

Ano 3 - nº32 - Fevereiro / 2020 - Humbiara - GO - Distribuição Gratuita
www.rmaissaude.com

revista

SAÚDE



Dra. Marianne Duarte Costa Balliana
CRM-GO: 17.976

Dra. Andressa Borges de Faria
CRM-GO: 22.022

ALL NEW COROLLA

PERFEITO PARA VOCÊ!

NOVO

COROLLA XEI

2020/2020

A PARTIR DE:

R\$ 112.990,00



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

NOVO COROLLA XEI 2020/ 2020, à vista POR R\$ 112.990,00. Oferta válida em quanto durarem o estoque. Crédito sujeito à análise e aprovação. Condições sujeitas à alteração sem prévio aviso. Além do período de cobertura básica (descrito no Manual do Proprietário), a Toyota do Brasil oferece cobertura diferenciada da garantia, estendida por 36 (trinta e seis) meses, contra defeitos de fabricação e montagem para alguns componentes do sistema híbrido (Bateria Híbrida, Módulo de controle da bateria híbrida, Módulo de controle de energia, Inversor/convertor), totalizando 8 (oito) anos de garantia, desde que realizadas todas as revisões periódicas na rede de concessionárias autorizadas Toyota. O período adicional de cobertura da garantia contra defeitos de fabricação ou montagem de alguns componentes do sistema híbrido é de 8 (oito) anos ou 200.000 (duzentos mil) quilômetros, o que primeiro ocorrer. Para demais versões e modelos, consulte condições. SAC Banco Toyota 0800 016 4155 ou sac@bancotoyota.com.br. Ouvidoria Banco Toyota (somente após atendimento pelo SAC): 0800-772-5877. 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 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

NOVO DESIGN

REFORMULADO EM
TODOS OS ÂNGULOS.



DIRIGIBILIDADE

A SINTONIA PERFEITA ENTRE OS
NOVOS MOTORES, PLATAFORMA
TNGA E NOVA TRANSMISSÃO.



MOTOR 2.0
DYNAMIC
FORCE FLEX

INCOMPARÁVEL

O CARRO MAIS VENDIDO DO
MUNDO EM SUA
MELHOR VERSÃO.



RECONHECIMENTO

PERGUNTE PARA QUEM JÁ
DIRIGIU E VOCÊ VAI SABER.



FAÇA UM TEST DRIVE



No trânsito, dê sentido a vida

grupoumuarama.com.br

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



TOYOTA

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. Consulte o livrete de garantia ou www.toyota.com.br para mais informações. Campanha válida de 01/02/2020 a 29/02/2020



PARTO NORMAL OU CESÁREA? COMO EU ORIENTO DURANTE O PRÉ-NATAL.

Provavelmente esta dúvida deve passar pela cabeça de toda gestante e de seus familiares mais próximos. Quase sempre este tema é abordado ainda na primeira consulta de pré-natal.

Na realidade brasileira, durante o pré-natal, a maioria das gestantes desejam um parto normal. Porém, por vários fatores, principalmente na rede privada de assistência, acabam tendo seus filhos de cesárea.

As duas vias de parto têm vantagens e

desvantagens, sendo inegável que os nossos números de partos normais deveriam ser bem maiores.

Nenhum dos dois são isentos de riscos, como nada em nossas vidas o é. O parto normal traz a certeza do momento ser o mais adequado, escolhido pela natureza, prepara o bebê para o nascimento e proporciona à mãe uma recuperação mais rápida. Por outro lado, a cesárea traz a previsibilidade, encurta o tempo do parto e faz com que a paciente

não tenha que passar pelo trabalho de parto.

Como eu preparo as gestantes durante o pré-natal?

Primeiro eu as tranquilizo, mostrando que serão várias as oportunidades de discutirmos o assunto. Em todas as consultas falamos um pouco sobre essa questão, tentando vivenciar o momento do parto e desmistificá-lo.

Em uma gestação sem intercorrências é muito importante que tiremos a ansiedade da gestante e de sua família, permitindo, assim, que ela possa esperar os sinais naturais do trabalho de parto. Mesmo que a opção seja por cesárea, estes sinais indicarão a maturidade fetal.

Sempre incentivo a gestante a conhecer o hospital, para saber que poderá ter um parto normal com assistência médica, anestésica e de enfermagem especializada.

Há uma satisfação enorme das gestantes que seguem este caminho e passam por um parto normal.

Por outro lado, também peço que não tenham preconceito com a cesárea, pois ela pode ser necessária por indicação obstétrica.

Por fim, depois de preparadas, peço que não se preocupem com a decisão, deixem para a hora do trabalho de parto, e esta decisão poderá ser revista e discutida a todo momento entre a gestante e seu obstetra. Dessa forma, a ansiedade diminui e chega-se naturalmente ao final da gestação.

Lembrando que o objetivo maior, tanto da gestante quanto do obstetra, é ter um bebê saudável depois do nascimento.



Dr. José Orestes Borges Guimarães

CRM/GO: 11377

Especialista em Ginecologia e Obstetrícia

titulado pela FEBRASGO;

Especialista em Mastologia titulado pela Soc. Brasileira de Mastologia;

Habilitado em Mamografia titulado pelo Colégio Brasileiro de Radiologia.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





**Dr. Ademar Francisco
Ferreira Cintra**

Ortopedista
CRM/GO: 4.237

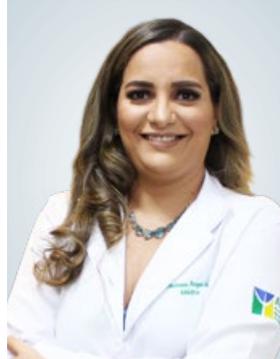
**COTI - Clínica de Ortopedia e
Traumatologia de Itumbiara**
Rua Paranaíba, 710.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
**(64) 3431-3668 | (64) 3431-0264
(64) 3682-9636**



Dr. André Marinho

Urologista
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

**C.A.U.I
Centro de Atendimento Urológico
de Itumbiara**
Praça São Sebastião Xavier, 66.
Sala 09.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**Dra. Andressa
Borges de Faria**

Médica
CRM/GO: 22.022

Clínica Redutase
Av. Beira Rio, 304.
Bairro: Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 3433-7460 | (64) 98101-9946



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. Eric Maia

Urologista
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7.776

**C.A.U.I
Centro de Atendimento Urológico
de Itumbiara**
Praça São Sebastião Xavier, 66.
Sala 09.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



Dr. Francisco Otavio Maia Santos
Anestesiologista e Clínica de Dor
CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771
RQE: 8.846

Clínica FERRANCO
Praça Sebastião Xavier 443.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3404-4365



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



Dra. Graziela Ferreira Custódio
Médica.
CRM/GO: 21.809

Clínica Redutase
Avenida Beira Rio, 304.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-7460 | (64) 98101-9946



Dr. Hugo A. C. Araújo
Cirurgião Geral e Cirurgião de
Cabeça e Pescoço.
CRM/MG: 79.199 | RQE: 44.817 / 44.818
CRM/GO: 15.899 | RQE: 13.170 / 13.171

Clin Center
R. Jacinto Brandão, 538 - Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 3433-2828 | (62) 99357-3686
(64) 99251-1797

Clínica Neurocor
R. Virgílio de Melo Franco, 150 - Centro.
Araguari-MG.
(34) 3512-7996



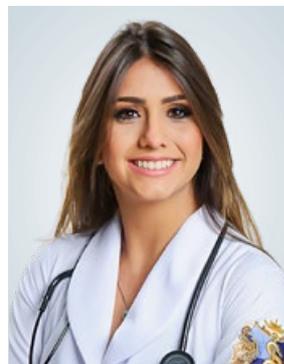
Dr. José Humberto Domingues de Faria
Cirurgião Plástico
CRM/GO: 6.257 | RQE/GO: 1212

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



Dr. José Orestes Borges Guimarães
Ginecologista, Obstetra e
Mastologista
CRM/GO: 11.377
RQE/GO: 5.899 | RQE/GO: 5.903

Self Clínicas
Avenida Brasília, 207.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3001



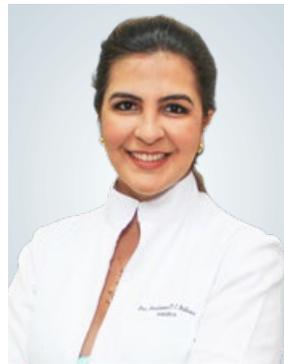
Dra. Julieta Isabel Triana Cansino
Médica
CRM/GO: 22.719
CRM/MG: 75.761

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



Dr. Marcelo Chadu
Ginecologista e Obstetra
CRM/GO: 9.605 | RQE: 6520

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



Dra. Marianne Duarte Costa Balliana
Médica
CRM/GO: 17.976

Clínica Redutase
Av. Beira Rio, 304.
Bairro: Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 3433-7460 | (64) 98101-9946



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 Rocha
Urologista
CRM/GO: 12.023 | RQE: 7986

C.A.U.I
**Centro de Atendimento Urológico de
Itumbiara**
Pç. São Sebastião Xavier, 66. Sala 09.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**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



**Dr. Ricardo Aparecido
da Silva**
Pediatra
CRM/GO: 16.630 | RQE: 10.902

Hospital Santa Maria
Pç. da Bandeira, 335. 2º Andar
Bairro: Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 3431-5055 | (64) 99233-6945



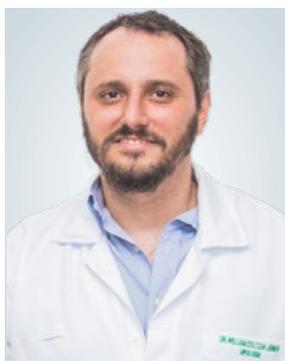
**Dra. Shirley Fernandes
Gomes Ribeiro**
Pediatra
CRM/GO: 9.095

Clínica São Lucas
Rua Paranaíba, 937.
Bairro: Centro.
Itumbiara-GO.
(64) 3431-7800



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. William Zolcsak
Urologista
CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125

C.A.U.I
**Centro de Atendimento Urológico
de Itumbiara**
Praça São Sebastião Xavier, 66.
Sala 09.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



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



VIDA REAL X REDE SOCIAL

Quem aí já abriu o Instagram e se sentiu mal depois de algumas fotos?

“Nunca vou ter um corpo igual ao dela.”

“Caramba, plena quarta-feira e o cara está na Grécia.”

“Meus amigos não são legais assim.”

“Nunca vou conseguir atingir um sucesso desse.”

Ei ei ei! Calma aí!

A vida nem sempre é como o Instagram ou outras redes sociais mostram ser. O pódio muitas vezes pode ser uma ilusão ou um lugar que não vale a pena chegar.

Busque evoluir a cada dia e assim estará sempre vencendo, você sempre foi e será seu maior adversário.

Tome muito cuidado com quem você segue. Isso pode te fazer muito mal! Tanto na vida quanto nas redes sociais.

Use o Instagram e outras redes para MELHORAR o seu dia! Não para te fazer se sentir pior! Busque aprender coisas novas, seguir quem te acrescenta algo ou te motiva.

Não precisa deixar de seguir todo mundo, tente desenvolver o hábito de silenciar alguns perfis irrelevantes ou que te façam se sentir pior, ou perder um tempo pre-

cioso todos os dias, isso pode te fazer muito bem.

Use essa ferramenta para o seu bem!

Algumas sugestões. Siga perfis que:

- ✓ Ajude a se desenvolver;
- ✓ Lutem pela sua causa;
- ✓ Não vivem uma vida perfeita;
- ✓ Te ensinem algo bom;
- ✓ Façam bem pelos outros;
- ✓ Compartilham conteúdo de verdade;
- ✓ Que te façam sentir-se melhor!

Prefira sua vida de verdade, valorize o que tem, busque se comparar consigo mesmo, use exemplos que te motivem, aprenda algo novo sempre que puder, dê prioridade a sua saúde e ao que te faz bem.

Sua vida é muito importante e curta para perder tempo sofrendo ou se angustiando assistindo a vida de outras pessoas! Siga em frente!



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

EDITORIAL

✓ METAS + AÇÕES = OBJETIVO ALCANÇADO

Na virada do ano várias promessas são feitas, planos são traçados e metas estabelecidas...

Já passou o mês de janeiro, e o que você já fez para alcançar seus objetivos para 2020? Nada? Vai deixar suas ações para 2021 ou vai começar agora a mudar seu futuro?

Se aumentar os cuidados com a saúde, bem-estar e qualidade de vida estão entre seus objetivos, a edição de fevereiro da Revista Mais Saúde vai te ajudar bastante.

Informações e conteúdos rigorosamente selecionados por profissionais altamente qualificados que atuam em nossa região sul de Goiás, escritos com muito carinho para você leitor da Revista Mais Saúde.

Em nossa Capa, duas jovens médicas, que vem se destacando em nossa região, Dra. Marianne Duarte Costa Balliana e Dra. Andressa Borges de Faria, que em uma entrevista exclusiva, esclareceram dúvidas de nossos leitores relacionadas às suas áreas de atuação.

Vamos lá!!! Aproveite a leitura de nossas páginas!!!
Os diretores!!!
Revista Mais Saúde!!!



Realização

OR7

Editora e Marketing

revista
SAÚDE

Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins
Diretor Comercial: Onofre Neto
Fotos: Roover Almeida
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

32ª Edição



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



04	PARTO NORMAL OU CESÁREA? COMO EU ORIENTO DURANTE O PRÉ-NATAL.	57	A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL.
06	GUIA MÉDICO	62	EMPREENDEDOR PREMIUM
09	VIDA REAL X REDE SOCIAL	65	UVEITE POR TOXOPLASMOSE
12	ENTREVISTA	70	ABDOMINOPLASTIA
19	INFECÇÃO URINÁRIA NA GRAVIDEZ: QUAIS OS CUIDADOS NECESSÁRIOS?	75	NEUROSSÍFILIS
22	OUVINDO NOSSA ALMA	80	TÁRTARO EM CÃES – O QUE FAÇO?
25	OSTEOMIELITE	83	COMO AMENIZAR O REFLUXO?
27	COMO LIDAR COM A ANSIEDADE EM CRIANÇAS	85	DEIXAR DE FUMAR
29	CONSULTORIA FINANCEIRA	89	PROLAPSO VAGINAL
31	CRIANÇAS COM FEBRE: SAIBA QUANDO RECORRER A REMÉDIOS	91	CIRURGIA ORTOGNÁTICA
33	CARRO PCD - SAIBA MAIS SOBRE O PROCESSO DE INSENÇÃO DE IMPOSTOS	93	LINFONODOS OU ÍNGUAS CERVICAIS
37	PILATES TAMBÉM TRAZ BENEFÍCIOS PARA OUTROS ESPORTES?	97	PARASITOSE INTESTINAIS
39	MASTALGIA: 70% DAS MULHERES NO MUNDO SENTEM DOR NAS MAMAS	101	CONSCIÊNCIA CORPORAL X ATIVIDADE FÍSICA
41	CÂNCER DE PÂNCREAS	103	PERI-IMPLANTITE
43	O QUE É LINFEDEMA?	105	O QUE É E O QUE FAZER?
44	DIFERENÇA ENTRE O COLESTEROL SÉRICO E COLESTEROL DIETÉTICO	107	FIMOSE - UM PROBLEMA COMUM QUE AINDA GERA MUITAS DÚVIDAS
48	ULTRASSONOGRAFIA VETERINÁRIA: AVANÇOS E INDICAÇÕES DO EXAME PARA CÃES	109	BACTÉRIAS - UMA INVASÃO NA BOCA
51	CUIDADOS PALIATIVOS EM IDOSOS	110	ESCADA DE ANALGESIA DA OMS E BLOQUEIOS ANESTÉSICOS
54	AS MUDANÇAS NA CONCESSÃO E CÁLCULO DOS BENEFÍCIOS P REVIDENCIÁRIOS	113	SÍNDROME CRUZADA SUPERIOR
		117	DESMAME
		119	CATARATA
		120	IMPLANTE DENTÁRIO
			DRA. RESPONDE



ENTREVISTA

MARIANNE DUARTE
COSTA BALLIANA
CRM/GO: 17.976

Nessa edição da Revista Mais Saúde, trouxemos na capa e em uma entrevista exclusiva, duas jovens médicas que além de amigas também são apaixonadas pela medicina, admiradas em nossa região pelo profissionalismo, respeito e empatia com seus pacientes.

Dra. Marianne Duarte Costa Balliana, 36 anos, é médica especialista em Pediatria Clínica pela CAEPP-HC-USP e está se especializando em UTI pela FACULDADE UNIMED. Casada com o Engenheiro Eletricista Marco Lucio Balliana e mãe coruja do pequeno Benjamin de 1 ano e 10 meses. Atualmente atende em consultório particular na clínica Redutase e também como plantonista, na UPA Ciro Garcia e Hospital da Unimed, além de médica socorrista do SAMU e médica da Saúde da Família no ESF 5.

Dra. Andressa Borges de Faria, 36 anos, é médica Membro da Associação Brasileira de Psiquiatria- ABP, com especializações em Psiquiatria da infância e adolescência – SP; em Psiquiatria do Idoso – SP; em Medicina do Trabalho - FG RS; em Saúde da Família – SP e atualização em Ansiedade na infância e adolescência IPq - USP. Mãe do Daniel de 4 anos, que é seu grande sonho realizado. Dra. Andressa atende em consultório particular na Clínica Redutase, e na área de medicina

ANDRESSA BORGES DE
FARIA
CRM/GO: 22.022

do trabalho na Clínica Resgate, Professora Universitária de Semilogia Médica, Anatomia Humana e Fisiologia, além de Médica da Saúde da Família no ESF 20.

Revista Mais Saúde - Além de exercerem a mesma profissão, a medicina, vocês também são unidas por uma forte amizade. Descrevam um pouco dessa relação profissional e pessoal.

Dra. Andressa e Dra. Marianne – *Nos conhecemos aqui na cidade há um tempo, não tínhamos uma amizade estreitada, mas sempre nos cumprimentávamos e tínhamos carinho uma pela outra. Na faculdade a Andressa foi minha caloura e sempre nos encontrávamos nos corredores da Santa Casa ou da faculdade; passamos muitas provações e dificuldades parecidas para obter nossa graduação e realizar nosso sonho!!! Isso nos aproximou! Agora quando já estávamos aqui na cidade, nos reencontramos novamente na Estratégia de Saúde da Família. O convite de abrir o consultório, a ideia de tudo, foi dela, da Andressa, e eu mergulhei de cabeça e tenho certeza de que juntas nós alcançaremos nossos objetivos! Tenho muito orgulho dela!*

Já a Mari é uma excelente profissional, super dedicada e muito atenciosa com todos, quando a chamei





para abrimos o consultório tinha certeza que só iria fortalecer nossa amizade e nossa profissão!!!

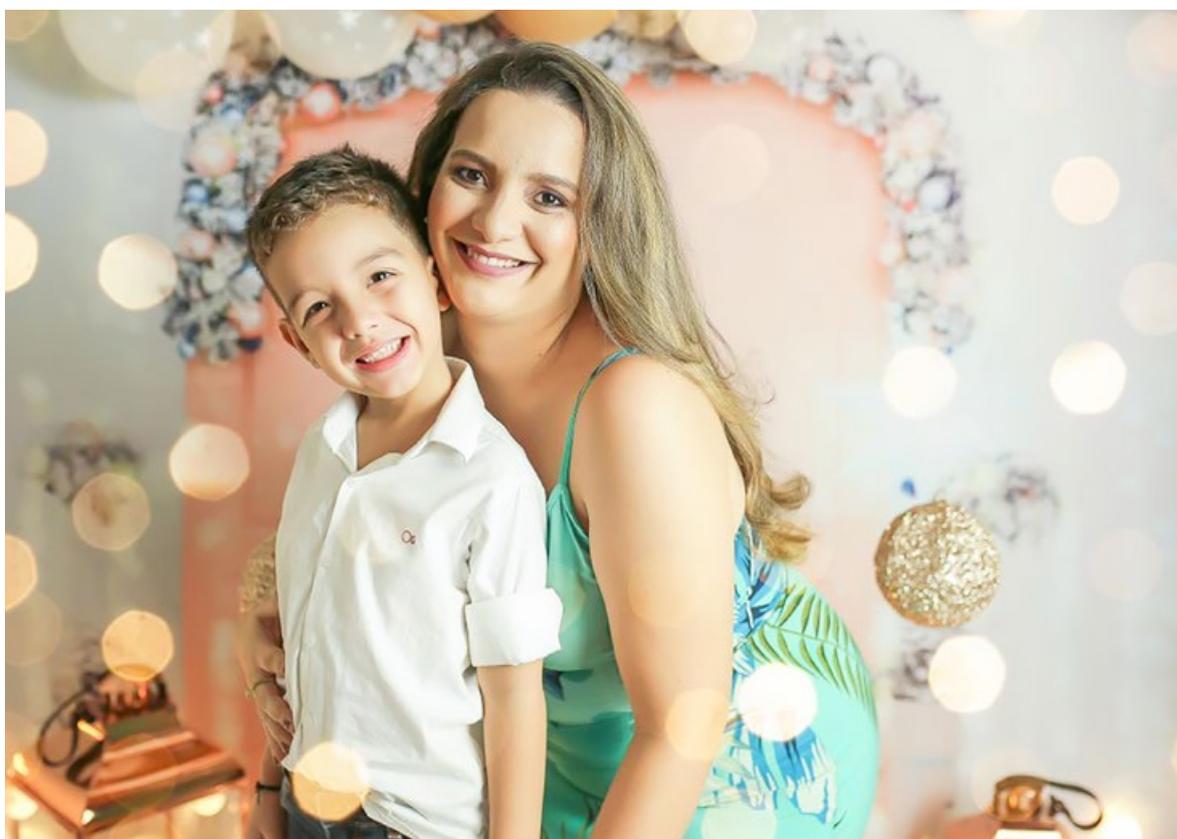
Revista Mais Saúde - Dra. Andressa, nos conte um pouco sobre o atendimento na área de saúde mental. Quais as doenças mais prevalentes no consultório?

Dra. Andressa – *O conceito de Saúde Mental é muito amplo, não abrangendo apenas a ausência de transtornos mentais. Inclui a capacidade do indivíduo em saber lidar com suas emoções e sentimentos, reconhecer limites, encarar as alegrias, mas também as dificuldades exigidas pela vida, estar em equilíbrio consigo e com os outros, porém, quando perdemos esse equilíbrio, os transtornos mentais tomam conta e no consultório a maior prevalência tem sido os transtornos de humor, como a ansiedade, depressão e transtorno bipolar. O estresse, a falta de tempo, de atividades de lazer e do*

cuidado conosco faz com que nosso psíquico sofra e que precisemos buscar por ajuda profissional.

Revista Mais Saúde - Dra. Andressa, na infância e na adolescência também é comum o aparecimento de Transtornos Mentais?

Dra. Andressa – *Sim. As crianças e adolescentes, assim como os adultos, tem uma variação no temperamento, nas emoções. Alguns são tímidos; outros são socialmente exuberantes, alguns são metódicos, outros impulsivos. Notamos se uma criança tem o comportamento típico de uma criança ou se tem um distúrbio pela presença de debilidades associados aos sintomas. A condução apropriada dos problemas comportamentais da infância pode diminuir o risco de crianças com temperamento vulnerável do desenvolvimento destes*





distúrbios. Além disso, o tratamento eficaz de alguns transtornos (p. ex., ansiedade) durante a infância pode reduzir o risco de transtornos de humor mais tarde na vida.

Revista Mais Saúde - Dra. Marianne fale um pouco sobre a rotina de consulta de crianças ao pediatra.

