

revista

SAÚDE

Ano 3. nº 34. Maio / 2020. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita
www.rmssaude.com

Maio / 2020

Revista Mais Saúde



LEIA E COMPARTILHE
ESTA E OUTRAS EDIÇÕES
EM NOSSA BANCA ONLINE.
ACESSANDO O QR-CODE.

Dra. Idalgis Cansino Torres

CRM-GO: 12.438
CRM-MG: 37.360

Dr. Luis Patricio Romero Gonzales

CRM-GO: 12.441
CRM-MG: 35.265

Dra. Julieta Triana Cansino

CRM-GO: 22.719
CRM-MG: 75.761

A QUASE 50 ANOS,
ACOMPANHAMOS VOCÊ PELAS ESTRADAS DA VIDA!!
AJUDANDO VOCÊ A REALIZAR OS SEUS SONHOS E DA SUA FAMÍLIA,
NO LAZER, NO TRABALHO, EM SUAS AVENTURAS, OU ONDE VOCÊ ESTIVER,
A VENEZA VEÍCULOS SEMPRE ESTARÁ COM VOCÊ.!



Maxmídia

Veneza
Realizando Sonhos
Desde 1977

ITUMBIARA-GO
(64) 3431-8600



GOIATUBA-GO
(64) 3495-7300

TODA LINHA TORO E STRADA COM ATÉ **25%**
DE DESCONTO PARA PRODUTOR RURAL E CNPJ.



Acesse nosso site e confira nossas ofertas:

www.venezaveiculos.com.br

A VENEZA COMPRA SEU VEÍCULO SEMI NOVO DE TODAS AS MARCAS





IMPLANTE CONTRACEPTIVO

Trata-se do Método Hormonal - Bastão pequeno de silicone que libera hormônios, colocado sob a pele por profissional da área da saúde.

O implante anticoncepcional é um LARC contendo apenas progesterônio (etonogestrel), sendo realmente um meio contraceptivo bastante eficaz e discreto com duração de 3 anos (bula). Quase do mesmo tamanho que um palito, o implante é colocado logo abaixo da pele no braço, onde, a partir de um reservatório, libera continuamente na corrente sanguínea o hormônio progesterona em pequenas doses.

O hormônio impede os ovários de liberarem óvulos, mas também torna o muco cervical mais espesso, dificultando a motilidade do esperma ao redor do útero e a fertilização dos óvulos. No entanto, nem todas as mulheres podem usar esse método, consulte seu médico caso queira saber mais.

COMO FUNCIONA

Depois que você se decidir, após conversar com seu médico que o implante é o método contraceptivo ideal para você, esse profissional confirma que você não está grávida e que

o implante pode ser colocado. Com anestesia local, um ginecologista treinado anestesia uma pequena área na parte interna do braço e insere o implante logo abaixo da superfície da pele com uma agulha especial. É verdade que o implante libera quantidades pequenas de hormônios no sangue por até 3 anos. É adequado para mulheres que desejam um meio contraceptivo bastante eficaz e reversível de longa duração e querem evitar um esquema de controle diário, semanal ou mensal. Pode ser removido a qualquer momento com um procedimento simples por um ginecologista treinado. Depois de retirado o implante, o efeito contraceptivo passa logo e você pode engravidar tão rápido quanto mulheres que não utilizaram anticoncepcional.

VANTAGENS E DESVANTAGENS

- Com taxa de 99%, é um dos métodos contraceptivo mais eficaz que existe;
- Adequado para mulheres que desejam um meio contraceptivo reversível de longa duração por até 3 anos e querem evitar esquemas de controle diário, semanal ou mensal;

- Pode ser uma alternativa às mulheres para as quais o uso do hormônio estrógeno é contraindicado;
- Pode ser usado durante a amamentação após o parto;
- Em algumas mulheres, períodos menstruais intensos podem apresentar redução do fluxo e da dor;
- Requer a assistência de um profissional da área da saúde treinado para colocação e remoção;
- Pode inicialmente causar alteração dos padrões de sangramento;
- Não protege contra infecção por HIV (AIDS) e outras doenças sexualmente transmissíveis (DSTs).



Curso Capacitação e Manejo de implante com Dra Nathalia Silveira(Uberlândia), Dr. Silvio Franceschini (USP-RP)



Dra. Erci Maria

CRM/GO: 18.841

Médica pela Universidade de Uberaba;
Residência Médica em Ginecologia e
Obstetrícia pela Universidade Federal de
Uberlândia;

Membro Titular da Sociedade de Ginecologia e
Mastologia do Estado do Rio de Janeiro;
Pós-Graduada em Ginecologia Endocrinológica
pela Sociedade de Ginecologia e Obstetrícia do
Estado do Rio de Janeiro.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO
GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



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



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



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. Goiátuba - GO.
(64) 3495-1481 | (64) 3495-7407



Dra. Erci Maria Silva Alves
Ginecologista e Obstetra
CRM/GO: 18.841

Self Clínicas
Av. Brasília, 207. Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3008 | (64) 99319-4016



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



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. 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. 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



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



Dra. Emília Maria Guimarães de Napoli
Infetologista
CRM/GO: 18.935-GO
RQE: 9666

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



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. Gleisson Pantaleão
Oftalmologista
CRM/GO: 13.493

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



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

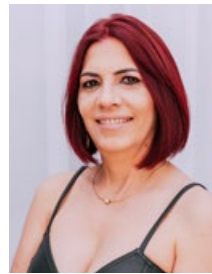
Clínica Gustavo Carvalho
Praça Sebastião Xavier, 66.
Sala 06 (Hospital São Marcos).
Itumbiara-GO.
(64) 3433-9897 | (64) 99667-1970



Dr. 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



Dra. Idalgis Cansino Torres
 Ginecologista e Obstetrícia
 CRM-GO: 12.438 | CRM-MG: 37.360

Rua Damaso Marques,15. Bairro: Centro.
 Itumbiara - GO.
 (64) 3404 6543 | (64) 9284 7434
 (64) 9668 5929



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

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



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

Rua Damaso Marques,15.
 Bairro: Centro.
 Itumbiara - GO.
 (64) 3404 6543 | (64) 9284 7434
 (64) 9668 5929



Dr. Luis Patricio R. Gonzalez
 Ortopedista e Traumatologia
 CRM-GO: 12.441 | CRM-MG: 35.265

Rua Damaso Marques,15. Bairro: Centro.
 Itumbiara - GO.
 (64) 3404 6543 | (64) 9284 7434
 (64) 9668 5929



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

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



Dra. 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



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. Ricardo Aparecido da Silva
 Pediatria
 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



Dr. Valdemiro Fukuhara
 Oftalmologista
 CRM/GO: 2.975

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



Dr. Wilian Vinhadelli
 Oftalmologista
 CRM/GO: 10.250

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



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

EDITORIAL

COVID-19 E A REIVENÇÃO DOS NEGÓCIOS!!!

Já parou para refletir como nossas vidas mudam rapidamente?
Nunca aquele ditado que diz que “o mundo é uma roda gigante” fez tanto sentido...

E com tudo que vem acontecendo no mundo devido à pandemia do COVID-19 e analisando as consequências econômicas e sociais, você tem duas alternativas na sua vida, ficar sentado reclamando ou se levantar e lutar por sua vida e seus objetivos!

A Revista Mais Saúde preparou com muito carinho uma edição super especial nesse mês de maio, repletas de artigos trazendo informação e conhecimento com foco na sua saúde e de sua família, além de temas relacionados ao atual momento da economia e das empresas.

Na capa uma homenagem a uma família apaixonada pela medicina, que teve o início em Cuba e hoje é Itumbiareense de coração... com uma mãe médica pediatra, Dra. Idalgis Cansino Torres, representando todas as mães nesse mês dedicado a elas.

Na coluna Dra. Responde a médica infectologista Dra. Emilia Maria Guimarães de Napoli, traz respostas para vários questionamentos sobre o Coronavírus.

Nesse mês de maio a Revista Mais Saúde, Revista Casa Premium, OR7 editora e marketing, juntamente com vários parceiros está realizando uma campanha para arrecadar alimentos e cestas básicas, que serão doadas a mães carentes da nossa região. Se você tiver condições, entre nessa corrente do bem, e ajude uma mãe a alimentar seus filhos.

O médico veterinário Dr. Celso Borges de Almeida Junior, especialista em Dermatologia de Cães e Gatos, é nosso entrevistado na coluna Mais Saúde Especialista e respondeu algumas dúvidas de nossos leitores dentro dessa especialidade.

Relacionado a economia e negócios trouxemos um artigo falando sobre “o mercado em meio à crise e a reinvenção dos negócios”, para ajudar você empresário a superar esse período.

Como no início do nosso prefácio iniciamos com um ditado popular, vou encerrar com outro:

“A melhor época para plantar uma semente, foi ontem. A segunda é hoje.”

Boa leitura a todos!!! E desfrutem de nossas páginas!
Os diretores!!!

revista
SAÚDE



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



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: Genial Marketing

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

34ª Edição



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



04	IMPLANTE CONTRACEPTIVO	58	O MERCADO EM MEIO A CRISE
06	GUIA MÉDICO	61	SUSPENSÃO DO CONTRATO
10	ENTREVISTA		DE TRABALHO – MEDIDA
15	DOENÇA DO REFLUXO		PROVISÓRIA 936
	GASTROESOFÁGICO (DRGE)	65	QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS
16	COMO VOCÊ QUER ESTAR DAQUI		DO AÇÚCAR NA SAÚDE INFANTIL?
	HÁ 10 ANOS?	67	O QUE É ROUQUIDÃO?
19	OSTEOPOROSE PRIMÁRIA	69	MANIFESTAÇÕES NEUROLÓGICAS
	PÓS-MENOPAUSA		DO COVID-19
21	A IMPORTÂNCIA DO CONTROLE DE	70	A IMPORTÂNCIA DO PLANEJAMENTO
	QUALIDADE NA FARMÁCIA DE		TRIBUTÁRIO EM TEMPOS DE
	MANIPULAÇÃO		PANDEMIA
23	CORONAVÍRUS EM ANIMAIS	73	ASSOCIAÇÃO DE PROCEDIMENTOS
24	EQUIPE MULTIDISCIPLINAR FAZ		EM CIRURGIA PLÁSTICA DE FACE
	TODA DIFERENÇA NO TRATAMENTO	77	GRIPE: POR QUE OS IDOSOS
	DO AUTISTA		DEVEM TOMAR VACINA
27	COMO PROTEGER A SUA	79	PASSOS PARA ESCOVAR OS
	SAÚDE MENTAL EM TEMPOS		DENTES CORRETAMENTE
	DE CORONAVÍRUS		COM ESCOVA MANUAL
31	CÂNCER DE FÍGADO	81	FEBRE
33	PLÁSTICA DO SORRISO	82	MAIS SAÚDE ESPECIALISTAS
36	A "LABIRINTITE" QUE TEM	85	PESO MAGRO X PESO GORDO
	CURA - CONHEÇA O QUE É	86	APROVEITANDO O TEMPO
	VPPB E SEU TRATAMENTO	88	HARMONIZAÇÃO FACIAL X
37	DEFICIENTES FÍSICOS PODEM		CIRURGIA ORTOGNÁTICA
	PRATICAR PILATES?	91	VÍRUS, BOM OU RUIM?
39	A PENSÃO ALIMENTÍCIA DEVE	93	SINAIS E SINTOMAS DO CÂNCER
	SER PAGA NAS FÉRIAS?		DE BEXIGA
41	CERATOCONE	95	CONSULTORIA FINANCEIRA
47	PROFILAXIA DENTAL	97	GRAVIDEZ E O CORONAVÍRUS
51	MEIAS DE COMPRESSÃO:	99	APARELHO ORTODÔNTICO:
	QUANDO UTILIZAR?		DIFERENTES MODELOS E SUAS
53	VÍCIOS DE REFRAÇÃO		FUNÇÕES
55	ANESTESIA NOS TEMPOS DE PANDEMIA	100	DRA. RESPONDE



