidade de vida
PRODUTOS ODONTOLÓGICOS, MÉDICOS E HOSPITALARES.



Rua Padre Félix, 200, centro | 64 3431-0900
Itumbiara-GO

64 9.9661-2443

Av. Amazonas 814-A, centro | 64 3495-6038
Goiatuba-GO



EXANTEMA SÚBITO: SINTOMAS, TRANSMISSÃO E TRATAMENTO

A roséola infantil, conhecida como exantema súbito, é uma doença contagiosa que atinge principalmente bebês entre 6 meses e 2 anos e geralmente é benigna.

É uma doença provocada pelo vírus Herpes tipo 6. A virose é muito comum na primavera e no outono. Em grande parte, se manifesta através de febre súbita que pode chegar aos 40 graus e erupções cutâneas.

O diagnóstico é clínico e raramente se torna necessário pedir exames laboratoriais.

Sintomas

O sintoma da roséola é uma febre alta (acima de 39°C) que surge de forma repentina. Ela dura em média 3 dias.

No quarto dia de doença, logo depois que a febre desaparece, pequenas manchas rosadas aparecem na pele, no rosto e no tronco. Em seguida, essa erupção cutânea pode se estender a outras partes do corpo. Ela não provoca coceira

e dura de um a três dias.

Em alguns casos a febre alta pode provocar convulsões febris em bebês, levando o corpo a tremer de forma descontrolada. Esse sintoma desaparece rapidamente e não costuma deixar sequelas. Entretanto, recomenda-se consultar um médico.

Tratamento

Não há vacina contra a roséola. O tratamento é sintomático, com medicamentos para baixar a febre, para evitar o risco de convulsões.

RECOMENDAÇÃO IMPORTANTE

Mantenha sob controle a temperatura da criança. Siga rigorosamente a orientação médica para administrar os medicamentos antitérmicos.

Banhos mornos também são um recurso importante para baixar a febre que teima em subir.

Procure o pediatra para que o mesmo possa fazer uma avaliação do paciente.




Dra. Noala Rodrigues da Cunha Costa
pediatra

CRM: 15753 | RQE: 12438

Médica formada pela Universidade Presidente Antônio Carlos;

Especialização em Pediatria no Hospital Infantil São Camilo de Belo Horizonte-MG;

Título de Especialista em Pediatria pela Sociedade Brasileira de Pediatria - AMB.

PILATES

Do **Oriente**, Pilates trouxe as filosofias de contemplação, relaxamento e a ligação entre o corpo e a mente.

Do **Ocidente**, trouxe a ênfase no enrijecimento muscular, a força, a resistência e a intensidade de movimento.

Seu método utiliza o corpo inteiro, e não apenas uma parte dele. Essa é uma atividade inteligente que a distingue de muitas outras. E foi o equilíbrio desses dois mundos que Joseph Pilates desenvolveu alguns dos princípios que atualmente estão revolucionando a vida moderna.

Respiração

“Controlada e conscientizada, é um princípio importante e tem o propósito de acentuar e facilitar os seus movimentos.”



Concentração

“Durante cada posição, para cada movimento, você deve produzir um diálogo interno, conduzindo o seu corpo através do movimento.”



Controle

“Cada movimento executado deve ser calculado e planejado.”



Fluidez

“Ao executar os exercícios, concentre-se em executar os movimentos em harmonia e fluidez. Se o movimento estiver feio, está errado. Tentando adquirir fluidez, você melhora o equilíbrio, controle e a sua coordenação, conseqüentemente prepara seu corpo para movimentos da vida cotidiana.”



Centralização

“Seu centro é a base para todos os seus movimentos. Não existe um gesto de braço ou perna sem um forte e estabelecido centro. Definimos “centro” como uma faixa que envolve a região média do tronco, que vai do umbigo até a região lombar baixa.”



Precisão

“A precisão transforma o exercício débil, em intenso. É a atitude no movimento. Não se concentre em apenas terminar o exercício, mas sim em executá-lo o mais perfeito possível. Aplique a precisão em todos os aspectos do seu trabalho e você beneficiará seu corpo.”



Studio Alinhar

Pilates & Fisioterapia

64 3404-1516

Rua Leopoldo de Bulhões, 388 - Sala 1 - Itumbiara-GO

Dra. Waldiana Barcelos de Almeida

CREFITO - 11/134048-F

Fisioterapeuta

- Pós-graduação em terapia manual e postural;
- Cursando osteopatia pela (EOM) Escola de Osteopatia de Madri.

Dra. Camila Cassemiro Paiva

CREFITO - 11/12.9486-F

Fisioterapeuta

- Pós-graduação em terapia manual e postura;
- Formação no método Pilates;
- Formação no método Suspensus;
- Formação no método Gravity Pilates.



OUTUBRO ROSA

A PREVENÇÃO É O
MELHOR CAMINHO

MÊS DE COMBATE AO
CÂNCER DE MAMA

NOVEMBRO AZUL

CUIDAR DA SAÚDE TAMBÉM É COISA DE HOMEM



(64) 3431-9080 / 99677-9080
Rua Padre Félix, 280, Centro - Itumbiara - GO
www.laboratoriomodelo.med.br





DRA. ANA CAROLINA NÁPOLIS PARTICIPOU DO XLVI CONGRESSO BRASILEIRO DE ALERGIA E IMUNOLOGIA EM FLORIANÓPOLIS- SC

Nos dias 25 a 28 de setembro ocorreu na cidade de Florianópolis- SC o XLVI Congresso Brasileiro de Alergia e Imunologia. Esse acontecimento se repete anualmente e é de suma importância no cenário nacional e internacional.

O evento reuniu profissionais renomados na área de Alergia e Imunologia provenientes de todo o Brasil e também do exterior. Nesse evento, a médica especialista em Alergia e Imunologia Dra. Ana Carolina Nápolis marcou presença e conta um pouco da sua impressão: "O congresso brasileiro é um evento fantástico para nós, especialistas da área. A qualidade e a organização

se superam a cada ano. É uma oportunidade de trocar experiências com profissionais da mesma área, ampliando nossa visão sobre o manejo das diferentes doenças que tratamos. É sempre enriquecedor!"

O evento teve como marca principal a abordagem dos chamados imunológicos, que é o que há de mais novo e promissor na terapêutica das doenças alérgicas e imunológicas. Além disso, foram abordados temas diversos como asma, dermatite, rinite, urticária, angioedema, alergia alimentar, imunodeficiência dentre outros.



Dra. Ana Carolina R. Nápolis
Alergista e Imunologista
CRM/MG: 51.070 | RQE: 34.267 | CRM/GO: 24.876

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA
NAS PÁGINAS 06 E 07

Depressão e Exercício

A depressão é caracterizada por tristeza, baixa da auto-estima, pessimismo, pensamentos negativos recorrentes, desesperança e desespero.

Uma das doenças que mais cresce no mundo é justamente um transtorno relacionado à saúde MENTAL do indivíduo: a DEPRESSÃO. Considerada o “mal do século”, a depressão aumentou sua incidência em 18,4% de 2005 pra cá, com perspectiva de se tornar a doença mais incapacitante até 2020 (OMS). De acordo com a OMS 5,8% da população brasileira apresenta o transtorno, sendo a maior taxa da America Latina e acima da média mundial 4,4%. E os efeitos da depressão vão muito além da saúde mental e emocional, atingindo a saúde física do indivíduo. Insônia, piora de dores crônicas, piora dos hábitos de vida (e o aumento das chances e/ou gravidade de doenças metabólicas), problemas gastrointestinais, e prejuízos no estado inflamatório e sistema imune são algumas das conseqüências físicas e fisiológicas da depressão. A própria realização de movimentos e prática de exercícios sofre conseqüências, já que outros efeitos da depressão são a diminuição da aptidão física, a piora da técnica de movimento e aumento do risco de lesões.

E o que podemos fazer para ajudar?

EXERCÍCIO FÍSICO!

Diversas evidências científicas apontam o exercício físico como uma das principais e mais eficientes estratégias terapêuticas no tratamento da depressão, com ambos tipos mais tradicionais de treinamento físico (aeróbico e resistido) igualmente eficientes no tratamento da doença.

Uma das opções é considerar no programa de exercício é o treinamento resistido, devido aos inúmeros benefícios principalmente na melhora da função neuromuscular que é muito impactada devido ao aumento de tempo em comportamentos sedentários (comum em pessoas com diagnósticos de depressão).

Sendo assim as melhoras podem ser percebidas na qualidade de vida que engloba todos os determinantes da saúde, a exemplo de bem estar físico, mental, social, e espiritual.

Mantenha uma pratica de exercício focada na saúde e bem estar do indivíduo.

Jéssica Caroline Guimarães Rezende

Especialista em Reabilitação de Lesões e Doenças Músculo Esqueléticas

Pós-graduanda em Quiropraxia Clínica

Cref: 009469/GO



O EVENTO MAIS BADALADO DA RITMO ESTÁ CHEGANDO...

LUCAS TAVARES



Sunset
Ritmo
12 ANOS

TREINO COLETIVO - DANÇA - ENTRETENIMENTO

26 DE OUTUBRO
AV. BEIRA RIO

QUADRAS ESPORTIVAS
EM FRENTE AO EDIFÍCIO MARSEILLE
A PARTIR DAS 16 HORAS

ritmo
ACADEMIA

CHOCOLATES
BRASIL CACAU

REFRESCANTES E IRRESISTÍVEIS

Experimente

TRUFA DE
CANUDINHO



🏠 Rua Santa Rita, 108 - St. Central, Itumbiara - GO

☎ (64) 3404-1100 [📷 chocolatesbrasilcacauitumbiara](https://www.instagram.com/chocolatesbrasilcacauitumbiara)



CONTABILIDADE PARA PROFISSIONAIS DA SAÚDE

O profissional da área de saúde que auferer rendimentos na Pessoa Física precisa ter um controle rigoroso no registro mensal do Livro Caixa, sendo uma das possibilidades de redução tributária a comprovação inequívoca das despesas passíveis de deduções no Imposto de Renda Pessoa Física, conforme a legislação vigente.

Neste sentido, o planejamento tributário é uma ferramenta importante, e quando aliada aos rendimentos destes profissionais, apresenta resultados satisfatórios, além da economia mensal dos encargos tributários.

Uma das hipóteses de planejamento tributário volta-do para os rendimentos destes profissionais é a constituição de uma Pessoa Jurídica, sendo uma das vertentes de maior êxito econômico, que possibilita uma redução acima de 50% dos tributos incidentes sobre estes rendimentos mensais.

Sendo assim, a tomada de decisão em manter os contratos de prestação de serviços como Pessoa Física, ou, constituir uma Pessoa Jurídica, deve ser embasada em um planejamento assertivo e consoante a legislação vigente.

Para os profissionais da área de saúde, a tributação dos rendimentos na Pessoa Jurídica sem dúvida é mais vantajosa, porém uma decisão que precisa ser bem administrada, de forma a evidenciar o melhor enquadramento do regime tributário.

Quer saber mais?

Vem pra CENARIUM!

Aqui você encontra uma consultoria assertiva que te ajudará a definir a melhor tributação para os seus rendimentos!

Fernanda Miranda

CRC: MG-095796/O-6

Contadora;

Advogada, Especialista em Direito Tributário.

Luciana Pinheiro

CRC: MG-097979/T-5

Contadora;

Advogada, Especialista em Gestão de Pessoas.



🏠 MATRIZ UBERLÂNDIA-MG

☎ (34) 3254-2895

Rua John Carneiro 380 - Lídice

🏠 FILIAL ITUMBIARA-GO

☎ (64) 3404-4478

Rua Floriano Peixoto, 212,
Sala 4 - Centro





COROLLA ALTIS HYBRID 2019/2020

A PARTIR DE
R\$ 124.990,00
À VISTA



UMUARAMA
CONCESSIONÁRIAS

ITUMBIARA-GO Av. Modesto de Carvalho, Nº2077, Distrito Agro Industrial
(64) 3433-6200

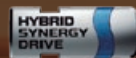
CATALÃO-GO Praça Dom Emanuel, nº390, Centro
(64) 3411-1919

COROLLA ALTIS HYBRID 2019/2020 a vista de R\$ 124.990,00 (Cento e vinte quatro mil novecentos e noventa reais) para pintura sólida, à vista, com frete incluso. Pinturas metálica e perolizada disponíveis com custo adicional. Preço sujeito a alteração sem aviso prévio, prevalecendo o que estiver em vigor na data do faturamento do veículo. A Toyota do Brasil Ltda. garante seus veículos em condições normais de utilização contra defeitos de fabricação de peças ou de montagem, desde que todas as manutenções (preventivas, corretivas e emergenciais) sejam realizadas na sua rede de concessionárias autorizadas Toyota, por um período total de cobertura básica de 60 (sessenta) meses contados a partir da data de entrega do veículo zero-quilômetro, tendo por destinatário o primeiro proprietário. Essa cobertura

ALL NEW
COROLLA 2020
SEMPRE À FRENTE

HÍBRIDO

Motor elétrico e combustão



SILENCIOSO

O motor elétrico e o isolamento acústico garantem maior silêncio e conforto para o motorista e ocupantes, emitindo baixo nível de ruído.



8 ANOS DE GARANTIA

O sistema híbrido possui 8 anos de garantia contra defeitos de fabricação e montagem



SEGURANÇA

- Controle de velocidade adaptativo
- Farol alto automático
- Alerta de desvio de faixa
- Sistema Anticolisão



FAÇA UM
TEST DRIVE



No trânsito, dê sentido a vida

grupouarama.com.br @ [umuaratoyotago](https://www.instagram.com/umuaratoyotago)



TOYOTA

aplica-se exclusivamente aos veículos utilizados para fins particulares, cuja emissão da respectiva nota fiscal tenha como destinatário uma pessoa física. Condição de garantia: a cobertura mencionada não será aplicada para veículos utilizados para fins comerciais (locação de veículos, compartilhamento de veículos, táxis, uso por motoristas de aplicativos ou frotistas) ou para veículos cuja nota fiscal tenha como destinatário uma pessoa jurídica. Nesses casos, a garantia ficará limitada ao período de 60 (sessenta) meses ou 100.000 km (cem mil quilômetros), prevalecendo o que primeiro ocorrer. Motor Dynamic Force 2.0L Flex disponível nas versões GLI, XEi e Altis Premium. Motor Hybrid Synergy disponível em Altis Hybrid e Altis Hybrid Premium. Fotos meramente ilustrativas. No trânsito, dê sentido à vida.



No último dia 13 de setembro, a Umuarama Toyota de Itumbiara, recebeu clientes e amigos em um happy hour para apresentar o Novo Corolla 2020. O carro mais vendido do mundo chegou em sua melhor versão, e encantou a todos presentes no evento!!! Se você ainda não conheceu, vale a pena fazer uma visita a Umuarama e conferir o mais novo campeão de vendas da Toyota!!!





TROMBOSE VENOSA NA GESTAÇÃO E NO PUERPÉRIO

A gestação e o puerpério (pós-parto) são estados de hipercoagulabilidade sanguínea em que temos um aumento do risco de eventos tromboembólicos como a Trombose Venosa Profunda (TVP) e a Embolia Pulmonar. Isso ocorre basicamente devido a 3 fatores que acontecem durante o período da gravidez:

1) Aumento dos fatores de coagulação II, VII, VIII, X e do fibrinogênio que são proteínas pró-coagulantes;

2) Redução da velocidade do fluxo venoso em aproximadamente 50 % nas pernas;

3) Obstrução mecânica pelo útero que comprime a veia cava inferior diminuindo o retorno venoso.

O risco de TVP na gestante é de 4 a 5 vezes maior que o risco na população não grávida e em média 10 vezes maior nos primeiros 15 dias do puerpério. O membro inferior esquerdo é o mais acometido, com uma maior incidência no parto cesáreo e com prevalência igual entre os 3 trimestres da gestação. Alguns fatores de risco que aumentam a chance de trombose na gestação são: Idade >35 anos, obesidade, veias

varicosas acentuadas, trombose prévia e trombofilia (doença que provoca risco de formação de coágulos nos vasos sanguíneos)

A TVP junto com a embolia pulmonar é uma importante causa de morbidade e mortalidade obstétrica devendo o diagnóstico e o tratamento serem instituídos precocemente. O diagnóstico clínico falha na maioria das vezes sendo o Doppler venoso o exame de escolha na investigação do quadro.

O tratamento deve ser feito com anticoagulantes, sendo a heparina de baixo peso molecular a droga de escolha. Drogas como a varfarina e os novos anticoagulantes como xarelto estão contraindicados na gestação por atravessarem a barreira hematoplacentária. Em algumas situações como trombose em gestações anteriores e presença de trombofilia é necessário a profilaxia da TVP com heparina durante a gestação e no pós-parto.

Se você está gestante e tem varizes, história de trombofilia ou trombose consulte um cirurgião vascular!!!

Dr. Gustavo Barra Carvalho

CRM-GO: 14.367 RQE: 12466

Graduação em Medicina pela Universidade Federal de Goiás (UFG);

Residência Médica em Cirurgia Geral – HBDF (Hospital de Base do Distrito Federal);

Residência Médica em Cirurgia Vascular- HGG (Hospital Geral de Goiânia);

Residência Médica em Doppler Vascular – HAN (Hospital Ana Nery- Salvador BA);

Membro da SBACV-GO (Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular).



CLÍNICA VASCULAR
GUSTAVO
CARVALHO



C 20 Serum®

Anti-idade e Clareador
Pele até 10 anos mais Jovem¹



VITAMINA C 20%² Ácido Hialurônico | Difendiox

Máxima Eficácia **Antioxidante**

¹Segundo testes de eficácia percebida onde 66,7% das voluntárias consideraram que a pele ficou até 10 anos mais jovem, após 28 dias.

²Vitamina C estabilizada e estudada na Università di Pisa, Italia.

A Preferida dos Dermatologistas Mais Exigentes



ADA TINA

Italy
— —

C 20 Serum®

EFICÁCIA VISIVELMENTE COMPROVADA EM 28 DIAS



Imagens obtidas de uma das voluntárias antes e após 28 dias de tratamento com o produto, 2 vezes ao dia.

[100 %]

Aumenta a firmeza e elasticidade da pele

[95,8 %]

Pele mais jovem e mais iluminada

[91,1 %]

Reduz as rugas do rosto

[83,3 %]

Clareia a pele

[79,2 %]

Reduz as bolsas dos olhos e clareia olheiras

[66,7 %]

Pele até 10 anos mais jovem

Rua Santa Rita, 63 | Centro | Itumbiara - GO
(64) 3430.1144 ☎ (64) 98144.0033

Revendedor Exclusivo

belaformula
farmácia de manipulação

Lançamento 27ª Edição Revista Mais Saúde

LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE



No dia 10 de setembro aconteceu o lançamento da 27ª edição da Revista Mais Saúde. O evento foi realizado na academia Clube Um com a presença de clientes e convidados.



Lançamento 27ª Edição Revista Mais Saúde



LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE



Seguindo a tradição de todos os meses homenagear os empresários que se destacam em seus seguimentos, movimentando a economia da nossa região, realizando serviços e produtos de excelência e conquistando a admiração dos seus clientes através do encantamento, a Revista Mais Saúde traz em sua coluna Empreendedor Premium da edição de outubro, um pouco da história dos empresários João Gotardo e Mirian Gotardo, proprietários e gestores do Colégio Gabarito de Itumbiara, que em uma entrevista exclusiva, relatam um pouco de sua trajetória até aqui.