Dra. Marianne – *As consultas pediátricas no primeiro ano, chamadas de puericultura, devem ser realizadas mensalmente! Isso estreita os laços entre o Pediatra e o paciente e seu responsável! Nessa oportunidade tiramos as dúvidas dos pais, orientamos sobre os marcos do desenvolvimento e acompanhamos a criança no seu primeiro ano de desenvolvimento! Logo em seguida as consultas passam a ser a cada seis meses, e logo anualmente, de rotina. Lógico que se for necessário a criança*

deve ser levada no consultório para avaliação.

Revista Mais Saúde - Dra. Marianne quais recomendações você faz para os pais em relação aos cuidados e saúde das crianças com a volta das aulas?

Dra. Marianne – *As crianças tem entrado na escola cada vez mais cedo! No primeiro ano escolar é comum que a criança tenha muitos quadros gripais, alérgicos e dermatológicos. Isso porque entra em contato com outras crianças que trazem consigo alguns "germes" desconhecidos ao outro. A educação em casa, da higiene pessoal desde o lavar as mãos é o mais importante! Nesse início de ano estamos tendo muitos casos de Gastroenterites e Conjuntivites. E a propagação é pelo contato até de um simples aperto de mão para se ter uma base! Por isso é tão importante a presença dos pais.*





**PRESENTE DIARIAMENTE
NA VIDA DE MILHARES DE
CLIENTES E AMIGOS.**

Farma & Farma





Farma & Farma

22 ANOS

**CUIDANDO DA SAÚDE E
BEM-ESTAR DE SUA FAMÍLIA**



Farma & Farma

ntos Medicamentos Medicamentos Medicamentos

Genérico



TELE-ENTREGA GRÁTIS

Rua Paranaíba, 401 - Centro - Itumbiara-GO

Acesse nossas Redes Sociais:   @farmaefarmapopulariub

(64) 3430-4010 /  99667-4010

(64) 3430-1040 / 99665-4010

SAÚDE DE QUALIDADE. ECONOMIA DE VERDADE.

Descontos em hospitais,
clínicas, consultórios e muito
mais vantagens para você e
sua família!



#suafamilia #nossaproteção  brmedsaude  brmedsaude

Com o nosso cartão de desconto, você e sua família tem acesso à saúde de qualidade mas com economia de verdade!!! São muitas vantagens, descontos e benefícios para sua família por muito pouco, e tudo isso em um só cadastro!!!! Não perca tempo, entre em contato e saiba mais!!!



Fone 64 3432-1112
WhatsApp 64 99677-1116
<http://www.brasilmedsaude.com.br>

* Brasil Med Saúde não é plano ou seguro de saúde, trata-se de cartão de desconto em serviços de saúde.



INFECÇÃO URINÁRIA NA GRAVIDEZ: QUAIS OS CUIDADOS NECESSÁRIOS?

Cerca de 10% das mulheres podem ter infecção urinária na gravidez, mesmo sem ter sintomas, de acordo com estudo realizado pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. Os pesquisadores mostraram que 30% das que contraem a doença, se não tratadas corretamente, podem ter complicações graves.

A falta de tratamento adequado pode causar, inclusive, aborto em casos mais severos da doença. Por ser comum, é essencial que a mulher faça o pré-natal e todos os exames durante a gestação corretamente.

→ Problemas causados pela infecção urinária na gravidez

A infecção, normalmente, começa sem nenhum tipo de sintoma e não traz complicações para a grávida. Só que, se não tratada, transforma-se em uma doença perigosa. Por isso, o ideal é tomar os antibióticos receitados pelo médico, mesmo sem sentir nenhum sintoma. Isso só é possível com os exames em dia.

→ Possíveis sintomas de infecção urinária

Durante a gravidez, a infecção urinária pode ser um pouco mais difícil de identificar, por isso, fique atenta a alguns sintomas e comunique o seu médico.

Dor ou sensação de queimação ao urinar; vontade frequente e repentina de urinar em pouca quantidade; sensação de não conseguir esvaziar a bexiga; sensação de peso

ou desconforto na região da bexiga; urina turva ou com presença de sangue e febre baixa persistente (entre 37,5° e 38°).

Alguns destes sintomas como a vontade frequente para urinar ou sensação de peso na bexiga, são muito comuns durante a gestação e, por isso, podem ser disfarçados. Dessa forma, sempre que a mulher identificar alguma alteração ou desconforto deve consultar o obstetra ou o ginecologista para fazer um exame de urina e avaliar se pode estar ocorrendo uma infecção.

→ Como confirmar o diagnóstico

O diagnóstico da infecção urinária durante a gravidez é feito através do exame de urina normal, sempre que existem sintomas de alerta. No entanto, o médico também deve solicitar um exame de urina por trimestre a fim de identificar e tratar precocemente uma possível infecção urinária, mesmo que não existam sintomas.

→ Como é feito o tratamento

O tratamento da infecção urinária na gravidez normalmente é feito com o uso de antibióticos por um período de 7 a 14 dias, sendo também importante beber bastante água, não segurar o xixi e esvaziar a bexiga completamente cada vez que for urinar.

Nos casos em que a infecção se agravou e atingiu os rins, a gestante pode precisar ficar internada no hospital para tomar antibióticos diretamente na veia.

Procure sempre um especialista em caso de dúvidas!!!



Dr. Marcelo Chadu

CRM/GO: 9.605 RQE: 6520

Graduação em Medicina pela UFTM – Universidade Federal do Triângulo Mineiro;

Residência médica em Ginecologia e Obstetrícia pela Maternidade Odete Valadares em 31/12/2001, reconhecida pelo MEC;

Certificado como especialista em GINECOLOGIA e OBSTETRÍCIA pelo Conselho Regional de Medicina em 19/12/2008.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

ITUMBIARA E REGIÃO

Gestantes e Mães agora contam com **TÉCNICOS EM AMAMENTAÇÃO FORMADOS E CAPACITADOS, COM BASE NOS 10 PASSOS DE SUCESSO NA AMAMENTAÇÃO**

- *Saiba como amamentar com pouco leite;*
- *Amamentar bebês adotivos;*
- *Evitar rachaduras e mama empedrada;*
- *Apoio psicológico e muito mais.*

belafarmula é um estabelecimento **AMIGO DA AMAMENTAÇÃO**, certificado pelo Programa MameAme, e presta atendimento **GRATUITO**.

belafarmula
farmácia de manipulação

 Rua Santa Rita, 63. Centro, Itumbiara/GO

 (64) 3430-1144  (64) 98144-0033

 www.facebook.com/belaformulaitumbiara/

 www.instagram.com/belaformulaitumbiara/

IDEALIZAÇÃO



Programa
MameAme[®]
Apoio ao Aleitamento Materno
Support for Breastfeeding
Apoyo a la Lactancia Materna

www.mameame.com.br

AMAMENTAR

- POR MAIS TEMPO
- BEBÊS ADOTIVOS

É POSSÍVEL SIM
COM A RELACTAÇÃO



belaformula conta com produtos aprovados por especialistas em amamentação.

- Produtos diferenciados;
- Com preço acessível;
- Necessários, práticos e higiênicos.



belaformula
farmácia de manipulação

Rua Santa Rita, 63. Centro, Itumbiara/GO

(64) 3430-1144 (64) 98144-0033

www.facebook.com/belaformulaitumbiara/

www.instagram.com/belaformulaitumbiara/

APOIO

TuttiCare
Cuidando de você
Taking care of you
Cuidando de usted

IDEALIZAÇÃO


Programa
MameAme
Apoio ao Aleitamento Materno
Support for Breastfeeding
Apoyo a la Lactancia Materna
www.mameame.com.br



"OUVINDO NOSSA ALMA..."

Somos peregrinos nesse vasto mundo chamado Terra. Cada um de nós busca a paz interior e inegavelmente a grande maioria busca alguém ou algo que possa representar esse caminho que leve à paz interna.

Anos atrás, num curso de Psicologia Transpessoal realizado num hotel fazenda vivi momentos que poderíamos chamar de conexão consigo mesma e com o universo. Ao longo dos 10 dias que vivenciei esse contato interno percebi a necessidade de criarmos no nosso dia a dia um tempo para meditar, orar e entrar no silêncio. Mas, ao terminar o curso e voltar ao burburinho do cotidiano percebi que era um grande desafio desenvolver essa conexão.

Hoje percebo que necessitamos desenvolver um profundo caminho de autoconhecimento. A forma como entendemos o que denominamos crise permite o crescimento, ou a estagnação no processo de amadurecimento.

Se olharmos a crise como uma possibilidade de aprendizado da nossa alma teremos a oportunidade de descobrir potenciais inimagináveis em nós. Jung, idealizador da Psicologia Analítica elaborou conceitos que permitem compreender a dinâmica de nosso inconsciente. A sombra que é tão divulgada de inúmeras formas possibilita um crescimento quando compreendida por uma ótica de autoconhecimento.

De uma forma didática poderia dizer que nela estão guardados tesouros que temos dificuldade em lidar por

que representam aspectos considerados obscuros em nós, mas quando iluminamos esses aspectos descobrimos nossa humanidade, enfim, que somos humanos e não deuses. O quanto é libertador compreender nossas dificuldades e saber que podemos empreender uma jornada rumo a conscientização de quem somos, dos inúmeros desafios que enfrentamos ao longo de nossa vida. Falar da alma é falar da vida no sentido pleno. Muita aceleração desequilibra, para estagna.

A questão é encontrar a proporção que permita aquietar e acelerar proporcionando a nós uma recalibração. Perder o aconchego da alma decorrente de uma correria sem fim traz sofrimento a nós e especialmente ao nosso corpo.

Talvez nesse momento atual devamos perguntar qual é de fato nosso ritmo interno, um ritmo que permita uma abertura da alma que propicie trabalhar, estudar e concomitantemente um tempo para o silêncio interno, para a quietude.

O tempo torna-se precioso quando permitimos esse autoconhecimento desabrochar em nós. Dar conta do que não conhecemos em nós permitindo que se tornem faróis de luz na nossa jornada de alma.



 @clinicazion  /clinicamultiprofissionalzion

 (64) 3431-9229  (64) 98120-7136

 Rua Guimarães Natal nº 758 - Centro
Itumbiara-GO

Marta Rezende Spini

CRP: 1.308-GO

Psicóloga;

Especialista em atendimento individual, casal e grupos;

Mestrado em Direitos Humanos - UFG;

Especializanda em Psicologia Junguiana.





As infecções Sexualmente Transmissíveis (IST`s) podem ser transmitidas não só pelo sexo vaginal ou anal como também através do sexo oral sem proteção, como a gonorreia por exemplo.

Saiba quais exames laboratoriais fazer e seguir prevenido nessa folia.

#CarnavalComProteção

#LaboratórioBioCel



Conheça os benefícios da
Assessoria Científica



Matriz: Av. Rio Verde, nº 97, Centro

 (64) 3404-1833

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

 (64) 9.8436-0079



ASSISTENTE PESSOAL
COM EXPERIÊNCIAS
PARA MELHORAR
SUA APRENDIZAGEM?
**SÓ PODIA SER
WIZARD.**



🏠 Rua Guimarães Natal, 160 - Centro, Itumbiara-GO

☎ (64) 3431-5136

🌐 Atendimento Online: www.linktr.ee/wizard_itumbiara

📘 WizardByPearsonItumbiara

📷 @wizard_itumbiara

Só na Wizard você tem **Wiz.me**, o assistente pessoal
que te acompanha 24h por dia e ajuda no seu aprendizado.



OSTEOMIELITE



→ O que é?

Ao contrário do que muitas pessoas pensam, não são apenas fraturas que atingem os ossos; outras patologias podem afetá-los e causar danos graves. A osteomielite é uma infecção óssea aguda (recente) ou crônica (prolongada) que pode acometer qualquer osso do corpo, sendo mais comum no fêmur distal e tibia proximal (região do joelho), lembrando que a osteomielite pode ocorrer a qualquer momento da vida de uma pessoa.

→ Quais as causas?

O motivo mais comum da osteomielite é a bactéria chamada *Staphylococcus Aureus*. Ela é encontrada na pele do corpo humano e, em geral, é inofensiva. A doença ocorre quando, por algum motivo, a bactéria consegue chegar ao osso e se instalar nele. Apesar de ser a bactéria causadora mais comum, existem outras espécies de micro-organismos que também podem desencadear a infecção, como fungos.

Em geral, a infecção começa em outro local e “viaja” até o osso. Um dos “meios de transporte” utilizados por esses organismos é a corrente sanguínea. Esse processo é facilitado pelo fato do osso participar diretamente da produção de sangue no corpo, e ter a irrigação mais lenta nas “fases de crescimento” nas crianças. Quando a infecção é por via sanguínea, a doença recebe o nome de osteomielite hematogênica.

Outra maneira de iniciar a infecção é por meio de uma ferida aberta em que o osso fica exposto. O mais comum é que isso ocorra quando há uma fratura exposta. Mas a infecção óssea também pode acontecer por meio de cortes muito profundos ou durante processos cirúrgicos. Esses casos são chamados de osteomielite pós-traumática.

→ Quais os fatores de risco?

Pacientes com diminuição de defesas, como portadores de diabetes e pacientes infectados com o vírus HIV, estão mais suscetíveis a desenvolver a infecção óssea. Além disso, pessoas que passaram recentemente por um processo cirúrgico e/ou possuem próteses, parafusos e pínos também podem acabar desenvolvendo o quadro mais facilmente. Crianças não estão fora do grupo de risco. Na verdade, elas costumam apresentar uma boa porcentagem dos casos. Por isso, é importante observar se há sintomas

e, se sim, procurar ajuda médica o mais rápido possível.

→ Sintomas

Um dos principais sintomas da osteomielite é a dor no local afetado. Pode parecer estranho, mas é possível sentir uma “dor no osso” e ela tende a piorar com o tempo e se intensificar quando a região é tocada. A febre pode ou não acompanhar a dor; é comum também perceber vermelhidão e inchaço no local. Vale lembrar que muitos casos da patologia podem ficar assintomáticos por um tempo ou com presença de sintomas isolados. É importante procurar ajuda médica logo que perceber a presença de sintomas na fase da osteomielite aguda, para evitar a progressão do processo infeccioso. Os sintomas nos quadros de osteomielite crônica (infecção mais antiga) podem ser mais amenos e de difícil diagnóstico, o que não quer dizer que a infecção esteja mais branda, muito pelo contrário.

→ Diagnóstico

Para realizar um diagnóstico completo, o especialista deve realizar diversos exames que vão se complementar na hora de avaliar se há infecção, qual sua causa e o nível de avanço da mesma. Os exames mais comuns são os de sangue, os de imagem (como raio-X e ressonância magnética), cintilografias ósseas e biópsias do osso afetado.

Infelizmente, é comum que muitos exames não apresentem alterações mesmo quando há infecção, como acontece com os exames de imagem. Por isso, é importante acompanhar de perto o avanço dos sintomas para buscar sempre uma avaliação mais aprofundada e confirmar (ou descartar) a osteomielite.

Após a osteomielite diagnosticada, o tratamento deve ser iniciado imediatamente. Os resultados alcançados mais rapidamente e com mais sucesso são dos casos agudos, com diagnóstico feito logo no início do quadro.

As indicações cirúrgicas para tratar casos de osteomielite não são incomuns. Isso porque muitos dos casos são diagnosticados tardiamente, e já há comprometimento da região. A recuperação pode ser demorada e vai requerer um tratamento adequado e muito bem seguido pelo paciente, inclusive para evitar infecções generalizadas.

fonte: www.ortesp.com.br

C.O.T.I

Clinica De Ortopedia E Traumatologia De Itumbiara

Dr. Ademar Cintra

CRM/GO: 4.237

Formado pela faculdade estadual de medicina do Pará;

Pós-Graduado em Medicina do Trabalho pela Faculdade

de Medicina de Itajubá-MG;

Especialista em Ortopedia e Traumatologia pelo Conselho Regional de Goiás - CREMEGO;

Especialista em Ortopedia e Traumatologia pelo Hospital das Forças Armadas de Brasília-DF;

Ex - Oficial da Marinha Brasileira.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





Desde de 2000

LOOKS ELEGANTES QUE
ESBANJAM GLAMOUR
E ATTITUDE.



LOJA 1 - Av. OSWALDO CRUZ, 100 - ST. RODOVÁRIO | (64) 3430-4320
LOJA 2 - Av. MODESTO DE CARVALHO, 13 - VILA VITÓRIA | (64) 3404-1535
LOJA 3 - PRAÇA DA REPUBLICA, 365 (B) | (64) 3404-5158

64 9.9677-4920
ersatto Modas II

@versattomodasiub
Versatto iub



COMO LIDAR COM A ANSIEDADE EM CRIANÇAS

Crescer e adaptar-se ao mundo é essencialmente angustiante, o que causa ansiedade. Mas, quando a criança não relaxa nunca, não quer sair de casa, não consegue ficar sozinha, sua ansiedade pode ter se tornado doença. Meninos e meninas de hoje nascem muito mais acelerados e com bem menos paciência, elas já chegam no mundo hiperconectadas, em ambientes onde a tecnologia dita o ritmo do trabalho e das relações.

A ansiedade é algo natural e faz parte da vida de adultos e pequenos, a diferença é que nós adultos sabemos lidar melhor com essa emoção e identificar suas causas. Já as crianças ainda estão conhecendo e lidando pela primeira vez com os diversos sentimentos e por isso elas podem precisar de uma ajudinha para compreender a ansiedade que estão sentindo e resolvê-la. O problema é que muitos pais desconhecem essa situação e acabam brigando com as crianças diante de algum comportamento que demonstre medo ou grande ansiedade, encarrando tal distúrbio como uma simples birra.

Crianças podem ser ansiosas tanto por características de sua personalidade como por consequência de eventos fortes em suas vidas, como frustração, medos, sustos, perdas, mudanças, separação dos pais, inseguranças, cobranças e preocupações excessivas. Outra observação importante é que geralmente pais ansiosos tendem a ter filhos ansiosos, em muitas ocasiões e sem perceber os pais podem alimentar inseguranças que pos-

teriormente serão refletidas no desenvolvimento psicoemocional de seus filhos.

Normalmente quando a criança se sente segura, protegida e amparada, ela fica mais calma e mais tranquila. Conversar com a criança, olhando nos seus olhos, tentando entender seu ponto de vista, ajuda a entender os próprios sentimentos, contribuindo para o seu desenvolvimento. Crer que o mundo é um lugar adaptado aos seus desejos cedo ou tarde traz sofrimento, e constatar que o planeta não gira ao redor deles nem sempre é fácil.

É importante que, em primeiro lugar, os pais olhem para si mesmos, observando seu próprio comportamento. Outro ponto fundamental é levar a sério os sentimentos dos pequenos, ouvindo-os e tentando ajudá-los a compreender o que estão sentindo. E se você vem percebendo os sinais de que a ansiedade do seu filho já virou um problema, procure a ajuda de um profissional. Quando as crianças estão ansiosas, até os pais mais bem intencionados podem cair num ciclo negativo e aumentar a ansiedade delas.

Carolina Pires David de Almeida

Psicóloga – CRP:09/010811
Especialização em Terapia Cognitivo Comportamental;
Especialização em Psicologia Sexual;
Pós-Graduada em Psicologia Forense e Jurídica;
Pós-Graduada em Neuropsicologia.

Atendimentos para crianças, adolescentes e adultos.

📞 (64) 981326808

📷 carolinapirespai

🏠 Rua Tiradentes nº 481 - Itumbiara GO





NOSSO
NEGÓCIO
É AJUDAR

O SEU!

CONTAR
CONTABILIDADE
Consultoria Empresarial

CONSULTORIA FINANCEIRA

Entenda o que é e como funciona uma Consultoria Financeira Empresarial e onde podemos auxiliar no crescimento da sua empresa.

A **Consultoria Financeira Empresarial** tem como foco principal levar soluções financeiras estratégicas e propor alternativas de ajustes e melhorias, visando sempre a maximização do lucro e a proteção dos ativos financeiros de pequenas e médias empresas.

A **Consultoria Financeira Empresarial** prepara um conjunto de ações e procedimentos que envolvem análise, planejamento, controle de atividades e decisões financeiras das empresas, cuja finalidade é maximizar os resultados econômico-financeiros decorrentes de suas atividades.

A perda do **controle financeiro**, a incessante busca pela redução de custos, as inúmeras alterações de leis e regulamentações e a fragmentação das atividades são algumas das dificuldades enfrentadas pelas empresas que as obrigam a buscar fora delas um conhecimento especializado para auxiliá-las a sair da situação em que se

encontram.

Consultoria Financeira Empresarial tem como objetivo:

- Identificar os pontos fortes e pontos frágeis de sua empresa;
- Identificar as ameaças e oportunidades;
- Propor soluções e mudanças específicas para as áreas identificadas como mais necessitadas;
- Proporcionar uma visão geral da empresa através de um fluxo de caixa;
- Elaborar um planejamento financeiro;
- Fazer análises econômicas e financeiras;
- Apresentar estudos de viabilidade de novos projetos e investimentos.

Este é o papel desempenhado pela nossa **Consultoria Financeira**. Estamos prontos para atendê-lo!!!

Edvanio Junio

Contador perito, especialista em Gestão Tributária e Benefícios Fiscais;
Consultor Empresarial;
Palestrante e Diretor das empresas do grupo
Contar com escritórios em Itumbiara, Goiânia e São Paulo.

CONTAR
CONTABILIDADE
Consultoria Empresarial

📍 Rua Valdivino Vaz, 353 - Itumbiara-GO
☎ (64) 3431-3153
www.contarcontabilidade.com



**NOSSA MISSÃO É
OFERECER SERVIÇOS
DE EXCELÊNCIA, SEMPRE
RESPEITANDO O ESTILO
DE CADA CLIENTE.**

**Hugo
Oliveira**
BARBEARIA
☆☆☆☆

☎ (64) 99667-9440

f Hugo Oliveira

📷 hugooliveira_barber

R. 105 - Jardim Leonora,
Itumbiara-GO



CRIANÇAS COM FEBRE: SAIBA QUANDO RECORRER A REMÉDIOS

Sempre que os pequenos têm febre, os adultos se desesperam. Basta o termômetro indicar mais de 37°C que começa a correria para encontrar um remédio antes mesmo de averiguar o estado de saúde da criança. A questão é: o uso de medicamento, nessas horas, pode ter consequências negativas. Tanto é que uma revista científica americana de pediatria lançou um alerta recente sobre o uso indiscriminado de antitérmicos. No artigo, assinado por especialistas da Academia Americana de Pediatria, os médicos recomendam que não se recorra a esse tipo de remédio com o objetivo exclusivo de reduzir a temperatura corporal de meninos e meninas. Só que, infelizmente, muitos pais têm um medo exagerado e irracional da febre. É aí que mora o perigo.

Isso porque a automedicação é sempre arriscada. Os antitérmicos não atuam sobre a doença que desencadeou a subida da temperatura, só diminuem a febre. A preocupação, quando há febre, deve ser com o diagnóstico do que a causou, feito por um pediatra. Além disso, o calor corporal – desde que não passe de um limite tolerável – até costuma dar uma mão para exterminar o que por ventura está por trás de toda a encrenca.

A febre de até 38,6 °C otimiza o sistema imunológico, ou seja, ficar um pouco mais quente do que o normal ajuda a criança a se defender, porque a produção de anticorpos protetores aumenta, recrutam-se algumas células de defesa de maneira mais rápida e inibe-se a multiplicação de diversos micro-organismos. Se a febre, a princípio, não faz mal, quando será que os antitérmicos são mesmo necessários? No geral, quando aumentam o conforto da criança no alívio de sintomas como tremores, mal-estar e aceleração dos bati-

mentos cardíacos. Isso significa que se seu filho está quente, mas continua correndo pela casa, não é preciso medicá-lo. As exceções são garotos com problemas cardíacos ou pulmonares, além daqueles que têm suscetibilidade a crises convulsivas desencadeadas por febre.