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



ENTREVISTA

Dr. Luis
Patricio R.
Gonzalez

Dra. Idalgis
Cansino
Torres

Dra. Julieta
Isabel Triana
Cansino

CRM-GO: 12.441 | CRM-MG: 35.265

CRM-GO: 12.438 | CRM-MG: 37.360

CRM-GO: 22.719 | CRM-MG: 75.761

Em um ano onde toda população mundial se une em prol de um objetivo, que é salvar vidas, a revista Mais Saúde traz em sua capa e em uma entrevista exclusiva a história de uma família apaixonada pela medicina, com uma trajetória de vida que iniciou em Cuba e que hoje tem o carinho e o respeito da cidade de Itumbiara.

Dr. Luis Patricio e Dra Idalgis passaram o amor pela profissão aos filhos, a médica Dra. Julieta e os estudantes de medicina Julio Cesar e Marcos.

Dr. Luis Patricio R. Gonzalez é formado em medicina pelo Instituto Superior de Ciências Médicas – Camaguey-Cuba (1980-1986), com residência médica em Ortopedia e Traumatologia pelo Hospital Provincial Manuel Ascunce Domenech - Camaguey-Cuba (1988-1992)

Dra Idalgis Cansino Torres é formada em medicina pelo Instituto Superior de Ciências Médicas – Camaguey-Cuba (1983 -1989), fez residência médica em Ginecologia e Obstetria pelo Hospital Maternidade Ana Betancourt – Camaguey-Cuba (1989 – 1992)

Dra. Julieta Isabel T. Cansino formou em medicina pela Universidade de Uberaba-MG, está fazendo residência médica em pediatria pelo Hospital Universitário Mário Palmério – Uberaba MG.

Revista Mais Saúde - Relatem um pouco da história dessa família que iniciou em Cuba e hoje se faz presente na cidade de Itumbiara.

Dra. Idalgis e Dr. Luis Patricio - *Uma longa história que daria um belo livro. No ano de 1998 surgiu a oportunidade de mudança e de realização de um sonho, que seria aqui no Brasil. Viemos com a roupa do corpo, porém com a bagagem cheia de conhecimentos, vontade de mais aprendizado, objetivos, anseios, sede de mudança e medo de um novo país com suas peculiaridades. Enfrentamos muitos obstáculos e saudades dos nossos filhos, que ainda se encontravam em Cuba. Conseguimos que os mesmos se juntassem a nós após dois anos. Paciência, sabedoria, dedicação e muita persistência tem sido resumidamente nossa trajetória. Hoje apenas agradecemos a oportunidade que Itumbiara vem nos proporcionando. Uma bela cidade que desde 2007 nos acolhe tão bem.*

Dr. Luis Patricio e Dra. Idalgis, quais as principais dificuldades que vocês tiveram ao chegar ao Brasil para exercer a medicina?

Dr. Luis Patricio e Dra. Idalgis - *Foi um grande desafio a adaptação a um novo país, o idioma ao qual não tínhamos nenhum conhecimento. O preconceito vivido pelo fato de sermos médicos estrangeiros provenientes de Cuba. E, conseguir validar o registro de medicina no Brasil, sem dúvida foi a principal dificuldade, mas com a vitória mais saborosa e merecida.*

Revista Mais Saúde - Vivemos hoje uma situação de pandemia que está sendo muito dura para a população, na saúde e na economia, e vocês médicos estão na linha de frente desse enfrentamento ao COVID-19. Falem um pouco dessa fase que vocês estão vivendo na carreira, com medos e desafios.

Dra. Julieta, Dra. Idalgis e Dr. Luis Patricio - *Um grande desafio para todos nos seres humanos. Estamos vivenciando as catástrofes de um vírus com um poder de disseminação avassalador. E que por enquanto conscientização e prevenção são nossas principais armas. As medidas responsáveis representam o limite entre saúde e doença. Então o principal desafio está sendo transmitir a população maior quantidade de informação segura e útil para combater o vírus.*

Estamos nos adaptando ao novo ambiente de trabalho, cheio de equipamentos de proteção, dificuldades, carências, perdas em vários âmbitos, bombardeios de matérias, artigos, protocolos, mas continuamos firmes e fortes para levar o melhor de cada um de nos para aquele que necessita.

Revista Mais Saúde - Dra. Julieta decidiu pela medicina inspirada nos pais. Conte-nos um pouco dessa decisão.

Dra. Julieta - *Costumo brincar que nasci no hospital e por aí fiquei. Pelo fato de ser a primogênita vivenciei o início da carreira principalmente da minha mãe e toda sua rotina acelerada. Aquilo me encantava e contava aos meus colegas, dava aulas a eles daquilo que meus pais me explicavam sobre a medicina. O tempo passou e virou meu sonho profissional com objetivo de um dia ser um pouco do que eles são. Eles*

são minha inspiração diária, são eles que me incentivam a seguir em frente, sem dúvida tenho os melhores professores em casa. Sorte a minha.

Já o amor pela Pediatría foi algo que descobri durante a graduação, escolhida por puro amor. Uma especialidade cheia de mistérios que me encanta a cada descoberta. Amo meus “pequenos – grandes” pacientes e pretendo conti-

nuar essa caminhada com muita responsabilidade e dedicação.

Revista Mais Saúde - Nesse mês de maio celebramos o dia das mães, Dra. Idalgis fale um pouco do sentimento de ter a filha seguindo seus passos. E mande um recado para todas as mães, leitoras da Revista Mais Saúde.



Dra. Idalgis - *Meus filhos são meu maior tesouro, por eles vivo. É muito gratificante para uma mãe ver o crescimento pessoal e profissional, e mais quando este é reflexo seu. É uma felicidade extrema ver que toda educação dada valeu a pena. Na verdade defendo que a educação é o bem mais precioso que podemos oferecer aos nossos filhos.*

Às mães desejo SAÚDE para continuarem a

linda missão de amar além do limite, de colo com poder de acalmar, de sorrisos com o poder de confortar, de palavras sábias de felicidade, bem-estar e de fortaleza para nada passar. Ser mãe é admirável e incansável. Feliz dia para todas as supermulheres, os super-homens ou superavós ou superalguém que tem a dádiva de ter esse superpoder de ser Mãe.



Farma & Farma
POPULAR

Farma & Farma
POPULAR

Telefone
04. 3430-4010
04. 3967-4010

Farma & Farma

DESCONTOS DE
ATE **90%**

MEDICAMENTOS

DE USO CONTINUO

MELHOR PREÇO DA CIDADE.



GRATIDÃO,

aos médicos, farmacêuticos,
enfermeiros, técnicos e
profissionais da saúde.

RECONHECEMOS A DEDICAÇÃO,
QUE SE PÕEM NA LINHA DE
FRENTE NA LUTA PELA VIDA.

Farma & Farma

Rua Paranaíba, 401 - Centro - Itumbiara-GO

Acesse nossas Redes Sociais:   @farmaefarmapopulariub

TELE-ENTREGA GRÁTIS

(64) 3430-4010 /  99667-4010

(64) 3430-1040 / 99665-4010



DOENÇA DO REFLUXO GASTROESOFÁGICO (DRGE)

A DRGE é uma das patologias digestivas mais prevalentes, e é definida como o refluxo patológico do conteúdo gástrico (e duodenal) para o esôfago e faringe, podendo alcançar as vias aéreas em casos extremos, causando sintomas e/ou complicações.

Pode estar associada a hérnia hiatal, alterações do peristaltismo esofágico, obesidade, etilismo, tabagismo, gravidez e uso de medicamentos, entre outros. Os portadores da DRGE, principalmente aqueles com evolução de longa data, podem apresentar complicações, tais como esôfago de Barrett (EB), estenose péptica e hemorragia. O EB acomete 10 a 15% dos pacientes com DRGE e consiste na substituição do epitélio escamoso esofágico, em geral em sua porção distal, por epitélio colunar, podendo estar associada a uma chance maior de câncer.

A principal ferramenta para o diagnóstico da DRGE é a história clínica: pirose (queimação que irradia superiormente a partir do estômago) e re-

gurgitação ácida, que ocorrem em geral 30-60 min após a ingestão de alimentos, especialmente se a refeição for copiosa. Além dessas, outras manifestações clínicas atípicas podem estar associadas: dor torácica, tosse, asma, disfonia, pigarro, erosão dental, aftas e halitose.

A Endoscopia Digestiva Alta (EDA) é o exame de escolha, estando indicada naqueles pacientes com sintomas crônicos, idade superior a 40 anos e com sinais de alarme (disfagia, odinofagia, perda de peso, hemorragia digestiva e história familiar de câncer).

A abordagem terapêutica mais importante consiste nas medidas comportamentais (perda de peso, parar de fumar, evitar bebidas alcoólicas e/ou gaseificadas, evitar tomar líquidos às refeições e se deitar nas duas horas posteriores às refeições). Podemos ainda lançar mão de várias classes de medicamentos e, dependendo do quadro e da avaliação médica, de alguns procedimentos cirúrgicos.



Dr. Marcos Chadu

CRM/GO 9.254 | CRM/MG: 62.269

Graduação em Medicina pela UFTM, Uberaba, MG
Residência Médica em Cirurgia Geral pela Unicamp, Campinas-SP;

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

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

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

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

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



COMO VOCÊ QUER ESTAR DAQUI HÁ 10 ANOS?

A Toxina Botulínica, conhecida popularmente como “BOTOX”, tem seu uso consagrado há mais de 20 anos e pode ser usada para melhorar e/ou rejuvenescer a aparência física.