Revista Mais Saúde - Fale um pouco sobre o Colégio Gabarito.

João Gotardo e Mirian Gotardo - *O projeto do Colégio Gabarito – Unidade Afiliada Itumbiara, iniciou-se em Setembro de 2015. Nós, com o apoio do Fundador do Gabarito Sistema de Ensino – Júlio Abdalla, trouxemos para Itumbiara um conceito de ensino moderno, carinhoso, dinâmico e de resulta-*

do. Resultado esse que pode ser comprovado pela obtenção do 1º lugar no ENEM pelo 3º ano consecutivo, como o melhor colégio de Itumbiara e região. Começamos com nossa primeira unidade em 2016 e no ano seguinte, atendendo a uma grande demanda, ampliamos estruturalmente e abrimos mais uma unidade. Em 2018 investimos na sede própria, que apresenta a melhor estrutura de ensino de Itumbiara e região. Em 2019 construímos a nossa quadra poliesportiva coberta, onde estimulamos a prática esportiva e realizamos os eventos de grande porte do colégio. Os investimentos não pararam por aí; montamos o primeiro laboratório maker de Itumbiara, onde novamente fomos inovadores e trouxemos o conceito maker à região Sul de Goiás.

Revista Mais Saúde - Como o Colégio Gabarito analisa as mudanças no perfil dos jovens do século XXI e quais as estratégias para atender essas novas demandas?

João Gotardo e Mirian Gotardo - *As constantes mudanças nas novas gerações modelam seu presente e definem seu futuro. Atualmente, os jovens da geração alfa são conectados, tecnológicos, transitam em diversos grupos, apresentam um raciocínio não-linear, buscam gratificação imediata e demandam novas maneiras de aprender.*

A busca por novas estratégias de aula, por meio de um corpo docente altamente capacitado, dinâmico, “atenado” e aberto a novas formas de transmitir o conhecimento se faz necessário para atender as novas necessidades.

O Gabarito está atento às essas mudanças na sociedade sem, no entanto, perder alguns conceitos tradicionais como disciplina e respeito, conceitos esses erodidos com o passar dos anos e, uní-los a demandas dessa nova geração.

Revista Mais Saúde - *O Colégio Gabarito trouxe desde a sua fundação um novo modelo de ensino. Quais são os diferenciais dessa metodologia?*

João Gotardo e Mirian Gotardo - *O diferencial da nossa metodologia está baseado em uma rotina de estudo com tarefas diárias (tarefa escrita e tarefa digital) estimulando o hábito de estudo e, portanto, fixando os conteúdos ministrados; aulas com professores especialistas e altamente capacitados; plantões permanentes; oficinas de redação; provas semanais e grade curricular diferenciada; além de visitas técnicas. O colégio foi pioneiro na introdução do conceito maker em Itumbiara. Construímos sala Maker com uma moderna estrutura, onde com a supervisão de facilitadores, os alunos conseguem associar a teoria à prática através de projetos multidisciplinares.*

Revista Mais Saúde - *Quais os segmentos de Ensino que o Colégio Gabarito trabalha e como o colégio trabalha com cada faixa etária?*

João Gotardo e Mirian Gotardo - *Atuamos no Ensino Fundamental I, Fundamental II e Médio. Estamos trabalhando para oferecer um portfólio completo e montar uma estrutura para os alunos do Ensino Infantil em 2021.*

No Ensino Fundamental (1º ao 5º ano) o

aluno é estimulado e orientado a desenvolver sua responsabilidade e autonomia. Os profissionais são preparados continuamente para nortear o conhecimento e fornecer uma gama de possibilidades no processo de aprendizagem dos alunos. Criamos um ambiente desafiador que possibilita ao estudante adquirir disciplina, hábitos de estudo e de trabalho, sem perder de vista as relações sociais pautadas no respeito e colaboração mútua.

No Ensino Fundamental (6º ao 9º ano) o aluno aprende a administrar o tempo destinado aos estudos e atividades em geral. O Colégio, em suas atividades dentro e fora de sala de aula, cria situações em que o objetivo é fazer com que o aluno desenvolva habilidades a fim de estar preparado para integrar a sociedade, permitindo que o mesmo exercite





sua cidadania e amadureça tanto na esfera pessoal quanto social.

No Ensino Médio, o aluno é acompanhado por profissionais capacitados para guiá-los nesse novo caminho. Todo o suporte faz com que ele se sinta acolhido e amparado. Além do conhecimento, o ambiente traz autoconfiança, fortalecendo ainda mais o seu potencial. O jovem é incentivado a produzir conhecimento, utilizando pensamento crítico e escrevendo o seu futuro.

Revista Mais Saúde - Qual legado o colégio Gabarito deixa a seus alunos e futuros profissionais?

João Gotardo e Mirian Gotardo - *O Colégio Gabarito ao longo da jornada educacional reforça conceitos importantíssimos na preparação dos nossos futuros profissionais e cidadãos. Conceitos como: hábito de estudo, base sólida de conhecimento, criatividade, visão tecnológica, responsabilidade e liderança, fazem parte do legado que nós do Colégio Gabarito deixamos aos nossos expoentes e futuros profissionais.*



**QUEM FAZ
APROVA**

GABARITO ITUMBIARA

ENSINO FUNDAMENTAL I, II E ENSINO MÉDIO


Agende uma visita e confira nossos diferenciais

Melhores professores
Melhor estrutura da região
1º lugar no ENEM pelo 3º ano consecutivo
Avaliações semanais
Acompanhamento individual
Aulas maker
Imersão em inglês
Google for Education (2020)



GABARITO

(64) 3432-1211

(64) 99246-7909 

18 de Outubro
DIA DO MÉDICO
Parabéns pelo seu dia.

Laboratório

IDESG



PNCQ
Programa Nacional
de Controle de Qualidade

Nossos agradecimentos à todos os profissionais que fazem da sua rotina um verdadeiro ato de amor ao próximo, transformam dor em esperança e fazem da nossa saúde sua maior vocação.

Instituto de Diagnóstico Especializado de Goiatuba
PATOLOGIA CLÍNICA E CITOPATOLOGIA.

Dr. Luiz César Martins Neves
Citopatologista - Especialista em Análises Clínicas
CRB - 16337-4

- Bioquímica
- Hematologia
- Uroanálise
- Bacteriologia

- Hormônios
(Quimioluminescência)
- Parasitologia
- Micologia
- Citopatologia

- Teste de
Paternidade
- DNA
- Teste do Pezinho

- Microbiologia
- Elisa
- Sorologia
- Toxicológico
- Outros.

Laboratório
IDESG

Rua Tapajós, 627 - Centro - Goiatuba - Goiás **Fone: (64) 3495-3600**
Plantão 24 horas: (64) 98418-7068 / 98407-1010 **COLETA DOMICILIAR**

Você se preocupa com sua saúde? Que coincidência, nós do Idesg também!!!



CONJUNTIVITES INFECCIOSAS

A conjuntivite é uma inflamação da conjuntiva, que é uma membrana que recobre a porção branca do olho, chamada esclera, e a face interna das pálpebras. Os tipos mais frequentes, dentro das infecciosas, são as virais, em primeiro lugar, e bacterianas. Em geral, pode durar de uma semana a dez dias e, na maioria dos casos, não costuma deixar sequelas. Ela pode ser aguda ou crônica, afetando um ou ambos os olhos.

É uma doença muito comum na população, dado seu alto caráter contagioso e sua disseminação, pode efetuar-se com muita facilidade. A transmissão é feita pelo contato direto com a pessoa doente ou objetos contaminados. Esta contaminação ocorre com maior facilidade em locais fechados e de maior aglomeração, como escolas, ambientes de trabalho e meios de transportes.

Os principais sinais e sintomas das conjuntivites são:

- Olhos vermelhos (hiperemia da conjuntiva);
- Lacrimejamento;
- Coceira (prurido);
- Pálpebras inchadas (edemaciadas) e avermelhadas;
- Secreção de coloração amarelada nos cantos dos olhos ou nas margens das pálpebras, de moderada a grande quantidade nas conjuntivites bacterianas;
- Intolerância à luz (fotofobia);
- Sensação de areia nos olhos;
- Secreção ocular clara, esbranquiçada, em pouca ou moderada quantidade nas conjuntivites virais;

Em relação ao tratamento, não existe nada específico para conjuntivite viral. Para diminuir os sintomas e o desconforto, pode-se usar as lágrimas artificiais. Já as conjuntivites bacterianas, utiliza-se colírio antibiótico para tratamento específico pelo período indicado pelo médico.

Cuidados com a higiene ajudam a controlar o contágio e a evolução da doença. Qualquer que seja o caso, independente do agente, é fundamental lavar os olhos com soro fisiológico e fazer compressas com água gelada.

Já a prevenção, temos as orientações:

- Lavar as mãos com frequência;
- Não colocar as mãos nos olhos para evitar a recontaminação;
- Evitar coçar os olhos para diminuir a irritação da área;
- Ao usar o colírio, não encoste o frasco no olho;
- Não usar lentes de contato enquanto estiver com conjuntivite;
- Evitar compartilhar lençóis, toalhas, travesseiros e outros objetos de uso pessoal de quem está com conjuntivite.

A orientação mais importante é que haja o acompanhamento do oftalmologista para um diagnóstico preciso e tratamento adequado. Não utilize qualquer tipo de medicação nos olhos sem orientação médica especializada.



CENTRO DA VISÃO
Itumbiara

www.cvi.med.br

**Dr. Gleisson
Pantaleão**
CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro
Fukuhara**
CRM/GO: 2.975

**Dr. Wilian
Vinhadelli**
CRM/GO: 10.250

**Dr. Augusto
Treme**
CRM/GO: 15.698





FATORES QUE FAVORECEM O SURGIMENTO DAS CELULITES

Fibro Edema Gelóide e Lipodistrofia Ginóide, também conhecidas por celulite, nada mais são que inflamações no tecido adiposo, o tecido gorduroso. São causadas por alterações do tecido sob a pele, como o acúmulo de gordura, água e toxinas nas células, o que faz com que essas células fiquem cheias e endurecidas, deixando o local desnivelado com ondulações e nódulos dolorosos, que causam a aparência dos furinhos indesejados, o famoso “casca de laranja”. Não é uma condição grave por ser uma inflamação, porém causa desconforto, principalmente para as mulheres.

Existem 4 graus de celulites:

- **Grau 1:** são aquelas que só aparecem ao pressionar a pele ou quando a musculatura é contraída, ocasionando o efeito “casca de laranja”;
- **Grau 2:** aquelas que independente da contração muscular ou da pressão, tem o efeito “casca de laranja”, e há alteração na elasticidade da pele, a flacidez;
- **Grau 3:** há presença de nódulos fibrosos, visíveis e palpáveis e surge a sensibilidade dolorosa à palpação;
- **Grau 4:** estágio mais avançado da celulite, presença de micronódulos gordurosos que ficam agrupados pela desordem e fibrose. Há presença de dor,

inchaço e uma ondulação bastante expressiva da superfície da pele.

Existem diversos fatores para o desenvolvimento da celulite, como o excesso de peso (porém muitas mulheres que possuem o peso normal, ou abaixo do normal, podem apresentar desequilíbrio entre a quantidade de gordura do corpo e a massa muscular. E quando se tem excesso de gordura associado à ação dos hormônios femininos e com a alteração na microcirculação, acaba resultando nas celulites), má alimentação, dieta rica em gordura e sódio, metabolismo lento, sedentarismo, alterações hormonais, desidratação, e em relação a genética está ligada ao tipo de pele. As peles mais claras são geralmente mais finas (não todas!), as celulites são mais visíveis, e peles mais escuras costumam ser mais firmes (não aparecendo tanto a celulite).

Existem “N” tratamentos para celulite, como Radiofrequência, Ultrassom, Lipocavitação, Endermoterapia, Drenagem Linfática Manual, entre outros, que são um dos mais conhecidos. Lembrando que alimentação balanceada, muita água e exercícios físicos, além de ótimos resultados garantem resultados duradouros.



Amanda Lopes Pereira

Esteticista e Produtora de Beleza;
Graduação em Tecnólogo em Estética e
Cosmética pela UNITRI (Centro Universitário do
Triângulo) - 2012.

🏠 Rua Guimarães Natal 405
☎ (64) 9.9218-1417 (64) 3431 1806
📷 @esteticaamandalopes



MADEIREIRA
**SANTO
EXPEDITO**



DECK E LAMBRIL DE CUMARU. MADEIRA NOBRE E DE ALTÍSSIMA QUALIDADE. PROMOVE UM FINO ACABAMENTO, GARANTINDO BELEZA ÚNICA AO PROJETO.



VENHA SER NOSSO CLIENTE! QUALIDADE E SEGURANÇA PARA SUA OBRA.

*MADEIRAS SERRADAS EM GERAL; *EUCALIPTO TRATADO; *TÁBUAS DE PINUS; *TÁBUAS DE ROXINHO; *MADEIRITE.

64. 3431-0752 | 64. 9.9668.1155

AVENIDA SANTOS DUMONT, 662 - ST. SANTOS DUMONT - CEP: 75530-275 - ITUMBIARA - GO



TRAGA SEU FILHO
PARA COMEMORAR O

MÊS DAS CRIANÇAS

ONDE A DIVERSÃO
É GARANTIDA.



Bileu's Park



Bileu's



R. JOÃO RODRIGUES JOTA, 110
ST. ANHANGUERA, ITUMBIARA - GO

(64) 3431-5714



POLISSONOGRRAFIA

A polissonografia é um exame não invasivo que mede a atividade respiratório, muscular e cerebral (além de outros parâmetros) durante o sono. As informações são coletadas por sensores espalhados pelo corpo e analisadas por computadores que transformam os dados em padrões que descrevem em detalhes como é o sono do indivíduo.

Para que serve

Para investigar possíveis distúrbios do sono. Geralmente é solicitado quando há sintomas como sonolência diurna excessiva, distúrbios respiratórios como roncos e apnéia, alterações do ritmo cardíaco e síndrome das pernas inquietas. A polissonografia também flagra doenças como insônia, sonambulismo, bruxismo, terror noturno, narcolepsia e pode ser útil até no diagnóstico de fibromialgia.

Como é feita

A pessoa vai dormir monitorada, com os sensores fixados pelo corpo de maneira que não atrapalhem a movimentação durante a noite. Tudo para não interferir no sono e na coleta de informações.

Atualmente dispomos em Itumbiara, da Polissonografia Domiciliar, tecnologia relativamente nova que leva o teste à casa da pessoa, com mais conforto e segurança. O

exame dura o mesmo tempo de uma noite de sono. Ou seja, oito horas, em média.

Os resultados

O especialista interpreta os registros da máquina. Como o sono é dividido em fases com características próprias, como movimentação dos olhos diferentes, o profissional leva em conta as particularidades de cada um desses estágios. A movimentação do corpo, o tempo efetivamente dormido, as batidas do coração, despertares noturnos e outras intercorrências também são contabilizadas.

Após a análise dos resultados, várias intervenções podem ser necessárias para prevenção de doenças graves (inclusive com risco de morte) e melhora da qualidade de vida do indivíduo.



🏠 R. Jacinto Brandão, 538 - St. Central, Itumbiara-GO
☎ (64) 3433-2829 📍 (64) 9.9992- 2828

Dr. Emílio Carlos Oliveira

CRM/MG: 23.460 | CRM/GO: 20.667

Médico;

Especialista em Pneumologia pela Sociedade Brasileira de Medicina;

Especialista em Medicina do Sono pela Associação Brasileira de Medicina do Sono.

Dra. Flávia de Cássia Marques Duarte

Crefito: 39.029

Fisioterapeuta

Pós-Graduada em Fisioterapia Cardiopulmonar;

Pós-Graduada em Fisioterapia Neurológica;

Pós-Graduada em Fisioterapia Hospitalar.



Sua loja de tintas em Itumbiara

Tintas residencial,
industrial e automotiva

  [redecasadastintas.com.br](https://www.redecasadastintas.com.br)


Casa das Tintas
A LOJA DE TINTAS OFICIAL DE ITUMBIARA E REGIÃO

DISTRIBUIDOR
 **Suvinil**
 **SHERWIN
WILLIAMS**
Repintura automotiva

(64) 3404-2300

Av. Beijamin Constante esq. c/
Marechal Deodoro, 640A



BENEFÍCIOS DO MÉTODO PILATES APLICADO A GESTANTES

O Pilates na gravidez pode ser realizado a partir do primeiro trimestre, mas com cuidado para não trazer qualquer problema para a mãe ou para o bebê. Estes exercícios são excelentes para fortalecer e tonificar os músculos de todo o corpo, preparando o corpo da mulher para a chegada do bebê.

As aulas de Pilates para gestantes podem ser realizadas 1 ou 2 vezes por semana com duração de 30 minutos a 1 hora cada, ou à critério do instrutor, dependendo do tipo de condicionamento físico da gestante.

Benefícios do Pilates para gestante

Os exercícios para gestantes devem ter o foco no fortalecimento das costas e também dos músculos pélvicos, já que é normal que eles fiquem mais enfraquecidos durante a gravidez. Com o fortalecimento dos músculos, a dor nas costas da gestante diminui, permitindo que ela se movimente com maior facilidade, o que aumenta a sua disposição. Devido à concentração necessária para fazer os exercícios, ajuda a reduzir o estresse, fazendo com que a aluna tenha total consciência do corpo. Isso também ajuda a evitar posturas que não são adequadas e consequentemente o desgaste do corpo.

A prática de Pilates traz inúmeros benefícios para a mulher durante toda a gravidez, além de também tornar o parto normal mais fácil. Entre esses benefícios se encontram os seguintes:

Melhora a postura; reduz a sensação de dor e desconforto nas costas; ajuda no suporte do peso da barriga; melhora a circulação sanguínea e alivia a tensão nervosa; combate o inchaço e câimbras; diminui a ansiedade; reduz a incontinência urinária na gestação; melhora o condicionamento físico; reduz o estresse e insônia; diminui risco de diabete gestacional e hipertensão e evita complicações pós-parto.

Como já foi citado, os exercícios de Pilates favorecem o trabalho de parto. Isso acontece porque sua prática facilita o relaxamento e estiramento dos músculos do assoalho pélvico (que se localizam abaixo da pelve), o que também contribui para a recuperação no pós-parto.

Quando não praticar Pilates na gravidez

As contraindicações do Pilates na gravidez são relativas e não existe nenhuma que seja absoluta. Desde que a mãe e o bebê estejam saudáveis e o profissional que a acompanha tenha ampla experiência em trabalhar com Pilates na gravidez, os riscos são praticamente inexistentes. No entanto, deve-se estar atento a alguns sinais que podem indicar que esta não é a melhor hora de praticar os exercícios, como por exemplo: batimento cardíaco acelerado; pressão alta descontrolada; falta de ar; dor abdominal; sangramento vaginal; contrações muito fortes ou muito próximas e dor no peito.

O obstetra deve ter conhecimento que a grávida está praticando este tipo de atividade física porque em alguns casos é mais indicado não praticar nenhum tipo de atividade física durante a gravidez, especialmente se houver **risco de aborto, se as contrações estiverem muito frequentes, se houver sangramento vaginal, ou se alguma doença for detectada como, por exemplo, pré-eclâmpsia e doença cardíaca ou pulmonar.** Nestes casos não é somente o Pilates que é contraindicado, mas qualquer tipo de atividade física que possa comprometer o estado de saúde da mãe ou do bebê.