É imprescindível procurar assistência médica nos seguintes casos (importante: os valores se referem à temperatura axilar, ou seja, medida com o termômetro na região da axila):

1) Temperatura acima de 37,5°C e abaixo de 35,5°C em bebês com menos de três meses;

2) Temperatura superior a 39°C em bebês com mais de três meses, ou se a febre vier acompanhada de choro persistente e irritabilidade extrema;

3) Respiração rápida (mais de 50 respirações por minuto em bebês de até um ano; e mais de 40 respirações por minuto em crianças entre um e cinco anos), rigidez na nuca (o queixo não encosta no peito) ou fontanela (moleira, aqueles espaços mais moles nas junções dos ossos do crânio de recém-nascidos) tensa e abaulada (ao passar a mão, é possível sentir que a moleira está saliente);

4) Febre que dura mais de um dia, acompanhada de dor de cabeça, irritabilidade, sonolência, dificuldade para falar, apatia (sintomas sugestivos de meningite) em crianças de até dois anos;

5) Febre em pessoas de qualquer idade acompanhada dos seguintes sintomas: dor de cabeça forte e persistente; sensibilidade excessiva à luz; dor de garganta que impeça a deglutição; vermelhidão na pele; nuca enrijecida e dolorosa ao curvar a cabeça; confusão mental; vômitos repetitivos; dificuldade para respirar ou dor no peito; irritabilidade ou apatia ou sonolência; dores abdominais; dor ao urinar ou micção frequente e em pequena quantidade.

Atenção: Um banho rápido em água morna pode ajudar a baixar a temperatura. Contudo, se a pessoa tiver muitos tremores durante o banho, interrompa-o imediatamente. Banho frio, por sua vez, pode ocasionar piora do quadro clínico. Adicionar álcool na água do banho também não é indicado, pois além de ineficaz, a criança pode inalar a substância.

Portanto, em caso de febre alta que não passa, a melhor solução é ir ao pronto-socorro.



Dr. Ricardo Aparecido da Silva

CRM: 16630 / RQE: 10902

Formado: Universidade Presidente Antônio Carlos;

Especialização em Pediatria: Hospital Infantil São Camilo de Belo Horizonte - MG;

Título de especialização em Pediatria: Sociedade Brasileira de Pediatria - AMB.

— ESTILO —
Mega Hair


ESPAÇO
RÊNIA COELHO

SALÃO ESPECIALIZADO EM ALONGAMENTO CAPILAR.

Fone: 64 3431-7955 / 64 99664-9216
Rua Jorge Simões de Lima, 405 - Santa Inês - Itumbiara-GO
(entre as ruas Goiás e Tiradentes)





CARRO PCD – SAIBA MAIS SOBRE O PROCESSO DE ISENÇÃO DE IMPOSTOS

➤ Você tem interesse na compra de um carro com isenção de impostos?

Então, precisa conhecer melhor algumas regras, pois esse benefício vale a pena e pode fazer com que você economize entre 20% e 30% sobre o preço de tabela.

➤ Quem tem direito?

As pessoas com alguns tipos de deficiências (PcD) e algumas doenças crônicas têm direito ao desconto de impostos na compra de um carro novo.

É possível requisitar o desconto dos impostos IPI (Imposto sobre Produtos Industrializados), ICMS (Imposto sobre Circulação de Mercadorias e Serviços), IPVA (Imposto sobre Propriedade de Veículos Automotores) e IOF (Imposto sobre Operações Financeiras), com algumas especificidades e há uma lista de documentos para a solicitação.

Para a isenção de IPI e ICMS, os veículos devem ter sido fabricados no Brasil, ou países ligados ao Mercosul, com valor até R\$ 70.000,00 (setenta mil reais). Para os veículos com valores superiores, é

aplicável somente o desconto ao IPI. As regras são estendidas a parentes que auxiliem na mobilidade dos que tem direito a isenção para PcD.

A depender da esfera dos impostos, as requisições das isenções devem ser solicitadas na Receita Federal ou na Receita Estadual, mas, o primeiro passo é que a pessoa tenha o laudo médico que comprove a deficiência.

E caso a parte queira revender o carro comprado, deve ficar atento aos prazos, sob pena de pagamento dos impostos dispensados com atualização monetária e acréscimos legais.

Porém, cada situação é única e deve ser analisada com as suas particularidades, pois não são todas as pessoas que têm direito a isenção.

Procure um advogado que terá as orientações necessárias para que tudo ocorra dentro dos ditames legais e da forma mais adequada.

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

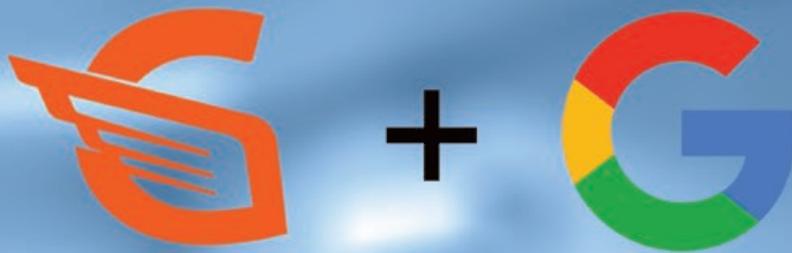
☎ (64) 98414-2739

✉ ledyane.adv@outlook.com

📱 @cmpadvogados



GABARITO 2020



O Colégio Gabarito
Itumbiara agora é
Google for Education

PRÉ-VESTIBULAR GABARITO

*Quem faz
aprova*

MATRÍCULAS ABERTAS

(64) 3432-1211

(64) 9 9246-7909

**INÍCIO DAS
AULAS 10/02**

MATERIAL DIDÁTICO
SAS
SISTEMA ARI DE SÁ



Colégio Gabarito, aqui você

APRENDE COM

FUNDAMENTAL I

OS MELHORES



Prof. Adriana

GRADUADA EM PEDAGOGIA
PÓS GRAD. EM ENSINO INFANTIL



Prof. Jheniffer

GRADUADA EM PEDAGOGIA



Prof. Keila

LIC. EM ED. FÍSICA



Prof. Vânia

PÓS GRADUADA EM GESTÃO
ESCOLAR E ED. ESPECIAL



Prof. Eliene

LIC. EM PEDAGOGIA



Prof. Núbila

GRADUADA EM PEDAGOGIA
E LETRAS



Prof. Rita de Cassia

PÓS GRADUADA EM PICO PEDAGOGIA
EDUCAÇÃO ESPECIAL COM ÊNFASE
EM AUTISMO



Prof. Aline

GRADUADA EM PEDAGOGIA
PÓS GRAD. EM ALFABETIZAÇÃO
E LETRAMENTO



Prof. Rita de Cassia

GRADUADA EM PEDAGOGIA
E LETRAS



Prof. Catarina

GRADUADA EM LETRAS-INGLÊS



Prof. Wellington

GRADUADO EM PEDAGOGIA
HISTÓRIA E LETRAS



Prof. Gabriella

GRADUADA EM PEDAGOGIA
E LETRAS



GABARITO
SISTEMA DE ENSINO

FUNDAMENTAL II E MÉDIO



Prof. Flaviano

MESTRE EM HISTÓRIA
LIC. EM HISTÓRIA E GEOGRAFIA



Prof. Renan

DOCTOR EM HISTÓRIA



Prof. Donizett

MESTRE EM FILOSOFIA



Prof. Tarine

LIC. EM HISTÓRIA
E GEOGRAFIA



Prof. Sandra

MESTRE EM HISTÓRIA



Prof. Peterson

LIC. EM LETRAS
PORTUGUÊS/FRANCÊS



Prof. Rodrigo

LIC. EM LETRAS
PORTUGUÊS/INGLÊS



Prof. Janice

MESTRE EM CIÊNCIAS
DA EDUCAÇÃO



Prof. Lygiane

LIC. EM LETRAS



Prof. Eurilene

LIC. EM LETRAS
ESPECIALISTA EM DOCÊNCIA



Prof. Cristiane

LIC. EM ARTE



Prof. Heloíse

LIC. EM LETRAS



Prof. KEILA

LIC. EM ED. FÍSICA



Prof. Barbareco

MESTRE EM IMUNOLOGIA
E PARASITOLOGIA APLICADA



Prof. Thalita

DOCTORA EM BIOQUÍMICA



Prof. Roosevelt

MESTRE EM GENÉTICA E BIOQUÍMICA



Prof. Ênio

MESTRE EM QUÍMICA



Prof. Eloíse

MESTRE EM QUÍMICA



Prof. Cristiano

MESTRE EM QUÍMICA



Prof. Denis

LIC. EM FÍSICA



Prof. Rogério

LIC. EM FÍSICA
ESPECIALISTA EM MATEMÁTICA



Prof. Gabriel

MESTRE EM TECNOLOGIAS
EMERGENTES EM EDUCAÇÃO
PELA MIST UNIVERSITY FLORIDA-USA.



Prof. Max

MESTRE EM MATEMÁTICA



Prof. Leandro

MESTRE EM MATEMÁTICA

**PRATICIDADE E AGILIDADE
VOCÊ ENCONTRA NO CAMPEÃO!**

**COMPRE NO CONFORTO
DA SUA CASA OU
TRABALHO COM O
NOSSO APLICATIVO.**

Todos os produtos desejados
na sua casa, entregues no
prazo de **1 hora.**

**NÃO PRECISA MAIS IR AO
SUPERMERCADO NA CORRERIA.**



**O PREÇO NO APLICATIVO É O MESMO DA
LOJA E AS PROMOÇÕES VÃO ATÉ VOCÊ!**

BAIXE AGORA!



OU ACESSE WWW.SUPERMERCADOCAMPEAO.COM.BR

TELEFONE: (64) 3431-8543 ☎ 64 9992-1243 ☎

RUA BENJAMIN CONSTANT, 1.340, ITUMBIARA - GO



PILATES TAMBÉM TRAZ BENEFÍCIOS PARA OUTROS ESPORTES?

PILATES TAMBÉM TRAZ BENEFÍCIOS PARA OUTROS ESPORTES?

A prática do Pilates auxilia atletas de alto rendimento na melhora da performance e na prevenção e recuperação de lesões. Somando força e flexibilidade, a melhora de performance acontece devido ao aumento da eficiência do movimento. Um movimento mais eficiente pela sua mecânica correta tem um desgaste calórico menor, fazendo com que o atleta possa manter a mesma performance por um período mais prolongado. Além disso, o Pilates vai fortalecer o centro do corpo, o abdômen e os músculos de sustentação da coluna. Tudo isso aliado a melhora da percepção corporal, melhora do equilíbrio e da flexibilidade fazem a diferença na hora da competição.

Com isso vários esportes se beneficiam do Pilates para aumento da performance dos seus atletas:

Corrida - A respiração (um dos princípios do Pilates) correta auxilia o corredor durante as provas para ter um controle maior da frequência cardíaca. Além disso, trabalha-se o centro do corpo (core), essencial para o desenvolvimento do treinamento, pois é o grupo de músculos onde ocorre grande parte da força de estabilização do corpo e do movimento.

Luta - Estimula a coordenação motora, consciência corporal e controle muscular, além de melhorar a circulação e oxigenação sanguínea, a flexibilidade e alinhamento postural adequado. Além de todos os benefícios físicos, o pilates aparece como um meio de melhorar o bem-estar físico e mental, principalmente de atletas de luta, considerando o estressante processo de treinamento pré e pós competição e a cobrança por resultados melhores.

Ciclismo - No Pilates, o ciclista realiza exercícios que mobilizam as articulações dos tornozelos, joelhos e quadris para que se movam uniformemente. Além disso, o método

trabalha todas as musculaturas dos membros inferiores em equilíbrio, o que aumenta o desempenho e rendimento corporal durante as pedaladas.

Futebol - O Pilates trabalha o equilíbrio e a resistência muscular dos jogadores de futebol. Isso resulta em movimentos mais eficientes, com a resistência mantida por um período mais prolongado.

Natação - Trabalha e previne lesões na articulação do ombro, que precisa estar forte para vencer a resistência da água, além de fortalecer o core. Melhorando a resistência melhora-se também os resultados nas competições.

Vôlei - Nas aulas de Pilates, os saltos do vôlei podem ser reproduzidos com acessórios que aumentam a instabilidade, o que promove uma melhora de força dos membros inferiores, em conjunto com o fortalecimento de centro.

Escalada - A escalada é um esporte que envolve muita força e flexibilidade na região do core, uma das áreas mais trabalhadas no Pilates.

Triatlon - Os triatletas treinam muitas horas por semana, para cada modalidade: correr, nadar e pedalar. Por isso, precisam aprender a usar os músculos corretamente. Com o Pilates, o corpo é reeducado para usar os músculos de forma mais eficiente e assim poupar energia.

Tênis - Exercícios como o Pilates ajudarão a melhorar a flexibilidade, resistência, potência, agilidade, entre muitos outros, além de trazer uma melhora na estabilidade de tronco, que é muito exigido no tênis, fortalecendo também ombros e joelhos. Os benefícios deste conjunto de exercícios são inumeráveis, já que ajudam a melhorar e preparar seus músculos e articulações para desenvolver diferentes modalidades esportivas, como é o caso do tênis.



Pilates

Laís Miranda

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

✉ laís_fisio21@hotmail.com

🏠 Rua Jacinto Brandão Centro, 538, Itumbiara-GO





RISOS, ALEGRIA E DIVERSÃO



AV. AFONSO PENA, 59 | CENTRO TELS: (64) 3433-9300 98158-0017

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS:

 /MundoDeSonhosBrinquedos

 @mundodesonhosbrinquedos



MASTALGIA: 70% DAS MULHERES NO MUNDO SENTEM DOR NAS MAMAS

Mastalgia é o nome técnico dado à dor mamária, um dos sintomas mais frequentes nas mulheres que vão aos consultórios de mastologia. Contudo, é preciso esclarecer que a dor mamária é comum e nem sempre está relacionada a alguma doença, podendo afetar mulheres de todas as idades e em qualquer momento da vida.

A mastalgia pode ser classificada como **cíclica, acíclica ou de origem extra mamária**. O medo do câncer é o principal motivo que leva as mulheres com esse sintoma a procurarem um médico.

A mastalgia é considerada cíclica quando tem relação com o período menstrual. Ocorre na segunda fase do ciclo, com duração de pelo menos sete dias, com tendência a surgir ou piorar nos dias que antecedem a menstruação e, normalmente, apresenta melhora após o fluxo menstrual. Frequentemente, a mulher tem a sensação de peso e inchaço nas mamas.

Já a mastalgia acíclica não tem relação com o ciclo menstrual. Pode ser constante ou intermitente e é mais comum no período de pós-menopausa. Sua procedência pode ter relação com quadros de inflamação das mamas, trauma, cistos mamários ou ectasia ductal, bloqueio do conduto mamário atrás do mamilo.

Esse tipo de dor nas mamas também pode estar associada a uso de alguns medicamentos, como por exemplo hormônios e antidepressivos. Em alguns casos há irradiação da dor para a região axilar.

Outro tipo de dor é a extra mamária. Normalmente esse tipo tem origem na parede torácica, mas acaba sendo relatada pela paciente como tendo início na mama. Essa mastalgia está relacionada, principalmente, à ne-

vralgia intercostal, contratura muscular, costochondrite, artrite, dor musculoesquelética da parede torácica lateral, fibromialgia e síndrome dolorosa miofascial.

O diagnóstico é sempre clínico, sendo importante a realização de exames complementares como mamografia e ultrassonografia, principalmente, quando há necessidade de excluir a possibilidade de câncer de mama.

A dor deve ser classificada conforme sua intensidade – leve, moderada ou severa. O sintoma é considerado leve quando não interfere na qualidade de vida da paciente. Geralmente, ocorre sensação de ardor, formigamento ou “picadas”.

A dor moderada tem interferência na qualidade de vida, mas não é motivo de mudança nas atividades habituais. Nesse caso, é comum o desconforto em uma ou ambas as mamas. Quando chega ao estágio severo, a dor interfere diretamente nas atividades comuns do dia a dia.

Quando o médico detecta a necessidade de tratamento da dor, os medicamentos mais receitados são os anti-inflamatórios não hormonais. Em casos de dor intensa pode ser indicada fisioterapia. Se a paciente fizer uso de reposição hormonal e for constatado que o medicamento está ligado a dor, a interrupção do remédio pode proporcionar alívio dos sintomas.

É muito importante que as pacientes estejam atentas aos sintomas mamários e procurem um médico o quanto antes para avaliação adequada e controle do sintoma.

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



CPAP, equipamento utilizado no tratamento da apnéia do sono, melhorando a qualidade de vida do paciente.



MÁSCARA FACIAL OU ORONASAL:

É o tipo de máscara utilizada para o paciente que tem dificuldade de manter a boca fechada enquanto dorme. Por isso esses modelos de máscaras são mais alongados para cobrir nariz e boca.



MÁSCARA NASAL:

Geralmente é o tipo de máscara mais procurada pelo paciente, pois, por serem menores, cobrindo só o nariz, deixam o rosto mais livre. Porém o paciente deve manter a boca fechada durante o sono para evitar escape de ar.



ALMOFADAS NASAIS:

é o tipo de máscara que mais deixa o rosto livre, pois a vedação dela se dá apenas na cavidade nasal.



vital
Materiais Ortopédicos
e Hospitalares

Rua Jacinto Brandão, 538 - St. Central, Itumbiara - GO
Telefone:(64) 3433-2829



CÂNCER DE PÂNCREAS

No dia 4 de fevereiro comemora-se o Dia Mundial do Câncer e, portanto, nada mais justo que falar de um dos tipos mais agressivos de câncer, que é o câncer de pâncreas.

O câncer de pâncreas, no Brasil, é responsável por 2% de todos os tipos de câncer diagnosticados e por 4% do total de mortes causadas pela doença.

É mais comum em homens do que em mulheres e a partir dos 60 anos de idade.

Existem alguns fatores hereditários e não hereditários que aumentam as chances de ter câncer de pâncreas:

● Fatores hereditários

- Câncer de mama e de ovário hereditários associados aos genes BRCA1, BRCA2 e PALB2;
- Síndrome de Peutz-Jeghers;
- Síndrome de pancreatite hereditária.

● Fatores não hereditários

- Tabagismo;
- Obesidade ;
- Sedentarismo;
- Diabetes mellitus;

- Pancreatite crônica não hereditária;
- Exposição a solventes, tetracloroetileno, estireno, cloreto de vinila, epiclorigrina, HPA e agrotóxicos.

Os sintomas são inespecíficos, como, fraqueza, perda de peso, perda de apetite, dor abdominal, náuseas, icterícia (cor amarelada nos olhos e na pele), urina escura e dor nas costas.

O diagnóstico geralmente é feito tardiamente, pois quando começa a aparecer os sintomas da doença ela já está em fase avançada. Na suspeita diagnóstica, exames como ultrassonografia, tomografia, ressonância magnética e o marcador tumoral CA 19-9 podem contribuir para elucidar o diagnóstico, e então o próximo passo é a realização de biópsia da lesão, para confirmar neoplasia.

O tipo mais comum de câncer de pâncreas é o adenocarcinoma, que corresponde a 90% dos casos da doença.

Após o diagnóstico, deve ser feito um estadiamento da doença, para identificar a presença ou não de metástases e assim programar a abordagem terapêutica.

A cirurgia é o único método no tratamento do câncer de pâncreas capaz de oferecer chance de cura. Porém, infelizmente, na grande maioria dos casos ela não é possível, devido a doença já estar em fase avançada.

Na dúvida e na presença de algum desses sintomas, procure sempre um especialista!



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



CHOCOLATES
BRASILCACAU

O PRESENTE PERFEITO
PARA QUALQUER OCASIÃO



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

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



O QUE É LINFEDEMA?

O sistema linfático desempenha diversas ações na homeostase tecidual e uma disfunção em um determinado segmento corpóreo que não só acarreta um edema (inchaço) localizado, mas também alterações histológicas teciduais com transformação para fibrose, aumento das células de gordura e diminuição da imunidade do local afetado.

Linfedema é uma doença crônica que se manifesta pelo acúmulo de líquido intersticial e alterações teciduais ocasionados por uma insuficiência da circulação linfática. O edema resultante apresenta características próprias que o diferencia daqueles decorrentes de outras manifestações clínicas.

Ocorre um aumento progressivo do volume do membro com linfedema por acúmulo de líquido e proteínas no tecido subcutâneo, ou seja, aquele localizado abaixo da pele, e uma alteração gradativa no padrão histológico com importantes repercussões funcionais e estéticas, e que alteram a qualidade de vida dos portadores de linfedema.

Como consequência da diminuição da imunidade local, secundária a uma disfunção da circulação linfática, o membro com linfedema pode desenvolver infecções bacterianas frequentes

conhecidas com erisipelas. O processo inflamatório, ocasionado pelas infecções, piora o linfedema e agrava a fibrose tecidual o que aumenta o volume e o peso do membro e limita ainda mais suas funções.

Os linfedemas por serem de caráter crônico, são de difícil tratamento e resolução, principalmente os mais avançados. Entretanto, um dos mais efetivos é o uso de bota pneumática, aparelho automático que faz compressão dos membros. Além deste, outro recurso também eficiente é a drenagem linfática, procedimento da fisioterapia vascular.

É fundamental o diagnóstico na fase mais inicial do linfedema, pois o tratamento e a orientação adequada podem evitar a progressão do linfedema para as formas avançadas e limitantes da doença.

A consulta com um cirurgião vascular é essencial para o diagnóstico do linfedema e o acompanhamento do tratamento.

Fonte: <https://www.sbacv.org.br/artigos/medicos/linfedema>

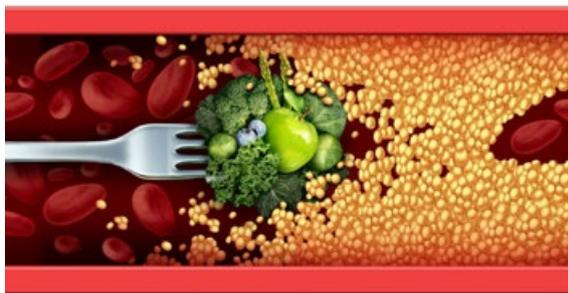


Dr. Gledson de Oliveira Machado

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 Vas-
 cular pela Universidade Federal de
 Uberlândia, reconhecido pelo MEC;
 Doppler Vascular – Especialização pela
 FATESA e INRAD – USP (SP).



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



O colesterol que circula no sangue de uma pessoa é uma substância natural que é produzida em grande parte pelo fígado, em torno de 75% à 80%. E quando em quantidades normais, o colesterol é fundamental para o funcionamento normal do corpo. No entanto, quando em excesso conduz ao surgimento de doenças cardiovasculares. Como o sangue é maioritariamente composto por água, o colesterol não se dissolve e precisa se “agarrar” a moléculas de proteínas para poder “viajar” pelo corpo.