O tratamento com toxina, para algumas pessoas, pode ajudar na autoestima e melhorar assim seu convívio social.

Há diversas possibilidades de uso na face, como atenuação de rugas, diminuição do sorriso gengival, arqueamento de sobrancelhas, entre outros benefícios maravilhosos que ela proporciona.

Outra região que podemos aplicar o “Botox” é na região do pescoço, onde temos uma força de tração

muito grande, que quando liberada deixa o rosto com aspecto mais jovem e saudável.

Muitas pessoas me perguntam qual a idade correta para começar a utilizar a Toxina Botulínica, e lhes digo que não há uma idade específica, mas devemos começar antes de sentirmos que estamos ficando com a pele marcada com as ruguinhas indesejadas, ou seja, se você tiver 30 anos e quiser ter a mesma jovialidade com 40 anos, comece a usar a toxina e a cuidar de sua pele, como uma medida de prevenção.



Dra. Luciana Longhini

Cirurgiã Dentista - Harmonização Orofacial
CRO/GO:15.933

**Cirurgiã Dentista
Clínico geral
Endodontista
Harmonização Orofacial**

Clínica OralCenter
🏠 Rua Paranaíba, 1071 - Centro - Itumbiara-GO

☎ (64) 9 9668 - 9696 📠 (64) 3431 - 9696



- ✓ Buço
- ✓ Axila
- ✓ Virilha completa
- ✓ Coxa
- ✓ Perna


Com a *espaçolaser*,
muito mais economia e
liberdade para a vida!

“*Depilação a laser é sinônimo de
conforto e bem-estar das pessoas.
Agora, o futuro está ao seu alcance.*”

Xuxa Meneghel



 **espaçolaser**[®]
depilação

 Avenida Beira Rio, 274 - Setor Central
Itumbiara-GO

 go-itumbiara@espacolaser.com.br

(64) 3404-3002

(64) 3404-3003

(64) 9966-63002



SUA FAMÍLIA NOSSA PROTEÇÃO!

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

#sóvem

#suafamilia
#nossaproteção



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!!!



BrasilMedSaúde

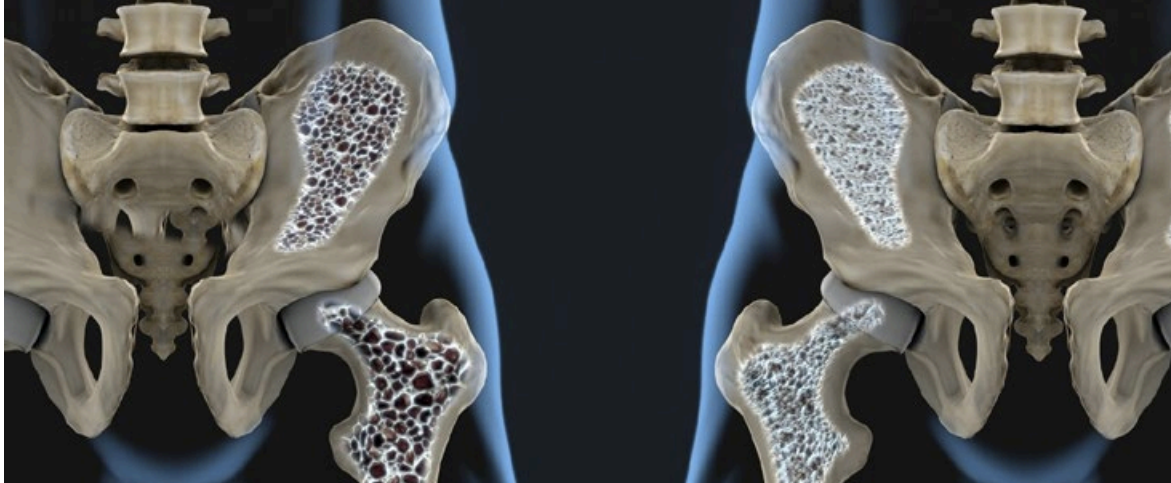
SUA FAMÍLIA. NOSSA PROTEÇÃO.

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.



OSTEOPOROSE PRIMÁRIA PÓS-MENOPAUSA

➤ O que é?

A osteoporose é uma doença caracterizada por uma baixa massa óssea e deterioração da microarquitetura do tecido ósseo. Isso causa fragilidade óssea e aumento no risco de fraturas. Devido ao aumento na expectativa de vida da população brasileira, a osteoporose é reconhecida como importante questão de saúde pública. Isso porque ela afeta indivíduos de maior idade, sobretudo mulheres na pós-menopausa.

Toda mulher na pós-menopausa necessita de avaliação do risco de osteoporose. Para isso é necessário fazer uma combinação de dados da história clínica, exame físico e também o uso de métodos diagnósticos complementares, sempre em avaliação feita por um médico especialista em Ortopedia e Traumatologia.

➤ Fatores de risco

Os fatores de risco para a osteoporose devem ser identificados a partir de um histórico clínico da paciente. Entre eles incluem-se: sexo feminino, idade, deficiência estrogênica, raça branca ou asiática, baixo peso e baixo índice de massa corporal, baixa ingestão de cálcio na infância, sedentarismo, histórico familiar de osteoporose, tabagismo e história prévia de fratura.

➤ Pós-menopausa

A osteoporose pós-menopausa ou Tipo I está associada à insuficiência hormonal do climatério – conjunto de sintomas que surgem antes e depois da menopausa, ou condições que induzem precocemente diminuição de estrogênios. Geralmente acontece nas duas primeiras décadas após o início da menopausa, sendo que as primeiras alterações na velocidade de perda de massa óssea já se demonstram entre três e cinco anos antes do término do período menstrual.

➤ Sintomas

Entre os principais sintomas da osteoporose estão a ocorrência de fraturas – principalmente em vértebras e em ossos como o fêmur, dores nos ossos e nas articulações, diminuição da altura e alteração na estrutura do ombro (que fica mais curvado para a frente).

➤ Diagnóstico

O diagnóstico inicial da Osteoporose é, primeiramente, clínico e passa por uma avaliação do histórico do paciente (anamnese) e exames clínicos em que, dados como uma história familiar, perda de altura, a baixa ingestão de cálcio na infância, falta de esporte na juventude, sedentarismo, menopausa precoce, uso de determinadas medicações, e a existência de doenças associadas já permitem ao especialista um primeiro diagnóstico. O Exame “Padrão Ouro” é a densitometria óssea da coluna lombar e do Fêmur. Somente após esta abordagem é que, a pesquisa parte para exames mais específicos e aprofundados para avaliação as condições da doença.

➤ Prevenção e tratamento

A prevenção da osteoporose se inicia já na infância, o Pico de Massa Óssea se dá por volta dos 30 anos de idade. A osteoporose tipo I (pós-menopausa) está diretamente relacionada a um acompanhamento feito pela mulher muito antes de entrar nessa fase da vida. É importante procurar um especialista para fazer uma avaliação e conhecer as opções de prevenção e tratamento da doença. Quando a osteoporose é diagnosticada e tratada precocemente, as fraturas decorrentes da doença podem ser evitadas.

Fonte: <https://sbot.org.br/osteoporose-primaria-pos-menopausa/>



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

belafórmula

farmácia de manipulação

RECEITAS
BOX
24 HORAS



Existem muitas
fórmulas para o sucesso.

A nossa é: trabalho, dedicação e compromisso
com a excelência.

belafórmula
farmácia de manipulação

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



A IMPORTÂNCIA DO CONTROLE DE QUALIDADE NA FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

O mercado brasileiro consumidor de medicamentos é colocado como um dos cinco maiores do mundo. Nas últimas décadas, a Farmácia Magistral assumiu um papel marcante no segmento, representando aproximadamente 7% do mercado nacional.

Além de aperfeiçoar a farmacoterapia, os medicamentos manipulados também permitem adequar os tratamentos às necessidades reais dos indivíduos e, ainda, a sua aquisição se traduz em economia financeira para a população.

Através das **Boas Práticas de Manipulação Farmacêutica**, criaram-se parâmetros para execução dos processos magistrais, possibilitando prever e corrigir erros e fornecer um medicamento seguro que venha a contribuir com o paciente.

O **controle de qualidade** é ferramenta **indispensável** para a verificação das Boas Práticas de Manipulação Farmacêutica.

A aplicação do Controle de Qualidade nos produtos manipulados justifica-se pelo resultado final. Tal procedimento envolve não só a checagem quanto à procedência da matéria-prima utilizada, mas, também, as análises referentes ao teor de princípio ativo liberado por estes medicamentos e a verificação de impurezas químicas

e biológicas, melhorando a segurança e a qualidade dos medicamentos manipulados.

O **controle de qualidade não é um custo a mais e, sim, um diferencial**, uma necessidade **para garantir um medicamento de qualidade ao cliente**.

O sucesso de qualquer terapêutica foi, é e sempre será dependente da qualidade do medicamento e do farmacêutico, já que a comercialização desta categoria de produtos deve ter apenas um **objetivo: restabelecer a saúde do paciente**.

É neste contexto que a Belafórmula é participante do maior programa mundial de controle de qualidade do setor magistral (SINAMM – Sistema Nacional de Aperfeiçoamento e Monitoramento Magistral), sendo **chancelada por 10 anos seguidos com o Selo de Farmácia com Qualidade Monitorada**.

belafórmula
farmácia de manipulação

Thiago Figueiredo

CRF-GO: 5587

Farmacêutico proprietário da
Belafórmula Farmácia de Manipulação



**GARANTINDO UMA
VIDA ATIVA E
SAUDÁVEL
PARA TODOS.**

ALUGUEL DE:



CADEIRAS DE RODAS, CADEIRAS DE BANHO E BOTA ORTOPÉDICA

**MATERIAIS MÉDICOS
HOSPITALARES;
PRODUTOS ORTOPÉDICOS;
MEIAS COMPRESSIVAS.**

 **Vida
MEDCOM**
Produtos Hospitalares



64 3404-1600

vidamedcom@gmail.com

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



CORONAVÍRUS EM ANIMAIS

Muito se tem falado a respeito do Coronavírus e o que ele pode causar no mundo inteiro. O que a maioria das pessoas não sabe é que diversos tipos de animais podem ser acometidos com o Coronavírus, pois trata-se de um vírus que age de forma “espécie-específica”, ou seja, na maior parte das vezes não é transmitido de uma espécie para outra.

Cachorros, gatos, aves, ferrets e outros animais, assim como os humanos, podem contrair o Coronavírus, mas cada um deles terá um tipo próprio. Os sinais clínicos apresentados dependerão da condição de saúde do indivíduo, sendo que aqueles com imunidade comprometida é que terão consequências mais graves.