Laís Oliveira Miranda

Fisioterapeuta
CREFITO 11/165526-F
Formação em Pilates básico, intermediário e avançado;
Formação em Power Pilates;
Formação em Pilates no tratamento das disfunções da Coluna Vertebral;
Formação em Pilates aplicado ao idoso;
Formação em Pilates aplicado à gestantes.
Pós-graduada em Fisioterapia Dermatofuncional.



☎ (64) 34332828

☎ (64) 992318093

📷 @laismiranda_pilates

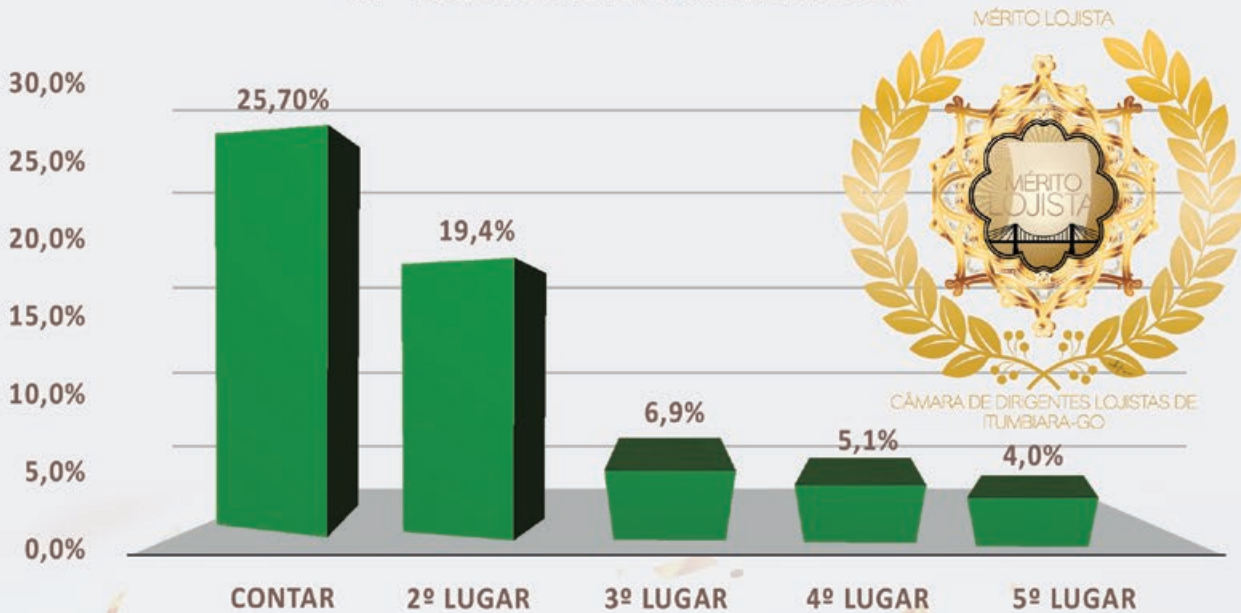
👤 Laís Miranda

✉ lais_fisio21@hotmail.com

🏠 Rua Jacinto Brandão Centro, 538, Itumbiara-GO



24 - ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE



NA CABEÇA E NO CORAÇÃO DOS ITUMBIARENSES.

A Contar é a Contabilidade
mais lembrada no **Prêmio
Mérito Logista** da CDL.

TODA A NOSSA ATIVIDADE É CENTRADA NOS NOSSOS
CLIENTES E RECORDAMOS QUE ESTAMOS AO SEU
DISPOR PARA RESPONDER A QUALQUER QUESTÃO.

Agradecemos a sua preferência pela nossa Empresa.



CONTAR
CONTABILIDADE
Consultoria Empresarial

🏠 Rua Valdivino Vaz, 353 - Itumbiara-GO 📞 (64) 3431-3153 🌐 www.contarcontabilidade.com



VOCÊ SABE QUAL É SEU TIPO DE PELE?

Existem quatro tipos básicos de peles saudáveis: normal, seca, oleosa e mista. O tipo de pele é determinado pela genética. No entanto, o estado da nossa pele pode variar muito, de acordo com fatores internos e externos aos quais estamos submetidos diariamente.

Normal

A pele normal tem textura saudável e aveludada, produzindo gordura em quantidade adequada, sem excesso de brilho ou ressecamento. Geralmente, a pele normal apresenta poros pequenos e pouco visíveis.

Seca

A perda de água em excesso caracteriza a pele seca, que normalmente tem poros poucos visíveis, pouca luminosidade e é mais propen-

sa à descamação e vermelhidão. Também pode apresentar maior tendência ao aparecimento de pequenas linhas e fissuras. A pele seca pode ser causada por fatores genéticos ou hormonais, como menopausa e problemas na tireoide, e também por condições ambientais, como o tempo frio e seco, o vento e a radiação ultravioleta. Banhos demorados e com água quente podem provocar ou contribuir para o ressecamento da pele.

Oleosa

Tem aspecto mais brilhante e espesso, por causa da produção de sebo maior do que o normal. Além da herança genética, contribuem para a oleosidade da pele os fatores hormonais, o excesso de sol, o estresse e uma dieta rica em alimentos com alto teor de gordura. A pele oleo-

sa apresenta poros dilatados e maior tendência à formação de acne, de cravos e de espinhas.

Mista

É o tipo de pele mais frequente. Apresenta aspecto oleoso e poros dilatados na “zona T” (testa, nariz e queixo), podendo apresentar acne nesta região e seco nas bochechas e extremidades.

Por que as pessoas têm tons de pele diferentes?

A cor da pele está relacionada a uma série de fatores. A pigmentação constitutiva da pele é herdada geneticamente, sem interferência da radiação solar, portanto, constante. A cor facultativa da pele é reversível e pode ser induzida. Ela resulta da exposição solar.

Fototipos de Pele – Classificação de Fitzpatrick

A mais famosa classificação dos fototipos cutâneos é a escala Fitzpatrick, criada em 1976 pelo médico norte-americano Thomas B. Fitzpatrick. Ele classificou a pele em fototipos de um a

seis, a partir da capacidade de cada pessoa em se bronzear, assim como, sensibilidade e vermelhidão quando exposta ao sol, sendo:

1 - Pele branca – sempre queima – nunca bronzeia – muito sensível ao sol;

2 - Pele branca – sempre queima – bronzeia muito pouco – sensível ao sol;

3 - Pele morena clara – queima (moderadamente) – bronzeia (moderadamente) – sensibilidade normal ao sol;

4 - Pele morena moderada – queima (pouco) – sempre bronzeia – sensibilidade normal ao sol;

5 - Pele morena escura – queima (raramente) – sempre bronzeia – pouco sensível ao sol;

6 - Pele negra – nunca queima – totalmente pigmentada – insensível ao sol.

Procure seu médico para fazer uma avaliação e tratar adequadamente seu tipo de pele!!!



Dra. Samantha B. R. Guimarães

CRM-GO 13664





Na noite do último dia 28 de setembro a Câmara de Dirigentes Logistas de Itumbiara, realizou a entrega do Prêmio Mérito Logista 2019 as empresas mais lembradas dessa cidade. Conhecido como o “Oscar do Comércio” o evento reuniu empresários, imprensa local e autoridades em uma noite de gala no Espaço Social CDL.



DISTRIBUIDORA DE GÁS
GÁS MIRANDA



ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
COLÉGIO ZÊNITE



TRAJE PARA NOIVAS E NOIVOS
A NOIVA MODERNA



ALARMES E MONITORAMENTO
ALERTA SERVIÇOS



OPERADORA DE TELEFONIA FIXA
ALGAR TELECOM



CLÍNICA DE ESTÉTICA
SILUETS ESTÉTICA



REVENDA E ASSISTÊNCIA AR CONDICIONADO
POLITÉCNICA REFRIGERAÇÃO



MATERIAL ELÉTRICO E HIDRÁULICO
CENTRAL ELETRIFICAÇÃO



PET SHOP
BILLY PET SHOP



REVISTA LOCAL IMPRESSA
PERFIL MAGAZINE



PISOS E ACABAMENTOS
CENTER PISOS



DECORAÇÕES DE EVENTOS
CLASSICUS CERIMONIAL



ESCRITÓRIO DE CONTABILIDADE
CONTAR CONTABILIDADE



OFICINA/PEÇAS/ACESSÓRIOS DE MOTOS
DANILO MOTOS



COSMÉTICOS E PERFUMARIA
ENLSA PERFUMARIA



LOJA DE MÓVEIS E DECORAÇÕES
FAMÓVEIS



PLANO DE SAÚDE
UNIMED



UNIFORMES
FARP UNIFORMES



LABORATÓRIO DE ANÁLISES CLÍNICAS
LABORATÓRIO FLEMING



AUTO ELÉTRICA
IAE - ITUMBIARA AUTO ELÉTRICA



JORNAL LOCAL IMPRESSO
FOLHA DE NOTÍCIAS



ÓTICA
UNIÃO



INFORMÁTICA - ASSISTÊNCIA E EQUIPAMENTOS
GAVOLA INFORMÁTICA



LOJA DE CALÇADOS
KIPASSO CALÇADOS



LOJA DE PEÇAS E FERRAMENTAS
GUIZZETTI & GUIZZETTI



MADEREIRA
JR CONSTRUÇÃO E ACABAMENTOS



SALÃO DE BELEZA
JU ESTETIC



CONCESSIONÁRIA DE AUTOMÓVEIS
VENEZA VEÍCULOS



AGÊNCIA DE TURISMO
LEONOR TURISMO



MODA FEMININA
LUA E SOL



CARNE E DERIVADOS
O PONTO DA CARNE



PANIFICADORA E CONFEITARIA
PANIFICADORA MAIS QUE PÃO



JOALHERIA
MEGA JÓIAS



FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO
VEGETON



ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA
MIRANDA ADVOCACIA



PAPELARIA E LIVRARIA
PAPELARIA MODELO



CONCESSIONÁRIA DE MOTOS
MOTOGOL



MÓVEIS E EQUIPAMENTOS PARA ESCRITÓRIO
PAMAQ



EMISSORA DE RÁDIO
RÁDIO PARANAÍBA



MODA INFANTIL
PATOTINHA MODA INFANTIL



SUPERMERCADO
REIS SUPERMERCADOS



LOJA DE BICICLETAS
RENNER BIKE



CORRETORA DE SEGUROS
ROSA TAVARES



MATERIAL PARA CONSTRUÇÃO
TIJOLÃO



ENSINO SUPERIOR
ILES ULBRA



HOSPITAL
UNIMED



AGÊNCIA BANCÁRIA
BANCO DO BRASIL



ACADEMIA
RITMO



VIDRAÇARIA
REY DO VIDRO



 **ANTÔNIO RIBAS**
LABORATÓRIO
RESULTADO DE CONFIANÇA

 **ANTÔNIO RIBAS**
LABORATÓRIO

Dr. Alberto Miranda Neto

CRBM-3 nº 566


Biomédico;


Especialista em Análises Clínicas;


Pós-graduado em Hematologia.




O DR. VAI NA SUA CASA FAZER SUA COLETA AGENDE PELO

WHATSAPP  (64) 9.9664-4737

 Rua Dr. Mario Guedes, 66 - St. Central, Itumbiara - GO

 (64) 3431-6677

 labantonioribas

**AME-SE,
PREVINA-SE.**



Outubro Rosa

MÊS DE PREVENÇÃO DO CÂNCER DE MAMA

A GENTE ABRAÇA ESSA LUTA



MELANOMA

O melanoma é tumor maligno originário dos melanócitos (células que produzem pigmento) e ocorre em partes como pele, olhos, orelhas, trato gastrointestinal, membranas mucosas e genitais. Um dos tumores mais perigosos, o melanoma tem a capacidade de invadir qualquer órgão, criando metástases, inclusive no cérebro e coração. Portanto, é um câncer com grande letalidade. O melanoma cutâneo tem incidência bem inferior aos outros tipos de câncer de pele, mas sua incidência está aumentando no mundo inteiro. O câncer de pele é o mais frequente no Brasil e corresponde a 25% de todos os tumores malignos registrados no país. De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (INCA), são estimados mais de 6 mil novos casos de melanoma por ano.

O melanoma ocorre quando algo dá errado nos melanócitos que são células produtoras de melanina que dão cor à pele. Normalmente, as células da pele se desenvolvem de maneira controlada e ordenada - novas células saudáveis empurram as células mais velhas para a superfície da pele, onde morrem e, eventualmente, caem. Mas quando algumas células se desenvolvem com danos no DNA, as novas células podem começar a crescer fora de controle e, eventualmente, formar uma massa de células cancerosas.

Não está claro como exatamente os danos ao DNA das células da pele podem causar o melanoma. É provável que uma combinação de fatores ambientais e genéticos provoque o melanoma. Ainda assim, os médicos acreditam que a exposição à radiação ultravioleta (UV) do sol e de câmaras de bronzeamento é a principal causa de melanoma.

A luz Ultra Violeta não causa todos os melanomas, especialmente aqueles que ocorrem em lugares no corpo que não recebem a exposição à luz solar. Isso indica que outros fatores podem contribuir para o risco de melanoma.

O sinal de aviso mais importante para o melanoma é uma mudança no tamanho, forma, cor ou pele ao redor de uma pinta ou marca de nascença. Chame o seu médico dermatologista se você tem:

- Qualquer mudança em uma pinta;
- Uma pinta com sangramento;
- Área descolorida sob a unha que não foi causada por uma lesão;
- Um escurecimento da pele em geral relacionada com a exposição ao sol.

Procure atendimento o mais rápido possível se você já foi diagnosticado com melanoma e:

- Tem dificuldade para respirar ou engolir;
- Tossir ou cuspir sangue;
- Tem sangue em seu vômito ou diarreia;
- A urina ou fezes são negras.

Existem quatro tipos principais de melanoma:

- O melanoma extensivo superficial é o tipo mais comum. Ele geralmente é plano e irregular, quanto ao formato e à cor, e ocorre em tons diferentes de preto e marrom. Ele pode se manifestar em qualquer idade ou região do corpo sendo mais comum em pessoas de pele branca;
- O melanoma nodular geralmente começa como uma área elevada de cor preta azulada ou vermelha azulada. Entretanto, alguns melanomas não apresentam cor alguma;
- O melanoma lentigo maligno geralmente ocorre em idosos. Ele é mais comum em peles danificadas pelo sol na região do rosto, do pescoço e dos braços. As áreas de pele anormal geralmente são grandes, planas e têm aspecto bronzeado com áreas marrons;
- O melanoma lentiginoso acral é a forma menos comum de melanoma. Ele geralmente ocorre nas palmas das mãos, plantas dos pés ou embaixo das unhas, porém pode ocorrer em qualquer parte do corpo, mesmo nas áreas não expostas ao sol.

Apenas os Dermatologistas e os Oncologistas podem diagnosticar o melanoma, fique atento e previna-se!



DERMOESTÉTICA
CLIMED

Dra. Ana Maria Cintra

CRM - GO: 4.280

RQE: 12.399

Graduada pela Universidade Estadual de Medicina do Pará;
Pós-Graduada em Medicina estética pela Fundação Souza Marques;
Pós-Graduada em Dermatologia pela Universidade Valência;
Pós-Graduada em Dermatologia pela Incisa com apoio do Colégio Brasileiro de Medicina e Cirurgia Estética.



Com as inovações tecnológicas, o futuro é reservado para dois tipos de empresas: a que está acompanhando este mercado e a que não.

A Conservear tem mergulhado em pesquisas para levar o melhor para seu cliente, procurando novidades em segurança, confiabilidade e tranquilidade que estarão disponíveis na palma da mão.



A IMPORTÂNCIA E BENEFÍCIOS DA MUSCULAÇÃO APÓS OS 50 ANOS DE IDADE

Começemos por uma rápida descrição do envelhecimento. Dos 50 aos 80 anos, a perda de massa muscular pode chegar a 40%. A força dos músculos diminui em 1,5% ao ano. Há diminuição da audição, da visão, da intensidade e propagação dos impulsos nervosos, bem como da velocidade das respostas motoras em virtude da perda de 50.000 a 100.000 neurônios por dia.

As mulheres ainda podem sofrer dos sintomas da pós-menopausa: insônia, alterações do humor, ressecamento vaginal, perda da libido, aumento dos riscos de osteoporose e doenças cardíacas.

O envelhecimento é também fator de risco para o acúmulo de gordura, de glicose e o surgimento das doenças coronarianas.

Assustador? A impressão que se tem é que não há solução, porém não é bem assim. O que causa aumento do açúcar no sangue? Por que engordamos e temos colesterol alto? Por que perdemos músculo, força e até neurônios? Por que nossos ossos e nosso coração enfraquecem?

É claro que as respostas para essas questões são muito complexas e multifatoriais, porém em todas as respostas teremos um denominador comum: O SEDENTARISMO.

A atividade física promove centenas de benefícios à saúde. Os efeitos dos exercícios ocorrem em todas as estruturas, órgãos e sistemas do organismo, como a melhora do controle da pressão arterial, dos níveis de açúcar e gorduras no sangue, na manutenção do peso corporal, da composição corporal, da força e da resistência dos músculos, da integridade dos ossos, da capacidade pulmonar, da

oxigenação dos tecidos, na produção de neurônios e muitos outros benefícios que retardam o processo de envelhecimento e atenuam de forma significativa todos esses sinais e sintomas.

Estudos compararam os organismos de jovens e idosos, sedentários ou não, por meio de biópsias musculares. Os resultados dos exames realizados em ambos os grupos não encontraram diferenças um jovem sedentário de 20 anos e um idoso treinado de 80 anos. Os marcadores de saúde são iguais!

O organismo tem capacidade de se readaptar em qualquer idade. Mesmo que várias afecções tenham sido instaladas, a adoção de um estilo de vida mais saudável, com um programa de exercícios individualizado, sempre ajudará. O organismo tem capacidade de se readaptar em qualquer idade. É claro que nem sempre a recuperação será plena, mas, no mínimo, os processos deletérios podem ser estabilizados e sem dúvida os benefícios serão enormes.

Mesmo depois dos 50, o organismo responde de forma excelente aos estímulos dos exercícios, todas as estruturas, órgãos e sistemas ficam fortes, resistentes, eficientes e aptos, diminuindo a incidência de doenças, melhorando a qualidade e o tempo de vida.

Adianta, sim, fazer exercícios depois dos 50, 60, 70 anos! Faça exercícios sempre!



Daniessa Arantes

CREF: 2053-G/GO
Professora de Educação Física;
Sócia Proprietária Clube Um.

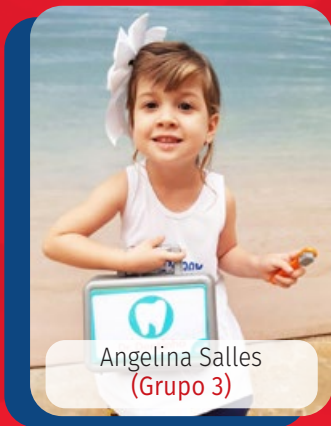
Thiago Paiva

Administrador de Empresas;
Sócio Proprietário Clube Um.