Entenda a diferença entre o colesterol sérico e o colesterol dietético. Colesterol sérico é o colesterol que está na corrente sanguínea, enquanto Colesterol dietético é o colesterol que está presente nos alimentos. O colesterol no sangue aumenta quando há uma alimentação rica em gorduras saturadas. As gorduras de carne, leite e derivados são alimentos que possuem as principais fontes de colesterol e pode também ter gorduras saturadas nesses alimentos dependendo do tipo de fabricação. As gorduras vegetais quando sujeitas a altas temperaturas ou manipulações in-



☎ (64) 3431 1806 📷 @esteticaamandalopes

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



DIFERENÇA ENTRE O COLESTEROL SÉRICO E COLESTEROL DIETÉTICO ENTENDA COMO SEU ORGANISMO RESPONDE NA PARTE ESTÉTICA, QUANDO HÁ EXCESSOS.

dustriais (fritos, pré-cozidos etc.) também podem se transformar em gorduras saturadas. Consumir alimentos ricos em gordura ocasiona na elevação dos níveis de colesterol sérico, que não são a sua única fonte, pois o nosso fígado também já o produz. Portanto, cuidado com a alimentação!

Quando os níveis de colesterol estão elevados, a primeira medida sugerida pelos profissionais da saúde é uma mudança no estilo de vida:

- Parar ou evitar fumar e ingerir bebidas alcóolicas;
- Comer mais alimentos integrais que são ricos em fibras, frutas, vegetais e leguminosas;
- Ingerir menos gordura, carne e produtos lácteos, evitar industrializados e processados;
- Realizar pelo menos 30 minutos de atividades físicas ao dia.

Estas são as recomendações mais comuns, e quando essas mudanças não conseguem atingir as metas para diminuir o colesterol, definidas pelo seu médico ou nutricionista, inicia-se então o uso de medicamentos para haver essa diminuição. E caso seja indicado o uso destes medicamentos, como as estatinas, a mudança do estilo de vida continua, o medicamento é apenas um complemento.

Isso reflete também na parte Estética que não poderia ser diferente. Se há a alteração de colesterol devido aos maus hábitos alimentares, o corpo responde com o surgimento de celulites (que são inflamações do tecido adiposo devido à falta da circulação do sangue), gordura localizada (que é o excesso da gordura no tecido adiposo devido à alimentação inadequada, falta de atividades físicas e má postura) e quadros de retenção de líquidos (devido à alimentação inadequada também, excesso de alimentos processados e industrializados, excesso de sódio).

Ludmilla Pereira

CRN 11113
Nutrição Clínica Funcional & Esportiva;
Nutricionista – Graduada em Nutrição pela Universidade do Triângulo Mineiro – UNITRI.

🏠 Rua Jorge Simões de Lima 382, Santos Dumont,
Pronto Atendimento AgileMed.

☎ (64) 99966-1445



**NESTA OBRA, ENTREGAMOS UMA CLÍNICA AMPLA, MODERNA, ACONCHEGANTE
E COM ACESSIBILIDADE SEGUINDO OS PADRÕES DA ÁREA DE SAÚDE!**



NEGÓCIOS IMOBILIÁRIOS

CONSTRUTORA · IMOBILIÁRIA

*Queremos parabenizar a Dra. Vanessa Sgobero pela nova clínica odontológica.
Nossa gratidão por nos permitir transformar mais um sonho em realidade!*



☎ (64) 99664-0050

📘 ICF Negócios Imobiliários Ltda

📷 construtora.icf

🏠 Avenida Osvaldo Cruz, 4126 - Itumbiara-GO



Clínica **Neo Odontologia Especializada**

A clínica Neo Odontologia Especializada traz para Itumbiara e região uma nova versão da Odontologia especializada. A Clínica passou por uma reforma incrível, que deixou a nossa estrutura ainda mais moderna, com a tecnologia de ponta e conforto necessários para o melhor atendimento.

Conte conosco para transformar o seu sorriso e manter em dia a sua saúde bucal. Conheça nossos tratamentos e procedimentos:

- Reabilitação Oral: prótese fixa, prótese sobre implante, prótese total;
- Odontologia Estética: facetas de resina, facetas de porcelana, lente de contato dental;
- Harmonização Orofacial: Botox, preenchimento facial, preenchimento labial;
- Implante Dentário;
- Ortodontia estética, móvel e ortopedia;
- Laserterapia na Odontologia e terapia Ilib;
- Prevenção e Profilaxia e tratamento de Gengiva.

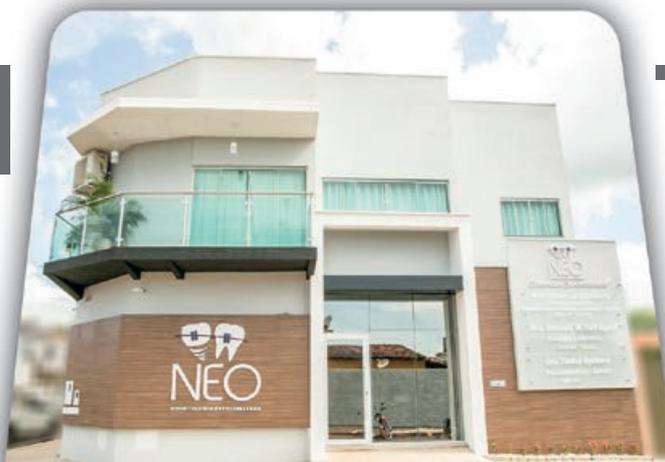


Nossa agenda está aberta e você pode marcar hoje a sua consulta e tirar suas dúvidas:

(64) 34319864

(64) 9 93236899

NOVO ENDEREÇO:
Rua Tupinambás, número 60,
Bairro Afonso Pena.
Itumbiara-Goiás.



Dra. Vanessa Sgobero

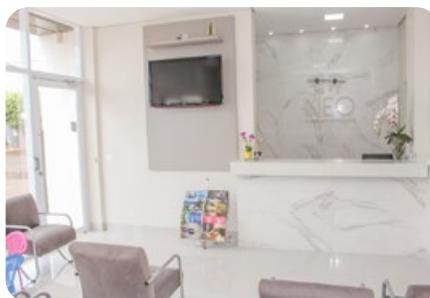
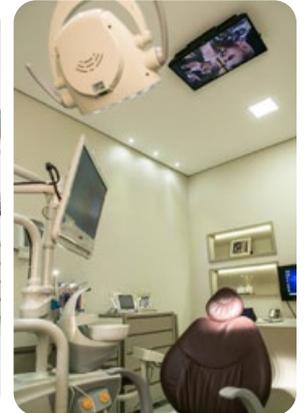
CRO-GO: 10402

Cirurgiã-Dentista Especialista em
Ortodontia e Implantes Dentários.

**Dra. Amanda Wandara
Dall Agnol**

CRO-GO: 16434

Cirurgiã-Dentista.



ULTRASSONOGRRAFIA VETERINÁRIA: AVANÇOS E INDICAÇÕES DO EXAME PARA CÃES

➤ O que é um ultrassom?

O ultrassom é uma forma de imagens que nos permite olhar dentro do corpo do seu animal de estimação, sem cirurgia. É uma técnica completamente não invasiva. A máquina de ultrassom emite ondas sonoras no corpo do animal de estimação, registra os ecos e os ecos dessas ondas sonoras formam uma imagem do que está acontecendo dentro do seu cão ou gato.

As ultrassonografias podem nos dar informações sobre órgãos no abdômen, no tórax, no coração, nos olhos e tendões, por exemplo. Porém, os exames mais solicitados ainda são as ultrassonografias abdominais.

➤ Por que seu Médico Veterinário pode solicitar um ultrassom abdominal?

- Perda de peso inexplicada;
- Dor abdominal;
- Falta de apetite (anorexia);
- Presença de líquido livre dentro do abdômen (hemorragia interna, ascite);
- Uma massa ou anormalidade encontrada durante um exame físico;
- Vômitos ou diarreia sem explicação;
- Problemas urogenitais;
- Exame de sangue ou radiografias anormais;
- Gestação.

Um ultrassom pode mostrar anormalidades na superfície dos órgãos, bem como mudanças dentro deles. Essa informação pode ser valiosa para decidir:

- Fazer uma cirurgia ou não;
- Fazer biópsias;
- Fazer exames de sangue mais específicos;
- Obter informações úteis de doenças específicas.

➤ O que esperar do exame de ultrassom?

Se você já fez um ultrassom em si mesmo, sabe como é simples. O transdutor é pressionado sobre o seu corpo e as imagens aparecem em um monitor. A única diferença para um animal é de que o pelo tem de ser cortado para o contato do transdutor diretamente na pele. Normalmente, todo o abdômen pode ser analisado e em média o exame dura até 40 minutos.

Normalmente não há necessidade de sedação, mas depende do temperamento do paciente.



➤ Ultrassom: Diagnósticos comuns

1. **Massas no abdômen.** Quando seu veterinário percebe uma anormalidade no abdômen, através da palpação abdominal ou radiografias, mostra uma possível massa (tumor). Um ultrassom pode muitas vezes dizer quais os órgãos são afetados.

2. **Bexiga e rins.** O ultrassom nos ajuda a olhar para dentro da bexiga, os rins, a próstata ou útero. Se o seu animal de estimação está com problemas para urinar, infecções constantes ou exames de sangue mostram problemas renais ou infecção, cálculo (pedras) nos rins ou bexiga ou na vesícula biliar.

4. **Pâncreas, vesícula biliar.** Inflamações, aumento no tamanho, imagens de infecção próxima aos órgãos (peritonites focais) são difíceis de serem identificadas se não houver um exame de ultrassom de boa qualidade. A pancreatite, uma doença muito comum hoje em dia, é diagnosticada pela ultrassonografia.

Há muitas outras coisas a serem descobertas em uma ultrassonografia abdominal e não somente para auxiliar na gestação, como ocorria no passado. Fatores fundamentais para a qualidade de um exame ultrassonográfico são a qualidade do aparelho e a experiência do médico veterinário, sendo que hoje existem especializações e pós-graduações voltadas para o diagnóstico por imagem.

Na Clínica Veterinária Villa Pet, contamos com profissional qualificado e equipamento moderno, que possibilitam um exame confiável, para assim auxiliar o Médico Veterinário a estabelecer o diagnóstico, prevenir, tratar e ainda acompanhar a evolução do tratamento de um grande número de doenças, além de permitir a melhor conduta e tratamento a ser utilizado com seu paciente, o diagnóstico e acompanhamento da gestação desses animais, sendo um exame não invasivo, indolor e com excelente custo/benefício.

Assim, além de utilizado como exame complementar, deve ser incluído como um exame de rotina nos check ups dos animais, pois muitas vezes é possível se diagnosticar uma doença, mesmo antes do aparecimento dos seus sintomas.



☎ (64) 3431-3555 ☎ (64) 9.8112-2461

f villapetitumbiara

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

Dra. Elisa G. O. Guerin

CRMV/GO: 6736

Graduada em Medicina Veterinária em 2014 pela Uniube;

Graduada em Agronomia Illes - 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.





STUDIO
FOCUS
REABILITAÇÃO E PERFORMANCE



AGORA EM NOVO ENDEREÇO:
RUA TIRADENTES, 247 - CENTRO - ITUMBIARA-GO

**ESTRUTURA MODERNA, EQUIPAMENTOS E
PROFISSIONAIS QUALIFICADOS**

- ◆ **AVALIAÇÃO FÍSICA E FUNCIONAL**
- ◆ **REABILITAÇÃO DE LESÕES**
- ◆ **ALTA PERFORMANCE DESPORTIVA**
- ◆ **LIBERAÇÃO MIOFASCIAL**
- ◆ **GAMIFICAÇÃO NO ESPORTE**



STUDIO
FOCUS
REABILITAÇÃO E PERFORMANCE

📞 (64) 99999-7606 / 📞 (64) 99209-9521

**ARYANE RODRIGUES
DO AMARAL**

CREF: 009816-G/GO
Bacharel em Educação Física
pela UFTM;
Pós-Graduada em Dor Pelo
Hospital Israelita Albert Eisten;
FMS I;
FASCIAS I E II.



**MATEUS VIEIRA
DUARTE**

CREF 010931-G/GO
Bacharel em Educação Física
Pela Ulbra;
FMS I;
FASCIAS I.

ELITE

EXCLUSIVIDADE E ESTILO EM QUALQUER TREINO.



DOS TECIDOS

(64) 3431-9050



@TUBARAODOSTECIDOS



TUBARAODOSTECIDOS

R. RUI DE ALMEIDA, 365 - ST. CENTRAL, ITUMBIARA - GO



CUIDADOS PALIATIVOS EM IDOSOS

Os Cuidados Paliativos são uma necessidade humana e podem ser aplicados em qualquer indivíduo, não necessariamente a um paciente em fase terminal, a fim de proporcionar uma melhor atenção e conforto às pessoas enfermas, seus familiares e cuidadores, além de contribuir para a garantia de todos os direitos estabelecidos no Estatuto do Idoso.

O aumento da expectativa de vida e a longevidade tornaram-se uma realidade importante em nossa sociedade e têm como uma de suas causas os avanços técnicos e científicos na área da saúde. Entretanto, com a mudança do perfil demográfico da população, cresce, também, o adoecimento crônico e/ou degenerativo, a exemplo do câncer, das doenças cardiovasculares, neurodegenerativas e osteomusculares, que acometem, preferencialmente, a população idosa, causando prejuízos à sua capacidade funcional, tornando-a dependente na realização de Atividades de Vida Diária (AVDs) (BURLÁ; PY, 2014).

O acometimento da população idosa por condições crônicas de saúde e sem possibilidade de cura ocorre em decorrência do declínio das funções orgânicas, levando a circunstância de terminalidade da vida, o que requer a necessidade de cuidados paliativos (FRATEZI; GUTIERREZ, 2011).

Nessa condição, o paciente idoso demanda cuidados básicos como qualquer outro, tais como: cuidados higiênicos, alimentares, alívio da dor, tratamento farmacológico para alívio de sintomas (náuseas, vômitos, diarreias) e apoio emocional, tanto para os pacientes como para a família, que acompanha todo esse processo.

Sendo o cuidado paliativo um modelo interdisciplinar de cuidados ativos e integrais prestados a pacientes com doenças em fase avançada ou terminal, ele é essencial para a população idosa, que é acometida por diversas modificações fisiológicas e de saúde, o que a torna dependente de tais cuidados (GUTIERREZ; BARROS, 2012).

Nessa perspectiva, essa modalidade de cuidado vai além da condição física. Perpassa os aspectos psicológicos, sociais e espirituais, na busca da humanização e do respeito a seu semelhante. Cuidados Paliativos auxiliam pacientes e familiares a lidar com questões físicas, psicológicas, sociais, espirituais e de ordem prática, com seus medos, suas expectativas, necessidades e esperanças.

Não apenas os profissionais, mas também os familiares necessitam de informações sobre o que são os cuidados paliativos, haja vista que essas são pessoas fundamentais na vida do idoso e podem contribuir, expressivamente, para a busca de melhores condições de vida durante os processos de adoecimento e dependência. Compreender que esse tipo de cuidado pode ser oferecido de forma interdisciplinar, por profissionais da Atenção Básica, da unidade hospitalar, mas também em seu próprio domicílio, é fundamental para a disseminação dessa prática.

Dra. Graziela Ferreira Custódio

CRM/GO: 21.809
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ÓCULOS

**fo
lha**

**É COM
ESSE
MODELO
QUE
EU VOU**

#CARNAVALDINIZ
#CARNAVALDINIZ
#CARNAVALDINIZ

RUA PARANAIBA, 422 A
CENTRO - ITUMBIARA - GO
(64) 3432-0708 |  (64) 99326-5402

RUA 20 C/13 E 15, 1.025
CENTRO - ITUIUTABA - MG
(34) 3261-2126 |  (64) 99894-1373



19,90

**ÓCULOS
DE SOL A
PARTIR DE
10X
R\$**

**ÓTICAS
DINIZ**

Promoção válida de 1º a 29 de fevereiro de 2020 ou enquanto durarem os estoques. Óculos solares com valor promocional a partir de R\$ 199,00 (cento e noventa e nove reais) parcelado em até 10x de R\$ 19,90 (dez vezes de dezenove reais e noventa centavos) nos cartões de crédito. Válido exclusivamente para óculos solares identificados em vitrine separada ou com sinalização da promoção. Preço promocional não aplicável para armações de grau, lentes oftálmicas ou de contato ou para óculos solares fora da promoção. Parcelamento exclusivo nos cartões de crédito. 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.



AS MUDANÇAS NA CONCESSÃO E CÁLCULO DOS BENEFÍCIOS PREVIDENCIÁRIOS

A Emenda Constitucional 103/2019, mais conhecida como “Reforma da Previdência” foi devidamente aprovada, trazendo inúmeras alterações na forma de concessão dos benefícios previdenciários, bem como, na forma de como será apurado o valor de cada benefício, seja ele, aposentadoria, pensão por morte, etc.

Diante desta nova realidade, torna-se cada dia mais importante que todo o cidadão se preocupe em acompanhar sua vida contributiva junto ao INSS, ou que faça uso de um planejamento previdenciário, com levantamento de quanto tempo de contribuição possui devidamente registrado junto ao INSS, se em todo o período contributivo há contribuições inferiores ao salário mínimo (pela nova legislação, não se pode contar como tempo de contribuição salários de contribuição inferiores ao salário mínimo), verificar se há períodos não computados por temporaneidade ou outro fato que comprometa a contagem do tempo de contribuição, proceder um acerto no CNIS (Cadastro Nacional de Informações Sociais), e ainda, verificar quais as condições para uma aposentadoria futura.

As recentes alterações, em sua grande maioria desconhecidas do segurado da Previdência Social, alteraram significativamente a forma de cálculo dos benefícios previdenciários, atingindo o valor da aposentadoria ou benefício a ser recebido.

É importante, desta forma, que o cidadão fique atento ao seu Direito, e faça uma análise cuidadosa antes de apresentar o pedido administrativo.

Um das grandes mudanças está no benefício de Pensão por morte, que reduziu o valor do benefício aos dependentes distribuindo-o por cotas. Antes da Reforma da Previdência, o valor do benefício da Pensão por morte era de 100% do valor da aposentadoria do falecido ou do valor que ele teria direito na data do óbito.

Após a reforma, o valor da pensão por morte será de 50% do valor da aposentadoria recebida pelo falecido, acres-

cida de 10% para cada dependente, até o limite máximo de 100%, com valor mínimo limitado ao salário mínimo.



Por fim, ressalte-se ainda, que os servidores do INSS sequer foram preparados para analisar os benefícios de acordo com a “Nova Previdência”, fato que culminou com uma enorme fila digital, e uma demora de mais de 6 (seis) meses na análise dos processos administrativos. Todos os requerimentos devem ser feitos pelo site www.meu.inss.gov.br, e as dúvidas podem ser esclarecidas pelo número 135 da Previdência Social.



Karina Goubetti

Advocacia Previdenciária
OAB/GO 28443 – OAB/DF 24158

✉ kg.advprev@gmail.com

☎ (64) 9.9201-7508

QUALIDADE, CONFORTO



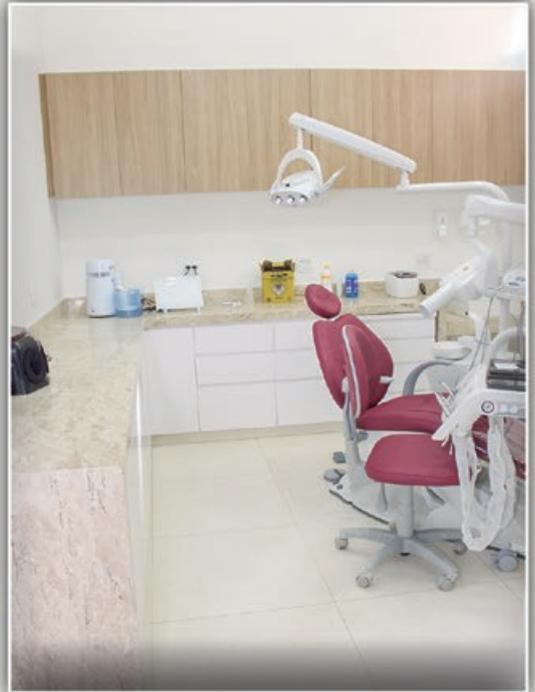
E SENSUALIDADE



FEMME LINGERIE, COM UMA NOVA IDENTIDADE PENSADA TOTALMENTE EM VOCÊ, COM O ESPAÇO E CONFORTO QUE VOCÊ MERECE!

Vem pra cá! 

(64) 9.9221-3616 | (64) 9.9293-0486 |  @femmelingerie.iub |  Femme Lingerie Itumbiara
📍 Av. Goiatuba, 53A, Centro - Itumbiara / GO



PROJETO EXECUTADO NA CLÍNICA **IDEAL**
Odontologia

MÓVEIS SOB MEDIDAS MODERNOS,
PRÁTICOS E DE EXCELENTE
QUALIDADE QUE SATISFAÇAM
AS SUAS NECESSIDADES E OS
SEUS DESEJOS.



VIA CAF

RUA BENJAMIN CONSTANT, 275
ST. CENTRAL, ITUMBIARA - GO

(64) 3431-2008



A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL.

É por meio das brincadeiras que a criança emerge no processo de aprendizagem, facilitando a construção da autonomia, reflexão e criatividade. Dessa forma, abrange os âmbitos sociais, afetivos, culturais, cognitivos, emocionais e físicos. Portanto, as brincadeiras são vitais para o desenvolvimento infantil.

Brincar vai além da recreação. Trata-se de uma dinâmica complexa, na qual a criança comunica-se consigo mesma e com o mundo ao seu redor. Assim, o desenvolvimento ocorre com as trocas recíprocas. Além de brincar e se divertir, a criança desenvolve a memória, a atenção, a imitação e a imaginação, bem como a sua personalidade, inteligência e afetividade.

Por meio da brincadeira e de atividades lúdicas, a criança atua no processo de faz de contas (simbolicamente) nas diferentes situações vividas por ela, elaborando conhecimentos, significados e sentimentos. Quando as crianças brincam, assumem diferentes papéis. Assim, elas criam mecanismos para agir diante da realidade, substituindo ações cotidianas pelas ações cumpridas pelo papel assumido.

As crianças aprendem muito rapidamente e ao brincarem, não só estão a explorar o ambiente à sua volta como também a desenvolver a sua própria identidade. De um modo geral, o

brincar e o jogar, não são mais do que uma fase de aprendizagem natural para a criança. Os jogos e a forma como a criança brinca contribuem por isso para o seu desenvolvimento global.

Brincar é também um modo de expressão, a criança partilha com o outro aquilo que sente, aprendendo a lidar com os seus medos e a superá-los.

Brincar desenvolve (e muito!) a imaginação da criança. Assim, vai descobrindo os objetos, as pessoas e os acontecimentos que a rodeiam e começando a criar a sua própria realidade, transformando-a e adaptando-a aos seus desejos. Pode dar vida aos objetos, criar um amigo imaginário, falar com os animais...

Este jogo imaginário é essencial para o desenvolvimento emocional e social da criança, pois permite aprender a ver as situações de um ponto de vista diferente e antecipar consequências. Por ser divertido, muitas vezes as crianças se tornam absorvidas naquilo que estão a fazer, o que contribui também para que desenvolvam a sua capacidade de concentração.

No fundo, a arte de brincar é precisamente a de deixar a criança pensar, resolver problemas, falar, movimentar-se e cooperar. Brinque com o seu filho!!!



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 do 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;
Reikiana e Thetahealer
Especialista em Neuropsicopedagogia.

☎️ (64) 9 9992-1729

📷 eliandrato

📘 Eliandra Donato

✉️ eliandramdonato@gmail.com

🏠 Rua Guarani, 35. Setor Rodoviário



Lançamento 31ª Edição Revista Mais Saúde

LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE



58,



Lançamento 31ª Edição Revista Mais Saúde



ÍNDICE DE SÓDIO EM ALIMENTOS

Nós, em nosso dia dia, muitas vezes não nos preocupamos com os níveis de ingestão de sal em nossa alimentação e em muitos casos ultrapassamos os limites recomendados nos colocando a mercê do desenvolvimento de doenças cardiovasculares como a hipertensão. A Organização Mundial de Saúde (OMS) visando o não desenvolvimento de tais doenças, indica que o consumo diário de sal seja inferior a 5g. No Brasil, o Ministério da Saúde em parceria com as indústrias de alimentos, selou acordo para a redução de sódio visando uma alimentação que não ultrapasse 2000mg de sódio diária.