➤ Coronavírus em cães e gatos

Em cães, por exemplo, os Coronavírus são conhecidos como *Canine Coronavirus (CCoV)* ou *Canine Respiratory Coronavirus (CRCoV)*, onde o primeiro causa quadros de diarreia e o segundo quadros respiratórios. Em gatos, é o coronavírus **felino** (FCoV) que merece atenção, pois é responsável por uma doença grave e de prognóstico ruim, a Peritonite Infecciosa Felina (PIF). Nenhum dos vírus que podem acometer cachorros e gatos é transmitido para humanos, que até agora só foram infectados por outros tipos bem distintos.

Por mais que as notícias deem conta de que um **cão na China foi testado positivo para o COVID-19**, ele não poderia transmitir a doença, pois teria sido um hospedeiro acidental.

➤ Prevenção do coronavírus

Em cães, o coronavírus pode ser prevenido por meio da vacinação anual. A Faro Animal Pet Center trabalha com toda a linha de vacinas importadas que seu pet necessita, buscando sempre o bem estar animal.

NOTA ATUALIZADA: Conforme recomendação da WSAVA – World Small Animal Veterinary Association (Global Veterinary Community), como trata-se de um vírus ainda pouco conhecido e que até o momento não afetou animais de estimação, o indicado é que as pessoas positivas para COVID-19 **não tenham um contato muito próximo com seus pets**. Isso porque, alguns vírus podem sofrer mutações e se adaptar a diferentes espécies com o passar do tempo.



☎ 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).





EQUIPE MULTIDISCIPLINAR FAZ TODA DIFERENÇA NO TRATAMENTO DO AUTISTA

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é um quadro complexo que envolve o paciente como um todo, ele possui sintomas físicos, psicológicos e comportamentais que podem interferir na aquisição de habilidades de comunicação, na aprendizagem e no convívio social. No geral, a criança com autismo precisará de um longo acompanhamento de uma equipe multidisciplinar. Essa equipe é formada por pediatras, neuropediatras, psicólogos, fonoaudiólogos, fisioterapeutas, psicopedagogo, terapeutas ocupacionais, psiquiatra, dentre outros.

A equipe multiprofissional está presente desde a fase diagnóstica à intervenção, ela tem como objetivo comum, a melhora progressiva da qualidade de vida dessas pessoas, essa união de conhecimentos facilita o paciente a atingir suas metas mais rapidamente. A terapia ocupacional e a fonoaudiologia assumem um papel muito importante na aquisição de novas habilidades para o TEA.

O objetivo maior do fonoaudiólogo no desenvolvimento do indivíduo com Transtorno de Espectro do Autismo é melhorar os sintomas comportamentais, sua linguagem e sua co-

municação, sendo ela verbal ou não, intervindo de forma precoce que auxilie na sua comunicação de forma em geral. E, em especial, para o desenvolvimento de sua linguagem receptiva (entender) e expressiva, gestual, oral e escrita, capacitando-o para realizar atividades e agir sobre o ambiente que o cerca, facilitando assim sua rotina e seu convívio familiar e social.

Já o Terapeuta Ocupacional, atua no desenvolvimento e estímulo sensorial no que diz respeito às habilidades táteis, auditivas e visuais, auxiliando na progressão das habilidades motoras, integração sensorial e na autonomia do indivíduo, diminuição das estereotípias, assim como o trabalho em habilidades motoras finas, que são necessárias para a realização da escrita. Habilidades da vida diária, tais como o treinamento do toailete, vestir-se, escovar os dentes, pentear cabelos, calçar sapatos, e outras habilidades de preparação, na consciência corporal e sua relação com os outros.

É de extrema relevância a união desses profissionais, mas não podemos deixar de salientar o importante papel da família nesse processo terapêutico, pois são eles que nos auxiliam a maximizar o trabalho realizado nas intervenções.



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

📷 elidrato 📺 Eliandra Donato

✉️ eliandramdonato@gmail.com

🏠 Rua Guarani, 35. Setor Rodoviário



Você sabe o que é **bilinguismo por imersão**?



- #aprendizado natural
- #enriquecimento cultural
- #capacidade de comunicar em diferentes países
- #ler livros estrangeiros
- #formação de cidadãos para o mundo.

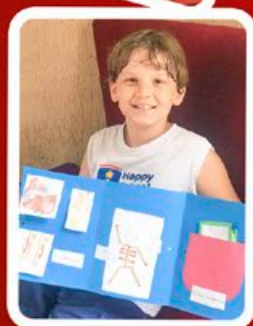


Ser bilingue de verdade é muito mais que ter fluência e dominar um segundo idioma, mas sim pensar e criar de forma natural em ambas esferas.

Na Happy School os alunos são alfabetizados, nas duas línguas: inglês e português. Os alunos da Educação Infantil ao Ensino Fundamental desenvolvem a capacidade de pensar e se comunicar nos dois idiomas com total fluência.

Nossos alunos estudam diariamente na Língua Inglesa a partir de um ano de idade, no período de duas horas, e são capazes de navegar por ambientes onde tanto o português quanto o inglês são utilizados.

Essa é a palavra-chave para o aprendizado eficaz na Happy School: **IMERSÃO**



AGENDE UMA VISITA! VENHA CONHECER A ESCOLA ENCANTADORA!



Happy School

Escola bilíngue



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

64 98439 9778 

GRAPHENE

COLEÇÃO SENSES

OPÇÕES
INTELIGENTES E
COMBINAÇÕES
QUE VÃO DO
BÁSICO AO
REFINADO.



DOS TECIDOS

☎ (64) 3431-9050



@TUBARAODOSTECIDOS



TUBARAODOSTECIDOS

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



COMO PROTEGER A SUA SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE CORONAVÍRUS

A velocidade com que o CORONAVÍRUS vem contaminando pessoas e causando óbitos gerou em muito de nós a sensação de insegurança e medo, uma preocupação extrema com o futuro, nossos familiares e amigos, as incertezas e angústias e o estresse da quebra da rotina. Não há nada de errado em sentir-se apreensivo, preocupado e com medo em meio a pandemia, porém é preciso entender que deixar que esses sintomas controlem você pode desencadear outros tipos de doenças, assim como os distúrbios emocionais e mentais que roubam a força que precisamos para nos recuperar nesse momento!

O medo e a incerteza do momento prejudicam a saúde mental, isso é fato. Então, mais do que nunca, é momento de se cuidar. Mas como?

1 - TENDE ESTABELECEER UMA ROTINA DE ACORDO COM O QUE VOCÊ ESTÁ VIVENCIANDO HOJE!

2 - CUIDADO COM O EXCESSO DE INFORMAÇÕES E FAKE NEWS!

3 - DEDIQUE ÀS ATIVIDADES QUE VOCÊ GOSTA (LER, OUVIR MÚSICA, FAZER UM CURSO ONLINE, COZINHAR ...)!

4 - CUIDE DO SEU CORPO E DA SUA ALIMENTAÇÃO!

5 - REFORCE O VÍNCULO FAMILIAR ATRAVÉS DE JOGOS, FILMES OU REFEIÇÕES!

6 - INVISTA NA ORGANIZAÇÃO DAS COISAS DE CASA (AQUELE ARMÁRIO DA COZINHA OU AQUELE GUARDA ROUPA QUE VOCÊ JÁ NÃO MEXE FAZ TEMPO)

7 - MANTENHA CONTATO VIRTUAL COM AS PESSOAS QUE FAZEM VOCÊ SE SENTIR BEM!

8 - EVITE PENSAR EM EXCESSO SOBRE O CORONAVÍRUS

9 - RECLAME MENOS, PENSE MAIS POSITIVO!

10 - FOCHE NA PREVENÇÃO!

O cuidado com a saúde mental é semelhante a saúde física: precisamos cuidar todos os dias e quando não sabemos como fazê-lo, buscamos ajuda de um profissional!

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

📷 carolinapirespsi

🏠 Rua Tiradentes nº 481 - Itumbiara GO



CAIXA OFERECE R\$ 7,5 BI PARA MICRO E PEQUENA EMPRESA COM TAXA ATÉ 40% MENOR



A Caixa Econômica Federal e o Sebrae anunciaram dia 20/04/2020 uma parceria para oferecer R\$ 7,5 bilhões em crédito para microempreendedores individuais (MEI), micro e pequenas empresas.

A medida é um auxílio para essas empresas em meio à pandemia do novo coronavírus, que paralisou serviços e negócios.

Pelas condições oferecidas, os empreendedores contarão com uma carência de 9 a 12 meses, pagamento entre 24 e 36 meses, com taxas até 40% menores, segundo a Caixa. Os valores máximos estipulados para o crédito são de até R\$ 12,5 mil para MEI, até R\$ 75 mil para microempresas e até 125 mil para empresas de pequeno porte. Os juros são de 1,59% ao mês para MEI, 1,39% a.m. para microempresas e 1,19% a.m. para pequenas empresas.

Condições do crédito da Caixa para MEIs, micro e pequenas empresas

Tamanho da empresa	Valor máximo contratado por CNPJ	Carência	Prazo para pagamento (após carência)	Taxa de juros
Micro Empreendedor Individual (MEI)	Até R\$ 12,5 mil	9 meses	24 meses	1,59% ao mês
Microempresa	Até R\$ 75 mil	12 meses	30 meses	1,39% ao mês
Empresa de pequeno porte	Até R\$ 125 mil	12 meses	36 meses	1,19% ao mês

Fonte: Caixa Econômica Federal

Para ter acesso a essa linha especial de crédito, micro e pequenas empresas precisam ter faturamento máximo de R\$ 4,8 milhões por ano, estar com as contas em dia e ter mais de 12 meses de abertura.

Quem não for cliente da Caixa poderá abrir conta para pedir o financiamento.

O anúncio foi feito hoje pelo secretário especial de Produtividade, Emprego e Competitividade (Sepec) do Ministério da Economia, Carlos da Costa; o presidente da Caixa, Pedro Guimarães; o presidente do Sebrae, Carlos Melles, e o assessor especial do ministro da Economia, Guilherme Afif Domingos.

A parceria utiliza as linhas de crédito disponibilizadas pela Caixa e as garantias complementares serão concedidas pelo Sebrae por meio do Fundo de Aval às Micro e Pequenas Empresas (Fampe). Segundo Carlos Melles, a oferta de crédito pode atingir 42 milhões de pessoas.

"O banco disponibilizará melhores condições de taxas, prazo e carência, de forma a atender a demanda por crédito desse setor tão importante para a economia", disse Pedro Guimarães, que afirmou que a medida equilibra "questão econômica e social".

Ainda segundo o presidente da Caixa, o benefício não será válido neste momento para empresas cujos sócios estejam negativados. Neste caso, ele disse haver outras linhas de renegociação de crédito disponíveis.