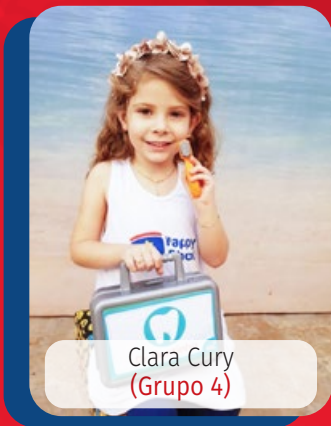
🏠 Av. Beira Rio s/n Vila de Furnas
(Clube de Furnas)

☎ (64) 3431 6900 ☎ (64) 99203 0607





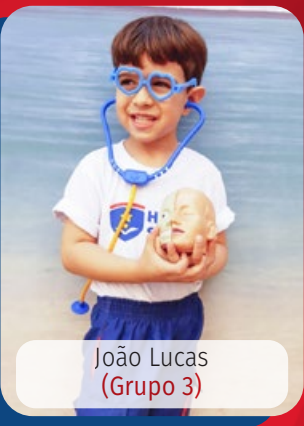
Angelina Salles
(Grupo 3)



Clara Cury
(Grupo 4)



Júlia Ribeiro
(1º Ano)



João Lucas
(Grupo 3)



Eduardo Berto
(1º Ano)



Happy School

Estamos aqui para desejar parabéns a todos os médicos e dentistas pelo seu dia!

A vocês, pelo exemplo máximo da medicina e da odontologia, realizada com carinho e coração.

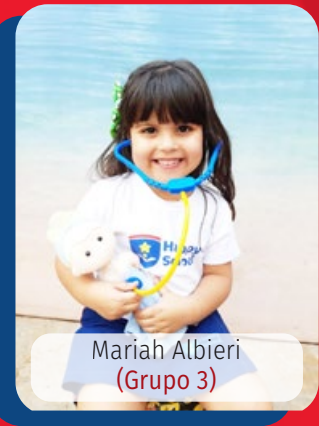
Pela dedicação no cuidado conosco, pelo estudo de doenças tão desconhecidas e desafiantes todos os dias.



Júlia Andrade (Grupo 4) e Gabriel Andrade (Grupo 2)

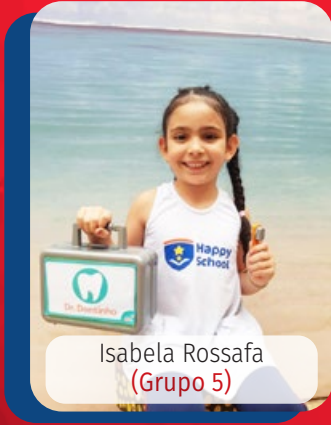


Isabela Salvador (Grupo 2) e Gabriela Freitas (2º Ano)



Mariah Albiéri
(Grupo 3)

Parabéns por esse grande dia!



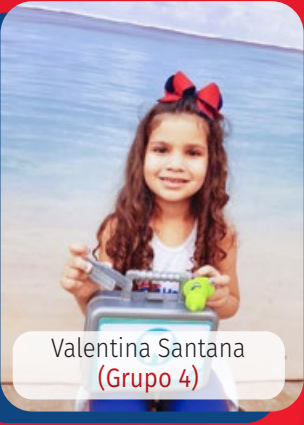
Isabela Rossafa
(Grupo 5)



Maria Tereza Schneider (2º Ano)



Pedro Freitas
(Grupo 4)



Valentina Santana
(Grupo 4)



Rua Tiradentes, nº 87, Centro
Itumbiara-GO

64 3404 9291

64 98439 9778



OUTUBRO ROSA

Entramos em outubro, mês em que se tem a campanha denominada “Outubro Rosa”, uma campanha internacional, originada nos Estados Unidos em 1990, cujo objetivo é conscientizar, principalmente as mulheres, sobre o câncer de mama, incentivando a realização de exames, como a mamografia, promovendo esclarecimentos sobre a doença e objetivando a detecção precoce da mesma.

O câncer de mama é o mais comum entre as mulheres de todo mundo, inclusive no Brasil, ficando atrás apenas do câncer de pele do tipo “não-melanoma”. Segundo dados do INCA (Instituto Nacional de Câncer), ao longo do ano de 2019, para o Brasil, serão esperados quase 60mil novos casos.

Alguns fatores de risco, para desenvolver a doença são:

- Idade;
- Primeira menstruação antes de 12 anos;
- Não ter tido filhos;
- Primeira gravidez após os 35 anos;
- Não ter amamentado;
- Menopausa após os 55 anos;
- Ter feito reposição hormonal pós-menopausa, por mais de cinco anos;
- História familiar de câncer de ovário;
- Casos de câncer de mama na família, principalmente antes dos 50 anos;
- História familiar de câncer de mama em homens;
- Alteração genética, especialmente nos genes BRCA1 e BRCA2;
- Hábitos de vida, como: obesidade e sobrepeso após a menopausa; sedentarismo; consumo de bebida alcoólica.

Apesar desses fatores de risco, a maioria dos casos é “esporádico”, ou seja, ocorrem ao acaso, sendo que o caráter genético/hereditário corresponde apenas entre 5% e 10% de todos os casos.

A adoção de hábitos e condições de vida saudáveis é uma forma de prevenção do câncer de mama, como a prática regular de exercícios físicos, controle de peso adequado, evitar o uso de bebidas alcoólicas e alimentar-se de forma saudável.

Homens também podem ser acometidos pela doença, embora mais raramente do que as mulheres, correspondendo à 1% apenas do total de casos de câncer de mama.

Os sinais e sintomas mais comumente encontrados no câncer de mama são:

- Carço (nódulo) que não se mexe com facilidade (fixo), mais endurecido e, geralmente, indolor;
- Pele da mama avermelhada, retraída ou parecida com casca de laranja;
- Alterações no mamilo,
- Pequenos nódulos em axilas ou no pescoço;
- Saída espontânea de líquido dos mamilos.

O autoexame, feito pela própria paciente, é o que mais leva a mulher a procurar o médico, sendo a primeira alteração percebida pela mulher, no ato de fazê-lo; porém, cabe ressaltar que o autoexame não é o melhor exame para detecção precoce do câncer e sim a mamografia.

A detecção precoce do câncer de mama é fator fundamental no desenrolar da doença, sendo que detectado em fases mais iniciais, aumenta as chances de tratamentos mais conservadores (que não requer a retirada completa da mama afetada), podendo aumentar também as chances de cura da doença.

A mamografia é o exame mais comumente realizado em nosso meio, capaz de detectar precocemente alterações suspeitas para o câncer de mama.

A Sociedade Brasileira de Mastologia (entidade que congrega profissionais especializados em doenças da mama) recomenda que o exame da mamografia de rastreamento, seja feito todo ano, em todas as mulheres a partir dos 40 anos de idade, como forma de detecção precoce, aumentando com isso as chances de cura da doença, da sobrevida e consequente redução da mortalidade causada pelo câncer de mama.

O tratamento do câncer de mama evoluiu significativamente ao longo dos últimos anos e inclui várias modalidades, como a cirurgia, tratamento com radioterapia e quimioterápico e o tratamento com medicações.

Sendo assim, é de extrema importância, sempre estar com os exames “em dia”, manter hábitos saudáveis de vida e consultar seu médico mastologista regularmente, ou de imediato quando notar algum sinal de anormalidade nas mamas.

Dr. Raphael Elias Ferreira

CRM: 20.662

RQE GO: 10.419

RQE MASTOLOGIA: 11.432

Graduação em Medicina pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro - UFTM - Uberaba MG;

Residência Médica em Ginecologia, Obstetrícia e Mastologia, com estágio conjunto em Oncologia Ginecológica pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro- UFTM.

Atendimento convênio

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE
NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





Feminino | Masculino
Teen | Infantil

Colares; Brincos;
Anéis; Cintos;
Lenços; Pulseiras;
Carteiras; Bolsas.

Preço, 
 Único
R\$ **10,00**

 **Meninabiju**®
BIJUTERIAS E ACESSÓRIOS

R. Dona Clarinda, 3 - Sala 1
Itumbiara-GO
(64) 9.9999-4941

 @meninabiju_itumbiara
 Menina Biju Itumbiara-GO




FLORENCE



MODA BRANCA

by Reila Amaro

UM NOVO
CONCEITO
DE MODA.

 @florence_modabranca

 /Florence - Moda Branca

 **(64)99660-9944**

Rua Dona Clarinda, 3 - Sala 2 - Centro - Itumbiara-GO



Outubro Rosa

∞ Um toque de amor à vida! ∞

☎ (64) 3431 2106

☎ (64) 9 9950 0341

f Alquimia Ling

@alquimialing

Fotógrafo: Carlos Nikito
Produção: Paty Dinato
Modelo: Yasmin Martins





TABAGISMO

O tabagismo é a mais frequente causa das doenças que ocupam os pneumologistas de hoje. Tanto em termos de saúde pública quanto em termos de ambulatório, internação ou terapia intensiva. E o problema não se restringe apenas à pneumologia. Cardiologia, Gastroenterologia, Ginecologia, Oncologia, Neurologia e inúmeras outras especialidades médicas estão envolvidas direta ou indiretamente com os efeitos do tabaco no organismo humano.

Para se ter ideia da magnitude do problema, segundo dados da Organização Mundial de Saúde, o cigarro matou ao longo do século XX, mais que todas as que guerras em que o homem se envolveu nesse período, um verdadeiro genocídio. E para esse século as perspectivas não são menos sombrias. Sabe-se hoje que 50% dos fumantes irão morrer em decorrências do cigarro. Isso representa, somente a nível de Brasil, mais de 130.000 mortes por ano.

A meu ver devemos encarar o combate ao tabagismo como uma verdadeira guerra, que não só os médicos, mas toda a sociedade e principalmente o poder público devem se engajar. As duas armas mais poderosas para o trabalho junto ao fumante e ao não-fumante são: a disseminação de informações científicas sobre os efeitos do fumo e a exaltação do ridículo que o fumante representa.

Esse trabalho deve ser iniciado na infância e adolescência, hoje o principal alvo da propaganda da

indústria tabaqueira. Além disso, outras ações poderiam ser implementadas, principalmente pelo poder público, como por exemplo: proibição da propaganda, proibição da venda a menores, proibição do fumo em todos ambientes públicos, aumento da taxaço, restrição ao plantio do fumo, veiculação maciça dos males provocados pelo cigarro, etc.

Como vimos há muito a ser feito, também pelos médicos. Uma significativa parcela dos médicos ainda fuma. Uma significativa parcela dos médicos ainda aceita uma coexistência pacífica com o tabagismo de seus pacientes. Uma significativa parcela de faculdades de medicina do país ainda não aborda o tema tabagismo em seus currículos, nem estimula uma postura antitabágica em seus alunos e professores. Uma significativa parcela dos muitos políticos médicos que o país possui ainda não colocou o tema em plano prioritário de ação.

E finalizando, gostaria aqui de transcrever algumas palavras, do saudoso professor Mario Rigatto sobre o que poderia o médico ganhar nessa batalha contra o tabaco: “De material nada. De humano, a satisfação de impor um novo e extraordinário recuo à morte e à doença. De espiritual, o privilégio de demonstrar que a estupidez, o egoísmo, a irresponsabilidade e o medo não são as tintas que escreverão a última versão do capítulo do tabagismo da humanidade”.



PNEUMOLOGIA
MEDICINA DO SONO

Dr. Emílio Carlos Oliveira

CRM/MG: 23.460 | CRM/GO: 20.667

Médico;

Especialista em Pneumologia pela Sociedade Brasileira de Medicina;

Especialista em Medicina do Sono pela Associação Brasileira de Medicina do Sono.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ARGOLINHAS DE MILHO
SABOR FRUTAS CÍTRICAS.

Disponível em:
200g, 500g e 1kg.

Uma porção de 30 gramas fornece:

| | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|--------------------------|-------------------------|----------------|
| Valor Energético 17 kcal 69 kJ | Carboidrato 27 g | Fibra Alimentar 0,4 g | Gordura Saturada 0 g | Sódio 74 mg |
| 6% | 9% | 2% | 0% | 3% |

*Valores diários com base em dieta de 2.000 kcal / 8.400 kJ

Cereal da Família

Embalagem Econômica
Rende 33 Porções

FRUIT RINGS

Argolinhas de milho sabor frutas cítricas

1kg Peso Líquido
Indústria Brasileira

AlcaFoods
Cereais Matinais

Colorido artificialmente.
Contém aromatizante sintético idêntico ao natural.

64 2103 4222
www.alcafoods.com

AlcaFoods
Cereais Matinais

NA HORA DAS COMPRAS,
LEVE A LINHA DE CEREAIS MATINAIS
MAIS COMPLETA DO BRASIL!



O QUE É A RAIVA CANINA?

A raiva é uma velha conhecida dos humanos. Muito perigosa, atinge todos os mamíferos, incluindo ruminantes, felinos e até morcegos.

Trata-se de uma doença infecciosa causada por um vírus. “O vírus se liga aos nervos do hospedeiro e, por dentro deles, migra até o cérebro, causando inflamação dos tecidos afetados”.

Com uma evolução muito rápida, a raiva mata quase 100% dos pacientes infectados, não só nos cães, mas também seres humanos.

Contágio

O vírus da raiva se aloja, entre outros tecidos, nas glândulas salivares do doente. Como a doença causa agressividade, a mordida é a principal forma de animais infectados, como cães e morcegos, passarem o vírus adiante.

O que muita gente não sabe, é que a doença também pode ser contraída a partir de outros animais. Por isso, todo cuidado é pouco com pets que vivem em áreas externas em sítios ou casas de campo.

Sintomas

A principal imagem da raiva em cães e gatos é um animal babando. Isso são sintomas de uma das etapas da doença. Mas, a raiva canina apresenta diferentes estágios e, durante sua evolução, os sintomas também podem mudar.

Popularmente, fala-se em “raiva furiosa” e “raiva paralítica”. Na verdade, é a mesma doença, em etapas distintas. O período conhecido como “raiva furiosa” é a primeira fase. Com duração de 1 a 4 dias, ela costuma causar alterações de comportamento no cão, como: **Excitação / Agressividade/ Medo / Depressão / Ansiedade / Demência.**

A chamada “raiva paralítica”, na qual se acentuam os sintomas neurológicos, como: **Dificuldade de engolir /Salivação/ Falta de coordenação dos membros / Paralisia.**

A evolução ocorre rapidamente. Quando chega à segunda fase, o cachorro geralmente vai a óbito em 48 horas.

A raiva entre cães não tem cura. Ocorre, porém, que muitas doenças neurológicas têm manifestações clínicas semelhantes e, por isso, só um médico-veterinário poderá identificar se a raiva é uma das suspeitas possíveis.

Mas, afinal, como diagnosticar a raiva canina? De forma completa, ele só é feito após a morte do cachorro, por meio de exames no tecido cerebral. Infelizmente, a doença não possui um tratamento eficaz conhecido. Sendo assim, a eutanásia é indicada sempre que são observados sinais muito claros de raiva canina.

Apesar de ser extremamente perigosa, a prevenção da raiva é bastante simples: a vacinação. Com uma taxa de proteção muito próxima a 100%, ela é a melhor forma de manter o vírus longe do seu amigo.

Geralmente, a 1º dose é administrada ao pet entre os 3-5 meses de vida. Depois, a imunização deve ser reforçada anualmente.

No Brasil vem aumentando o número de notificações de agressões de animais e seres humanos. Mas já confirmados, temos 02 casos de óbitos causados pelo vírus da raiva.

Mas você também pode imunizar o seu amigo com a gente, garantimos o armazenamento correto e a segurança da vacina.



☎ 64 3404-1586

📞 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

🏠 Av. Brasília, 85 Centro
Itumbiara-GO

Dr Celso Borges de Almeida Junior

Graduação em Medicina Veterinária em 2010 pela UNIP/GO;
Pós-graduando em Clínica Médica e Cirúrgica de Pequenos Animais;
Especialização em Dermatologia de Cães e Gatos;
Especialização em Clínica Médica e Cirúrgica de Felinos;
Membro da Anclivepa Goiás (Associação de Clínicos Veterinários de Pequenos Animais).



A Brand of CNH Industrial

CASE IH
AGRICULTURE

RETHINK PRODUCTIVITY

Planejamento somado à economia
é igual a mais produtividade.



Antecipe a revisão da sua Case IH e ganhe benefícios exclusivos.

Goiasmaq

Itumbiara-GO - (64)3432-5400- Plantão Peça: (64) 99279-5644 - Plantão Serviço: (64) 99279-5605
Quirinópolis-GO - (64)3651-5300 - Plantão Peça:(64) 99279-5642 - Plantão Serviço:(64) 99279-5606

**COLHEITA
AVANÇADA**

**SOLUÇÕES
AVANÇADAS** PEÇAS
GENUÍNAS

Dispositivos driblam a dor na hora da vacinação

Tecnologia já chegou às salas de vacinação: aparelhos prometem alívio da ansiedade e dor na hora da picadinha

Vacinar é um ato de cuidado e amor, afinal, é por meio da vacinação que evitamos doenças. Porém, o dia de vacinação pode ser tornar um momento de estresse e nervosismo, tanto para os pais quanto para as crianças.

Mas hoje, a tecnologia já chegou às salas vacinais para fazer com que esse momento de proteção contra doenças seja um momento de muita descontração!

Com essa proposta, a Abelhinha ou Buzzy é dispositivo que tem uma aparência diferenciada e de destaque justamente para chamar a atenção das crianças enquanto vacinam e distraí-las na hora da picadinha. Além disso, ao ser posicionado

no local da aplicação, o aparelho eletrônico emite uma vibração em alta frequência e resfria a pele do paciente, sendo assim o cérebro percebe essas sensações e inibe a dor na área.

O Pikluc é outro dispositivo para o alívio de dor. Ele possui mini-pontas que, pressionadas sobre o local de aplicação, sensibilizam os nervos da região e diminuem a ansiedade e a sensação de dor causada pela agulha.

Na Clínica de Vacinas Santa Clara, além desses dispositivos disponíveis em todas as unidades, também tem um ingrediente que a mamãe já sabe que faz muita diferença: Muito amor, ternura e carinho

com pacientes.

Comprometidos com um atendimento humanizado e de alta qualidade, todos profissionais são capacitados para lidar com as adversidades que cada situação possa apresentar. Cada paciente é único e por isso é exigido um cuidado mais que especial.

As enfermeiras, além de estarem a postos, prontas para vacinarem nossos pacientes contra várias doenças; elas também possuem um ingrediente muito especial: muito amor e carinho. Isso faz com que a vacinação não se torne um momento traumático mas, sim, um momento de confiança.

vacina sem
TRAUMA



Buzzy ou Pic Luk + amor
A combinação perfeita na hora da vacinação

A TODOS CLIENTES E AMIGOS
NOSSO SINCERO AGRADECIMENTO.
REDE UNIÓTICA.



OBRIGADO POR FAZER DE NÓS
A ÓTICA MAIS LEMBRADA.

MÉRITO LOJISTA 2019

 **UNIÓTICA**
Uma nova visão do mundo!

64 3404.8100

Praça da República, 365 - Centro - Itumbiara/GO

64 3433.8900

Av. Santa Cecília, 149 - Alto Boa Vista - Itumbiara/GO



GRATIDÃO

Gratidão!
Essa é a palavra...
Muita gente falou que a Medicina da UEG campus Itumbiara não iria "vingar".
Mas nossa semente vingou.
E já dá frutos...
Com apenas 8 meses de aula
Ainda no 2º período da faculdade de Medicina
Nós já temos a Liga de Neurociências da UEG
Nossos alunos da medicina UEG campus Itumbiara já participam em Congresso Médico

E já têm capacidade de produzir trabalhos científicos e os apresentar no Congresso.
Sou muito feliz por ser oficialmente a Professora de Neurologia da medicina UEG Campus Itumbiara.
Essa turma me enche de orgulho!
Gratidão por ser professora de vocês!