Tendo a noção de tais índices recomendados, temos que mudar nossos hábitos de consumo e buscar alimentos mais saudáveis e com baixo índice de sódio e um simples ato pode fazer toda a diferença na escolha de alimentos: verificar os informes nutricionais. Por lei, todo alimento comercializado deve trazer no rótulo os informes nutricionais, e dentre estes está a quantidade de sódio contido naquele alimento. Portanto, basta verificarmos a quantidade que o alimento fornece na porção indicada e a partir de aí fazer as "continhas" para analisar se não estamos ultrapassando a ingestão diária recomendada.

A Alca Foods, antes mesmo do acordo firmado com o Ministério da Saúde, sempre buscou produzir produtos saudáveis por isso os índices de sódio em nossos alimentos estão inferiores aos recomendados para a categoria de alimentos que enquadramos. Por isso, no consumo cereais matinais, granolas, barras de cereais e mingaus você estará consumindo baixas quantidades de sódio propiciando assim mais saúde e prevenindo o desenvolvimento de doenças cardiovasculares.

Daniilo Freitas Borges
Gerente de Qualidade Alca Foods

CHOCO FIBROUS



70 mg
Sódio

3% da IDR*
* numa porção de 30 gramas de cereal.

6,3 mg
Sódio

0,3% da IDR*
* numa unidade de Barra de cereal.



BARRA DE CEREAL
CHIA COM
DAMASCO

64 2103 4222
www.alcafoods.com

AlcaFoods
Cereais Matinais

*Valores Diários com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

REVELE SEU LADO MAIS OUSADO
COM OS MELHORES PERFUMES IMPORTADOS



Parfums

 @muriloparfums

 @parfumspfumaria

 64 9 8143-7009

Shopping Center Plaza | Sala 34 - Centro - Itumbiara-GO - 64 3433-2100

Selo ADIPEC



Perfumes importados
com garantia
de originalidade.



Nessa edição da coluna Empreendedor Premium, vamos contar um pouco da história de um jovem empresário da cidade de Itumbiara, que há 12 anos vem se destacando no mercado de perfumes e tecnologia. Wellington Murilo Mariano Borges Silva, 37 anos, é casado com a advogada e contadora Fernanda Miranda. Bernardo e Wellington Murilo, seus dois filhos, que são sua grande inspiração. Em uma entrevista exclusiva, o jovem empreendedor contou a Revista Mais Saúde, um pouco de sua trajetória.

Revista Mais Saúde - Conte-nos um pouco da sua história

Wellington Murilo - *Natural de Itumbiara e apaixonado em vendas.*

Comecei a trabalhar quando criança no comércio do meu pai, no antigo Doces Nova York. Na época tinha meu pai como um ídolo, um porto seguro, homem integro, guerreiro e determinado, que edificava uma família com o trabalho digno de vendas, no estabelecimento fixo e porta a porta em várias cidades da região. Foram muitas viagens de entrega de mercadorias ao lado dele, quando aprendi o que era vendas e me apaixonei pela profissão!

Já na adolescência, tive o anseio de alcançar meus objetivos com o meu próprio trabalho. Trabalhei de vendedor de picolés e fazer pipas para a loja do meu pai, e gostei dos resultados obtidos... quando mais tarde abri meu próprio negócio, sendo o meu primeiro empreendimento uma loja de venda de aparelhos celulares e posteriormente, à 12 anos atrás, comecei a atuar com Perfumaria, quando empreendi na PARFUMS.

Revista Mais Saúde - Quais os diferenciais da Parfums no mercado?

Wellington Murilo - *A PARFUMS é o resultado de anos de dedicação, amor por vendas, busca por novidades, excelência no atendimento ao cliente, sendo estes os diferenciais que nos mantêm no mercado e nos fazem*

seguir com preferência entre os clientes.

Trabalhamos com a política que o cliente é nossa prioridade, trabalhamos com produtos de qualidade e procedência, todos os nossos produtos tem selo ADIPEC.

Na nossa loja o cliente encontra o lançamento em primeira mão com o menor preço da região!

Revista Mais Saúde - *Qual a principal diferença entre o jovem empreendedor que começou com a Parfums há 12 anos atrás, e o empreendedor de hoje que já está a tanto tempo no mercado?*

Wellington Murilo - *Há 12 anos atrás a PARFUMS foi constituída como um projeto familiar.*

Iniciei as atividades da PARFUMS em um espaço pequeno, inicialmente era para ser um empreendimento para complemento da renda familiar, tinha medo do novo, era o início de um novo negócio em uma cidade do interior, um investimento que tinha a certeza, ia me demandar dedicação, conquista de mercado e inovação.

Porém, aos poucos conquistamos nosso espaço, ganhamos a confiança e fidelização do nossos clientes, vieram novas demandas, busca por melhorias, buscas por qualidade e excelência no atendimento ao cliente.

Adquiri conhecimentos na área, comecei a frequentar feiras de lançamentos no segmento, me atualizei para as novidades, conseqüentemente veio o crescimento profissional!

Hoje me empenho para manter a credibilidade e confiança dos meus clientes. Tenho minhas bases sólidas no mercado que conquistei e na família que constitui. Olho pra trás e vejo que fui persistente frente as adversidades do dia a dia, com o crescimento profissional que me proporciona uma visão de mercado a longo prazo, com a certeza que trilhei o caminho certo, amparado na humildade e reconhecimento para agradecer todos os dias pelos meus clientes, amigos e família, por estarem sempre do meu lado durante esta caminhada.



Revista Mais Saúde - Qual foi o maior desafio encontrado até hoje como empreendedor?

Wellington Murilo - *Foram vários desafios nessa caminhada!*

Inicialmente, o maior desafio foi a conquista de mercado, transmitir para o cliente a credibilidade que oferecemos produtos de qualidade e procedência, portanto hoje trabalhamos com todos os produtos com selo ADIPEC, que é o Selo de Garantia de Procedência e de Qualidade Assegurada.

Há também as adversidades do mercado cambial, pois muito dos nossos produtos são baseados na moeda estrangeira, para tanto, para manter a proposta de melhor preço da região, tentamos adiantar nas previsões mercado, e cotação do dólar, para tentar comprar sempre com um bom preço de custo, para garantir aos clientes o melhor produto com o melhor preço.

Outro desafio foi vencer aos assaltos. Inicialmente nossas lojas eram localizadas em estabelecimentos com acesso à via pública, e nos primeiros anos registramos

ocorrências de assaltos e roubos, tivemos assaltos à mão armada, arrombamentos com roubo de estoque, fatos estes que nos desestabilizavam e descapitalizava a empresa. Momentos difíceis os quais superamos com muito trabalho e perseverança.

Porém, diante todas as adversidades, como empreendedor meu maior desafio foi conquistar a credibilidade e fidelização dos meus clientes, diante a concorrência. Meu trabalho é pautado na transparência, com objetivo de transmitir confiança assegurar a garantia dos produtos que comercializo. Busco procedência dos meus fornecedores, procuro ganhar na compra pra repassar pro cliente qualidade e o melhor preço!

Ao final, ao resumir minha trajetória profissional, chego à conclusão que independente da área que o profissional atua, ele deve exercer sua atividade com paixão e entrega. Assim, reconheço que sou um vendedor nato, apaixonado pela área de vendas, e sempre digo, meu negócio é fazer negócios!



TINTAS RESIDENCIAL, INDUSTRIAL E AUTOMOTIVA



VENHA COM SEU ORÇAMENTO E COMPROVE!

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

(64) 3404-2300

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



Casa das Tintas

A LOJA DE TINTAS OFICIAL DE ITUMBIARA E REGIÃO

DISTRIBUIDOR

 **Suvinil**



**SHERWIN
WILLIAMS**
Repintura automotiva



Fig. 1. Presença lesão ativa, esbranquiçada, de toxoplasmose no fundo de olho, associada a lesão cicatrizada com mais pigmento escuro.

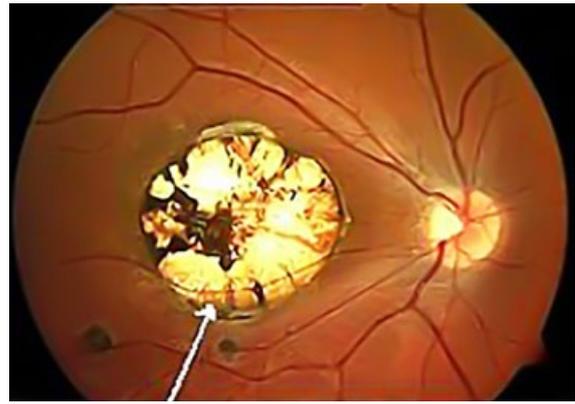


Fig. 2. Presença de lesão cicatricial da toxoplasmose no fundo do olho na região macular, causando perda visual grave.

UVEITE POR TOXOPLASMOSE

A Uveíte por Toxoplasmose é uma das causas mais comuns de infecção ocular em nosso país. Acomete, principalmente, pacientes entre 25-45 anos de idade e é caracterizada por recorrências que podem ocasionar redução visual severa. A transmissão se dá por ingestão de alimentos como carne malcozida e verduras mal lavadas, que estejam contaminadas com germe da toxoplasmose. Existe também a transmissão durante a gravidez da mãe para o feto quando esta adquire a infecção na gravidez.

Características Clínicas: Somente uma pequena parcela da população vai desenvolver doença ocular significativa. Os sintomas mais comuns são moscas volantes e diminuição da visão. O olho pode apresentar dor e pressão intraocular elevada. O exame fundamental para caracterizar o diagnóstico é o mapeamento de retina, que detectará lesão esbranquiçada de coriorretinite.

O diagnóstico é especificamente clínico, mas o médico pode solicitar exames complementares de sorologia sanguínea e até punção intravítrea em caso de dúvida diagnóstica.

O Tratamento depende de algumas variáveis, como aspecto clínico da lesão, localização e etc, ten-

do duração de aproximadamente 6 a 12 semanas em pacientes imunocompetentes ou mais prolongado em pacientes com sistema imunológico comprometido, como transplantados e ou SIDA (Síndrome da Imuno Deficiência Adquirida).

Existem complicações geradas pela doença que necessitam de tratamento cirúrgico, entre elas temos: Descolamento de Retina, membrana epiretiniana, turvação vítrea sequelar acentuada que não apresenta resolução e catarata.

A suspensão do tratamento irá depender essencialmente do aspecto clínico da lesão ao exame de dilatação pupilar e mapeamento de retina, que em fase ativa apresenta limites mal definidos ao contrário da fase cicatricial.

Se o olho apresentar recorrência da doença o mesmo tratamento pode ser instituído. Uma vez diagnosticada e tratada, exames posteriores de mapeamento de retina devem ser realizados para acompanhamento e detecção precoce de casos de recorrências. A prevenção é o grande tratamento a ser seguido, principalmente por mulheres grávidas que nunca tiveram contato com a doença.

ATENDIMENTO:



CRM-GO: 11.6635 RQE: 5.828
 Oculista;
 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



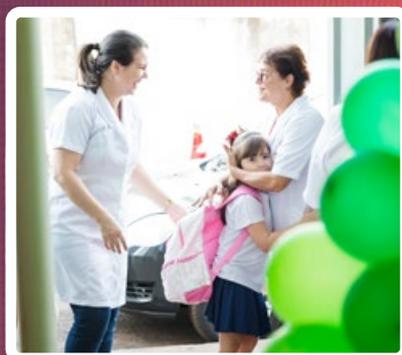


O AGORA É UMA DAS MAIORES RAZÕES PARA SE VIVER. ELE É MAIS DECISIVO QUE O PASSADO E O FUTURO.

É NO AGORA QUE VOCÊ MUDA O FUTURO E FAZ O PASSADO VALER A PENA!

DESEJAMOS UM FELIZ 2020 E EXCELENTE RETORNO À FAMÍLIA ZÊNITE!

#VEMPROZENITE





UNIDADE I

EDUCAÇÃO INFANTIL / ENSINO FUNDAMENTAL I

(64) 3431-8286 | 3431-7914

www.colegiozenite.com

FAZENDO DOS DETALHES TODA
A DIFERENÇA EM SUA VIDA



PROJETO
EXECUTADO
PARA



PAMAQ
— PLANEJADOS —
ESPECIALIZADA EM MÓVEIS PLANEJADOS

A MAIS DE 30 ANOS NO MERCADO

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

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

**CHEGOU MAIS UMA
NOVIDADE EM ITUMBIARA**



- ▶ **MATERIAIS MÉDICOS HOSPITALARES**
- ▶ **PRODUTOS ORTOPÉDICOS**
- ▶ **MEIAS COMPRESSIVAS**



64 3404-1600

vidamedcom@gmail.com

ALUGUEL DE: CADEIRAS DE RODAS\CADEIRAS DE BANHO\BOTA ORTOPÉDICA



Av. Dr. Celso Maeda, nº 402 - B. Afonso Pena - CEP 75513-477 - Itumbiara-GO

MELHOR
APARÊNCIA
ABDOMINAL



ABDOMINOPLASTIA

A Abdominoplastia é o procedimento em que se remove o excesso de gordura e de pele e, na maioria dos casos, restaura os músculos enfraquecidos ou separados, criando um perfil abdominal mais suave e tonificado. Ter um abdômen liso e tonificado é algo que muitos de nós se esforça para ter através de exercício físico e controle de peso. No entanto, às vezes, exercício físico e controle de peso não são suficientes para que alcancemos nossos objetivos. Mesmo pessoas com peso corporal e proporção normais podem desenvolver um abdômen protruído, frouxo e flácido. As causas mais comuns dessas situações incluem:

- Gravidez;
- Envelhecimento;
- Oscilações significativas no peso;
- Hereditariedade;
- Cirurgia Prévia;

Vale ressaltar que passar por uma consulta prévia com o cirurgião plástico é indispensável; pois, somente ele poderá avaliar seu corpo e indicar o procedimento adequado, uma vez que tal procedimento requer uma indicação precisa.

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





FAÇA SEU PROJETO DE SORRISO PERSONALIZADO EM UMA HORA!

Pesquisas comprovam que sorriso corresponde a mais de cinquenta por cento da beleza facial, por isso é de grande importância ter um sorriso que se adeque a face e a personalidade de cada um.

Com um projeto personalizado do sorriso.

- Lembrando que a proporção dentária tem que estar sempre alinhada com cada tipo de face, para alcançar harmonização do sorriso com a face.
- Lembrando que cada caso é único e os resultados dependem diagnóstico específico para cada indivíduo.

MARCELA VILELA DE OLIVEIRA

CRO: 16.884

Clínico Geral;

Atualização em periodontia – IQO;

Atualização em endodontia -DENTALHALL;

Curso de resinas estéticas -Instituto Relancer;

Curso de visagismos dental- Instituto Visage.



AGENDE SUA CONSULTA!

☎ (64) 3403-5726

📞 (64) 9.9966-2025

📷 @odontodesign_iub

Rua Doutor Valdivino Vaz nº 60, Centro, Itumbiara - Goiás

PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO – ENTENDA O QUE É E COMO IMPACTA EM SEU NEGÓCIO!



Saiba mais sobre os surpreendentes resultados que serão alcançados se o seu negócio começar a aplicar agora mesmo um planejamento tributário eficiente!

Para gerenciar uma empresa, um líder precisa estar disposto a usar a mente para pensar. E não estamos falando apenas para analisar os números e ler os diversos documentos que ficam sobre a sua responsabilidade, afinal, todos os chefes fazem esse processo.

Porém, mais que um chefe, você é empreendedor, sendo assim, possui uma visão para além do que está contido no presente, e a estaticidade de uma situação não abarca o movimentos que está correndo pelas suas veias – é preciso fazer mais!

Todavia, um fato é: o tempo corre e, o fato dele não parar de correr quer dizer que ele não está ao seu lado. Então, seu negócio depende de você para prosperar, e as medidas mais importantes da trajetória para o sucesso precisam ser tomadas agora, caso contrário, isso pode custar seus próprios sonhos de crescimento.

Mas não se preocupe, para enfrentar esse adversário grande, é preciso contar com um time de gigantes ao seu lado e, por um acaso, você acabou de encontrar. Se não deseja ficar entre a cruz e a espada para conseguir a prosperidade que você merece, venha com a gente, confira o que é um planejamento tributário e logo logo falaremos mais sobre o que ele pode significar para concretizar o futuro que sempre quis – com a ajudinha de uma contabilidade capaz de levar o seu empreendimento para conquistar o mundo.

O que é um planejamento tributário?

O planejamento tributário pode ser definido como um método eficaz para reduzir significativamente os custos fiscais de sua empresa – e ainda estar dentro da legalidade, é claro.

Mas como isso é possível?

Com a ajuda de profissionais contábeis qualificados, uma análise pode ser feita sobre os tributos que seu empreendimento é encarregado de prestar para os órgãos fiscais do Governo e, assim, verifica-se a possibilidade da execução de negociações para que os impostos providos possam ter uma ou mais parcelas com valor diminuído em relação à quantia original, ou até mesmo zerar a taxa, tudo isso, sem que nenhuma lei seja descumprida.

Entenda qual a importância de realizar um planejamento tributário eficiente para sua empresa e potencialize os seus resultados!

Como foi visto anteriormente, o planejamento tributário não é apenas uma ferramenta capaz de poupar com gastos os de tributações fiscais do seu empreendimento, mas até mesmo anulá-los! Então, imagine-se com esse serviço ao seu alcance, o que não pode ser, finalmente, conquistado a partir desse processo?

Sendo assim, os objetivos que foram constantemente adiados por falta de finanças para concretizá-los podem ver uma luz no fim do túnel, e a esperança de potencializar sua gestão e crescer juntamente com sua empresa torna-se um objetivo mais palpável.

Portanto, se essa ideia é a sua mais nova meta, não deixe que vire um pesadelo para você! Conte com a ajuda de profissionais contábeis capacitados para fazer com que não haja nenhuma transgressão da lei e, além disso, encontre todas as oportunidades que o seu negócio esteve esperando para dar um salto direto para o sucesso.

Então, não perca mais nem um segundo sequer! Entre em contato com a gente, temos contadores incríveis a sua disposição para fazer com que o seu sonho de empreendedor seja sua realidade permanente!

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

Vestibular 2019
UM NOVO JEITO
DE ESTUDAR

ARQUITETURA* E URBANISMO

Formação: Bacharelado
Duração: 5 anos

A Unopar também oferece outros cursos para você conquistar o mercado de trabalho.

Administração, Agronomia, Ciências Contábeis, Educação física, Embelezamento e imagem pessoal, Enfermagem, Engenharias Civil, de produção, Elétrica e Mecânica, Nutrição e muitas outras opções...



Aulas presenciais e práticas até 3 vezes por semana.



Apoio de tutores em sala de aula e online.



Laboratórios especializados para aulas práticas.

Inscreva-se já: **unopar.br**

U unopar

Rua Leopoldo de bulhões, 850, Setor Santos Dumont - Itumbiara-GO
(64) 3431-9192  **(64) 9 8401-5603**

*Consulte a disponibilidade do curso na unidade. Os cursos da modalidade de educação a distância (EAD) são oferecidos pela Universidade Pitágoras Unopar.



NEUROSSÍFILIS

A neurosífilis é uma complicação da sífilis, e surge quando a bactéria **Treponema pallidum** invade o sistema nervoso, atingindo o cérebro, meninges e medula espinhal.

Essa complicação normalmente surge após muitos anos de convivência com a bactéria sem o tratamento adequado, o que leva ao aparecimento de sinais e sintomas.

A Neurosífilis é muito prevalente e incidente no nosso meio, principalmente devido à grande disseminação do vírus HIV.

A sífilis pode invadir o sistema nervoso central (SNC) em qualquer estágio da infecção. Após a invasão, pode ocorrer liberação pelo próprio sistema imune do paciente ou a doença pode progredir, causando sintomas ou não ao seu hospedeiro.

A infecção é contraída, habitualmente, por contato sexual com lesões ou fluidos corporais infectados. Menos comum é a transmissão transplacentária da mãe infectada para o feto e, mais raramente, por transfusão sanguínea ou punção com instrumentos contaminados.

Os primeiros sinais e sintomas de neurosífilis costumam surgir entre 5 a 20 anos após a infecção pelo **Treponema pallidum**, quando a pessoa infectada não recebeu o tratamento adequado neste período.

Alguns dos principais sinais e sintomas incluem: distúrbios da visão e cegueira, falhas de memória, alteração da marcha, depressão, cefaleia, convulsões, rigidez na nuca, alterações nos reflexos.

Como os sinais e sintomas da neurosífilis são muito variados, esta doença pode ser confundida com diversas doenças neurológicas.

O diagnóstico da neurosífilis é feito pela análise do líquor, ou líquido cefalorraquidiano, que demonstra alterações sugestivas da doença, e é realizada através da punção lombar.

Os exames de imagem são muito indicados para avaliar as alterações cerebrais e a progressão da doença. Já exames de sangue são exames sorológicos que ajudam a identificar anticorpos relacionados à sífilis.

A neurosífilis é uma infecção que pode trazer graves consequências para a saúde e, por isso, deve ser prevenida através do tratamento adequado.

Já a prevenção da sífilis é feita com o uso de camisinha durante relações sexuais, e cuidados para se evitar a contaminação através de sangue e secreções, não se devendo compartilhar materiais que podem estar contaminados, como seringas e agulhas.

Dra. Claudia Soares Alves

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.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



RAVENNA

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

No dia 17 de janeiro a Ravenna Manipulação reuniu colaboradores, clientes, amigos e parceiros, para comemorar com muita alegria o seu 2º aniversário. Aproveitando o momento oportuno, os empresários Dr. Leandro Mendes e Simone Medeiros fizeram um apanhado do que a empresa já realizou nestes dois anos, reforçaram que os clientes de Itumbiara e região acolheram muito bem a Ravenna e que cabe dizer que a Gratidão é o sentimento que todos da empresa possuem. Além disso, fizeram uma projeção dos próximos anos, cujo propósito da empresa é ser mais que uma farmácia de manipulação ao aliar tecnologia a serviço da vida, com profissionais que somam mais de 70 anos de experiência no que fazem.

A Ravenna oferece ao mercado de Itumbiara e região, evolução tecnológica e inovação em medica-

mentos, com controle de qualidade rigoroso, o qual atende com excelência todas as normas técnicas e exigências para este setor, e implanta inovação com o apoio dos profissionais prescritores, cujo setor está em ascensão e para o qual a empresa investiu em laboratórios equipados com alta tecnologia para proporcionar confiabilidade aos clientes e parceiros.

Eles também comentaram os futuros projetos da empresa, o que inclui laboratórios modernos em manipulação humana e, mais recentemente o laboratório de manipulação veterinária, onde o Pet toma seu medicamento em formato de ração, nos sabores frango, bacon e peixe.

A Ravenna Manipulação está estruturada em 400m², com área exclusiva de produção composta por mais de 200m², ou seja, é uma empresa que investe em constante inovação tecnológica.





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

“Recado do Metabolismo para 2020”

Querido humano, eu sei que você anda meio desapontado comigo. Sei que nos últimos meses você me esconde embaixo de roupas largas e evitou a praia de final de ano. Você me exige uma energia que não tenho. Suas refeições industrializadas e a bebida “gin” da vez, não me dão suporte necessário. Fico sobrecarregado e infelizmente, me vejo obrigado a estocar energia em forma de gordura.