Questionado sobre o valor ser suficiente para atender essas empresas, já que o Sebrae havia sugerido um valor de R\$ 12 bilhões, Guimarães afirmou que avaliações internas apontaram este valor como "sustentável" para o banco.

"Se houver um volume de demanda onde as pessoas tenham um volume de retorno melhor, pode chegar a R\$ 12 bilhões", afirmou Guimarães.

Fonte: UOL

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!



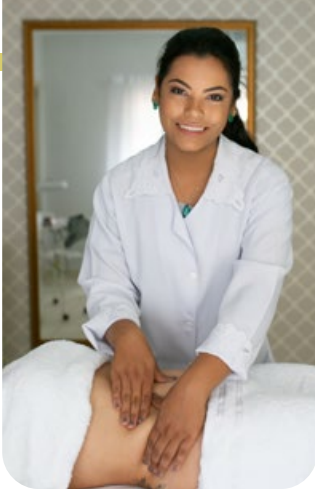
Contabilidade & Consultoria

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



A MASSAGEM E SEUS BENEFÍCIOS FÍSICOS E PSICOLÓGICOS

Bio Estética
centro de beleza

Massagem relaxante, modeladora, redutora de medidas, drenagem linfática, terapêutica, reflexologia, shiatsu – as modalidades são muitas e as indicações também.

Massagem vai além de tratamentos estéticos voltados para a busca do corpo perfeito, e além de somente aliviar momentaneamente a dor nas costas, é um excelente coadjuvante no tratamento de problemas físicos e psicológicos, proporcionando sensação de bem-estar, melhora a aparência e a autoestima. É possível sentir os benefícios já na primeira sessão.

O ideal em qualquer massagem a ser escolhida é que ela seja realizada de uma a duas vezes por semana. As sessões variam conforme o objetivo e a técnica usada, mas, em média, as sessões duram de 40 à 50 minutos.

Estudos trazem que é possível baixar os níveis de cortisol (o hormônio do estresse) em até 31%, após uma massagem, enquanto os níveis de hormônios do bem-estar (como dopamina e serotonina) podem aumentar aproximadamente em até 30%.

Isso porque a massagem aumenta o fluxo sanguíneo, melhorando a circulação sanguínea e o sistema imunológico em áreas do cérebro associadas à regulação do humor e do estresse, o toque da massagem provoca analgesia e é capaz de aliviar a tensão e a dor muscular, que por si só, já deixa qualquer um menos ansioso e agitado. As compressões e fricções aplicadas sobre o corpo são capazes de reduzir processos inflamatórios. Por isso, é até possível dispensar os medicamentos em alguns casos específicos.

Massagem pode ser uma alternativa para prevenir doenças. As diversas técnicas de massagem ajudam a evitar problemas de saúde como enxaqueca, dores no corpo, fibromialgia, ansiedade, TPM, entre outros distúrbios. A massagem pode, ainda, auxiliar no controle das emoções, fator decisivo em doenças como a psoríase e a hipertensão, por atuar diretamente no sistema imunológico.



64. 3404 1221

☎ 64. 9 9294 5838

📷 @bioesteticabio

📘 Bioestetica Bio

Av. Santos Dumont, 25 | Itumbiara-GO

CÂNCER DE FÍGADO



Apesar de não estar entre os mais prevalentes, o câncer de fígado tem uma das maiores taxas de mortalidade. A sua incidência mais do que triplicou desde 1980 e suas taxas de mortalidade aumentaram quase 3% ao ano desde o ano 2000. Foi responsável em 2017, no Brasil, por 10.201 mortes, juntamente com o câncer de vias biliares.

O câncer de fígado pode ser de dois tipos: primário (que começa no próprio órgão) e secundário ou metastático (tem origem em outro órgão e, com a evolução da doença, atinge também o fígado). O tipo secundário é mais frequentemente decorrente de um tumor maligno no intestino grosso ou no reto.

Dentre os tumores iniciados no fígado, o mais comum é o hepatocarcinoma ou carcinoma hepatocelular. Agressivo, ocorre em mais de 80% dos casos. Existem também o colangiocarcinoma (originado nos dutos biliares do fígado), o angiossarcoma (câncer raro que se origina nos vasos sanguíneos do fígado) e o hepatoblastoma, tumor maligno raro que atinge recém-nascidos e crianças nos primeiros anos de vida.

O tabagismo e a poluição ambiental da fumaça do tabaco influenciam no risco de desenvolvimento do câncer de fígado em geral. Em relação aos tipos específicos, outros fatores de risco são:

• Hepatocarcinoma

- ✓ Cirrose hepática, doença grave associada ao alcoolismo ou à hepatite crônica;
- ✓ Hepatite crônica causada pela infecção pelos vírus da hepatite B ou C;
- ✓ Esquistossomose (doença conhecida por barriga d'água);
- ✓ Excesso de gordura corporal;
- ✓ Exposição a arsênio, cloreto de vinila, solventes, fumos de solda e bifenil policlorado.

• Colangiocarcinoma

- ✓ Inflamações das vias biliares, principalmente a clonorchíase - infestação pelo verme clonorchis sinensis, bastante frequente nos países asiáticos e africanos.

• Angiossarcoma

- ✓ Substâncias químicas como cloreto de vinil, arsenicais inorgânicos e solução de dióxido de tório (que podem ser encontradas nos agrotóxicos e no amendoim mal estocado).

No caso dos tumores primários do fígado, a prevenção está em:

- ✓ Evitar o contágio pelos vírus das hepatites B e C;
- ✓ Prevenir doenças metabólicas, como a esteatose (acúmulo de gordura no fígado) e diabetes;
- ✓ Evitar o consumo de álcool;
- ✓ Nunca usar esteroides anabolizantes (bombas);
- ✓ Evitar lesões pré-malignas como os adenomas de fígado, muitos relacionados ao uso de anticoncepcionais orais;
- ✓ Manter o peso corporal adequado;
- ✓ Não consumir alimentos contaminadas por aflatoxina, substância produzida por dois tipos de fungos (bolores) encontrados em grãos e alguns vegetais, especialmente amendoim, milho e mandioca, se armazenados em condições inadequadas;
- ✓ Não fumar e evitar o tabagismo passivo (inalação da fumaça de produtos derivados do tabaco por pessoas não fumantes que convivem com fumantes em ambientes fechados).

Os sintomas mais comuns são: dor abdominal, massa abdominal, distensão addominal, perda de peso inexplicada, perda de apetite, mal-estar, icterícia (tonalidade amarelada na pele e nos olhos) e ascite (acúmulo de líquido no abdômen).

A detecção pode ser feita por meio da investigação com exames clínicos, laboratoriais ou radiológicos, de pessoas com sinais e sintomas sugestivos da doença (diagnóstico precoce), ou com o uso de exames periódicos em pessoas sem sinais ou sintomas (rastreamento), mas pertencentes a grupos com maior risco de ter a doença.

A remoção cirúrgica (ressecção) do câncer é o tratamento mais indicado quando o tumor está restrito a uma parte do fígado (tumor primário) e também nos tumores hepáticos metastáticos em que a lesão primária foi ressecada ou é passível de ser ressecada de maneira curativa.

Em caso de algum sintoma suspeito, ou se acha que se encaixa em grupos de risco para a doença, procure um especialista!

Fonte: INCA



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 Graduada 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





ATENDIMENTO ONLINE

Apesar do período de quarentena, a Clínica Redutase está oferecendo atendimentos online com a mesma metodologia e padrão de qualidade de sempre através de chamada de vídeo pelo Whatsapp. Desta forma, serão mantidos os agendamentos de consultas e acompanhamento de pacientes em tratamento nas áreas de Estética, Nutrição e Medicina.

Estas teleconsultas serão realizadas apenas até o fim da pandemia do coronavírus. Após este período, os procedimentos voltarão a ser realizados com atendimento presencial.

Lembramos que a realização de procedimentos estão suspensos temporariamente.

Para agendamentos e mais informações me chame no direct ou entre em contato por um dosWhatsapps:

(64) 9 8180-0063 

(64) 9 8101-9946 



PLÁSTICA DO SORRISO

Mais conhecida como gengivoplastia é uma cirurgia utilizada para corrigir e modificar o formato da gengiva, como por exemplo, em casos em que a gengiva hiperplasiada (crescida) é removida para facilitar a higienização dos dentes.

O profissional habilitado indica esse tipo de cirurgia gengival para:

- ✓ Alinhar e nivelar gengivas sem harmonia;
- ✓ Melhorar a estética do sorriso;
- ✓ Recuperar dentes com fraturas dentárias e cáries subgengivais;
- ✓ Facilitar a higienização dos dentes (remoção de placa bacteriana).

Uma pergunta muito comum dos clientes: “É possível FAZER GENGIVOPLASTIA DURANTE O TRATAMENTO ORTODÔNTICO?”.

Muitas vezes os pacientes em tratamento ortodôntico deixam os cuidados higiênicos de lado, acarretando no crescimento gengival. Se esse for o caso, a cirurgia pode sim ser feita. A indicação é feita apenas se o crescimento gengival estiver atrapalhando a higiene bucal e ainda existir um tempo longo desse tratamento ortodôntico.

Se o paciente estiver interessado no procedimento por mo-



Gengivoplastia realizada em paciente com queixa de sorriso com desarmonia, foto final enviada pela paciente com apenas 4 dias, pós-cirurgia.

Dra. Vanessa Sgobero

CRO-GO: 10402

Cirurgiã-Dentista Especialista em Ortodontia e Implantes Dentários

tivos estéticos, o mais indicado é esperar o fim do tratamento ortodôntico.

Em casos de sorriso gengival alto indicamos a técnica de associação GENGIVOPLASTIA + TOXINA BOTULÍNICA.

Essa exposição excessiva normalmente é conhecida como sorriso gengival, causa um grande desconforto, mesmo em um momento de descontração, fazendo com que muitas pessoas deixem de sorrir ou escondam a boca com as mãos.

A toxina botulínica, conhecida como botox, é muito utilizada em procedimentos estéticos, através de injeções na região afetada, como também para corrigir o sorriso gengival, fazendo com que o lábio não tenha a contração muscular, assim não mostrando aquela grande faixa de gengiva, impossibilitando de se evidenciar sempre que o paciente sorrir, deixando o sorriso natural e harmônico, porém cada caso precisa ser avaliado individualmente, para o sucesso do tratamento eletivo.

Agende um horário conosco e venha tirar suas dúvidas:



Foto demonstrando antes e depois da aplicação de botox para sorriso gengival, diminuindo a visualização da gengiva e o famoso “sorriso alto”.