#LigadeNeurociênciasMedicinaUEGItumbiara
##CongressoGoianoNeurologia2019



Dra. Claudia Soares Alves

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

CRM/GO: 12.452 | CRM/MG: 4.100
RQE: 7879
Médica Neurologista – Titular Academia Brasileira de Neurologia;
*Neurologia; *Perícias; *Clínica de dor;
*Eletroencefalografia; *Neuropsiquiatria;
*Mapeamento cerebral.



*Aniversário Nova Veículos
13 Anos de Sucesso!*



NOVA VEÍCULOS

Um novo conceito

E o presente quem ganha é você:
Compre seu carro neste mês de
Outubro com **Transferência Grátis!**
Aproveite! E venha comemorar com a gente.

PLANTÃO DE VENDAS AOS DOMINGOS E FERIADOS DAS 10:00 AS 13:00HS

**AV. MODESTO DE CARVALHO, 2490 (AO LADO DO GINÁSIO ARCO-ÍRIS)
ITUMBIARA-GO - 64 3433-3700**

Motivos não faltam para comemorar, vivemos a cada dia momentos emocionantes para a nossa história e a força que nos uniu ontem, nos une hoje na batalha continuada do dia a dia. É a esperança que nos move, sempre olhando para frente com profissionalismo, muita garra e determinação buscando triunfar a cada ano.

Que o futuro comece agora e reserve muito mais sucesso e satisfação para todos nós, colaboradores, clientes e parceiros, para que juntos possamos celebrar novas conquistas.

Parabéns para todos nós!

Nova Veículos e Pick Ups

13 anos de sucesso!

VISITE NOSSO SITE E CONFIRA NOSSAS OFERTAS DE VEÍCULOS:

WWW.NOVAVEICULOSITUMBIARA.COM.BR



COMO OS PAIS DEVEM AJUDAR OS FILHOS DIANTE DOS CONFLITOS NA ADOLESCÊNCIA?

A grande preocupação da nossa sociedade está no aumento do índice de suicídio na adolescência.

A palavra chave é a comunicação, o diálogo. Os pais devem compreender que em cada fase do desenvolvimento de um ser humano é necessário abordar as situações de acordo com a maturidade de sua faixa etária. É importante os pais tomarem iniciativa do diálogo, ajudando os filhos a refletir.

Quando os pais são autoritários não conseguem ajudar os filhos, podendo ocorrer o afastamento dos vínculos afetivos dentro da própria família. Os pais devem orientar os filhos proporcionando-lhes o desenvolvimento da sua inteli-

gência emocional, através da reflexão da situação que está sendo vivenciada.

Quando somos extremamente autoritários com os adolescentes em certas situações, acabamos por afastá-los de nós, o que se torna "gatilho" para não seguirem os conselhos dos pais.



🏠 Rua Rui de Almeida, 111
Centro - Itumbiara. GO

☎ (64) 3404-3233

TERESINHA APARECIDA DE SOUZA

CRP 09/7007

Psicóloga Clínica;

Graduada pelo Instituto Luterano de Ensino Superior - ULBRA;

Psicoterapeuta; Pré Adolescência, Adolescência / Adulto, Casais, Dependência Química;

Avaliação Psicológica, Psicossocial e Vocacional.

ANA BEATRIZ ANDRADE OLIVEIRA

CRP 09/7407

Psicóloga;

Pós-graduanda em Neuropsicopedagogia Clínica;

Psicoterapeuta Infantil/Adulto;

Avaliação Psicológica: Laqueadura, Vasectomia, Bariátrica, Psicossocial e Vocacional.



PARECE MÁGICA

Mas é apenas o Efeito Redutase!



Resultado real com menos de 02 meses de tratamento.
Entre em contato e agende uma avaliação.




Redutase
Saúde e Estética

AM

Álvaro Machado

Av. Beira Rio, 304, Centro, Itumbiara
(64) 3433-7460 / 98101-9946

 @redutase | @dralvaromachado



NÃO HÁ NADA MAIS
VERDADEIRO
 QUE O
AMOR
 DO SEU PET.

Villa Pet

SEU PET CADA VEZ MAIS SAUDÁVEL



Dra. Elisa G. O. Guerin

CRMV/GO: 6736
 Graduada em Medicina Veterinária em 2014 pela Uniube;
 Graduada em Agronomia Iles - ULBRA;
 Pós-Graduada em Clínica Médica de Pequenos Animais;
 Curso de Ultrassonografia pela Diagnovet e Solvet;
 Pós-graduanda em diagnóstico de imagem com ênfase
 em ultrassonografia e radiologia.

- Garantimos Cuidado e Carinho para o seu Pet.
- Serviço prestado por profissionais Qualificados.
- Utilizamos apenas Produtos de Qualidade.

Acessórios

Medicamentos

Rações

Banho e Tosa

Vacinas

Consultório Veterinário, Ultrassonografia

(64) 3431- 3555

(64) 9.8112-2461

villapetitumbiara

Rua João Manoel de Souza, 1103 - Centro - Itumbiara-GO



INOVAÇÃO PARA 2020:

COLÉGIO ZÊNITE INAUGURARÁ MAIS UMA UNIDADE DE ENSINO

Para atender melhor ainda os alunos Zênite, a instituição inaugurará o Colégio Zênite Unidade II.



Há 25 anos o Colégio Zênite educa com seriedade em Itumbiara. Neste ano, a escola celebrou o sucesso de sua fundação – e continua a comemorá-lo oferecendo muitas novidades a todos os que almejam o melhor ensino para seus filhos.

Uma de suas finalidades educativas é a formação do aluno com aptidões e atitudes para se colocar a serviço do bem comum, possuir espírito solidário, sentir-se pronto para construção de novas perspectivas, de modo a garantir a ascensão e formação integral. Isso incentiva o aluno a querer aprender e a ser protagonista de sua aprendizagem.

Como resultado, percebe-se o quanto a instituição fortaleceu-se ao construir os alicerces que são pilares do seu trabalho: a confiança dos pais na prática educativa Zênite, o desempenho da equipe pedagógica e a busca incessante do saber que a corpo docente revela no cotidiano escolar.

De fato, toda a equipe empenha-se em aprimorar a educação e cumprir a missão proposta pela filosofia da instituição: oferecer um ensino de excelência com o propósito de inserir na sociedade indivíduos críticos e participativos para que, assim, o processo educacional alcance resultados significativos na vida dos educandos.

O momento oportuno da transformação é o agora

A palavra que melhor definiria as mudanças positivas feitas na escola até hoje é originalidade. Na busca por garantir a qualidade, ela implementa sempre o que for preciso para atualizar o obsoleto e preservar o conhecimento imprescindível. Foi desse modo que surgiram as parcerias com a Rede Pitágoras e o Sistema Ari de Sá, este introduzido em 2019, aquele desde 2003.

Tanto os parceiros quanto a escolha pela inserção da tecnologia trouxeram resultados significativos para os discentes. Cada decisão escolar, mudança de método, formação das equipes, ou inclusão de novas ferramentas foi e é minuciosamente avaliada e introduzida com afinco. Se se permaneceu 25 anos com igual energia e convicção, com certeza, o maior reconhecimento é o sucesso dos que estudaram na instituição, além das premiações municipais, estaduais e nacionais recebidas.

Não foi por acaso que o Colégio decidiu-se pela abertura de uma nova unidade. A escola cresceu muito nos últimos anos e a preocupação em oferecer espaços dinâmicos, prazerosos e instigadores aos alunos de todos os segmentos tornou-se uma prioridade. Por isso, inaugurou-se o Centro Cultural Zênite (CCZ) no início de 2018. Foi um sucesso só! As salas ficaram cheias de alunos, todos com foco nos estudos e entusiasmados com as aulas e o local novo.

Portanto, para atender melhor ainda os alunos Zênite, a instituição inaugurará o Colégio Zênite Unidade II. Isso quer dizer, é claro, que haverá duas unidades, porém divididas por segmentos. Educação Infantil (Baby e Maternal) e Ensino Fundamental – Anos Iniciais (1º ao 5º ano) permanecerão no atual prédio da Rua XV de Novembro, enquanto o Ensino Fundamental – Anos Finais (6º ao 9º) e Ensino Médio (1º ao 3º) mudarão para o novo lugar na Avenida Rogelina Maria.

Há alguns anos, o Colégio Zênite faz um evento para a abertura de matrículas. Logo anunciaremos datas e informações pertinentes sobre o assunto. **Acompanhe-nos nas redes sociais!**



🏠 R. 15 de Novembro, 128 -

Centro, Itumbiara - GO

☎ (64) 3431-8286



É pela satisfação de nossos clientes que nos esforçamos para fazer o nosso melhor. Graças a vocês a Patotinha Moda Infantil foi eleita a Melhor Loja de Roupas Infantil. Agradecemos pela confiança!



PATOTINHA
Moda Infantil

(64) 3404-2035
Av. Modesto de Carvalho, 1.758 - Itumbiara-GO
(Matriz)




PATOTINHA
Boutique Infantil

(64) 3432-4792
Rua Marechal Deodoro, 279 - Itumbiara-GO
(ao lado da Mega Jóias)

Mais uma vez a Mega Jóias, foi eleita a melhor do segmento, agradecemos a população Itumbiarese pela preferência e confiança depositada em nosso trabalho.
Prêmio como Melhor Joalheria.



 64. 99661 1316 | 3431 5535

Rua Marechal Deodoro, 279 - Centro | Itumbiara-GO




*Mais sabor para a
vida de seus pequenos!*


Outubro, mês das crianças.

O Seu Verdurão

© melhor para sua família!

 64. 99999 0833

 O seu verdureão

 @oseuverdurao

64. 3404 2413 | 64. 3404 1839 | Av. Santos Dumont, 1137 - Itumbiara - GO

64. 3404 1442 | Av. Equador, 300 | Bairro Dona Marolina | Itumbiara - GO



ALIMENTOS QUE AJUDAM A PREVENIR A CÁRIE

Opções alimentícias que ajudam a prevenir a cárie. Não é divertido evitar comer alimentos doces, como bolachas e balinhas, mas quando se trata da cárie, a eleição dos alimentos tem um papel importante. Alguns alimentos podem danificar nossos dentes, enquanto outros contêm os nutrientes necessários para mantê-los fortes e saudáveis. Para ajudar a prevenir a cárie, considere as seguintes opções.

• Cálcio

O cálcio é um ingrediente fundamental para prevenir a cárie, especialmente nas crianças. Os laticínios são uma fonte maravilhosa de cálcio, que se encontra no leite, iogurte e queijo; já que o cálcio não se encontra na gordura, o leite descremado e o iogurte zero gordura são igualmente benéficos. Outras opções são os vegetais verdes como os brócolis e o repolho chinês, o peixe enlatado com ossos, as amêndoas, as nozes brasileiras e os grãos secos.

• Frutas, fibras e vegetais

Consumir alimentos ricos em fibra mantem o fluxo de saliva, a qual ajuda a criar defesas minerais contra a cárie. Os frutos secos como as tâmaras, as passas e os figos, e as frutas frescas como as bananas, as maçãs e as laranjas, são boas fontes de fibra. Outras opções são os grãos, as couves-de-bruxelas e as ervilhas, bem como o amendoim, as amêndoas e o farelo de trigo.

• Grãos inteiros

Os grãos inteiros são ricos em ferro e vitaminas B,

os quais ajudam a manter as gengivas saudáveis. Os grãos inteiros também contêm magnésio, que é um ingrediente fundamental para ossos e dentes. Além disso, os grãos inteiros são ricos em fibra. Consuma alimentos tais como o farelo de trigo, o arroz integral e os cereais e massas de grão inteiro, que são uma boa fonte de grãos inteiros.

Guloseimas

Quando comprar lanches, prefira alimentos saudáveis, tais como os indicados previamente. Afaste-se dos doces, porque o açúcar, em conjunto com a placa, debilita o esmalte dental, deixando-o vulnerável às cáries. De fato, cada vez que consumimos guloseimas, o açúcar fica nos dentes 20 minutos depois de ser ingerido.

A pirâmide alimentar

Quando você quiser seguir uma dieta saudável, que seja boa para seus dentes e para o resto do seu corpo, tente ser fiel à pirâmide alimentar. A pirâmide está estruturada para oferecer porções saudáveis de todos os grupos alimentares necessários durante o dia.

Fonte: <https://oralb.com.br/pt-br/artigos-cuidado-bucal/carie/alimentos-que-ajudam-a-prevenir-a-carie>



64 3431 3589

drasamararesende@yahoo.com

Ed. Flamboyant, 34 Sl. 09 - Pça Sebastião Xavier - Centro - Itumbiara-GO

Convênio:  UNIODONTO

Especialista em Odontologia Estética;
Atualização em Cirurgia Oral Menor (Sisos), Limpeza,
Restaurações, Clareamento Dental (Laser), Facetas e
Próteses.



LUCRO REAL: COMO FUNCIONA E QUAIS ALÍQUOTAS INTERNAS

Lucro real, você conhece esse sistema de tributação e suas alíquotas?

Conheça mais sobre o assunto hoje e esteja pronto para acertar no alvo da **lucratividade!**

Vivemos numa era, onde precisamos estar sempre atentos a tudo e todos! E quando se fala no bolso, qualquer economia que seja obtida, vira lucro, concorda?

Assim, nasce o **sistema tributário do lucro real**, você o conhece e sabe como ele funciona?

Vejamos a partir de agora!

Lucro real e empresas de grande porte

Qualquer empresa pode fazer o uso do lucro real, muito embora, as grandes sejam as mais favorecidas, visto que mesmo quando não há lucro, ainda nesse caso, a empresa se resguarda do pagamento de alguns impostos!

E quais são os tributos do lucro real?

IRPJ – Imposto de renda pessoa jurídica;

CSLL – Contribuição social sobre lucro líquido;

PIS;

COFINS;

ISS – Imposto sobre serviços de qualquer natureza;

ICMS – Imposto sobre operações de serviços de transporte interestadual e intermunicipal e de comunicação.

Os impostos no lucro real são pagos separadamente, além disso:

Alguns dos tributos são calculados com base no lucro líquido em determinado período da empresa;

Através do lucro líquido, é preciso aplicar alguns valores ou ainda excluir da base de cálculo, por isso a importância de ter uma contabilidade especializada ao lado, para melhor proveito dos seus negócios!

A excelente notícia é que, se durante o período sua empresa não tiver obtido lucro, fica, então, ausente de pagar os impostos, o que por si só é uma excelente vantagem de não haver pagamento e nem prejuízos.

De forma geral, o lucro real é um dos melhores regimes, quando você possui o apoio de contador qualificado que ajuda o seu negócio a crescer e prosperar,

pois através de um planejamento tributário, é possível ter muitos benefícios fiscais!

E as alíquotas dos impostos do lucro real?

IRPJ – 15%;

CSLL – 9%;

Adicional de 10%, sempre quando o valor exceder a 20 mil reais dentro de um mês;

PIS – 1,65%;

COFINS – 7,60%.

O PIS e COFINS são tributações que devem ser recolhidas dentro de cada mês e que incidem na receita bruta. Lembrando que ambos não são cumulativos.

A importância da contabilidade especializada no lucro real para empresas

Às vezes, não se dá a devida importância a uma área da empresa que é tão vital à **saúde dos negócios!**

Sim, estamos falando da **contabilidade empresarial**, pois, é a partir dela, que se torna possível encontrar **indicadores financeiros** e, assim, começar um **planejamento tributário** capaz de gerar melhores e maiores economias dentro da organização, validando e trazendo soluções estratégicas, tanto a nível de custos, como de fiscalização, tributação e de performance.

É preciso destacar que, mais do que nunca, uma **assessoria contábil de ponta**, traz melhores condições para que a empresa consiga se desenvolver como precisa!

Mas somente com o apoio desse tipo de **empresa contábil** é possível **gerar bons negócios e crescimento!**

Portanto, se você precisa **melhorar seus resultados financeiros empresariais** e quer aquela "mãozinha" as questões voltadas a **rentabilidade e lucratividade**, além de ter ajuda nos contextos de menor tributação em sua empresa, venha falar conosco!

Nós podemos e queremos te ajudar!

A **WR** está de cara nova, trazendo soluções que cabem na palma da sua mão e que te acompanham aonde você for!

Nosso novo site está mais simples e fácil de acessar - inclusive por celular. Porém, com **MUITO** mais conteúdo e soluções práticas, para que você possa se conectar com a gente e ter a assessoria necessária para crescer e prosperar em seu ramo de atuação!

Então, venha nos visitar!

www.wrcontab.com.br

OBS: ESSE CONVITE É TANTO ONLINE QUANTO OFFLINE, AFINAL, NÃO É PORQUE VOCÊ PODE SE CONECTAR CONOSCO QUANDO QUISER, QUE VAMOS DISPENSAR UM BOM CAFÉ!



Contabilidade & Consultoria

Sua empresa, nosso negócio.

Av. Trindade, 911 - Centro - Itumbiara-GO | 64 3431-0510

Filial: Rua Brasil, 50 - Setor Bueno - Goiânia-GO | 62 3922-3417

falecom@wrcontab.com.br | www.wrcontab.com.br

ULTRASSOM MICROFOCADO – ENTENDA O TRATAMENTO DAS CELEBRIDADES



Ultrassom Microfocado é a mais nova tecnologia não invasiva para a prevenção e tratamento do envelhecimento cutâneo. E o aparelho mais famoso nas redes sociais é o Ultraformer 3. Mas o que é exatamente?

É um ultrassom que tem a capacidade de atuar melhorando a flacidez e os contornos do rosto, dando a aparência de uma pele mais jovem. Pode ser usado em pessoas jovens para prevenção e também para peles que já apresentam flacidez.

O rosto possui vários elementos estruturais que, com o passar dos anos, pesam e acabam mudando a silhueta facial. Desta forma, ocorre um reposicionamento da gordura e dos músculos faciais, deixando a face com uma aparência menos jovem. Popularmente, se diz que o rosto “desabou”.

Se o objetivo do paciente é um lifting facial não cirúrgico e com resultado surpreendente e natural, deve-se tratar além da pele, os músculos também. Nenhuma outra estrutura de sustentação facial tem mais força de tração do que os músculos. O ultrassom microfocado atua “elevando” a face e revertendo os efeitos da gravidade e do tempo.

Como atua? O aparelho promove pontos de coagulação e encurtamento das fibras musculares de forma simples, com efeitos que podem ser observados até 3 meses após a aplicação e permanecem por longo tempo. Um tratamento amplo e inteligente onde nota-se a melhora das rugas finas pelo estímulo das camadas mais superficiais, das rugas mais profundas com intenso estímulo de colágeno da derme média e profunda, e ainda eleva a face através da contração muscular. Como resul-

tado, tem-se uma melhora global, real e visível da pele.

Para que é indicado? Melhora expressiva da flacidez da face e pescoço, envelhecimento facial, rugas, bigode chinês, cicatrizes da acne, melhora global da aparência da pele, lifting facial não invasivo e melhora do contorno mandibular.

Contraindicações: gestantes ou em amamentação, pele com acne ou ferida aberta na região, diretamente sobre implantes metálicos, quelóides ou alguns preenchedores como metacrilato.