Não descanso e sabe-se lá quando foi meu último sono reparador. Estou estressado e próximo de um colapso nervoso. Sei que você espera mais de mim, mas tenho que ser sincero, também esperava mais de você.

Você me pede foco, energia e menos gordura. Eu lhe peço nutrientes, hidratação e repouso. E assim como você, estou a ver navios. Você se chateia com o intestino preso, mas querido, não estou em condições de abrir mão de nada agora. Não me peça para lembrar de algo pois meu estoque de antioxidantes está baixo, minhas membranas celulares sem flexibilidade e a gordura ruim que você consome, acabam comigo. Já não consigo transportar bem o açúcar que você ingere e contra minha vontade, tive que chamar minha amiga insulina com mais frequência. Desista dos cremes e das massagens. Já não respondo aos estímulos externos. Estou tão nervoso que pedi conselhos ao cortisol e ele me aconselhou a reter o máximo de líquidos que puder para me proteger e sempre que possível, me livrar do peso desnecessário dos músculos. Bem, músculos são pesados e eu já não tenho capacidade de carregá-los por aí. Estou bravo como você e agora não quero mais papo. Estou te escrevendo como forma de um adeus. Estou me desligando e logo a falta de ar será evidente pela ausência de exercícios pra me estimular e melhorar minha resistência.

Quanto mais adoço, mais você me agride com fármacos e eu, sinceramente não entendo por que me trata assim. Até parece que quer me ver sofrer. Como se não bastasse todos os anos de descaso, agora grita aos sete ventos que sou lento, isso mesmo, que seu metabolismo é lento. Dói, em nasci sim com algumas imperfeições, mas imaginava que você, com inteligência humana, soubesse zelar pelo seu corpo. Me enganei! Você não prestou atenção aos sinais e abusou de mim. Agora que desabafei lhe pergunto, quando eu for embora, aonde você irá morar?

Adaptação texto @teamalancordeiro

Mariana Santos Domingos

Educadora Física - Cref 002723 G/GO
Esp. Fisiologia do Exercício, Treinamento Personalizado,
Personal Trainer, Treinamento Funcional.
Proprietária Academia Ritmo



 academiaritmo

 (64)98158.0034

Já pensou em pagar sua academia
igual paga a **NETFLIX**?
Sem comprometer o seu limite!

N O V I D A D E R I T M O



Pagamento
Recorrente

ritmo
ACADEMIA

Rua Padre Félix, 431 - Centro - Itumbiara-GO
(64)3431-1199



TÁRTARO EM CÃES – O QUE FAÇO?

Assim como os seres humanos, os cachorros também desenvolvem o tártaro e isso muitas vezes é negligenciado pelos tutores de cães e gatos. Muitas vezes os donos não sabem nem em que estado estão os dentes do animal, pois não tem o costume de checar a boca do cão com frequência. Às vezes os dentes da frente parecem saudáveis, mas os dentes de trás estão cheios de tártaro.

Se você não se sente seguro para mexer na boca do cachorro, leve-o no veterinário para que o profissional diga se o seu cão precisa da cirurgia de limpeza de tártaro.

O tártaro é uma placa de bactérias que vai acumulando com o tempo por conta de restos de comida. Mesmo que o cachorro só se alimente de ração seca, biscoitos crocantes para cachorro e petiscos que “limpam” os dentes, muitas vezes isso não é suficiente.

Os riscos do tártaro

Conforme o avanço do tártaro, as bactérias podem entrar na corrente sanguínea e irem parar no coração, nos rins e fígado, levando até à morte do cachorro. Sim, tártaro pode matar seu cão.

Como evitar o tártaro?

É importante saber que o tártaro é uma questão de tendência. Alguns cães possuem o pH bucal que facilita o acúmulo do tártaro, assim como algumas pessoas tem mais tendência pra ter placa.

Normalmente as raças pequenas são mais propensas a ter tártaro, mas animais de porte grande também podem ter.

A única forma de evitar o tártaro é a escovação diária. Lembrando que se seu cachorro tiver muita tendência a tártaro, mesmo escovando, o tártaro pode aparecer, porém se escovar todos os dias você vai adiar esse aparecimento.

Como saber se meu cão está com tártaro?

Às vezes você não vê tanta diferença na coloração dos dentes, mas começa a sentir que o cão está com “bafo”, isso normalmente indica que o tártaro está se acumulando.

Os dentes afetados pelo tártaro ficam amarelos e vão passando para o marrom. O tártaro também começa a empurrar a gengiva, deixando-a vermelha, inflamada e em casos mais graves, correm o tecido gengival.

Em casos ainda mais graves, o cachorro para de se alimentar, pois o tártaro causa dor e o cachorro começa a evitar a mastigação.

Meu cão já está com tártaro, o que fazer?

Não procure receitas caseiras para acabar com o tártaro do seu pet, procure um veterinário e ele vai dizer se é necessária a cirurgia de limpeza de tártaro. Nada que você faça em casa vai eliminar o tártaro do seu cachorro uma vez que ele estiver instalado.

Como tratar?

É feita uma cirurgia simples para a limpeza do tártaro, normalmente realizada por um Médico Veterinário. A anestesia mais indicada é a inalatória, por ser mais segura para a maioria dos cães

São necessários exames pré-operatórios para ter certeza que seu cachorro está saudável para realizar o procedimento, que é simples e o cão volta para casa no mesmo dia.

Seu pet esta com esse problema? Venha até a Faro Animal Pet Center.

A Faro Animal tem uma equipe especializada em cães e gatos, onde buscamos sempre o melhor para seu pet.



☎ 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).

Nossos Diferenciais

2

PEDAGOGIA SOCIOAFETIVA

Preparação do aluno para a vida, através do desenvolvimento das competências do Século XXI e do empoderamento infantil, na busca de condutas para o sucesso de liderança.

INOVAÇÃO

Metodologias inovadoras e tecnológicas que buscam tornar a aprendizagem divertida, interessante e efetiva.

4



1

ENSINO

30 anos de tradição em ensino de qualidade, utilizando os melhores e mais bem conceituados métodos didáticos.

EQUIPE

Professores especialistas por áreas das disciplinas e uma equipe engajada com a educação.

3



**PREZAMOS PELA QUALIDADE E
INOVAÇÃO DO SEU PROJETO.**

**SOLUÇÕES INTELIGENTES
E PERSONALIZADAS
PARA CADA CLIENTE.**

Rey do Vidro

A solução em Vidros

64 3431-9288 | 64 3431-9488

AVENIDA JK, 840

BAIRRO ALTO DA BOA VISTA- ITUMBIARA - GO



COMO AMENIZAR O REFLUXO?

A regurgitação do lactente (refluxo gastroesofágico fisiológico ou “happy spitter”) ocorre especialmente nos primeiros meses de vida, e em geral finda antes do final do primeiro ano. Para o diagnóstico tem que haver ocorrência obrigatória de duas características em um lactente saudável com idade entre três semanas e doze meses:

1) Dois ou mais episódios diários de regurgitação por pelo menos três semanas;

2) Ausência de náuseas, vômitos com sangue, aspiração do conteúdo gástrico, apneia, déficit de ganho de peso, dificuldade para alimentação ou deglutição, postura anormal.

Os principais sintomas de alerta são emagrecimento, recuso frequente de comida, irritabilidade, sono inquieto e... vômito. Mas, como diferenciar o vômito daquela regurgitação, digamos, natural? A regurgitação costuma ocorrer imediatamente ou até meia hora depois da mamada e não atrapalha a criança. Já o vômito pode vir em outros momentos e causa o mesmo mal-estar que nos adultos. Não é à toa que, nesses casos, a criança acaba chorando.

No tratamento, o foco é apaziguar os tais sintomas. Mas nada de medicamentos! Mudanças simples no dia a dia do bebê já fazem uma baita diferença. Por ser uma condição naturalmente corrigida pelo corpo com o decorrer do tempo, as melhores formas de prevenir o refluxo são as que envolvem alterações posturais e alimentares. Veja algumas aqui:

Na hora de mamar: Procure deixar o bebê o mais na vertical possível, quase como se estivesse sentado. O ideal é encostar barriga com barriga e inclinar levemente a cabe-

ça da criança, posicionando-a na dobra do cotovelo.

Aguarde o arrote: Quando o bebê terminar de mamar, espere até ele conseguir arrotar – isso pode levar de dez a trinta minutos. Mantenha-o em pé, ereto e firme, sem dar tapinhas nas costas ou sacudi-lo.

Na troca da fralda: É comum o neném mamar e, ao mesmo tempo, evacuar. Mas, se limpá-lo na horizontal, ele pode regurgitar. Resolva com um travesseiro antirrefluxo. Em vez de elevar as pernas da criança, gire seu corpo para o lado, evitando pressão no abdômen.

Ao adormecer: A recomendação é utilizar um travesseiro antirrefluxo ou deixar a cabeceira do berço elevada a 30 graus. Agora, para evitar mesmo a volta do alimento, o crucial é que todo o tórax do bebê esteja mais alto, não só a cabeça.

A regurgitação do lactente desaparece espontaneamente. Orientação e apoio aos familiares são princípios fundamentais do tratamento. A compreensão pelos pais de que se trata de uma manifestação transitória e sem riscos, pode aumentar a segurança e reduzir a tensão e estresse e melhorar a interação entre os pais e o lactente.

A regurgitação do lactente gera ansiedade e aflição para os pais e cuidadores que esperam contar com a intervenção medicamentosa, para controle dos sinais e sintomas de RGE. No entanto, cabe ao pediatra explicar aos familiares que as orientações gerais são de extrema valia para os lactentes nos primeiros meses de vida.



Dra. Noala Rodrigues da Cunha Costa
pediatra

CRM: 15.753 | RQE: 12.438

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.

www.pediatraitumbiara.com

pediatranoala

pediatraitumbiara

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



**EM NOSSA
BRINQUEDOTECA.
A DIVERSÃO DA CRIANÇA
É GARANTIDA.**



Bileu's



R. JOÃO RODRIGUES JOTA, 110
ST. ANHANGUERA, ITUMBIARA - GO
(64) 3431-5714



DEIXAR DE FUMAR

BENEFÍCIOS:

Muitas vezes nós médicos somos questionados por fumantes, principalmente os de longa data, sobre por que deixar de fumar, já que muitos deles consideram que os danos seriam irreversíveis.

Grande engano, em qualquer época e tempo de tabagismo teremos benefícios, logicamente, quanto mais cedo interromper o vício melhor.

Exemplificando:

- Após 20 minutos: a frequência cardíaca e a pressão arterial diminuem;
- Após 2 horas não há mais nicotina circulante no sangue;
- Após 8 horas: os níveis de monóxido de carbono no sangue chegam aos valores normais. O nível de oxigênio aumenta;
- Após 24 horas: os pulmões já funcionam melhor e os brônquios começam a limpar os resíduos deixados pelo fumo;
- Após 48 horas: o olfato já percebe melhor os cheiros e o paladar já degusta melhor a comida;

- Após 2 semanas: a circulação sanguínea melhora e a função pulmonar aumenta;
 - Após 1 mês: tosse e falta de ar começam a diminuir entre 1 e 9 meses após o hábito ser abandonado;
 - Após 1 ano: o risco de doença cardíaca é cerca de metade do identificado em fumantes;
 - Após 5 anos: no período de 5 a 15 anos após parar de fumar o risco de ter um derrame é reduzido ao de um não fumante;
 - Após 10 anos: o risco de sofrer um infarto será igual ao de quem nunca fumou. Redução dos riscos de câncer na boca, garganta, esôfago, bexiga, rim e pâncreas;
 - Após 15 anos: o risco de desenvolver câncer de pulmão pode igualar-se ao dos não fumantes.
- Concluindo, certamente não podemos garantir aos nossos pacientes fumantes, que caso abandonem o vício, viverão mais, no entanto, podemos lhes garantir que viverão melhor.



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



Preço Unico
R\$ 10,00

Feminino | Masculino
Teen | Infantil

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



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

 @meninabiju_itumbiara

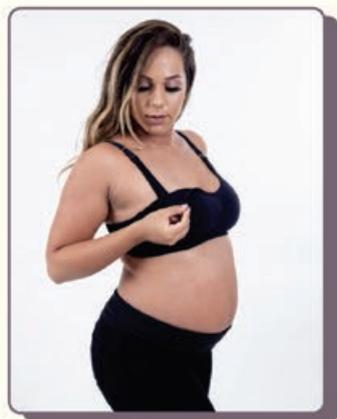
 Menina Biju Itumbiara-GO



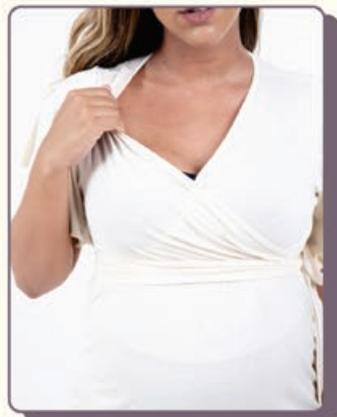
Modernidade, Conforto e Praticidade



Dona Cegonha
by Reila Amara



PEÇAS PERFEITAS PARA
A GESTAÇÃO E QUE
FICAM INCRÍVEIS NO CORPO
APÓS A GRAVIDEZ.



 /donacegonhaiub

 @donacegonhaiub

 (64)99662-9944

 Rua Dona Clarinda, n. 70 C - Centro
Itumbiara - Go CEP 75503-300

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. Nathany Suliki
Fisioterapeuta
Instrutora de Pilates

Dra. Raíza Santana Ferreira
Farmacêutica Esteta

Camila de Araújo Pighini
Fonoaudióloga
Especialista em disfagia e voz

Jhony Gargia
Educador Físico
Personal Studio de Musculação

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



PROLAPSO VAGINAL

A flacidez da pele e músculos é um inimigo com o qual muitas mulheres lutam com o passar do tempo. Exercícios, massagem, drenagem, cremes e alimentação equilibrada são alguns dos artifícios que muitas adotam para retardar os efeitos do envelhecimento.

Mas quando a flacidez é interna, atingindo os órgãos pélvicos e a vagina? A condição conhecida como prolapso genital atinge 20% das mulheres com mais de 40 anos e torna-se cada vez mais comum entre a população feminina.

O Prolapso genital, também conhecido por prolapso vaginal, acontece quando os músculos que suportam os órgãos femininos na pelve enfraquecem, fazendo com que o útero, uretra, bexiga e reto desçam pela vagina, podendo mesmo sair para o exterior.

o Quais os sintomas?

Os sintomas que podem ocorrer em pessoas que sofrem de prolapso genital dependem do órgão que desce pela vagina.

Estes sintomas podem incluir uma sensação de desconforto na vagina, presença de uma espécie de bola na vagina, sensação de peso e pressão na pelve ou como se estivesse sentando em uma bola, dor no fundo das costas, necessidade de urinar com frequência, dificuldade para esvaziar a bexiga, infecções frequentes da bexiga, sangramento vaginal anormal, incontinência urinária e dor durante o contato íntimo.

o Possíveis causas

O prolapso genital ocorre devido ao enfraquecimento dos músculos pélvicos, que pode estar relacionado a vários fatores.

Durante o parto, dependendo da quantidade de gestações, e devido a pressão uterina nos músculos pélvicos, eles podem ficar mais enfraquecidos. Além disso, o envelhecimento e a diminuição de produção de estrogênio durante a menopausa pode também contribuir para o enfraquecimento dos músculos que suportam os órgãos na pelve.

Embora sejam mais raros, existem outros fatores que podem levar ao prolapso vaginal, como tosse persistente devido a uma doença crônica, excesso de peso, prisão de ventre crônica, levantar objetos pesados com frequência.

o Como prevenir

Uma boa forma de prevenir um prolapso genital é praticar com frequência os exercícios de Kegel, que servem para fortalecer os músculos do assoalho pélvico. Converse com seu médico para saber como realizar estes exercícios e conheça outros benefícios que têm para a saúde.

o Como é feito o tratamento

Praticar exercícios de Kegel e perder o excesso de peso pode ajudar a impedir que o prolapso genital ocorra ou que se agrave.

No entanto, em alguns casos pode ser necessário realizar uma cirurgia para colocar os órgãos pélvicos de volta ao seu lugar e reforçar a musculatura. Esta cirurgia pode ser feita através da vagina.



CRM/GO18777 CRM/MG 63979 RQE: 12120
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;
Atendimento em Ginecologia geral, Climatério, Pré – natal e Parto Humanizado em consultório particular;
Plantonista de Ginecologia e Obstetria em Pronto atendimento.





*“Promoção de
Carnaval
Descontos
imperdíveis!”*



☎ (64) 3431 2106

☎ (64) 9 9950 0341

f Alquimia Ling

📷 @alquimialing



CIRURGIA ORTOGNÁTICA



CIRURGIA ORTOGNÁTICA

Diversas alterações e deformidades faciais que surgem ainda na infância, atravessam a juventude e chegam à idade adulta, podem comprometer a harmonia facial em homens e mulheres.

Este impacto pode trazer consequências até mesmo para a saúde emocional dos pacientes, visto que a face é considerada o “cartão de visitas” de qualquer pessoa, sendo a área mais exposta e visível do corpo humano.

Além dos efeitos estéticos, tais problemas também influenciam na saúde física do paciente, influenciando na mastigação, respiração e digestão. Para contornar estes quadros, a opção mais indicada é a cirurgia ortognática.

▪ Como a cirurgia ortognática funciona?

Indicada para a correção de deformidades da face, como o crescimento irregular do maxilar, da mandíbula, do queixo ou do nariz, a cirurgia ortognática tem como foco a saúde do

paciente, mas obviamente acaba também estendendo seus benefícios para a parte estética. A partir do momento em que o procedimento reposiciona as partes desarmônicas ou alteradas, também devolve a autoestima.

Todo o processo, desde a primeira consulta até o período pós-cirúrgico, é acompanhado de perto pelo cirurgião, que dá ao paciente todas as indicações necessárias para que o procedimento ocorra a contento e traga os melhores resultados.

A intervenção é planejada por meio de uso de softwares, que permitem ao cirurgião bucomaxilofacial visualizar o resultado antes mesmo de ir para o centro cirúrgico.



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 Orto gnática , 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 clinico Hospital Regional Unimed - Itumbiara-GO;
Membro Clinica Faccis- Itumbiara-GO;
Preceptor da residência em cirurgia e traumatologia buco maxilo facial - ANEO - Brasília DF;
Membro corpo clinico Hospital Mário Palmério Uberaba-MG;
Membro corpo clinico hospital Santa Clara - Uberlandia-MG.

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

DR. LUIZ JR.
CIRURGIA MAXILO FACIAL - ORTOGNÁTICA
CRO-GO 8619



Agende sua Consulta:

☎ (64)3608-1227

📞 (64) 9.9281-8584

📷 dr.luizjunior



PROTEJA-SE DA GRIPE

A Clínica de Vacinas Santa Clara já está fazendo a pré-venda da vacina da gripe 2020!

Além de garantir a prioridade na vacinação com os primeiros lotes que receberemos você ainda tem condições especiais de pagamento

Porque é preciso se imunizar anualmente?

Dois motivos explicam isso: a duração da imunização da vacina – de 10 a 12 meses – e as mutações do vírus influenza.

A vacina é feita com os vírus que mais circularam no ano anterior. Quem avalia quais vírus são esses é a Organização Mundial da Saúde, que repassa essa informação aos laboratórios produtores da vacina. Por isso, a composição muda de um ano para outro, sendo necessário se vacinar todo ano.



Clínica de Vacinas
Santa Clara
Cuida Bem de Você



UNIDADE ITUMBIARA
Rua Paranaíba, 937
(64) 3431-7800 | (64) 3431-0501



LINFONODOS OU ÍNGUAS CERVICAIS

Linfonodos cervicais aumentados, popularmente chamadas de ínguas, comumente são sinais de alguma infecção ou inflamação próxima ao pescoço, face ou mesmo couro cabeludo. Linfonodos são cheios de glóbulos brancos, células de defesa (sistema imune) que combatem infecções. Por isso estes linfonodos podem aumentar de tamanho e ficar doloridos quando há alguma infecção, pois, estão reagindo aos micro-organismos invasores.

A linfonodomegalia cervical (aumento dos linfonodos do pescoço) é causada principalmente por infecções das vias aéreas superiores (como um resfriado comum), infecções da cavidade oral e faringe (como as amigdalites bacterianas) e mesmo por infecções que chamamos de odontogênicas (originadas nos dentes e seus arredores).

Porém são também causas de aumento dos linfonodos cervicais:

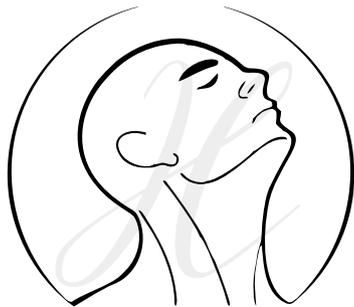
- Linfoma;
- Mononucleose infecciosa ("doença do beijo");
- Tuberculose ganglionar;
- Metástase de tumores localizados na cabeça e no pescoço;

- Doença da arranhadura do gato;
- Tuberculose;
- Micobacteriose atípica.

A principal causa de linfonodomegalia cervical em crianças e adolescentes até aos 14 anos são os processos inflamatórios. Como as crianças ainda não têm o sistema imunológico bem desenvolvido, os linfonodos cervicais ficam aumentados quando entram em contato com vírus e bactérias. Nesses casos, os gânglios são pequenos e surgem nos dois lados do pescoço.

Nos adultos, a partir da adolescência, o risco dos linfonodos cervicais aumentados estarem relacionados com doenças malignas, como o linfoma, é maior. Já em pessoas com mais de 50 anos, a presença de linfonodomegalia cervical pode ser sinal de câncer na boca, na faringe, na laringe ou no esôfago.

Linfonodos cervicais que ficam aumentados por mais de duas semanas devem ser vistos e avaliados pelo médico especialista. Dependendo do caso, pode ser necessário fazer uma biópsia para identificar a causa do aumento do gânglio, para isto será analisado a história do paciente e as características dos linfonodos à palpação e à ultrassonografia.



DR. HUGO A. C. ARAÚJO

CRM/MG: 79.199 | RQE: 44.817 / 44.818
 CRM/GO: 15.899 | RQE: 13.170 / 13.171
 Médico, Cirurgião Geral e Cirurgião de Cabeça e Pescoço pela Universidade de São Paulo (USP);
 Título de Especialista do Ministério da Educação em Cirurgia Geral e Cirurgia de Cabeça e Pescoço;
 Título de Especialista em Cirurgia de Cabeça e Pescoço pela SBCCP (Sociedade Brasileira de Cirurgia de Cabeça e Pescoço).

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





Essa foi a sétima edição do Flashback de domingo com a banda A VOLTAGEM no Arvoredo, aconteceu no dia 26 de janeiro e mais uma vez casa cheia e um público incrível!

 **9-81 14-2941**





Flashback.