🏠 Neo Odontologia Especializada
Rua Tupinambás, número 60,
Bairro Afonso Pena. Itumbiara-Goiás
📞 (64) 9.9323-6899
☎️ (64) 3431-9864

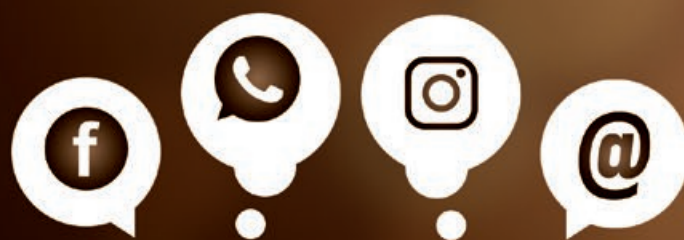
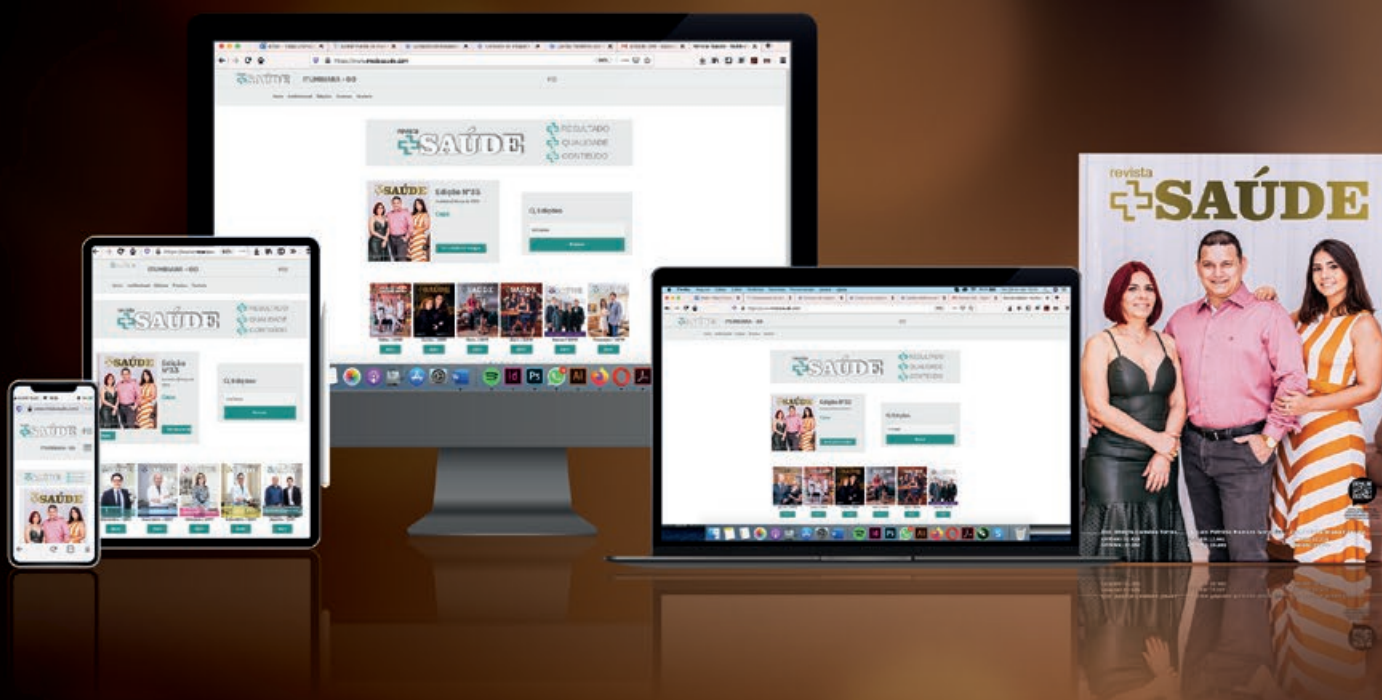
Dra. Amanda Wandara Dall Agnol

CRO-GO: 16434

Cirurgiã-Dentista



DIVERSOS CANAIS DE LEITURA



revista
SAÚDE



LEIA E COMPARTILHE ESTA E OUTRAS EDIÇÕES EM NOSSA BANCA ONLINE, ACESSANDO O QR-CODE.

Ampliamos a distribuição do nosso conteúdo, buscando assim mais audiência e resultados para nossos anunciantes, e ainda mais opções de acesso às nossas edições por nossos leitores.

A Revista Mais Saúde agora está ainda mais acessível a você, integrando a qualidade de sua versão impressa, com investimento em sua nova versão digital. Você conta agora com um site mais moderno e funcional, onde todo o conteúdo e todas as edições da revista estão disponíveis para download. Outra novidade é a disponibilização através do Whatsapp para um banco de dados com mais de 30.000 usuários na região, além de estarmos presentes nas redes sociais, Instagram e Facebook.

É a Revista Mais Saúde presente em diversas plataformas de acesso a conteúdo, para você não perder nenhuma informação!!!

revista
 **SAÚDE**

OR7
Editora e Marketing

Comercial:  64 99275 5299  64 99202 4160

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



A "LABIRINTITE" QUE TEM CURA CONHEÇA O QUE É VPPB E SEU TRATAMENTO

Muita gente quando sente tontura logo relaciona o problema com labirintite, e por vezes, esse diagnóstico acaba sendo erroneamente confirmado. Mas, em 70% dos casos, o nome é outro: vertigem posicional paroxística benigna (VPPB). A "labirintite real" "quase não acontece. Ela é uma infecção rara e grave do labirinto por bactéria ou vírus, e é uma condição aguda, ou seja, de duração curta. Já a VPPB, é um distúrbio bastante comum, frequente e pode ser crônico.

Segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde), um terço da população em todo o mundo sofre de algum tipo de tontura. As causas são as mais diversas.

O equilíbrio de uma pessoa depende do sistema vestibular, conjunto de órgãos do ouvido interno. Quando há uma disfunção, ocorre a vertigem (subtipo de tontura em que a pessoa sente que está girando ou balançando).

Um dos sistemas vestibulares responsável pela sensação de movimento — para cima, para baixo e para os lados — é composto por microcristais de cálcio. Pode acontecer de eles se soltarem e caírem em outro sistema, que dá informações sobre movimentos angula-

res. Quando isso ocorre, um simples movimento com a cabeça pode fazer a pessoa sentir tontura rotatória recorrente, geralmente ao mudar de posição na cama, inclinar o corpo para frente ou olhar para cima.

As principais situações que fazem os cristais se soltarem são:

- Traumas / pancadas na cabeça;
- Pós cirurgia e/ou inatividade prolongada;
- Pessoas com distúrbios de cálcio;
- Posições anômalas (inclinação da cabeça por períodos prolongados);
- Atividades de alto impacto.

O tratamento não requer o uso de medicamentos. No consultório, são feitas manobras na cabeça para reposicionar esses cristais. Mais de 90% das pessoas melhoram no primeiro atendimento. Procure um fisioterapeuta.

Dra. Lílian Oliveira Miranda

CREFITO: 150582-F

Graduada em fisioterapia pela FESURV – Universidade de Rio Verde;

Especialista em Fisioterapia Cardio-respiratória com ênfase em UTI;

Pós-Graduada em Quiropraxia;

Pós-Graduada em Ergonomia;

Formação em Reabilitação Vestibular;

Membro ASSOBRAFIR e SBF.



☎ (64) 3433-2828

📞 (64) 9.9284-7631

🏠 Rua Jacinto Brandão Centro, 538, Itumbiara-GO



DEFICIENTES FÍSICOS PODEM PRATICAR PILATES?



Que o Pilates é uma prática extremamente benéfica para todos, disso já sabemos, mas afinal, todo mundo pode fazer Pilates? E quem possui algum tipo de limitação física ou mental? A resposta é SIM, todos podem exercitar-se com o método de Pilates.

▪ Adaptação

Praticar exercícios físicos é necessário e benéfico para todas as pessoas, não importa a sua condição, porém, é claro que cada pessoa tem suas próprias necessidades e precisam de exercícios adequados à sua realidade. O Pilates tem esse poder onde todos os exercícios são adaptáveis para todos os tipos de pessoas, sem restrições, por isso é um método tão democrático.

A pessoa que possui uma deficiência física deve ser tratada de maneira igual à todas as outras, porém deve-se ter um acompanhamento mais atencioso, atendendo e respeitando as necessidades individuais deste aluno, tudo isso de maneira natural e adequada para cada caso.

▪ Exercícios e estimulação

Como bem sabemos o Pilates promove uma melhora na postura, coordenação motora, dando equilíbrio, força e flexibilidade. Os alunos devem ser frequentemente estimulados e coordenados à exercitarem inclusive membros e músculos os quais possuem limitações, sempre de maneira gradual.

Exercícios para fortalecimento do tronco, membros inferiores e superiores são muito proveitosos, assim como

os de alongamento. Os exercícios de equilíbrio além de promoverem mais estabilidade ajudam nas capacidades cognitivas e motoras, ajudando na concentração, coordenação e controle do corpo, proporcionando estímulos mentais e físicos. Além disso, a prática de Pilates também evita depressão e uma piora na saúde, também atua melhorando as funções do sistema circulatório, evitando dores.

▪ Motivação e mudança de vida

Praticar Pilates muda a vida de uma pessoa com deficiência física, oferece autonomia, melhora a sua autoestima, além de promover novos convívios sociais ao praticante. O Pilates age como uma terapia, pessoas que sentiam-se limitadas e desmotivadas em decorrência da sua deficiência física veem no Pilates uma oportunidade de superação. Ocorre um auxílio nas atividades diárias, melhora o condicionamento físico, promove relaxamento e bem-estar, uma maior autoconsciência sobre o corpo e a mente e também o ganho de novas capacidades físicas. Descobre-se então um novo mundo de possibilidades e uma vida saudável, ou seja, o Pilates trabalha também com o psicológico das pessoas, ajudando-as e promovendo uma melhor qualidade de vida.

Lembrando que é importante ter um acompanhamento em conjunto com o médico/fisioterapeuta, o profissional de Pilates deve sempre acompanhar o diagnóstico médico do aluno para auxiliar as suas práticas.

Fonte: <https://blog.purepilates.com.br/deficientes-fisicos-podem-praticar-pilates/>



Laís Oliveira Miranda

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

☎ (64) 34332828

📞 (64) 992318093

📷 @laismiranda_pilates

👤 Laís Miranda

✉ lais_fisio21@hotmail.com

🏠 Rua Jacinto Brandão Centro, 538, Itumbiara-GO





*fofurômetro
explodindo*

O conforto do seu baby em primeiro lugar


Mundo de Sonhos
Há 20 anos... **Kid's**

REPRESENTANTE

Anjos
baby

- ★ QUALIDADE PREMIUM
- ★ PREÇO JUSTO

AV. AFONSO PENA, 59 | CENTRO

(64) 3433-9300 98158-0017

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS:

 /MundoDeSonhosBrinquedos

 @mundodesonhosbrinquedos



A PENSÃO ALIMENTÍCIA DEVE SER PAGA NAS FÉRIAS?