Como é a recuperação da pele? Nos dias seguintes ao procedimento, pode ter a sensação da pele um pouco mais rígida na região, discretos hematomas também tem chances de aparecer podendo ser facilmente cobertos com maquiagem, e geralmente estes sintomas desaparecem em poucos dias e não necessita de afastamento das atividades diárias.

A sessão para a face completa e pescoço dura em torno de 2 horas, mas é possível realizar o tratamento em apenas algumas regiões, como bochechas ou pescoço.

Este e outros tratamentos modernos e cada vez com resultados mais naturais estão disponíveis aqui na Clínica Neriah e a avaliação para esclarecer suas dúvidas é uma cortesia nossa para você.



108,

Angélica Nery

Fisioterapeuta.
Crefito 11 nº 82233F

🏠 Clínica Neriah - Estética e Medicina Integrada
Av. Adoniro Martins de Andrade, 66 - Centro
☎ (64) 3404-4433 📞 (64) 9.9999-9849
📷 NeriahClinica 📘 Neriah Clínica

Realização do III C.B.S. (Circuito BioCEL da Saúde), cujo tema foi “Cefaleia, como identificar e tratar”. Palestra ministrada pelo Neurologista Dr. Diógenes Umaki.



Matriz: Av. Rio Verde, nº 97, Centro

 (64) 3404-1833  (64) 98436-0079

Posto de Coleta: Rua Major Militão,
nº 462 A, Jardim América

 (64) 9 9661-1811

A MAIS LEMBRADA NO SEGMENTO LOJA DE CALÇADOS,
MÉRITO LOJISTA 2019



**AGRADECER SERÁ SEMPRE POUCO PARA RECONHECER
O BEM QUE NOS PROPORCIONA E O PRIVILÉGIO
QUE É TER VOCÊS COMO NOSSOS CLIENTES,
VOCÊS SEMPRE VÃO SER NOSSO MAIOR FOCO.**



KIPASSO

Av. Modesto de Carvalho, 1421 - Itumbiara-GO

(64) 3404-3100

(64) 9.9966-9882 

MEDICAMENTO AUTORIZADO!



MEDICAMENTO AUTORIZADO!

E se dissesse que existe um remédio capaz de reduzir ao mesmo tempo os riscos de:

- AVC;
- Infarto;
- Hipertensão;
- Diabetes;
- Osteoporose;
- Câncer;
- Depressão;
- Ansiedade;

Esse remédio existe e é composto de: atividade física + alimentação saudável (mas leia até o final).

Durante a faculdade, nas aulas sobre tratamentos das doenças, quando via a primeira opção "mudanças no estilo de vida" achava perda de tempo e queria logo aprender sobre os medicamentos por achar ser o mais importante.

E realmente os professores usavam a maior parte do tempo explicando sobre os remédios e não sobre a importância de mudanças no estilo de vida.

E sempre achei que os pacientes preferiam mudar os hábitos ao invés de entrar nos medicamentos de uso contínuo, por achar ser mais fácil, "e olha que nem eu tinha o mínimo de cuidado comigo".

Mas na verdade a realidade é inversa, não que os pacientes prefiram medicações, mas eles por comodidade e descuido acabam cada vez mais reféns dos remédios. "Buscam prazer nos alimentos, não tem tempo para atividade física, cigarro e álcool em excesso são escapes a uma vida estressante...".

Uma coisa é fato, para a maioria dessas doenças crônicas citadas, as medicações não tratam, apenas controlam... A prática de atividades físicas e alimentação saudável ainda são os principais responsáveis pela redução dos riscos e tratamentos de grande parte das doenças.

Como médico tenho que admitir uma coisa: saímos muito bem formados para tratar doenças, mas infelizmente não somos preparados para cuidar da saúde de nossos pacientes!

E nos últimos anos meu foco tem se voltado pra isso, mas e você? Já usou esse remédio? Acha que pode melhorar algo? Qual a última vez que colocou sua saúde (e não digo doença) como sua prioridade?

NUTRON

MEDICINA DE EMAGRECIMENTO | PERFORMANCE

✉ nutronclinica@gmail.com

📷 [@nutronclinica](https://www.instagram.com/nutronclinica)

Dr. Átila Tavares Abdala

CRM/GO: 18.888

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



Newlife

Clínicas Itumbiara

*Tudo em um só lugar,
para cuidar da sua saúde*

Dra. Priscilla Oliveira Silveira

Fisioterapeuta Resp. Técnica
Instrutora de Pilates/Neo Pilates
Coach MAH

Dr. Marcellus Costa

Médico Nutrólogo

Rodrigo Silveira

Instrutor de
Pilates/Neo Pilates
Funcional

Dr. Frank Eduardo C. Sampaio

Osteopatia | Microfisioterapia

Dra. Daiana Souza Maeda

Nutricionista Funcional e Esportiva

Emanuela Mendes

Profissional de Ed. Física
Instrutora de Pilates
e Funcional

Ana Angélica C. do Nascimento

Psicologia | Hipnoterapia

Dra. Michelle Daiana

Ginecologia Obstetrícia

Michele Machado

Profissional de Ed. Física
Instrutora de Pilates
e Funcional

Dra. Jacqueline Cintra Ribeiro

Fisioterapia Vascular e Estética

Dra. Jéssica Luana Araújo

Fisioterapeuta
Instrutora de Pilates

Dra. Nathanry Suliki

Fisioterapeuta
Instrutora de Pilates

Dra. Raíza Santana Ferreira

Farmacêutica Esteta

Laboratório Fleming

Posto de Coleta 1

Horário de atendimento:

De segunda a sexta: das 07:00 às 21:00 | Aos sábados das 07:00 às 17:00

 newlifeiub@gmail.com

64 3433-3839  64 99665-3839  @newlife_clinicasiub

Avenida JK, 454 - Alto de Boa Vista - Itumbiara - GO

CLIMATÉRIO OU MENOPAUSA

Climatério e menopausa não são sinônimos! Climatério é a fase de transição do período reprodutivo para o não reprodutivo e Menopausa começa com a última menstruação da vida.

No Climatério a produção de hormônios diminui drasticamente no corpo das mulheres e surgem sintomas como **fogachos ou ondas de calor** e oscilação de humor, além de uma série de flutuações no ciclo menstrual.

A sensação de inchaço no corpo e mamas, as dores fortes de cabeça ou enxaquecas, as alterações de humor (nervosismo, irritação, tristeza profunda e mesmo depressão) podem manifestar-se ao longo de até quinze dias antes da menstruação. Do meio para o fim do climatério é comum, ainda, a irregularidade nos ciclos e a variação do fluxo menstrual. Nessa fase de transição, é comum que as menstruações fiquem mais espaçadas. Por isso, a menopausa só é “diagnosticada” após a mulher passar pelo menos 12 meses sem menstruar.

O climatério é um fenômeno natural, que ocorre com todas as mulheres e cerca de 80% apresentam sintomas em menor ou maior intensidade.

Menopausa

Apesar de ser mais comum perto dos 50 anos, é normal que a menopausa ocorra um pouco mais cedo, aos 40. Com o fim da menstruação, há uma diminuição na produção dos hormônios sexuais femininos, o que pode resultar em uma série de mudanças no corpo da mulher, sentidas a curto, médio e longo prazos.

No curto prazo, a aproximação e a chegada da menopausa podem causar calor, alteração no humor – com possíveis episódios de irritação e depressão, tontura, dor de



cabeça e baixa libido. A médio prazo além da diminuição do desejo sexual, pode ocorrer também atrofia urogenital, com o afinamento e o ressecamento da mucosa que reveste a vagina, causando, em muitos casos, dor durante o sexo e problemas urinários.

A longo prazo pode haver uma maior propensão não só à osteoporose, mas também a doenças cardiovasculares, pois um dos hormônios sexuais femininos, o estrogênio, protege o coração e os vasos sanguíneos das mulheres. Com a produção deste hormônio em queda, essa proteção natural diminui.

A escolha do tratamento deve ser individualizada a partir dos riscos e benefícios que a mesma trará para a paciente. Podem ser utilizados métodos hormonais ou não hormonais, disponíveis em diversas apresentações. Uma vida saudável, com mudança dos hábitos de vida prejudiciais à saúde, prática regular de exercícios e alimentação apropriada deve ser considerada como objetivos primários no manejo terapêutico destas pacientes.

Os tratamentos para amenizar os sintomas da menopausa são as terapias de reposição hormonal (como terapia estrogênica, progestagênios e até androgênios em alguns casos) e nos casos de contraindicação a estes, pode se recorrer as terapias não hormonais (como fitoestrogênios, antidepressivos e até hidratantes vaginais).

A decisão clínica deve ser individualizada pesando riscos e benefícios. O objetivo é promover melhor qualidade de vida.

Como a menopausa não tem uma data determinada para ocorrer é preciso estar atenta aos sintomas e consultar o médico(a) ginecologista regularmente!



CRM/GO: 18.777 CRM/MG: 63.979 RQE: 12.120
MÉDICA GINECOLOGISTA E OBSTETRA

Graduada em Medicina com honra ao mérito pela Universidade Presidente Antônio Carlos;

Ginecologia e Obstetria pelo programa de residência médica da Secretaria Municipal de Saúde de Uberlândia;

Pós-Graduada de Ultrassonografia em Ginecologia e Obstetria pela Escola de Ultrassonografia de Ribeirão Preto;

Pós-Graduada em Ginecologia Endócrina pela Sociedade de Ginecologia e Mastologia do Estado do Rio de Janeiro;

Atendimento em Ginecologia geral, Climatério, Pré-natal e Parto Humanizado em consultório particular;

Plantonista de Ginecologia e Obstetria em Pronto atendimento;

Membro titular da sociedade de ginecologia e mastologia do estado Rio de Janeiro.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07





Lisboa 499
Iluminações de Natal e Saldos
8 dias/7 noites

A partir de € **499** ou
79 + 10x 42



Alemanha Romântica
com Réveillon em Munique
7 dias/6 noites

A partir de € **1.195** ou
175 + 10x 102



64 9.9909.8484

Agência de viagens especializada em Disney, Caribe e Cruzeiros
igor@pxtravel.com.br | www.pxtravel.com.br

PXTRAVEL

DUAS TÉCNICAS QUE VEM CONQUISTANDO O MUNDO - HIALUROPEEL E DERMALIFT

HIALUROPEEL - É uma técnica incrível, que permite um amplo campo de atendimento aos meus pacientes, 3m Biorevitalização, Preenchimento labial, Harmonização facial, Skinbooster e muito mais.



DERMALIFT - é um tratamento estético que hidrata a pele e promove a produção de colágeno. É um dos maiores avanços científicos na área da cosmetologia, uma formulação inovadora, que atua na redução não invasiva das rugas mímicas (contrações musculares da face). Sua ação melhora a oxigenação tecidual e o brilho da pele, além de diminuir os sinais de fadiga.



Núcia Pires

Graduação em Estética pela Universidade de Cambirui-GO;
Graduada em Estética e Imagem pela Universidade Norte do Paraná (UNOPAR-Polo Itumbiara).

Dentre as capacitações estão:
Especialização estética facial;
Carboxiterapia;
Dermaticista;
Dermopigmentadora;
Laserterapia;
Microagulhamento;
Micropuntura;
Limpeza de pele fotonica;
Massagem fácil;
Camuflagem de estrias.

Contato: 📞 (64) 9.9964-5745

🏠 Edifício Executivo - Sala 16



CIRURGIÕES- DENTISTAS

ESPECIALISTAS EM
CUIDADOS,
saúde e sorrisos

DIA DO CIRURGIÃO-DENTISTA

25 DE OUTUBRO

 **UNIODONTO**[®]
SUL GOIANO



64. 3431-7146



www.uniodontosulgo.com.br



Rua Rui de Almeida, 519, Centro - Itumbiara/GO

somos
coop

FA
BRI
CA

ANS nº 35.833-9



CIRURGIA ORTOGNÁTICA & SÍNDROME APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO (SAOS)

A cirurgia de avanço maxilomandibular tem se apresentado como o tratamento cirúrgico mais eficiente para SAOS, com índices de sucesso de até 100%. A Apneia Obstrutiva do Sono é frequentemente tratada corretamente através da Cirurgia Ortognática, além de ser o tratamento com resultados definitivos. A SAOS ocorre quando há uma obstrução das vias respiratórias, geralmente devido a oclusão da faringe durante o sono, causando pausas respiratórias de 10 segundos ou mais, e provocando o despertar do sono, por um breve momento, inúmeras vezes ao longo da noite. Por interromper por alguns períodos a passagem de ar, essa síndrome pode reduzir drasticamente o nível de oxigênio no sangue, causando inúmeras consequências malélicas a saúde do indivíduo. A SAOS está associada ao aumento do risco de doença coronariana isquêmica, acidente vascular cerebral, insuficiência cardíaca, associação com hipertensão arterial sistêmica, arritmias cardíacas, risco de

morte súbita, síndrome metabólica e diabetes mellitus do tipo II. É responsável também pelo aumento do risco de acidentes automobilísticos, redução da capacidade cognitiva, qualidade do sono e da qualidade de vida. Cerca de 30% da população sofre de SAOS. Cirurgia Ortognática é a melhor opção para o tratamento definitivo de SAOS.

A Cirurgia Ortognática consiste em colocar os maxilares na melhor posição possível, de tal forma que garanta a saúde das articulações temporomandibulares, dos tecidos bucais, da respiração correta, das funções da fala e da mastigação, da oclusão da musculatura facial e estética facial. Trata-se de uma cirurgia totalmente funcional e realizada toda por dentro da boca, sem deixar cicatrizes aparentemente, e seu caráter não é estético, porém, ela ganha esse foco estético quando você coloca os maxilares no seu adequado posicionamento, fazendo com que a face do indivíduo mude imediatamente para melhor.

Especialista em cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial;
Membro da sociedade brasileira de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - SOBRACIBU;
Membro da Associação latino Americana de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - ALACIBU;
Membro da academia latino americana de Piezocirurgia;
Especialista em Cirurgia e Traumatologia bucomaxilo facial pelo CFO e pela Associação Brasileira de Odontologia;
Membro corpo clínico Integrattus em Brasília - DF;
Referência em Cirurgia Ortognática, Cirurgia ATM, Cirurgia de Face e Traumatismo Facial e implantodontia oral;
Residência em Cirurgia e Traumatologia Buco Maxilo Facial no CEDDAR – Campinas-SP;
Membro corpo clínico Hospital Regional Unimed - Itumbiara-GO;
Membro Clínica Faccis- Itumbiara-GO;
Preceptor da residência em cirurgia e traumatologia buco maxilo facial - ANEO - Brasília DF;
Membro corpo clínico Hospital Mário Palmério Uberaba-MG;
Membro corpo clínico hospital Santa Clara - Uberlândia-MG.

Eleve seus conceitos e conheça o padrão de excelência em atendimento odontológico para problemas bucomaxilo faciais e implantodontia oral.



Agende sua Consulta:
☎ (64)3608-1227
☎ (64) 9.9281-8584
Plantão ☎ (64) 98146-9492
📷 dr.luizjunior





OUTUBRO ROSA

Campanha Laboratório **SÃO JUDAS TADEU**

OUTUBRO, mês que estimula as mulheres avaliar PREVENTIVAMENTE a saúde quanto ao CÂNCER DE MAMA e também CÂNCER DE COLO DO ÚTERO. O laboratório SÃO JUDAS TADEU pioneiro em oferecer condições de PREÇOS ESPECIAIS para permitir acesso cada vez mais a um número maior de mulheres quanto ao exame PREVENTIVO, estará em CAMPANHA durante todo o mês. CONFIRA!!!

PREVINA-SE



Campanha I

Exame
Preventivo

Indicação
Câncer Colo de Útero

Valor
R\$ 34,90



Campanha II

Exame
Preventivo
Hemograma
Glicemia
Cálcio

Indicação
Câncer Colo de Útero
Avaliação Geral
Diabetes
Osteoporose

Valor
R\$ 69,00



Campanha III

Exame
Preventivo
Hemograma
Glicemia
Cálcio
Lipidograma
TSH
EAS

Indicação
Câncer Colo de Útero
Avaliação Geral
Diabetes
Osteoporose
Gordura no Sangue
Disfunção da Tireoide
Urina Avaliação Geral

Valor
R\$ 109,00

 99992-6393 / 3431-3178 Rua Jacinto Brandão, 528



AS DIFICULDADES PARA ADESÃO EM DIETAS E O AUXÍLIO DA TERAPIA COGNITIVO COMPORTAMENTAL PARA ESSAS DIFICULDADES

Os estados de humor que experimentamos frequentemente dependem de nossos pensamentos e como os estados de humor são habitualmente causa de sofrimento ou podem levar a comportamentos com consequência é importante que você identifique o que está pensando e verifique a veracidade de seus pensamentos antes de agir. Por exemplo, um sujeito bastante irritado por estar em um determinado ambiente que não gostaria pode vir a comer uma quantidade maior e assim usar como uma fuga para não prestar atenção no ambiente e nas pessoas a sua volta.

Por meio da Terapia Cognitivo Comportamental o cliente pode identificar as distorções cognitivas, corrigi-las e, conseqüentemente, apresentar

melhora clínica; ou seja, reavaliar e corrigir seus pensamentos.

A terapia cognitiva comportamental pode ajudar o sujeito a modificar a forma dos pensamentos, aprender uma série de estratégias psicológicas que lhe permitirão persistir no seu plano alimentar e aprender a lidar com a auto sabotagem.

Os problemas não são situações impossíveis, mas sim soluções inapropriadas para aquela situação, e o modo como um determinado sujeito se sente diante de uma situação está relacionado ao modo como ele interpreta e não a situação em si.

Pensar não é o mesmo que fazer. Porém, quanto mais seguramente acreditamos que algo é possível, mais chances temos de tentar realizar e de, talvez, obter sucesso.

Karyna Santos Almeida Brito

CRP 09/012471

Psicóloga;

Pós-graduanda em Terapia Cognitivo Comportamental.



☎ (64) 3430-6317

☎ (64) 9.9209 4838 ☎ 9.9216-4060

✉ karyna_britto@hotmail.com

🏠 Rua Clepino Antônio Araújo, 485,
Alto da Boa Vista, Itumbiara-GO

LINHA HOME



LINHA SPA



LINHA ALMA



AROMAS ■ BEM-ESTAR ■ TRATAMENTO ■ BELEZA

Visite nossa loja.

Rua Padre Felix nº129 Sala 06 - Itumbiara-GO

@provanzaitumbiara

(64) 9 8103 - 1111 / 3430 - 6848



PROVANZA



 **6 ANOS**
FACILITANDO
SUA VIDA
panuti





HÉRNIA DE HIATO

A hérnia de hiato ocorre quando há protusão de órgãos do abdome para o tórax, por uma abertura no diafragma (músculo que separa o tórax do abdome), chamada de hiato esofágico. Geralmente o órgão que protraí é o estômago, porém em alguns casos, outros órgãos podem também protraír, como o intestino e o baço. As causas da hérnia de hiato não são bem estabelecidas, mas acredita-se que possa ocorrer devido a uma fragilidade do diafragma, a uma malformação congênita ou ao aumento da pressão dentro do abdome, como ocorre em obesos,

gestantes e em situações de trauma abdominal.