29  Março

DOMINGO A PARTIR DAS 13:00



 BANDA A VOLTAGEM



MESAS

R\$ 140,00
4 PESSOAS

CONTATO
9-8114-2941 



VOLTA ÀS AULAS

enxergando melhor

VOGUE
eyewear

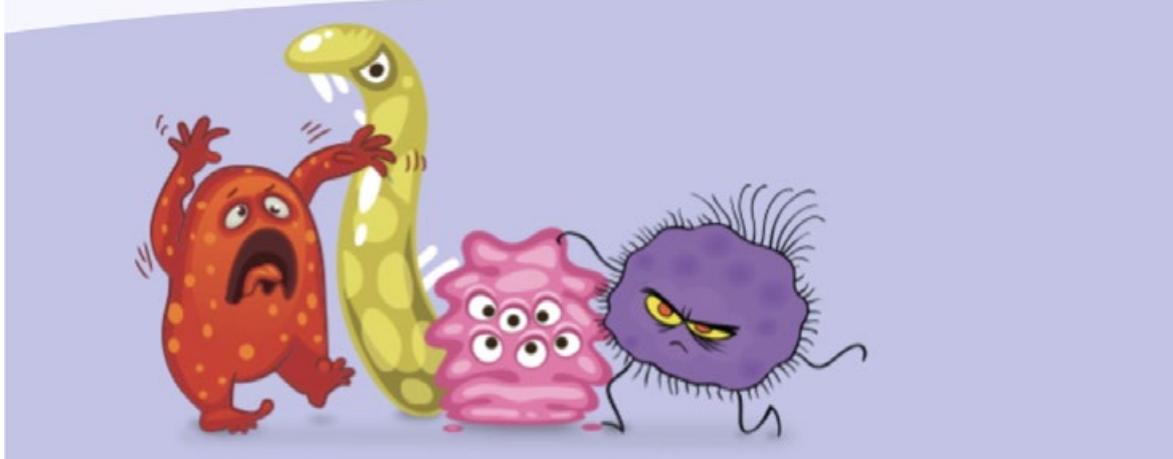
OAKLEY

Ray-Ban

 **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



PARASIToses INTESTINAIS

Oi pessoal! As parasitoses intestinais são muito frequentes na infância, principalmente em pré-escolares e escolares. São consideradas problema de saúde pública. Dessa maneira, vamos de perguntas e respostas rápidas e simples para tentar esclarecer um pouco sobre o assunto. E lembrem-se, nenhuma informação substitui uma boa consulta pediátrica.

➤ O que são parasitos intestinais?

Os parasitos são “vermes” intestinais que podem ser helmintos – divididos em aqueles que apresentam um formato arredondado/cilíndrico (nematelmintos) ou chatos (platelmintos). Ainda existem vermes microscópicos, chamados de protozoários. Tanto os helmintos como os protozoários podem causar doenças no intestino delgado ou grosso.

➤ O que os parasitas causam e quando suspeitar de sua presença no corpo?

Os parasitas estão diretamente relacionados às condições de higiene, saneamento básico, educação e tipo de moradia da população. Os sinais e sintomas mais comuns que fazem suspeitar de parasitoses são: dores abdominais, diarreia, náuseas e/ou vômitos, excesso de produção de gases, diminuição do apetite, perda de peso, às vezes tosse, febre e falta de ar. Também podem causar anemia e coceira no ânus. Outros podem causar sangramentos nas fezes.

➤ Como confirmar a presença de parasitoses?

A forma mais comum de diagnosticar uma parasitose intestinal é através da observação das formas que contaminam o ambiente (ovos, cistos ou larvas) e das fezes das crianças. Um exame de fezes positivo para os parasitas pode confirmar o diagnóstico. Entretanto, um exame negativo não afasta a hipótese, cabendo ao pediatra investigar, apontando a parasitose de maior suspeita do caso e solicitar ao laboratório uma pesquisa dirigida do parasita.

➤ Qual o tratamento contra as parasitoses?

Todos os medicamentos usados para o tratamento das verminoses dependem da idade da criança (cuidados especiais para os menores de 1 ano), do tipo de parasitose intestinal e do quadro clínico. Às vezes, existe

a necessidade do tratamento de toda a família pela alta chance de transmissão.

➤ O que fazer para evitar as parasitoses intestinais?

- Lave bem e com frequência as mãos, especialmente quando for lidar com alimentos, antes das refeições e depois de usar o banheiro. Lembre-se de utilizar sabão;
- Lave cuidadosamente os alimentos antes de prepará-los, especialmente os que vão ser consumidos crus. De preferência, deixe verduras e legumes de molho por 15 minutos em uma solução de 1 litro de água com 1 colher de sopa (15mL) de água sanitária;
- Procure não andar descalço em lugares em que não conheça as condições de higiene;
- Beba apenas água filtrada. Se não for possível, ferva-a antes de beber;
- Se precisar realizar refeições fora de casa, opte por locais que apresentem a higiene adequada;
- Manter os animais domésticos vacinados e vermifugados, além de recolher as fezes dos animais para locais seguros, já que podem ser fontes de contaminação;
- Promover uma boa nutrição faz toda a diferença para minimizar as alterações causadas pelos parasitas, manter as unhas curtas e limpas, não compartilhar roupas íntimas, evitar varredura na casa, utilizando-se de limpeza com pano úmido.

Até a próxima!



Dra. Julieta Isabel Triana Cansino

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

Lentes de Contato Dental

FLUXO DE TRABALHO DIGITAL

O fluxo digital na odontologia é uma nova forma de pensar com o auxílio de softwares e máquinas para oferecer as melhores soluções. Oferece mais velocidade e previsibilidade na entrega das Lentes de Contato Dental e Facetas de Porcelana. Garantindo assim a maior satisfação do cliente.

ORTHOS ODONTOLOGIA INTEGRADA

Rua Valdivino Vaz 97, | Centro | Itumbiara-GO
(64) 3431.9116 | Whatsapp 9 8103.0041

Lentes de Contato Dental

Películas extremamente finas projetadas para cobrir imperfeições dentárias, proporcionando um sorriso mais estético e harmônico ao paciente, quando bem planejadas possibilitam ao paciente um sorriso mais natural. O Planejamento possibilita a personalização das lentes, pois com ele avaliamos não somente a boca, mas toda a face, distância interpupilar, formato dos dentes naturais, se é com uma base triangular, oval ou quadrado.



Pioneiro na região sul de Goiás, o Dr. Guilherme Barra trabalha com tecnologia que possibilita a confecção das lentes de contato dental e facetas de porcelana com muito mais agilidade e precisão. A tecnologia empregada é o que há de mais moderno em todo mercado internacional.



Dr. Guilherme Barra

Implantes e Estética
ORTHOS ODONTOLOGIA INTEGRADA

CRO: 8973-GO
Especialista em Implantodontia pela UFU
Universidade Federal de Uberlândia;
Pós-graduado em Harmonização Orofacial;
Mestre em Radiologia e diagnóstico Bucal
pela Faculdade São Leopoldo
Mandic de Campinas-SP;
Especialista em Harmonização Facial;
DSD Membership.





*Lela Lingerie
Acessórios*

VENHA AÍ EM ITUMBIARA-GO
Um novo conceito em

Moda Íntima

📞 64 99284-8442

📱 [lلالingerieeaccessórios](#)

🏠 Rua Magnólia, 293 - Bairro Morumbi - Itumbiara - Goiás





CONSCIÊNCIA CORPORAL X ATIVIDADE FÍSICA

O autoconhecimento é importante para a qualidade de vida. É por meio dele que sabemos o que gostamos, o que não gostamos, quais são nossos sonhos e como alcançá-los. Também é pelo autoconhecimento que ganhamos a **consciência corporal**, essencial para a realização de qualquer atividade, seja na prática de exercícios físicos ou de tarefas básicas do dia a dia.

A consciência corporal é a habilidade de conhecer o próprio corpo. É saber o que pode ou não fazer, qual é o limite, quais movimentos pode realizar. E isso não é algo que deve ser restrito aos adultos, já que uma criança que conhece o corpo cresce com mais percepção do mundo ao seu redor.

Sem a consciência corporal o ser humano não teria freios. Um exemplo claro disso é quando praticantes iniciantes de atividades físicas forçam demais uma prática (corrida, peso, musculação), o corpo acaba sentindo o esforço que pode ocasionar sérias lesões.

Entre os benefícios de adquirir a consciência corporal destacam-se:

❖ **Mais qualidade de vida**

Uma pessoa que conhece o próprio corpo sabe como aproveitar melhor os dias. Prioriza o que faz bem para a saúde. Também fica atenta a pequenas atitudes no cotidiano, como sentar, levantar, subir escada, caminhar. Ao fazer tudo isso de maneira consciente, evitará problemas de coluna (como a má postura), entre outras situações.

❖ **Prevenção de lesões**

A prática de exercícios físicos é ótima para a saúde. Inclusive, é uma boa forma de adquirir consciência corporal. O problema é que muitas vezes as pessoas não

conhecem o próprio limite e acabam por ultrapassá-lo. É preciso ter atenção a todos os movimentos que realizar durante qualquer atividade. Não force os músculos e nem queira ganhar flexibilidade de uma hora para a outra, isso é gradual.

❖ **Como adquirir consciência corporal**

Desenvolver a consciência corporal não é tão difícil quanto parece. Com simples hábitos você consegue conhecer mais sobre si mesmo.

O primeiro a se fazer é prestar atenção nos movimentos que realiza no dia a dia. Como eu me sento? Como levanto da cama? Será que a minha postura está correta? Como eu piso? Isso tudo é importante para ter uma vida longe de lesões.

Outra maneira de adquirir consciência corporal é realizando algum tipo de atividade física, seja ela de baixo ou alto impacto. O yoga, por exemplo, é uma ótima prática para conhecer a si mesmo. Agora, se deseja uma prática mais dinâmica, o treinamento funcional pode ajudar. Os exercícios trabalham todas as áreas do corpo, proporcionando mais conhecimento sobre como realizar cada movimento, como alinhar a coluna e quanto tempo consegue permanecer em cada etapa. Ao praticar constantemente, sentirá o seu corpo mais inteligente.



Daniessa Arantes

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

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

☎ (64) 3431 6900 ☎ (64) 99203 0607



Água é indispensável para a sobrevivência das plantas. Mas quando o solo fica encharcado, elas sofrem e podem morrer por apodrecimento das raízes. Apesar de servir como condutor dos nutrientes que mantém a seiva alimentada, o excesso de água deixa o solo encharcado e varre os nutrientes para longe das plantas. Além disso, a umidade é campo fértil para a proliferação de bactérias e fungos, pulgões e cochililhas, que se alimentam de folhas, flores e frutos.

CONTE CONOSCO PARA **CONSERVAR** SEU JARDIM DA MELHOR FORMA!

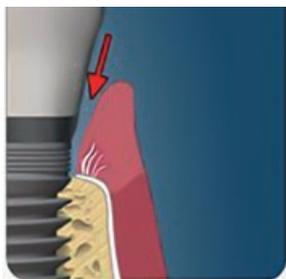
Somos uma empresa especializada em Terceirização de Serviços, oferecendo sempre o melhor desempenho com profissionais altamente qualificados!



 @conservarservicos
 Conservar Serviços

Itumbiara-GO Uberlândia-MG
(64) 3433.1818 (34) 3223-5441
Av. Afonso Pena, 1952 / Itumbiara-GO

PERI-IMPLANTITE – O QUE É E O QUE FAZER?



ACESSO DE BACTÉRIA OPORTUNISTA



BACTÉRIA DESTRUINDO OSSO



PERDA ÓSSEA VISÍVEL EM RADIOGRAFIAS

Peri-implantite é um processo inflamatório irreversível que acomete os tecidos peri-implantares em função, levando à perda óssea e, muitas vezes, culminando com a perda do implante osseointegrado.

Após o diagnóstico da peri-implantite – presença de supuração, sangramento a sondagem, perda óssea radiográfica maior do que 4 mm associada à profundidade de sondagens maiores do que 5 mm, procedimentos paliativos, como debridamento peri-implantar, utilização de clorexidina 0,12% e administração de antibióticos, são empregados para aguardar a próxima fase: o plano de tratamento.

Neste momento, embora ainda não esteja disponível um tratamento mais previsível, podemos delinear conceitos objetivos e claros, como um check-list para emitir um prognóstico clínico do caso e uma linha de tratamento baseada na manutenção ou remoção do implante. A remoção ainda gera problemas, tanto para o profissional quanto para o paciente, para o qual esse procedimento sempre é tão traumático quanto à inserção. Além do problema biológico, existe o fator econômico, pois o tratamento por meio da reabilitação com implantes demanda altos investimentos, quando comparado a outras modalidades reabilitadoras, como as próteses fixas, removíveis e totais.

Durante a avaliação da peri-implantite, o check-list deve ser composto por cinco fatores clínicos relacionados ao implante:

1. Mobilidade: o implante osseointegrado não deve apresentar mobilidade. Se isso acontecer, deve ser removido.

2. Comprimento: implantes menores que 10 mm devem ser removidos, bem como os que possuem defeitos ósseos peri-implantares que acometam 50% ou mais do seu comprimento. Isso é baseado na eficácia clínica de que os melhores resultados obtidos

não chegam a 45-50% de ganho ósseo vertical após o tratamento.

3. Anatomia do defeito: defeitos de três e quatro paredes são muito mais favoráveis ao tratamento regenerador do que os defeitos de uma e duas paredes.

4. Tipo de superfície: Alguns tipos de superfícies, quando acometidas pela contaminação do biofilme bacteriano, são dissolvidas ou completamente contaminadas devido à sua porosidade inerente à topografia e sua rugosidade, e nesses casos, devem ser removidos.

5. Conjunto de fatores: quanto mais fatores estiverem aqui citados e associados ao implante acometido pela peri-implantite, pior é o prognóstico.

Em resumo, caso o paciente apresente mais de um destes fatores, a remoção do implante parece ser a melhor opção. Caso haja necessidade de mais fatores para que o especialista ratifique o que foi previamente exposto, basta dizer que a previsibilidade do tratamento peri-implantar varia entre 45% e 60%, enquanto, após a remoção, mesmo com a necessidade de uma regeneração prévia, a inserção de um novo implante tem previsibilidade de 87% a 95% no primeiro ano.

Mas, caso a área seja passível de tratamento, qual opção escolher? Nesta fase, o profissional procura optar pelo mais simples e menos complexo, atentando-se principalmente à descontaminação da superfície do implante.

Em vista da importância e complexidade do assunto, procure sempre um bom Dentista habilitado e especialista em implantes.

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;

Implantes Osseointegrados;

Prótese sobre Implante.



ANUNCIE AQUI.



revista
SAÚDE

www.rmaissaude.com

64 99275 5299 | 64 99202 4160



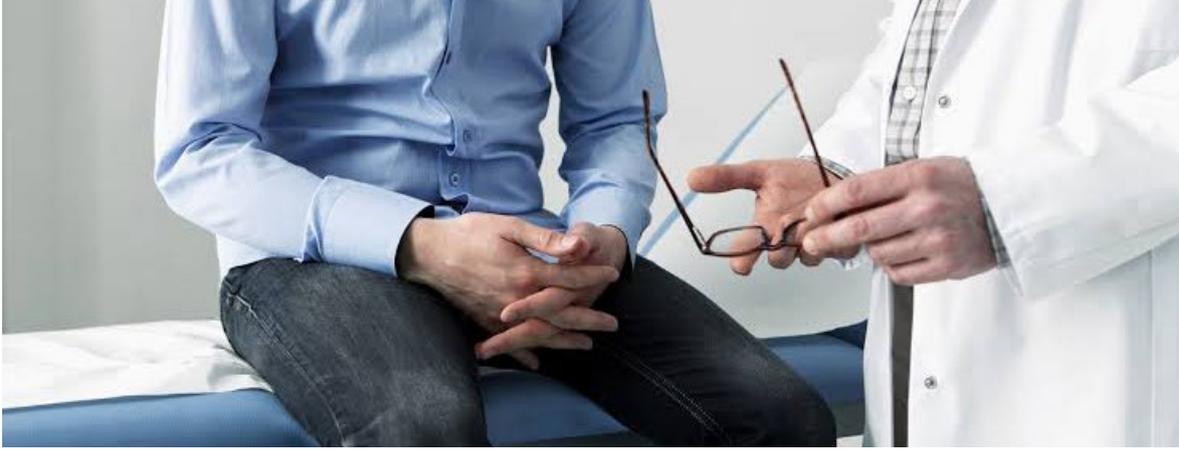
www.rmaissaude.com



[rmaissaude](https://www.facebook.com/rmaissaude)



[rmaissaude](https://www.instagram.com/rmaissaude)



FIMOSE - UM PROBLEMA COMUM QUE AINDA GERA MUITAS DÚVIDAS

Fimose é a incapacidade de retrair o prepúcio, expondo a glande, que é vulgarmente conhecida como cabeça do pênis. Essa condição está relacionada a presença de anel na região do prepúcio, associada ou não com aderências do prepúcio a glande. Existe uma grande confusão no entendimento do conceito de fimose, sendo que muitas pessoas confundem a simples presença do prepúcio, que é a pele que recobre a cabeça do pênis, com a fimose.

Todo o homem nasce com o prepúcio recobrendo a glande, sendo que apenas 4% dos recém-nascidos apresentam retração completa do prepúcio. Aos 3 anos esse número aumenta para 90%, sendo que esse é, geralmente, o prazo limite para aguardar uma resolução espontânea. A partir deste momento a cirurgia está indicada de forma eletiva.

A fimose também pode acometer homens adultos, de forma secundária a inflamações locais chamadas de balanopostites. Nesse caso a cicatrização pode gerar anel fimótico que acaba impedindo a retração do prepúcio. Esse quadro é comum em pacientes diabéticos, embora outras patologias como balanopostite por Cândida (um fungo comum) possam ser igualmente comuns.

A importância da fimose está relacionada a incapacidade de higiene adequada da glande que pode culminar com infecções locais e até câncer de pênis. A fimose também pode atrapalhar uma atividade sexual adequada.

O diagnóstico baseia-se na consulta médica com anamnese e exame físico.

O tratamento pode ser clínico com uso de pomadas locais a base de corticoides que podem ter até 50% de melhora. A abertura forçada do anel fimótico, ato comum no passado, pode não resolver a fimose, como também pode piorar o anel, já que o tecido cicatricial é pouco elástico. Em caso de falha clínica, ou em adultos, está indicada a cirurgia chamada de postectomia.

A postectomia consiste em extrair o prepúcio e o anel fimótico, mantendo a glande exposta permanentemente. É uma cirurgia simples, que necessita de anestesia geral em crianças, mas que pode ser realizada em nível ambulatorial em adultos, com anestesia local. A recuperação geralmente se dá em torno de 7 dias, com baixa presença de complicações (hematomas e infecção local do sítio cirúrgico).

Sempre que se impor dúvida, procure um urologista para o correto diagnóstico e maiores informações.



C.A.U.I.

CENTRO DE ATENDIMENTO UROLÓGICO DE ITUMBIARA

Dr. Rafael Rocha

Urologia
CRM/GO: 12.023
RQE: 7986

Dr. André Marinho

Urologia
CRM/GO: 5.335
RQE: 3063

Dr. William Zolcsak

Urologia
CRM/GO: 16.444
RQE: 8125

Dr. Eric Maia

Urologia
CRM/GO: 15.684
RQE: 7776



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



Você conhece?
tipos de uva

Essa é a
Vitória.

O Seu Verdurão

O melhor para sua família!

 64. 99999 0833

 O seu verdureão

 @oseuverdurao

Essa é a
Benitaka.

BACTÉRIAS - UMA INVASÃO NA BOCA

Cárie, gengivite, periodontite: essas palavras estão na boca de todos, mas o que realmente significam?



Cerca de 50 bilhões de bactérias habitam a boca de cada indivíduo. O tipo mais perigoso é o “estreptococos”. Eles se sentem mais felizes sobre os resíduos que aderem à superfície dos dentes e vivem principalmente de açúcar. Isso produz ácidos orgânicos que dissolvem cerca de 2,5 milímetros da camada protetora do esmalte. Se os germes penetram tão profundamente como a dentina, cavidades de cáries podem surgir nos dentes. Sem tratamento, a polpa dental torna-se inflamada e dor intensa é o resultado.



Evite alimentos açucarados

Bactérias como essas se instalam nos nichos de retenção da superfície oclusal (superfície de mastigação) entre os dentes e ao longo da margem da gengiva ao redor dos dentes. Em outras palavras: nos lugares mais difíceis de removê-las e onde elas podem se desenvolver tranquilamente. Porque as bactérias convertem carboidratos em ácidos, a deterioração dos dentes é provocada por doces, alimentos e bebidas que contêm açúcares (incluindo a frutose e lactose). Se tudo isso ainda é somado a ácidos encontrados em sucos ou frutas, o esmalte vai sofrer novos ataques.



A periodontite é generalizada

Enquanto a cárie destrói o dente de forma individual, a doença periodontal afeta as estruturas adjacentes - em primeiro lugar as gengivas e depois, gradualmente, o li-

gamento periodontal (que conecta a raiz dental com a parte óssea) e o osso. A doença periodontal também é causada por bactérias e ocorre lentamente ao longo de décadas. Ao contrário da cárie dentária, danos ao periodonto dificilmente podem ser reparados e muitas vezes a perda do dente é o resultado. Pior ainda: o risco de doenças cardiovasculares aumenta com a doença periodontal. Os primeiros sinais de periodontite incipiente são gengivas inflamadas (gengivite). Sangramento nas gengivas são, muitas vezes, uma indicação clara de periodontite. Uma em cada cinco pessoas com mais de 40 anos de idade é afetada.



Mudança de paradigma na profilaxia

Cada vez mais os profissionais de saúde oral estão ampliando o trabalho de prevenção contra a doença periodontal. A moderna profilaxia periodontal previne automaticamente contra cáries, porque tem como objetivo a remoção da placa bacteriana. Limpar os dentes e espaços interdentais é fundamental para manter os dentes por toda a vida e isso requer uma escova dental de boa qualidade, uma escova interdental e fio dental. A cárie pode ser reparada. A gengivite pode ser curada (e muito facilmente com escova e fio dental). Mas, a doença periodontal não tem cura. A boa higiene oral é a melhor maneira de prevenir esse processo - ainda mais porque isso pode ser um verdadeiro prazer quando se usa os produtos corretos.

Fonte: <http://www.curaden.com.br/index.php/temas/paginas/7>

**Dra. Samara Resende**
Cirurgiã Dentista

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.





APRESENTAM

14 fev
SEXTA-FEIRA

ESTACIONAMENTO DO
ESTÁDIO JK
ITUMBIARA | GO

Verão Zinho



JEAN ALMEIDA



DIEGO & VICTOR HUGO



GABRIELA CHEUICHE

REALIZAÇÃO:



PONTOS DE VENDA:



PATROCINADORES

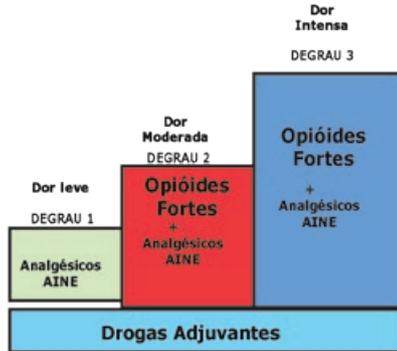


- LOUNGES KINGSIZE
- OPEN BAR DO COPO EU VIM
- PISTA PSADINHA
- MESAS INFANTE

INFORMAÇÕES: (64) 99289-6644

ESCADA DE ANALGESIA DA OMS E BLOQUEIOS ANESTÉSICOS

Em 1986 a Organização Mundial de Saúde criou um algoritmo para orientar os médicos no tratamento da dor oncológica, este algoritmo foi criado em forma de escada, a fim de possibilitar a rápida identificação e facilitar o acompanhamento.