A pensão alimentícia objetiva auxiliar o menor no que tange às suas despesas com alimentos, educação, saúde, vestuário, moradia e lazer, portanto, mesmo que o menor passe as férias com o genitor não detentor da guarda, é necessário pagar a pensão alimentícia.

Durante as férias a grande maioria dos custos continuam sendo cobrados regularmente, e existem custos extras, tais como, matrícula escolar, material escolar, calçados, mochila, dentre ou-

tros, de acordo com cada família, logo, as férias não excluem as responsabilidades quanto ao pagamento destas despesas.

Geralmente, não existe previsão para a interrupção, ou mesmo a redução do valor da pensão alimentícia e se existe uma sentença, ou um acordo judicial, estes devem ser obedecidos e o pagamento deve ser feito conforme o que ficou pactuado.



Thyelle Carvalho
ADVOCACIA E ASSESSORIA JURÍDICA

**Dra. Thyelle
Carvalho**

OAB/GO: 59.340

Advogada no Escritório Thyelle Carvalho;
Associada do IBDFAM (Instituto Brasileiro de
Direito de Família);

Especializando em Família, Sucessões e Ciências
Criminais.

✉contato@thyellecarvalho.com

📷thyellecarvalhoadv



CONTAMOS COM UMA LINHA COMPLETA DE MATERIAIS

Médico, Hospitalar, Ortopédicos em geral e CPAP

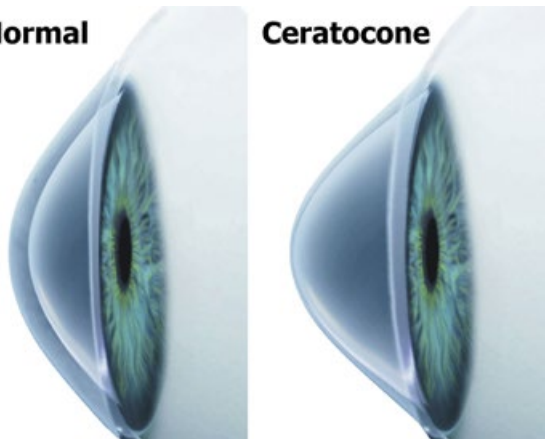


Materiais Ortopédicos e Hospitalares

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

Normal

Ceratocone



CERATOCONE

CERATOCONE

O ceratocone é um distúrbio chamado distrofia contínua e progressiva, que ocorre na córnea com afinamento central ou paracentral, geralmente inferior, resultando no abaulamento anterior da córnea, na forma de cone. A apresentação é geralmente bilateral e assimétrica. Trata-se de condição rara, encontrada em todas as raças, nas diferentes partes do mundo, com prevalência que varia de 4 a 600 casos por 100.000 indivíduos. História familiar está presente de 6 a 8% dos casos, sugerindo herança familiar. Seu aparecimento mais comum ocorre na puberdade, geralmente entre os 13 e os 18 anos de idade, progride por aproximadamente 6 a 8 anos e, após, tende a permanecer estável.

O ceratocone pode estar associado a doenças sistêmicas como as síndromes de Down, Turner, Ehlers-Danlos, Marfan, além de atopias, osteogênese imperfeita e prolapso da válvula mitral. Condições oculares às quais pode estar relacionado são a ceratoconjuntivite vernal, aniridia, amaurose congênita de Leber e retinose pigmentar. O paciente pode relatar mudanças frequentes na prescrição de óculos ou diminuição na tolerância ao uso de lentes de contato.

Uma complicação possível é a hidropsia aguda, líquido que penetra nas camadas da córnea, provoca diminuição súbita da acuidade visual associada a desconforto e lacrimejamento. O tratamento do episódio agudo é feito com solução salina hipertônica e oclusão, ou lente de contato terapêutica. Com a cicatrização, que ocorre entre 6 e 10 semanas, pode haver melhora da acuidade visual devido ao aplanamento da córnea.

Nos casos mais brandos, o tratamento do ceratocone é inicialmente realizado por meio de óculos. Para astigmatismos

maiores ou um pouco avançados, lentes de contato rígidas podem ser adaptadas com sucesso. Atualmente, alguns casos apresentam melhora com adaptação de lentes hidrofílicas próprias para ceratocone. O tratamento cirúrgico, com transplante penetrante de córnea, é indicado para os casos mais avançados ou com cicatrizes extensas que não melhoram com lentes de contato. Após a cirurgia geralmente é necessário o uso de lentes de contato para obtenção de melhor acuidade visual.

Lentes de Contato e Ceratocone

O uso de lentes de contato em pacientes com ceratocone é considerado quando os óculos não possibilitam boa visão. Ao adaptar uma lente de contato no paciente o oftalmologista busca condições que possibilitem uma adaptação mais fisiológica, em que ocorra uma menor agressão à córnea com menor probabilidade de piora da evolução do ceratocone.

Há vários desenhos de lentes de contato que podem ser utilizados na correção óptica do ceratocone, dentre eles: lente de corte simples, monocurva externa, de desenho padrão; lente Soper, bicurva posterior; lente rígida gás-permeável com desenho escleral; sistema a cavaleiro (piggyback); lentes esféricas; lentes tóricas. Dependendo do estágio de evolução da doença deve-se avaliar qual o desenho mais apropriado.

Todo usuário de lentes de contato deve fazer uma avaliação periódica de sua adaptação (a cada 6 meses). As lentes devem ser limpas e desinfetadas a cada uso. Isso deve ser feito por meio de fricção e enxágue, com o uso de soluções apropriadas.

Fonte: <https://www.cbo.net.br/novo/publico-geral/ceratocone.php>



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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ATENDIMENTO:



Coronavírus, Imunidade e a Prática de Exercício Físico

Doença do trato respiratório, o coronavírus leva um tempo para desenvolver seus sintomas, dos quais são semelhantes ao de uma gripe e resfriado. Dependendo da virulência, tosse, espirros ou até mesmo o aperto de mão podem causar exposição. O vírus também pode ser transmitido ao tocar algo infectado e depois se levado a boca, nariz ou olhos. Podemos reduzir o risco de infecção, através de métodos de higiene básica, bem como lavando as mãos frequentemente com água e sabão, uso de álcool, toalhas de papel, aumentar a frequência de limpeza e higienização de locais de atendimento além de evitar apertos de mãos e abraços.

A Academia Ritmo está preparada e com a conscientização de todos seus colaboradores para atender seus clientes seguindo todas as medidas cabíveis para “não” proliferação do vírus.

A função do sistema imunológico se caracteriza por um mecanismo capaz de proteger o nosso organismo em defesa de alguns vírus ou bactérias existentes. Além da ativação do sistema hormonal ao praticarmos algum tipo de exercício físico, bem orientado, com variabilidade de duração e intensidade, teremos um grande aumento da resposta imune (defesa do corpo). O efeito imediato da atividade induz a capacidade funcional das células circulantes, os leucócitos, trazendo proteção para os pontos de contaminação, se tratando de uma doença do trato respiratório. Se tratando de continuidade e constância na prática regular de exercícios físicos, a longo prazo o fortalecimento desse sistema sempre proporcionará um alto grau de defesa e combate a qualquer organismo que venha agredir o seu corpo.

O sistema imunológico é constituído por diversas células e moléculas que reconhecem e eliminam diferentes tipos de invasores que ocasionariam enfermidades ao corpo humano. Tais hospedeiros são denominados como parasitas intracelulares (vírus), existem diversas formas para se transmitir um vírus; o contato pessoal é uma delas.

O exercício físico atualmente é considerado um “remédio” para quem busca saúde, qualidade de vida ou estética. Ao exercitar-se ocorre uma resposta natural do organismo denominada estresse físico e conseqüentemente o aumentando da imunidade. Porém para que isso aconteça é necessário observar alguns fatores, sendo os principais:

Tipo de Exercício Físico;

Intensidade e Duração;

Fatores Ambientais;

Horário de realização;

A prática incessante de no mínimo 60 minutos diários de exercícios físicos promoverá uma resistência imunológica imediata auxiliando também na diminuição do risco de complicações cardiovasculares como: obesidade, dislipidemia, diabetes, hipertensão, estresse entre outras. No momento de fragilidade que nos encontramos devido a pandemia do coronavírus, o ideal é buscar auxílio de profissionais da área da saúde, além de conhecimento para se manter ativo e preparado para qualquer situação.

Grupo de Avaliadores Físicos da Academia Ritmo

Augusto Sérgio Almeida Frugeri
Euvander Henrique Vieira de Oliveira
Mariana Santos Domingos
Alandione Silva Castro



O segredo de um grande sucesso
está no trabalho de uma
grande equipe.

LUCAS TAVARES



#TEAMRITMO

ritmo
ACADEMIA

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



GERADORES DE OZÔNIO SOLUÇÕES PARA OXI-SANITIZAÇÃO E HIGIENIZAÇÃO AVANÇADA



Para residências: Acabe com o cheiro de quarto fechado, tenha o fim da umidade e dos ácaros. Problemas respiratórios e com mofo nunca mais!

Oxi-sanitização de ambientes residenciais. Paredes, cortinas, tapetes livres de mau cheiro, bactérias, vírus, protozoários e ácaros. Sanitização de alimentos.



Setor automotivo: Maior produtividade na rotina de limpeza de automóveis.

Elimine cheiro de cigarro e microrganismos em carros de forma ecologicamente correta através do método de *Oxi-sanitização*.



Setor hoteleiro: Problemas com odores ruins impregnados no quartos?

A *Oxi-sanitização* higieniza e desodoriza quartos de hotéis retirando, em sua totalidade, qualquer tipo de odor, além de acabar de vez com bactérias, vírus, protozoários e ácaros.

Hotéis com serviços diferenciados se destacam!

Assistência técnica das principais marcas



POLITÉCNICA

O melhor tempo sempre

🏠 Rua Rui de Almeida, 500 - Centro - Itumbiara - GO

☎ 64| 3431-1112

PROTEJA-SE DA GRIPE

A Clínica de Vacinas Santa Clara segue aberta
para a imunização da gripe 2020!

A vacina da gripe previne o Coronavírus?

A vacina da gripe tetravalente (ou quadrivalente) previne contra duas cepas da Influenza A (H1N1 e H3N2) e duas linhagens B (Yamagata e Victoria); mas não previne o coronavírus (Covid-19). Porém, a vacina contra a gripe é muito importante neste momento de pandemia do Covid-19! Isso porque a vacinação contra a Influenza contribui para diminuir a incidência de infectados com coronavírus. As pessoas imunizadas deixam de procurar os prontos socorros dos hospitais, diminuindo as chances de contágio por Covid-19 e aumentando a precisão do diagnóstico do Coronavírus.