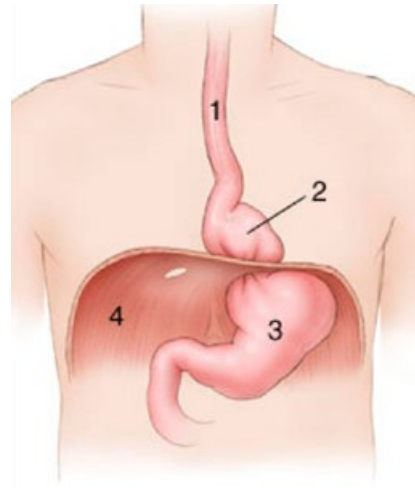
Os pacientes com hérnia de hiato geralmente são assintomáticos. Quando há sintomas, é devido a presença de doença do refluxo gastroesofágico (DRGE) associado, então o paciente pode queixar-se principalmente de dor torácica, regurgitação e disfagia (dor ao deglutir).

O diagnóstico é feito por exames de imagem, como radiografia de tórax, tomografia de abdome e endoscopia digestiva alta.

O tratamento na maioria das vezes é clínico, com acompanhamento, orientações dietéti-

cas e de hábitos diários e uso de medicações para o refluxo. Em alguns casos, pacientes com hérnias mais volumosas, com má resposta ao tratamento clínico ou dependentes de medicações para alívio dos sintomas, são candidatos a cirurgia.

A cirurgia consiste em duas etapas: o fechamento do hiato esofágico, a chamada hiatoplastia; e a confecção de uma válvula antirrefluxo. Pode ser realizada por via aberta ou por via laparoscópica. Porém, segundo estudos comparando essa cirurgia por via aberta versus via laparoscópica, demonstrou que a via laparoscópica apresenta 65% menos chances de complicações no pós-operatório.



1. Esôfago
2. Porção herniada do Estômago
3. Estômago
4. Diafragma



Dra. Nayara Maeda

Clínica e Cirurgia do Aparelho Digestivo

CRM/GO 21.880 CRM/MG 79.503

Médica Cirurgiã Geral (RQE/GO 11.170 | RQE/MG 45.143) e do Aparelho Digestivo (RQE/GO 13.111 | RQE/MG 45.144)

Residência Médica em Cirurgia Geral pela Santa Casa de Misericórdia de Ribeirão Preto-SP; Residência Médica em Cirurgia do Aparelho Digestivo pelo Hospital Geral de Goiânia (HGG)- GO;

Pós Graduanda em Cirurgia Minimamente Invasiva pelo Instituto Jacques Perissat de Curitiba-PR;

Membro Adjunto do Colégio Brasileiro de Cirurgiões (CBC);

Membro Titular do Colégio Brasileiro de Cirurgia Digestiva (CBCD);

Membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Bariátrica e Metabólica (SBCBM).

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





NOVO MODELO DE CERTIDÃO DE NASCIMENTO

O novo modelo de certidão de nascimento se tornou obrigatório em 1º de janeiro de 2018. Os cartórios de registro civil hoje disponibilizam aos pais e responsáveis o novo modelo de certidão de nascimento definido pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ). As alterações têm a função de facilitar registros de paternidade e maternidade de filhos não biológicos, regulamentar o registro de crianças geradas por técnicas de reprodução assistida, entre outros.

➤ Entenda o que mudou no novo modelo de certidão de nascimento:

Inclusão do CPF na certidão de nascimento

O CPF é um documento de emancipação de qualquer cidadão brasileiro. Com ele, é possível celebrar contratos, comprar a prazo, vender, alugar e muito mais.

A presença do CPF na certidão de nascimento significa que a criança é considerada cidadã desde o seu nascimento.

Inclusão de nomes de pais socioafetivos

A principal novidade no novo modelo de certidão de nascimento é a permissão de inclusão de nomes de pais socioafetivos sem necessidade de recorrer ao Judiciário.

Agora a certidão pode conter os nomes de até dois

pais e duas mães em razão da dissolução de casamentos ou relacionamentos estáveis e formação de um novo núcleo familiar. Para a inclusão do nome do padrasto, madrasta ou novo companheiro de um dos pais basta o responsável legal manifestar esse desejo no cartório.

Filiação

O novo modelo de certidão de nascimento não contém mais os quadros preestabelecidos para preenchimento dos genitores. O documento terá espaço para o nome dos pais, que podem ser heterossexuais ou homossexuais, e os avós maternos e paternos serão substituídos pela nomenclatura ascendentes.

Reprodução assistida

Em caso de reprodução assistida, o registro da criança passa a poder ser feito no cartório quando a gestação for resultado de inseminação artificial, doação de gametas ou barriga de aluguel. Também é possível registrar a criança diretamente em cartório quando o genitor doador de material genético já tiver morrido.

Naturalidade

As novas regras para certidão definem que a partir de agora a família pode registrar o filho pela cidade onde nasceu ou pelo local onde reside a família.



Carlos Henrique Santos do Amaral

Oficial/ Tabelião



☎ (64) 3431-5151

🏠 Rua Padre Félix, 152 - Centro - Itumbara-GO



☎ (64) 3431-6993

☎ (64)99999-3993

🏠 Rua Padre Felix, 152A - Centro - Itumbiara-GO

✉ trioforte@trioforte.com.br



CORDEIRO®

Folheados em Ouro 24k
Sofisticação em Jóias

A PEDRA ESMERALDA VIBRA
ATRAINDO RIQUEZAS,
AUMENTA NOSSO PODER DE
MAGNETISMO, ABRE CAMINHOS
E NOS CONECTA COM O
FLUXO DA ALEGRIA E
AMOR DIVINO.

OS BRILHANTES TRAZEM
CHARME E REQUINTE A JOIA!



Francisco de Assis Cordeiro Filho

- Engenheiro Mecânico – Universidade Federal de Uberlândia – UFU;
- Coach – Instituto Brasileiro de Coaching – IBC;
- Especialista em Gestão Empresarial – SENAI;
- Joalheiro e CEO da Cordeiro 24k.

📍 Rua Prefeito Antônio Joaquim Silva, 149 - Centro

☎ (64) 3404-1888

📷 @cordeiro24k 📘 @cordeirofolheados24k

SAIBA MAIS SOBRE A LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS



LGPD

No Brasil, em Agosto de 2020, entrará em vigor a Lei Geral de Proteção de Dados (Lei n.º 13.709).

REGRAS

Exigências a respeito da coleta, armazenamento, tratamento e compartilhamento de dados pessoais.

IMPORTÂNCIA

Segundo estudos, nos próximos 04 anos, mais de **145 BILHÕES** de dados serão roubados em todo o mundo.

SEGURANÇA

Esse é um dos principais desafios para as empresas no momento.

CONHEÇA A NEXT TECNOLOGIA E DESCUBRA AS INÚMERAS FORMAS QUE A EMPRESA PODE CONTRIBUIR PARA O CRESCIMENTO E SEGURANÇA DA SUA EMPRESA



UNIDADE DE ITUMBIARA

alisson.oliveira@nexttecnologiadainformacao.com.br

(64) 99290-7117

mariele.melo@nexttecnologiadainformacao.com.br

(64) 9 9284-8442

Rua Magnólia, 293, Jardim Morumbi, Itumbiara/GO, 75503-970





SUA EMPRESA ESTÁ EM CONFORMIDADE COM A LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS?

A Lei Geral de Proteção de Dados, também conhecida como LGD, é um conjunto de normas que tem como objetivo proteger a privacidade, liberdade e intimidade das pessoas e estabelecer uma relação mais transparente entre empresas e clientes, principalmente no que tange ao uso de informações e dados pessoais.

Assim sendo, a previsão legal visa à proteção dos dados e das informações que possibilitem a identificação de uma pessoa física, fixando um regramento na utilização desses dados, independentemente do armazenamento ser por meio físico ou digital.

A adequação à LGD exigirá mudanças estruturais em praticamente todas as áreas internas das empresas, sejam públicas ou privadas, as quais deverão implementar medidas de segurança e prevenção para garantir o controle dos dados e informações que coletar e processar, desde o momento em que chegarem na empresa até o momento em que forem apagados. Para tanto, as empresas deverão contar com o apoio do Departamento Jurídico.

Dentre seus objetivos para regulamentar o tratamento de dados pessoais de clientes, funcionários e usuários por parte de empresas, a lei também determina que todos os profissionais da área da saúde deverão se adequar à nova legislação especial. Assim, todas as informações sobre

o paciente seguirão um rígido protocolo de regulamentação. Além disso, a segurança de todas as informações e o acesso serão regradados pelo tratamento de dados aplicados a cada tipo de serviço ofertado na área médico/clínica/hospitalar.

É certo afirmar, portanto, que as empresas, independente da especialidade e do porte, sofrerão grande impacto com a vigência da LGD, sendo de extrema importância a organização, o mapeamento e a alteração das bases de dados, o gerenciamento das operações que utilizam informações, assim como o estabelecimento de medidas de segurança, com vistas a se adequar à evolução normativa.

O prazo de adequação das empresas à Lei Geral de Proteção de Dados vai até agosto de 2020. No entanto, é preciso começar desde já a revisar os seus processos para assegurar que está em conformidade com a legislação e corrigir o que não está, em tempo hábil, visto que o processo envolve mudanças profundas e quem não cumprir as novas normas poderá arcar com multas severas.

Samara Carvalho Advocacia & Assessoria Jurídica

SAMARA CARVALHO E SILVA, advogada, inscrita na OAB/GO sob o n. 27479, professora universitária, pós-graduada em Direito Público, graduanda em Direito do Trabalho e Processo do Trabalho, Professora Universitária.

✉ samaracarvalhoadv@gmail.com

📷 @samaracarvalho.adv



USO DE FIBRINA LEUCOPLAQUETÁRIA AUTÓLOGA NA ODONTOLOGIA

A Fibrina Leucoplaquetária (PRF) é um material rico em plaquetas autólogas, fatores de crescimento e que apresentam um concentrado imunológico e plaquetário que possibilita a osteocondução e intensificam a resposta regenerativa das células do próprio paciente. Foi desenvolvida para intensificar o aceleração da reparação de tecidos ósseos e moles. A obtenção da Fibrina Leucoplaquetária Autóloga é feita através da coleta de sangue e processamento em centrífuga própria para a técnica.

As aplicações clínicas da PRF em Odontologia são bastante variadas, tais como:

- Elevação de seio maxilar em combinação com enxertos ósseos;
- Preenchimento de espaços cirúrgicos em Implantodontia e Cirurgia Ortognática;
- Estabilização de materiais de enxerto;
- Preservação do alvéolo após exodontia ou avulsão;
- Cobertura de raízes com recessão;
- Tratamento de defeitos ósseos;
- Tratamento de lesão endodôntica e periodontal;
- Tratamento de defeitos de furca;
- Aprimoramento da cicatrização de feridas palatais após enxerto gengival livre entre outros;
- A Fibrina em fase líquida pode ser usada em tratamentos estéticos faciais.

Sua característica hemostática e armazém do sistema imune propiciam um bom resultado e efetivação da redução de impermeabilidade em procedimentos cirúrgicos. Em razão disso, existem inúmeras possibilidades de aplicações em Odontologia. Concluindo, a fibrina rica em plaquetas, além de ter o baixo custo, é um material que necessita apenas do sangue autólogo, eliminando assim as chances de contaminação e diminuindo o risco de infecção.



Figura 2a- Coágulo de fibrina em dimensão macroscópica.

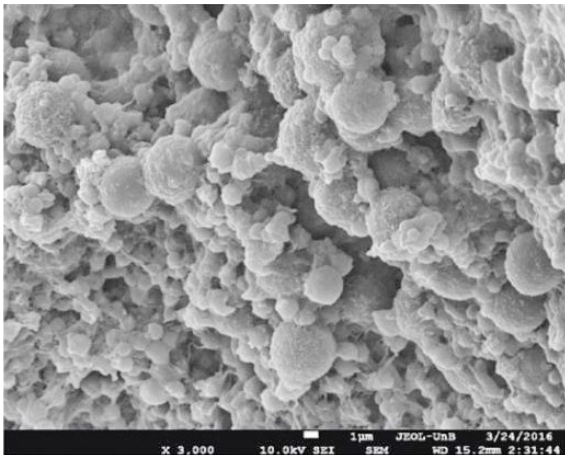


Figura 1 - Micrografia obtida por microscopia eletrônica de varredura (MEV) da fração do pellet leucoplaquetário (faixa de transição entre o sobrenadante e o hemossedimento). Aumento de 3.000 vezes. Evidência da alta concentração leucocitária e plaquetária, bem como de sua preservação estrutural. A imagem ilustra ainda a íntima associação das plaquetas com a superfície dos leucócitos por forte adesão.



Marcelo Mateus

CRO-GO 4279

Cirurgião dentista;

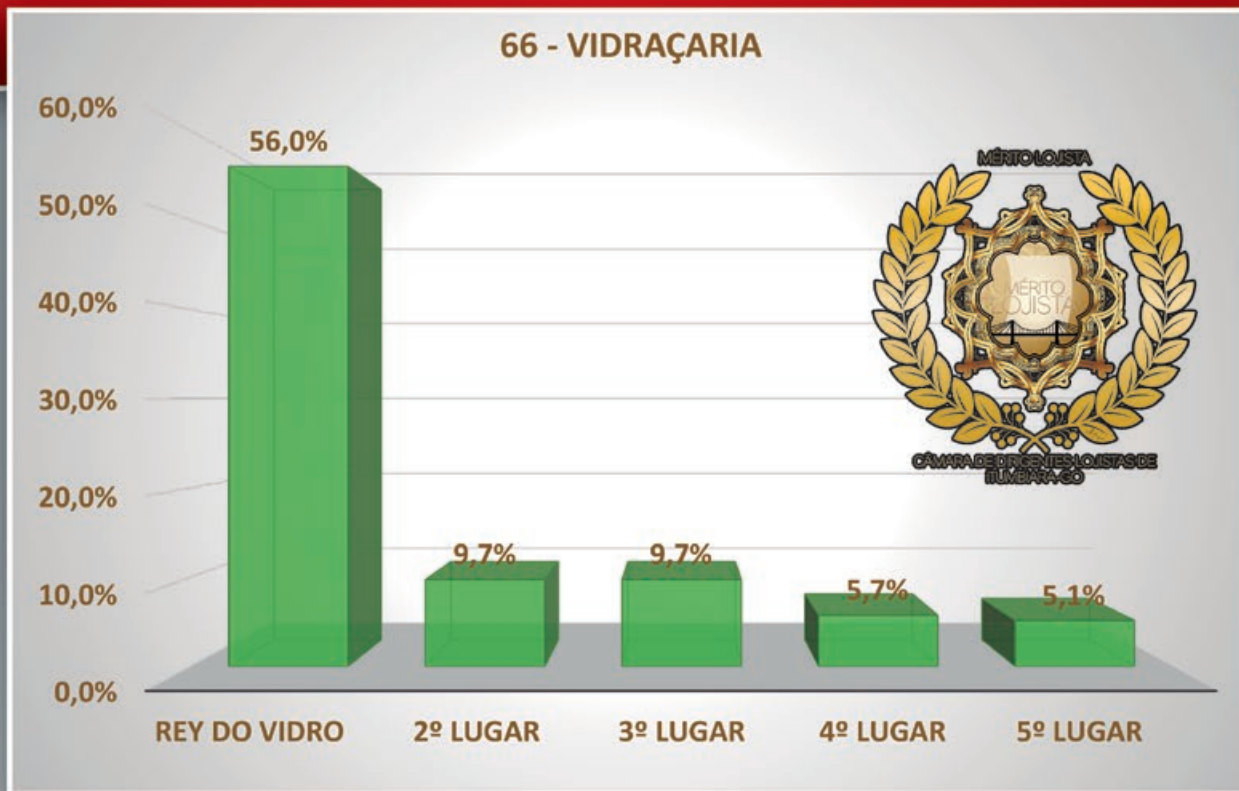
Especialista em Prótese Dentária;

Especialista em Implantes Osseointegrados;

Pós-graduado na Universidade Gutemberg – Suécia.



MÉRITO LOJISTA 2019



**É COM GRANDE ALEGRIA QUE AGRADECEMOS
TODOS OS NOSSOS CLIENTES, POIS VOCÊS SÃO
A RAZÃO DA NOSSA EXISTÊNCIA E SUCESSO!**

Rey do Vidro
A solução em Vidros

A MAIS LEMBRADA NO SEGUIMENTO DE VIDRAÇARIA.

64 3431-9288 | 64 3431-9488
AVENIDA JK, 840 BAIRRO ALTO DA BOA VISTA- ITUMBIARA - GO

Venha conhecer o

T-Cross



**REVISÃO
DE SÉRIE**
3 revisões gratuitas.



250 TSI Automatic



VW Connect

grupoumarama.com.br [@umaramavolkswagengo](https://www.instagram.com/umaramavolkswagengo)

ITUMBIARA-GO Av. Modesto de Carvalho, Nº 2101, Distr. Agro Industrial **Tel: (64) 3403-0900**

CATALÃO-GO Praça Dom Emanuel, nº390 - Centro **Tel: (64) 3411-1919**

volkswagen#vale

Imagens meramente ilustrativas. Alguns itens de série apresentados são opcionais e não compõem todas as versões dos veículos. Garantia total de 3 anos válida para os modelos vendidos a partir de 1º de janeiro de 2014 (e para Saveiros vendidas a partir de 1ª Janeiro de 2015), sem limite de quilometragem para defeitos de fabricação. É necessário, para a sua utilização, o cumprimento do



Active Info Display



Drive Mode Selection




Manual Cognitivo com Inteligência Artificial



UMUARAMA
CONCESSIONÁRIAS



Trânsito seguro: eu faço a diferença: 

plano de manutenção. Para mais informações, acesse: www.vw.com.br/revisao. Para saber mais sobre preço e condições de financiamento, procure uma das concessionárias autorizadas do Grupo Umuarama, Estado de Goiás.

IMPLANTES CONE MORSE CONE-MORSE EM REGIÕES ESTÉTICAS: AINDA É A MELHOR SOLUÇÃO.

A plataforma cone-morse, embora diferente, segue o princípio da plataforma switching, onde o intermediário protético é menor do que a cabeça do implante. Isto permite uma acomodação melhor das distâncias biológicas que irão se formar junto ao abutment protético. Esta nova configuração permite que, em muitas situações, possa se observar a formação óssea acima do implante e junto ao intermediário protético. Na verdade, o que ocorre é que este tipo de implante exige que a sua colocação seja a nível ósseo ou infra ósseo, pois a conexão protética funciona de uma maneira diferente, permitindo que os implantes sejam colocados em uma posição mais intraóssea.



Implante Cone Morse

Quando se trata de regiões estéticas, as vantagens do sistema cone-morse são imensas. Geralmente, nestas situações, temos a necessidade de "esconder" totalmente qualquer linha divisória entre o intermediário protético e o implante.

Além disso, a manutenção das papilas com uma distância inter implante, ou entre implante e dente natural corretas também são essenciais para um resultado estético favorável. Tudo isso é mais facilmente obtido com o sistema cone-morse, do que com o sistema de hexágono externo, pois se colocarmos os implantes

de hexágono externo muito dentro do osso, certamente teremos uma saucerização.



Os implantes cone-morse diminuíram as distâncias mínimas necessárias entre implantes, e entre dentes e implantes, o que se revelou uma quebra de paradigma.

Além disso, esses implantes apresentaram uma diminuição da sua largura. A maioria deles é de 3,5 mm de espessura. Isto melhora ainda mais as dimensões peri-implantares.