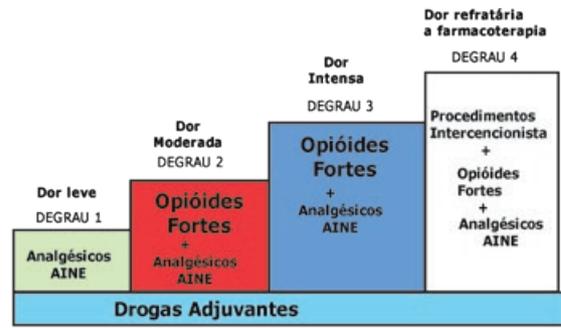
Essa escada foi então também utilizada para o tratamento de várias afecções relacionadas a dores crônicas.

Basicamente, ela orienta os médicos a iniciarem o tratamento com drogas anti-inflamatórias não esteroidais (AINES) junto com adjuvantes e a partir da avaliação da resposta irem “subindo” nos degraus, passando por opióides fracos e a seguir opióides fortes.

A intenção inicial era de melhorar o manejo desses pacientes, além de evitar o uso indiscriminado de opióides.

Com a disseminação dos bloqueios anestésicos. Alguns autores defenderam a tese de que eles poderiam se encaixar nesta escada.

Desta forma os bloqueios anestésicos passaram a ocupar o 4º degrau, quando então não fossem mais eficazes os opióides fortes.



Com a melhora na segurança dos bloqueios e a disseminação de tecnologias com o uso da ultrassonografia, além da radioscopia (Raio X), atualmente já se indicam os bloqueios em qualquer “degrau” da escada, em conjunto com os medicamentos.



Vale ressaltar que o tratamento deve ser individualizado para cada paciente, afecção e tipo de dor crônica, pois alguns desses medicamentos não respondem adequadamente a determinados tipos de dor.



FΣRRANCO
SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

Dr. Francisco Otavio
Maia Santos

CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771

RQE: 8.846

Medicina UFMG;

Residência médica em Anestesiologia na USP de Ribeirão Preto;
Residência médica em Clínica de Dor na USP de Ribeirão Preto.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



SÍNDROME CRUZADA SUPERIOR

CONJUNTO DE SINAIS E SINTOMAS CAUSADOS PELA SÍNDROME CRUZADA SUPERIOR

Caracterizada por uma combinação de músculos longos enfraquecidos e músculos curtos tensionados, a síndrome cruzada superior é mais um conjunto de sinais e sintomas causados por má postura e sedentarismo, consequência da vida moderna. Esta condição acarreta um desequilíbrio que causa cervicalgia, dorsalgia ou lombalgia (devido desequilíbrio e compensação).

Os músculos enfraquecidos são trapézio inferior, romboides, serrátil anterior e os flexores profundos do pescoço. Já os músculos tensionados são trapézio superior, elevador da escápula e peitorais.

O ciclo vicioso de má postura, movimentos incorretos, uso desequilibrado das articulações, gerando disfunção e desequilíbrio, ocasiona dores que se agravam com o sedentarismo e estilo de vida ruim.

O quiropraxista, ao fazer o exame físico, notará dor e tensão muscular à palpação, com piora em movimento específico de cada músculo (testes musculares) e o paciente relatará que sente alívio quando repousa e ao aplicar calor local. Não há alterações de sensibilidade ou motoras.

A postura frente ao computador é o principal agravante. Com a coluna torácica encurvada, indivíduos com a síndrome desenvolvem ombros caídos para frente,

bem como projeção da cabeça para frente também, dando o aspecto “corcunda”. Há também a característica de escápula aberta e rotacionada, por conta do desequilíbrio muscular.

O objetivo da Quiropraxia, nestes casos, é minimizar o estresse postural. Porém, para o tratamento eficaz, restaurar o equilíbrio muscular, alongar os músculos tensos e fortalecer músculos estabilizadores profundos é necessário, já que músculos fortes garantem maior estabilidade para a coluna.

Aliada à prática de exercícios, a Quiropraxia garante uma postura melhor. Para isso, o paciente também deve se adequar, sentando de forma correta e usando suportes para notebooks, melhorando sua postura e melhorando a qualidade de vida. A união das áreas da saúde fará com que o paciente tenha êxito em seu tratamento e melhor ainda: alcançará 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)



☎ (64) 9.9242-9608

📞 (64) 3432-0122

🏠 Rua Guimarães Natal, 556,
Itumbiara-GO



*Está chegando a 3ª Edição
da Revista Casa Premium*

Em Março
NOVA
edição

Revista
CASA
Premium



  /revistacasapremium
www.revistacasapremium.com.br

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

A Harmonização Facial também é para você.

Diferente do que muitas pessoas acreditam, não existe um trabalho padronizado para a harmonização facial, ela é feita especialmente para cada pessoa, baseado em uma série de fatores e uma série de procedimentos estéticos que proporcionam harmonia, simetria e rejuvenescimento facial. Assim que identificado o desejo do cliente, aliado a nossa Análise Facial Digital - uma das inovações da Clínica Redutase, que prevê o resultado final com base nas medidas e características da face do paciente, cria-se protocolos de procedimentos únicos e exclusivos e, então é iniciado uma série de tratamentos em busca do melhor resultado. Todas as simetrias, imperfeições, assimetrias, qualidade da pele, estrutura óssea, entre outros fatores, são parte da base para a harmonização ideal.

Entre os procedimentos utilizados para alcançar formas mais harmônicas na face estão a bichectomia, botox, escultura labial, preenchimento e mais.

Por isso a Harmonização Facial também é para você! Melhore sua confiança e autoestima através deste método que corrige imperfeições e valoriza a sua beleza e essência natural. Agende já a sua avaliação com o Dr. Alvaro Machado.

Daniela Matroni
@danielamatroni


Redutase
Saúde e Estética


Alvaro Machado

 @redutase | @dralvaromachado

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



DESMAME

Olá, vamos falar de um assunto que para mim é muito importante: amamentação! Toda mulher quer amamentar seu filho, pelo menos a maioria, eu acredito. É um momento único e muito especial.

O aleitamento materno é preconizado até os dois anos de idade! É certo que algumas mulheres não conseguem fazê-lo por diversos motivos. Outras conseguem até por mais tempo. E outras não podem amamentar, seja por doença ou baixa produção. Já expliquei sobre isso em outra edição.

O que falarei hoje é da hora ruim, o desmame! Algumas crianças são desmamadas porque as mães pararam de produzir o leite, outras porque a mãe voltou ao trabalho e a produção é insuficiente para ordenhar e outras ainda porque desaceleraram nas curvas de crescimento, sendo necessário complementar.

Eu amamentei sete dias, isso para mim foi muito triste, precisei de ajuda para entender que na mamadeira eu estava nutrindo meu filho! Me preparei tanto, comprei tudo que me diziam e me orientavam a ter para uma boa amamentação, porém não foi isso que aconteceu, ao tocar nesse assunto mesmo depois de quase dois anos me emociono.

Quando se fala para uma mãe que é preciso entrar com complemento porque seu filho não está ganhando peso conforme necessário, a mãe se sente muito mal e vem na cabeça “não estou produ-

zindo suficiente”, “por isso ele chora”, “ele não vai querer mais o meu peito”, entre outros, mais isso não é verdade! Seu bebê não deixará você por um bico de silicone, que não tem seu cheiro e muito menos seu afago! É só um aliado para ajudar no desenvolvimento!

Tem alguns casos em que a mãe tem mais dependência no amamentar do que o bebê. Aquelas mães que o fazem até mais de 2-3 anos, costumam relatar: “Tadinho doutora, não posso deixar de dar o peito, ele adora!” ou “Eu fico fora o dia todo”. Enfim, desmamar o filho não é fácil em nenhum momento, mas quando bem indicado e bem orientado é menos sofrido!

As fórmulas lácteas e os complementos estão cada dia mais próximos ao leite materno e nutrirão muito bem seu filho! E ao complementar ele ganhará peso e crescerá bem! Mesmo sendo dolorido pra mamãe ouçam seus pediatras!

Toda orientação é feita por profissional no consultório! Procure seu médico e avalie seu momento!



Redutase

Saúde e Estética

**Dra. Marianne Duarte
Costa Balliana**

CRM/GO: 17.976
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07



NOVA VW



Novo Polo GTS



 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

Ofertas para você começar
o ano com a chave de um
Volkswagen.

[volkswagen#vale](#)

T-Cross



UMUARAMA
CONCESSIONÁRIAS



No trânsito a vida é mais importante.



O primeiro **passo** para uma **vida** sem legendas.

A escola
bilingue de
Itumbiara.

Educação Infantil e
Ensino Fundamental



**MATRÍCULAS
ABERTAS!**



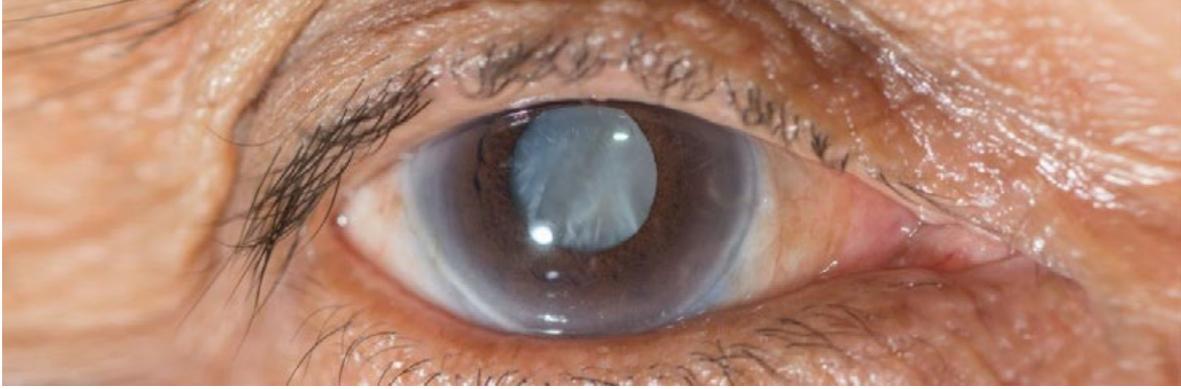
**Happy
School**

Escola bilingue



Rua Tiradentes nº 87, Centro Itumbiara-GO - 64 3404 9291

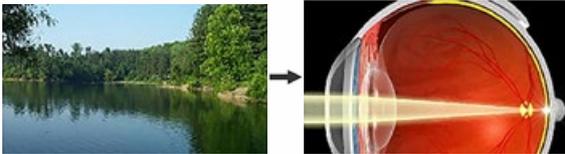
64 98439 9778 



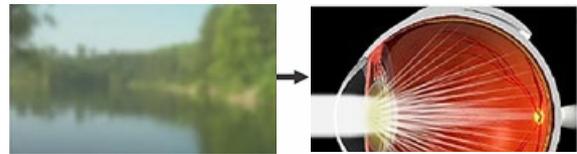
CATARATA

A catarata é o processo de opacificação do cristalino (lente natural do olho), normalmente incolor e transparente, que tem como objetivo focalizar os objetos que enxergamos. Esse problema acomete milhões de pessoas e é a maior causa de cegueira tratável no mundo.

Visão sem Catarata



Visão com Catarata



Quais as causas?

A principal causa é a senilidade, ou seja, o envelhecimento natural do ser humano levando a opacificação gradual do cristalino que começa a gerar piora progressiva da visão.

Outras causas menos frequentes são: congênita (a criança já nasce com catarata); traumatismos na região dos olhos; distúrbios metabólicos como Diabetes e outros; algumas doenças oculares; secundária a uso de alguns medicamentos; e outros.

Quais os sintomas?

Os primeiros sintomas são as flutuações da visão, que se torna mais embaçada em determinados momentos. Objetos podem aparecer amarelados, embaçados ou distorcidos. A sensação é como se as lentes dos óculos estivessem sujas.

Outros sintomas comuns são: halos ao redor das luzes à noite, aumento da miopia, visão dupla ou sombras na visão. Em casos avançados, a catarata pode ser vista no centro da pupila como uma mancha branca ou amarelada.

Terei necessidade de usar óculos depois da operação?

A melhora em qualidade de vida dos pacientes operados de cataratas na atualidade é excelente. A maioria dos pacientes pode realizar as atividades normais de visão distante sem necessidade de óculos. E terá de utilizar óculos de perto.

Uma opção para não ser necessária a utilização de óculos de perto após a cirurgia é o implante de lente intra-ocular multifocal, que tende a diminuir a dependência dos óculos.

Como descobrir se tenho catarata?

Deve-se procurar um médico oftalmologista que irá fazer um exame cuidadoso e completo dos olhos, excluindo outras doenças oculares como glaucoma, doença da córnea e retina, e outros.

A cirurgia de catarata é um procedimento altamente seguro, porém exige precisão e habilidade. De forma genérica, o procedimento consiste na retirada de uma lente natural (o cristalino) para a colocação de uma espécie de óculos dentro dos olhos.

Como é o tratamento de Catarata?

O único tratamento eficaz para a catarata é a cirurgia, na qual se realiza a substituição do cristalino fosco por uma lente intra-ocular (artificial). Não existe nenhum outro meio cientificamente comprovado de tratamento.



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





SERÁ UM PRIVILÉGIO
SERVIR VOCÊ NO
DIA MAIS IMPORTANTE

da sua Vida



TALENTU'S
Buffet
Locadora

(64) 3431-8506 / 3431-8505 / 3404-8560



IMPLANTE DENTÁRIO

O implante dentário com base de titânio surgiu na década de 60 na Suécia e foi idealizado pelo professor Per-Ingvar Branemark. Ele verificou que o titânio, diferente de outros materiais, possibilitava a osseointegração.

Essa mudança fez subir para 95% a taxa de sucesso de um implante dentário e, normalmente, os problemas com o implante surgem de forma individual, como por exemplo, a má higienização, capaz de causar doenças periodontais (na gengiva) devido ao acúmulo de bactérias, exatamente como acontece na dentição natural.

Antes dessa descoberta, os implantes dentários eram bastante suscetíveis à rejeição, pois eram fabricados com compostos metálicos que poderiam facilmente ser encapsulados, causando infecções e atrapalhando a reconstrução das funções bucais, como a mastigação.

Com o passar do tempo essa técnica evoluiu, a princípio os implantes levavam cerca de seis

horas para serem feitos, a cirurgia era realizada em hospitais e o paciente precisava receber anestesia geral. Atualmente um procedimento com o mesmo resultado, feito com os mesmos materiais, é realizado em duas horas na cadeira do consultório odontológico, sendo necessário apenas a aplicação da anestesia local.

Além de corresponder às expectativas de quem quer recuperar sua capacidade total de mastigar os alimentos e não sentir desconforto durante as refeições, os implantes dentários são esteticamente satisfatórios, pois se assemelham visualmente e estruturalmente aos dentes naturais.



Marcelo Mateus

CRO-GO 4279
 Cirurgião dentista;
 Especialista em Prótese Dentária;
 Especialista em Implantes Osseointegrados;
 Pós-graduado na Universidade Gutemberg – Suécia.





DRA. RESPONDE

ENTREVISTA

No Dra. Responde dessa edição a médica pediatra Dra. Shirley Fernandes Gomes Ribeiro, membro da Sociedade Brasileira de Pediatria-SBP e da Sociedade Brasileira de Imunizações-SBIM, respondeu vários questionamentos de nossos leitores sobre a vacinação de crianças e adultos.

Revista Saúde - Qual a importância de vacinar o Adulto e as Crianças?

Dra. Shirley - *O sucesso das vacinas é muito reconhecido quando falamos de criança, mas é subestimado em adultos. A população desconhece que existe um calendário de vacinação rotineiro para os adultos que deve ser mantido em dia. São vacinas contra Hepatite B, Febre Amarela, Triplice Viral e Dupla Adulto (dT), além da Pneumocócica 23 valente para grupos específicos. A SBIm (Sociedade Brasileira de Imunização) tem um calendário mais amplo, que pode ser conferido online, mas nem todas as vacinas que constam nele podem ser obtidas gratuitamente no Sistema Único de Saúde (SUS). A vacinação tem dois objetivos principais – ambos no sentido de diminuir a mortalidade precoce e a melhoria da qualidade de vida. No entanto, esperar até aos 60 anos ou mais para iniciar a vacinação pode ser tarde demais, uma vez que, devido à imunossenescência, a concentração de anticorpos vacinais em idosos vacinados costuma ser mais baixa do que em adultos jovens. Deve-se começar antes enquanto a resposta é ótima. Vacinação e longevidade são abordagens de curso de vida.*

A importância das vacinas para a população pediátrica é indiscutível uma vez que previnem infecções que podem levar ao adoecimento e ao óbito; contribuem para uma melhor qualidade e expectativa de vida; evitam custos financeiros e sociais, bem como o sofrimento de todos os envolvidos com as enfermidades: o doente, os familiares, os amigos e o estado. As vacinas são indiscutivelmente uma medida de excelência na proteção contra doenças que podem causar sequelas e ceifar vidas.

Revista Mais Saúde - Por que muitos pais ainda teimam em não vacinar seus filhos, e qual o perigo dessa negligência?

Dra. Shirley - *Os determinantes da recusa/indecisão vacinal são complexos e podem ser atribuídos à confluência de vários fatores socioculturais, econômicos e pessoais; dúvidas sobre a real necessidade de vacinar; medo de possíveis eventos adversos; conceitos equivocados sobre a segurança e eficácia; preocupações com a possível “superexposição do sistema imune”; experiências anteriores negativas com vacinas; desconfiança sobre a seriedade da indústria produtora de vacinas e o sistema de saúde, e questões filosóficas e religiosas podem estar envolvidas. O acesso às informações (e desinformações) sobre vacinas veiculadas nas mídias influenciam a tomada de decisões sobre vacinar ou não vacinar. As mensagens nem sempre são corretas, geram sentimentos conflitantes e os familiares podem apresentar atitudes negativas sobre vacinas. A crescente preocupação com a recusa vacinal fez com que a Organização Mundial de Saúde, o Centers for Disease Control and Prevention dos Estados Unidos e Associações Médicas lançassem Guias e Manuais técnicos sobre o assunto. Tais documentos apresentam as causas, reforçam as consequências e sugerem estratégias para enfrentar a hesitação ou recusa vacinal, estabelecem até princípios para profissionais de saúde e oferecerem respostas quando confrontados com grupos antivacinas. No Brasil, uma lei federal de 1975, regulamentada por um decreto de 1976, dispõe sobre a organização das ações de vigilância epidemiológica e o Programa Nacional de Imunizações estabelece no parágrafo 27 que a vacinação é obrigatória em todo o Território Nacional. Esse mesmo decreto, no parágrafo 29, estabelece como dever de todo cidadão submeter-se, e os menores dos quais tenha a guarda ou responsabilidade, à vacinação obrigatória. O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) estabelece que é dever da família assegurar a efetivação dos direitos à saúde, o que inclui a vacinação de rotina. Não se vacinar ou impedir que as crianças e os adolescentes o façam pode causar enormes*

problemas para a saúde pública, como o surgimento de doenças graves ou o retorno de agravos de forma epidêmica, como a poliomielite, o sarampo (evento que está acontecendo atualmente), a caxumba, a meningite, a rubéola, entre outros.

Revista Mais Saúde - Quais são os mitos e verdades sobre a vacina da gripe, e quais são os seus benefícios?

Dra. Shirley - *Com a chegada das estações frias, as doenças respiratórias surgem com mais frequência. Entre as mais comuns desta época do ano está a Gripe, provocada pelo vírus Influenza, que é altamente contagioso. A boa notícia é que é possível evitar em sofrer com a doença tomando uma simples medida de precaução: a Vacina.*

Dúvidas:

- A vacina contra Gripe causa gripe? Mito! A vacina contém os vírus semelhantes e enfraquecidos da doença, porém mortos, o que significa que eles não podem se reproduzir dentro do organismo. Entretanto, o que pode acontecer é uma resposta do nosso sistema imunológico contra a vacina, que pode ser semelhante aos sintomas da gripe, só que bem mais leve e rápida, não durando mais que 48 horas.

- Vacina contra Gripe imuniza contra Resfriado? Mito! Gripe e Resfriado são doenças diferentes, transmitidas por vírus diferentes. A gripe é causada pelo influenza e provoca febre alta, dores pelo corpo e muito mal-estar, deixando a pessoa, muitas vezes, de cama. Já o resfriado é transmitido por diversos outros vírus e tem os sintomas semelhantes, mas são mais leves e com menor duração. Geralmente, eles são acompanhados de tosse, coriza e dores pelo corpo.

- Tomei a vacina contra a gripe e não funcionou pra mim? Nem mito nem verdade. A vacina contra a gripe é eficaz em aproximadamente 89% dos casos, porém é preciso ser tomada na época adequada. A vacina protege contra a influenza A, incluindo a prevenção contra a cepa H1N1, e a influenza B. O que muitas vezes

pode acontecer é que a pessoa imunizada contra a gripe e pode contrair um resfriado, daí passa a acreditar que a vacina não funcionou.

- Vacinei uma vez e não preciso me vacinar mais: Mito! O efeito da vacina tem duração de um ano, pois o vírus da gripe sofre constantes mutações. Assim, a composição das vacinas é renovada sempre para acompanhar as suas transformações. De acordo com a resolução da ANVISA, a vacina de influenza trivalente de 2020 deverá conter os seguintes vírus: Influenza A (H1N1), Influenza A (H3N2), Influenza B, Victoria. Já a vacina de influenza quadrivalente deve conter, além dessas três cepas, o vírus influenza B, subtipo Yamagata. Por isso, é preciso se vacinar anualmente para receber todas as proteções contra as variações do vírus.

- Pessoas alérgicas a ovo não podem tomar a vacina: Verdade! Assim como em muitas outras vacinas, a composição da vacina contra a gripe contém proteínas, como a ovoalbumina, que pode provocar anafilaxia. Por isso, é preciso alertar as pessoas que possuem essa restrição quanto a vacinação. A pessoa alérgica a proteína da clara de ovo deve procurar seu médico e ver a possibilidade de receber ou não a vacina e, na maioria das vezes, esses pacientes recebem a vacina em unidades vacinais com acompanhamento médico.

- A vacina contra gripe não é segura: Mito! Testada e aprovada no mundo todo pela OMS, a vacina não só ajuda prevenir a doença como também evita suas complicações (internações, uso de medicamentos e mortes). A gripe por ser altamente contagiosa, basta uma pessoa gripada em um ambiente para contaminar todo o lugar. As vacinas são verdadeiras aliadas da saúde, prevenindo e melhorando os quadros de epidemia de toda população.

E aí, você já se preveniu contra a Gripe? Ainda não!? Vá até a uma Clínica de Vacinas ou a um Posto de Saúde e solicite sua Vacina!

Dra. Shirley Fernandes Gomes Ribeiro

CRM-GO: 9.095

Graduada em medicina pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro-Uberaba-MG;

Residência Médica em Pediatria pela Universidade Federal do Triângulo Mineiro-Uberaba-MG;

Membro da Sociedade Brasileira de Pediatria-SBP;

Membro da Sociedade Brasileira de Imunizações-SBIM;

Título de Especialista em Pediatria;

Pós-graduada em Perícia Médica;

Atendimento de Recém Nascidos, Pediatria Geral e Adolescentes em Consultório Particular.



DIABETES - TIREÓIDE - OBESIDADE - REUMATOLOGIA - PEDIATRIA
COMPLETO ESQUEMA DE VACINAS

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07





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

UNICRED: A INSTITUIÇÃO
FINANCEIRA COOPERATIVA PARA
A REALIZAÇÃO DE SUAS

conquistas

Com um atendimento
exclusivo, a Unicred auxilia você
na escolha e no planejamento
dos melhores investimentos.

UNICRED 



 64. 99966 2472

 Doctors APP

 @doctorsapp

Sua saúde na palma das mãos.

Baixe o aplicativo, cadastre-se e ganhe descontos em consultas e exames.