É importante sempre avaliar todas as possibilidades pré-cirúrgico através de exames radiográficos, exame clínico e análises de tomografia computadorizadas, para melhor prognóstico.

Clin Center

(64) 3433-2828

R. Jacinto Brandão, 538 - Centro - Itumbiara - GO.

Dr. Danilo Silva Borges

CRO-GO 10113

Cirurgião Dentista;

Clínico Geral;

Aparelhos Fixos e Removíveis;

Implantes Osseointegrados.



Dr. Alcides Antônio da Silva Jr.

CRO-GO 8124

Cirurgião Dentista;

Cirurgia Oral Menor;

Especialista em Prótese Dentária;

Prótese sobre Implante.



MA MIRANDA ADVOCACIA

O MAIS LEMBRADO NO SEGMENTO "ESCRITÓRIO DE ADVOCACIA"



COMPETÊNCIA, QUALIDADE E PROFISSIONALISMO
É TUDO QUE EMPREGAMOS NOS NOSSOS SERVIÇOS
PARA SATISFAZER NOSSOS CLIENTES.
OBRIGADO POR FAZER DE NÓS O ESCRITÓRIO
DE ADVOCACIA MAIS LEMBRADO.



**COMPRE
ÓCULOS
DE GRAU
OU SOLAR
E GANHE**

50%*

**DE DESCONTO
NO SEGUNDO**



**ÓTICAS
DINIZ**

Rua Paranaíba n. 422 Centro Itumbiara GO

MAIS DE 1000 LOJAS

☎ (64) 3432-0708

☎ (64) 99326-5402

Rua 20 c/ 13 e 15, 1025 - Centro - Ituiutaba-MG

☎ (34) 3261-2126

☎ (34) 99894-1373

Promoção válida de 15 de setembro a 31 de outubro de 2019 ou enquanto durarem os estoques. Na compra de óculos de grau completos (armação + lentes) ou óculos solar com valor a partir de R\$799,00 (setecentos e noventa e nove reais) o cliente ganha 50% (cinquenta por cento) de desconto na compra do segundo óculos solar ou na segunda armação para óculos de grau. O desconto na segunda peça é válido exclusivamente para armações e solares identificados em balcão separado ou com sinalização da promoção. Desconto válido para o mesmo cliente e somente na mesma compra e mesmo cupom fiscal. O desconto será aplicado obrigatoriamente na peça de menor valor. Formas de pagamento: dinheiro ou nos cartões de débito/crédito. Para compras nos cartões de crédito, consulte as bandeiras disponíveis antecipadamente e as possibilidades de parcelamento. Algumas lojas Óticas Diniz, por razões burocráticas, podem não oferecer todas as bandeiras de cartão de crédito. Consulte as lojas participantes. Promoção exclusiva para compras realizadas nas lojas físicas das Óticas Diniz, não sendo aplicada para as compras feitas pelo site. Eventuais erros têm preservado o direito de retificação. Imagens meramente ilustrativas. Promoção não cumulativa com outras promoções da rede Óticas Diniz.

**VISTA
DINIZ**

SEU ESTILO
PEDE MAIS
DE UM ÓCULOS

**PRIMAVERA /
VERÃO**





A ENTRADA É A FESTA,
O PRATO PRINCIPAL, O

Buffet





A IMPORTÂNCIA DA LAVAGEM NASAL

Oi pessoal, muitos pais ficam assustados quando em consulta o médico orienta lavagem nasal da criança mesmo não apresentando nenhum sinal e sintomas respiratórios. A grande questão é que a cavidade nasal é a porta de entrada de grande parte das infecções respiratórias, portanto a simples limpeza nasal constitui uma forma de prevenção e/ou tratamento. O nariz além de ter as funções de respirar e sentir cheiro também umidifica e filtra o ar. É a primeira barreira imunológica nas infecções de vias aéreas. Então são necessários os cuidados diários.

Nesta época do ano, em que o tempo se encontra mais seco e quente, a secreção nasal acaba ficando mais espessa, isso prejudica a filtragem dos microrganismos e favorece a aquisição de infecções, por isso a importância de deixá-la fluida. Para prevenção, é necessário se hidratar, ingerir bastante água e lavar o nariz com soro fisiológico.

A lavagem deve ser feita desde recém-nascido, e é importante a dosagem da quantidade, ou seja, quanto mais novo for o bebê o volume tem que ser menor. Se for para umidificar a mucosa use 1 a 3 ml. Caso a criança esteja com algum sintoma gripal, pode utilizar maiores quantidades. Se atente a quanto é necessário desobstruir para fazer a secreção sair. A frequência a ser usada na época de tempo seco é de 2 a 3 vezes ao dia, e caso o paciente apresente resfriado, de 5 a 6 vezes ao dia (ou à vontade).

Lembrando que quando o soro é fisiológico, ele é isotônico, ou seja, tem a mesma concentração de sais que a nossa secreção nasal, por isso ele não arde ao ser utilizado! Na embalagem estará escrito como solução fisiológica a 0,9% ou 9mg/ml. Fique atento!

Hoje em dia não é recomendada a apresentação em gotas, pois contém conservantes que prejudicam a mucosa das vias aéreas altas. Lembrando que as pessoas tem o costume de repor o volume nos frascos de conta-gotas com soro fisiológico comprado em flaconetes, para aproveitar o conta-gotas. É um erro, pois a solução tanto do flaconete, quanto da apresentação de 500 ml ou 1 litro, não contém conservantes e se contaminará facilmente, após o conta-gotas ter contato com as narinas e voltar ao frasco.

Vamos aos detalhes de cada apresentação e como utilizá-las:

1) Lavagem com o Soro Fisiológico e seringa - o soro deve ficar na geladeira por no máximo 07 dias. Deve ser despejado em um copinho e aspirado por uma seringa de 10 ou 20 ml e deve-se lavar cada narina com pelo menos 10 ml. Essa seringa precisa sempre ser esterilizada!

2) Solução fisiológica tipo spray - essa solução não tem conservantes (o conservante não é necessário, pois a embalagem possui uma válvula que não permite a entrada de microrganismos). Ela é ótima para HIDRATAR o nariz. Quando diz que é 360, é porque funciona espirrando para cima ou para baixo, ou seja, facilita na hora de usar em bebês e crianças. O bico, que entra em contato com o nariz, deve ser sempre limpo com álcool 70%.

3) Solução fisiológica tipo jato contínuo ou "aerosol" - essa solução não tem conservante. Ela é ótima para HIDRATAR E LAVAR o nariz, pois o jato é mais forte. Pode e deve ser deglutido. Funciona espirrando para cima ou para baixo, ou seja, facilita na hora de usar em bebês e crianças. O bico, que entra em contato com o nariz, deve ser sempre limpo com álcool 70%. Existem apresentações com jatos mais suaves ou mais fortes.

Sem medo mães e papais, pois não afoga, não machuca e não vai para o pulmão!!! Consulte o pediatra para melhores orientações e lembre-se, nada substitui uma boa consulta!



Dra. Julieta Isabel Triana Cansino

CRM/GO: 22.719 / CRM/MG: 75.761
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA
NAS PÁGINAS 06 E 07



DESIGN, PRATICIDADE
E CONFORTO AO
SEU ALCANCE.



DANIELA CAMPOS
ARQUITETA DESIGNER DE INTERIORES

Av. Anhanguera, 191 - (64) 3431-8599 - Itumbiara-GO
www.facebook.com/sobritas

Revista



CASA



Premium



*Depois do sucesso
de lançamento*

Em Novembro
NOVA
edição

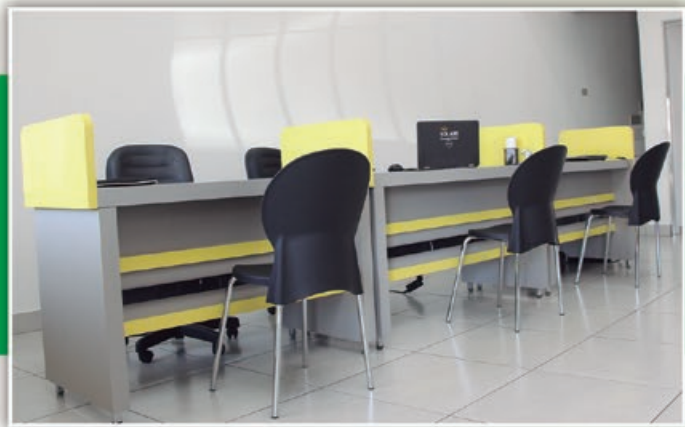
  /revistacasapremium
www.revistacasapremium.com.br

Reserve seu espaço:
 64| 9. 9202-4160  64| 9. 9275-5299



PROJETO EXECUTADO
PARA

EMERSOL
ENGENHARIA - ENERGIA SOLAR



PAMAQ
— PLANEJADOS —
ESPECIALIZADA EM MÓVEIS PLANEJADOS



A MAIS DE 30
ANOS NO
MERCADO

FAZENDO DOS DETALHES TODA A DIFERENÇA EM SUA VIDA

☎ 64 3431-9016 | ☎ 64 9.8177-2011 | ✉ pamaquinas@hotmail.com | 📷 pamaqitumbiara

📍 Av. Afonso Pena, 1118 - Setor Central - Itumbiara-GO

Mundo de Sonhos

O **umidificador de ar ultrassônico** com ionizador é um aparelho usado para eliminar os sintomas do ambiente seco, melhorando alergias respiratórias e ressecamento do sistema respiratório.

Como eles funcionam?

O umidificador de ar ultrassônico com ionizador funciona da seguinte forma: O aparelho utiliza oscilador de maior frequência e o sistema de ventilação tem como objetivo, soprar esta água no ar seco onde eles evaporam, gerando a umidade excessivamente importante.

A umidade do ar ideal está entre 40% e 60%, e o estado de atenção acontece quando o índice fica a menos de 30%. O ar seco pode provocar vários problemas à saúde, prejudicando aqueles que sofrem de sinusite, asma, rinite e faringite.

Qual é a vantagem?

A grande vantagem de poder usar um umidificador de ar ultrassônico com ionizador é que este aparelho é uma ótima opção para conforto e melhorias na sua saúde e também da sua família. Esses aparelhos aliviam o desconforto provocado pelo ar seco e não gastam muita energia.

Além disso, ele alivia os sintomas do ambiente seco, melhorando alergias respiratórias e ressecamento do sistema respiratório.

No **Mundo de Sonhos** você encontra além desse aparelho, várias outras novidades voltadas para a saúde e bem-estar da sua família!! Venha conferir!!



Inalador Compressor
Nebplus Hc110
Multilaser

Av. Afonso Pena, 59 | Centro Tels: (64) 3433-9300 98158-0017

Siga-nos nas redes sociais:

 /MundoDeSonhosBrinquedos

 @mundodesonhosbrinquedos



NOSSA HOMENAGEM AO DR. MARCELLO GOMES

No mês de setembro a medicina de Itumbiara perdeu um excelente profissional e um grande ser humano, Dr. Marcello Gomes da Silva faleceu na madrugada do dia 16, depois de uma batalha de 26 meses contra um câncer no cérebro.

Ele foi diagnosticado em junho de 2017, logo após participar de uma edição do Câmara Itinerante, onde atendeu 80 pacientes em um único dia. Durante seu tratamento, passou por cirurgias e diversos tratamentos na cidade de Ribeirão Preto - SP.

Dr. Marcello Gomes da Silva tinha 19 anos de carreira na medicina, exercendo a profissão com muito esmero e dedicação. Iniciou sua história na área da saúde na cidade de Conselheiro Pena – MG, onde iniciou a medicina e conheceu a fisioterapeuta Selymare Salgado Pereira Gomes, que posteriormente tornou-se sua esposa. Do casamento de 13 anos nasceram seus filhos, Gabriel com 7 anos e Miguel com 4 anos, os grandes tesouros de sua vida. Há 11 anos retornou para Itumbiara, sua cidade natal, onde iniciou de fato o trabalho dentro da Dermatologia.

Iniciou sua carreira política em 2012, quando se candidatou a vereador, através do incentivo

de seu primo, o ex-prefeito de Itumbiara José Gomes da Rocha, onde nesse ano foi o vereador mais votado, obtendo 2.674 votos.

No Biênio 2017/2018 foi presidente da Câmara Cunicipal de Itumbiara, com uma gestão marcada pelo Câmara Itinerante, soluções cidadãs, além de se destacar como um excelente gestor público. Atualmente ele ocupava o cargo de 2º Vice-presidente da mesa diretora.

Dr. Marcelo foi homenageado pela Revista Mais Saúde na 5º edição da revista em 2017, onde o mesmo foi capa e concedeu uma entrevista exclusiva. Em sua última resposta deixou uma mensagem, que devemos levar para nossas vidas:

“O conselho é o que aprendi com a doença. Aprendi a viver com mais leveza, sem sofrer muito pelo futuro, pois Deus é dono dele. Nós fazemos os planos, mas quem os realiza é Ele, em sua infinita sabedoria. Nem sempre compreendemos, mas temos certeza de que tudo ocorre para os que amam a Deus”.

Fica então nossa homenagem a esse médico e grande ser humano, Dr. Marcelo Gomes da Silva.

MÊS DAS CRIANÇAS



**A MELHOR FÓRMULA PARA MUDAR O MUNDO
É ALIMENTAR OS SONHOS DAS CRIANÇAS!**



 **RAVENNA**
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM NUTRIÇÃO ESPORTIVA

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO - ITUMBIARA-GO
(64) 3431-5566 | (64) 99666-5566 | www.ravenna.ind.br



DRA. RESPONDE

ENTREVISTA

Nesse mês de outubro nossa convidada do Dra. Responde é a médica Dra. Samantha Guimarães, que a pedido da Revista Mais Saúde, responde algumas dúvidas de nossas leitoras em uma entrevista exclusiva.

Revista Mais Saúde - O que é a Escabiose e como prevenir?

Dra. Samantha - *Sarna ou escabiose é uma parasitose humana causada pelo ácaro Sarcoptes scabiei variedade hominis. O contágio se dá somente entre humanos, por contato direto com pessoa ou roupas e outros objetos contaminados. O contato deve ser prolongado para que ocorra a contaminação.*

As manifestações clínicas são decorrentes da ação direta do ácaro, quando este se movimenta nos túneis. E, também, em grande parte pela hipersensibilidade desenvolvida pelo paciente contaminado. O principal sintoma da escabiose é a coceira ou prurido, que é sentido principalmente à noite. Escoriações na pele são frequentes, por causa da coceira intensa.

A prevenção consiste, basicamente, em evitar contato com pessoas e roupas contaminadas.

Uma vez detectado um paciente com escabiose, todos que com ele tenham contato direto devem ser examinados e tratados. Caso estejam infectados, devem também ser tratados. Desta forma, é interrompida a cadeia de transmissão da parasitose.

Revista Mais Saúde - Fale um pouco sobre a dermatite atópica e seus principais fatores de riscos.

Dra. Samantha - *É um dos tipos mais comuns de alergia cutânea caracterizada por eczema atópico. É uma doença genética, crônica e que apresenta pele seca, erupções que coçam e crostas. Seu surgimento é mais comum nas dobras dos braços e na parte de trás dos joelhos. Não é uma doença contagiosa.*

Podem-se tocar as lesões à vontade que não há nenhum risco de transmissão. A dermatite atópica pode também vir acompanhada de asma ou rinite alérgica, porém, com manifestação clínica variável.

Alguns fatores de risco para o desenvolvimento de dermatite atópica podem incluir: alergia a pólen, a mofo, a ácaros ou a animais; contato com materiais ásperos; exposição a irritantes ambientais, fragrâncias ou corantes adicionados a loções ou sabonetes, detergentes e produtos de limpeza em geral; roupas de lã e de tecido sintético; baixa umidade do ar, frio intenso, calor e transpiração; infecções; estresse emocional e certos alimentos.

Revista Mais Saúde - Como a luz artificial pode afetar nossa pele?

Dra. Samantha - *Não é só a luz solar que prejudica a saúde da pele. A iluminação artificial, presente em ambientes fechados, também aumenta o risco de manchas, queimaduras e até*

mesmo o envelhecimento da pele.

A luz visível, que parte tanto dos raios do sol como de fontes artificiais (lâmpadas fluorescentes, radiação emitida pela tela do computador ou televisões) atua tanto no processo de pigmentação (bronzamento) da pele quanto no de hiperpigmentação, isto é, nas manchas. A luz visível influencia no aparecimento de melasma, melanoses solares, marcas pós-procedimentos dermatológicos e cicatrizes de acne, por exemplo.

Revista Mais Saúde - Quais cuidados devemos ter com nossa pele nessa época do ano?

Dra. Samantha - O vento, a baixa umidade do ar, a poeira e a poluição são maiores nesta época e com esse tempo seco a nossa pele perde acaba perdendo a elasticidade e a umidade natural. O resultado é uma pele sem brilho e com aspecto ressecado e mais envelhecido. Para alguns tipos de pele mais sensíveis, é possível até que haja uma descamação.

Portanto, lembre-se de beber muita água durante o dia, pois esse sim é o melhor hidratante que pode existir!

Evite longos banhos com a água muito quente! Dê preferência por sabonetes neutros para o banho e principalmente para a higiene do rosto!

O recomendável é também usar um hidratante labial a cada 3 horas. Existem protetores labiais para todos os gostos! Use sempre hidratantes no

rosto e corpo específicos para sua pele!

Não esqueça de hidratar as áreas mais secas do corpo como cotovelos, joelhos e pés!

Revista Mais Saúde - Quais são os principais sintomas do câncer de pele, aos quais devemos ficar atentos?

Dra. Samantha - Para identificar sinais que possam indicar o desenvolvimento de câncer na pele existe um exame, chamado de ABCD, que é feito a partir da observação das características de manchas e pintas para verificar se há sinais que correspondam ao câncer. As características observadas são:

Assimetria da lesão: se a metade da lesão observada for diferente da outra, pode ser indicativo de câncer;

Borda irregular: quando o contorno do sinal, pinta ou mancha não é liso;

Cor: se o sinal, pinta ou mancha tem diferentes cores, como preto, marrom e vermelho;

Diâmetro: se o sinal, pinta ou mancha têm um diâmetro maior que 6 mm.

Estas características podem ser observadas em casa, e ajudam a identificar possíveis lesões de câncer na pele, mas o diagnóstico deve sempre ser feito por um médico. Assim, quando se tem alguma mancha, pinta ou sinal com estas características é recomendado marcar consulta no dermatologista.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



UNICRED ALIANÇA. A AGÊNCIA

Premium

AGORA EM ITUMBIARA



Cooperados da cidade de Itumbiara contam agora com uma agência de conceito premium, localizada na Rua Dr. Valdivino Vaz, 10 - Qd. 45 - Lt. 10 – Sala 05 – Centro. A presença desta unidade de negócios se dá pela importância econômica e social deste município. Com esta nova unidade, a Unicred Aliança passa a contar com 26 agências distribuídas em Minas Gerais e Goiás. A Unicred Aliança, uma das maiores cooperativas Unicred em Minas Gerais conta com mais de 8.200 cooperados, tem área de atuação em cidades com grande expressão econômica como Belo Horizonte e região metropolitana, Uberlândia e região do Triângulo Mineiro e Sul de Minas.

www.unicred.com.br/alianca - 64 3430-6819



UNICRED 

vem aí...

UTI UNIMED

*Nosso jeito de cuidar,
intensificado para você!*



unimeditumbiara.com.br/uti