“ Feliz dia das mães da minha mãe, para a sua!!
É um prazer compartilhar esse momento com você! ”



Foto: Lara Miranda

Femme
LINGERIE E MULTIMARCAS

Vem pra cá! ❤️



@femmelingerie.iub | f Femme Lingerie Itumbiara

📍 Av. Goiatuba, 53A, Centro - Itumbiara / GO

(64) 9.9221-3616 | (64) 9.9293-0486



PROFILAXIA DENTAL

A profilaxia dental, mais conhecida como limpeza, é uma limpeza profunda e completa realizada pelo cirurgião dentista. Além de manter os cuidados básicos em casa na higienização com escova de dente e uso do fio dental que devem fazer parte da rotina, temos também que realizar a profilaxia, pelo menos de seis em seis meses.

A profilaxia se difere da higienização em casa, pois são utilizados materiais diferentes e específicos. O profissional faz uma limpeza individual em cada dente e nas partes mais internas e profundas da gengiva, onde muitas vezes a escova e o fio não são capazes de alcançar, o

que torna a profilaxia mais detalhada e refinada, por isso é tão procurada por quem quer manter a boca saudável.

O objetivo da profilaxia é manter a boca limpa e saudável e consequentemente evitar doenças periodontais, cáries.

Primeiramente é realizada a tartarectomia, que é a remoção de tártaros que não é possível retirar com escova e fio dental. Em seguida se realiza o jateamento, geralmente utiliza-se água com bicarbonato de sódio, para remoção de placa bacteriana e tártaro, polimento e proteção do dente. Por último, aplicação do flúor, que serve para fortalecer os dentes e desenvolver minerais.

É de extrema importância manter a boca limpa e saudável para nossa saúde.

Agende sua consulta e venha nos conhecer, na Odonto Design.

Rafaela Akemi Mano Shimohira

CRO: 16.745
Clínico Geral;
Especialista em Ortodontia;
Pós-graduando em ortodontia;
Atualizando em restaurações estéticas.



☎ (64) 3403-5726 📞 (64) 9.9966-2025

📷 @odontodesign_iub

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



Não são só os laços sanguíneos que unem mães e filhos, mas também aquele amor incondicional e dedicação sem igual.

MÃES DE PET
TAMBÉM SÃO MÃES!






Feliz dias das Mães!


Villa Pet 3 Anos
SEU PET CADA VEZ MAIS SAUDÁVEL


Dra. Elisa G. O. Guerin

CRMV/GO: 6736

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

 Acessórios  Medicamentos  Rações  Banho e Tosa  Vacinas  Consultório Veterinário, Ultrassonografia

 (64) 3431- 3555

 (64) 9.8112-2461

 villapetitumbiara

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

MANTENHA-SE ESTÁVEL!

HOJE VAMOS FALAR SOBRE A ESTABILIDADE CORPORAL.

A ESTABILIDADE CORPORAL VAI MUITO ALÉM DE DEIXAR O CORPO FORTE E RESISTENTE. OUTRAS ARTICULAÇÕES, COMO A DO JOELHO, A CINTURA ESCAPULAR E A COLUNA LOMBAR, SÃO IMPORTANTES PARA UM TREINAMENTO SEGURO E EFICAZ.

O FOCO NOS DIAS ATUAIS PARA O TREINAMENTO FÍSICO ESTÁ NO TREINAMENTO FUNCIONAL DE MOVIMENTOS QUE TRABALHEM O CORPO TODO E TAMBÉM NA MUSCULAÇÃO QUE TRABALHA OS MÚSCULOS DE FORMA MAIS ISOLADA. PORÉM O RISCO DE LESÕES NO TRABALHO DE MUSCULAÇÃO ISOLADA TEM SE MOSTRADO MAIOR, DEVIDO AO EXAGERO DE SOBRECARGA SOBRE ARTICULAÇÕES POUCO ESTÁVEIS E COM BAIXAS MOBILIDADES. ENTÃO PARA EVITAR FUTUROS PROBLEMAS EM SEU CORPO, DÊ PRIORIDADE A UMA BOA ESTABILIDADE E MOBILIDADE, JUNTAMENTE COM UMA ORIENTAÇÃO SEGURA E QUALIFICADA.



TREINE BEM! TREINE ESTABILIDADE! BONS TREINOS!

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

RUA TIRADENTES, 247 - CENTRO - ITUMBIARA-GO

MATEUS VIEIRA DUARTE

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

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.

LUNNARA LEITE SILVA

Licenciada em Educação Física
pela Unopar;
Graduando em Bacharel;
FMS I.
FASCIAS I.



SUA AJUDA BENEFICIARÁ FAMÍLIAS CARENTES E EM SITUAÇÃO DE RISCO

AJUDE UMA

MÃE

**ALIMENTAR
SEUS FILHOS**

**ARRECADAÇÃO DE CESTAS
BÁSICAS DE ALIMENTOS**

REALIZAÇÃO:

revista

SAÚDE

CAMPANHA EMERGENCIAL DE ARRECADAÇÃO

A CAMPANHA DURARÁ TODO MÊS DE MAIO.

PONTOS DE ARRECADAÇÃO:

belaformula
farmácia de manipulação

Farma & Farma

RAVENNA
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO



MEIAS DE COMPRESSÃO: QUANDO UTILIZAR?

A terapia da compressão remonta a um passado distante. Hipócrates (377- 460 d.C.) foi, provavelmente, o primeiro que associou veias varicosas a úlcera de perna e sugeriu o uso de bandagem de compressão para tratar os sintomas do distúrbio venoso.

A compressão significa a pressão que a meia exerce no membro sendo máxima no tornozelo e vai diminuindo em direção à coxa, orientando o fluxo sanguíneo venoso no retorno para o coração.

A terapia de compressão é considerada padrão ouro no tratamento clínico da insuficiência venosa dos membros inferiores. Os efeitos da compressão na microcirculação incluem aumento do fluxo sanguíneo nos capilares, redução da filtração capilar e melhora da reabsorção de líquido pelos tecidos, ativando a drenagem linfática local. Isso melhora o inchaço dos membros, sendo contraindicada em pacientes com doença arterial periférica avançada, insuficiência cardíaca e infecções extensas de pele.

Tipos de Compressão

As meias são classificadas em:

- Meias elásticas “preventivas”: Têm menos de 15 mmHg de compressão, e, para o seu uso, dispensa-se o receituário médico;
- Meias elásticas “terapêuticas”: sua compressão no tornozelo está acima de 15 mmHg, e, para serem utilizadas, necessita-se de orientação médica;
- Meias elásticas antitrombóticas: são específicas para

a prevenção do tromboembolismo venoso e têm uma compressão única de 18-23 mmHg no tornozelo.

Prescrição da Meia

As meias elásticas, em relação ao tamanho, podem ser classificadas como pequenas, médias, grandes ou extragrandes. Para a prescrição da meia terapêutica, o médico deve estar atento ao tipo de meia (3/4- joelho, 7/8- coxa, meia-calça ou gestante) e à compressão que ela deve exercer no tornozelo, baseando-se na intensidade da insuficiência venosa. As medidas deverão ser feitas no tornozelo, panturrilha e coxa para poder prescrever a meia corretamente.

Indicações Clínicas

- **Úlceras venosas:** As meias de compressão aumentam a taxa de cicatrização e se mostraram efetivas na prevenção da recorrência da úlcera. Nesses casos deve-se usar uma compressão mais elevada, em torno de 30 a 40 mmHg.
- **Trombose Venosa:** O uso da meia elástica diminui a ocorrência de síndrome pós trombótica que é uma complicação tardia da trombose venosa profunda caracterizada por dor, edema e alterações da pele.
- **Profilaxia do Tromboembolismo Venoso:** O uso da meia na cirurgia e no pós-operatório de muitos pacientes reduziu satisfatoriamente o risco de trombose venosa e embolia pulmonar.

Cabe ressaltar que a meia deve ser prescrita e indicada por um médico especialista (cirurgião vascular) após a realização de uma consulta médica e do exame físico do paciente.

Dr. Gustavo Barra Carvalho

CRM-GO: 14.367 RQE: 12466

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

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

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

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

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



CLÍNICA VASCULAR
GUSTAVO
CARVALHO

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07



OLHAR DE
Mãe

A GENTE
ENXERGA
DE LONGE.

**SUA MÃE MERECE O MELHOR
PRESENTE DA UNIÓTICA**



 **UNIÓTICA**
Uma nova visão do mundo!

64 3404.8100
Praça da República, 365
Centro - Itumbiara/GO
[f uniotica.visaodomundo](https://www.facebook.com/uniotica.visaodomundo)

64 3433.8900
Av. Santa Cecília, 149
Alto Boa Vista - Itumbiara/GO
[@uniotica](https://www.instagram.com/uniotica)



VÍCIOS DE REFRAÇÃO

É caracterizada como vício ou erro de refração qualquer alteração ocular que provoque deformação na imagem captada pela retina, causando embaçamento da visão, lacrimejamento ou até mesmo dor de cabeça após esforço visual prolongado. São classificados, basicamente, em 4 grandes grupos, de acordo com a localização de onde a imagem é formada.

➤ MIOPIA

É a condição em que os olhos conseguem ver objetos que estão perto, porém não são capazes de enxergar claramente os objetos que estão longe, pois a imagem é formada antes da retina. O principal fator que influencia o aparecimento da miopia é a hereditariedade. Em geral, o grau de miopia aumenta durante o período de crescimento.

➤ HIPERMETROPIA

Ocorrem geralmente, quando o olho é menor do que o normal, formando a imagem atrás da retina. Isso cria uma condição de dificuldade para que o cristalino focalize na retina os objetos colocados próximos ao olho, fazendo com que a pessoa enxergue muito bem objetos longe, entretanto a incapacite a visão para perto. A maioria das crianças são hipermetropes de grau moderado, condição esta que diminui com o passar da idade.

➤ ASTIGMATISMO

É causado por diferentes curvaturas de uma estrutura ocular chamada córnea, ou por irregularidades da



mesma, formando a imagem em planos diferentes o que ocasiona um embaçamento da visão tanto para perto quanto para longe.

➤ PRESBIOPIA

Conhecida popularmente como “vista cansada”, manifesta-se normalmente após os 40 anos, criando uma dificuldade para enxergar de perto. O uso de óculos ou lentes de contato são formas de correção da presbiopia.

E você, possui algum? Consulte seu médico oftalmologista regularmente.



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





Carmen Steffens

R. PADRE FLORENTINO, 25 - CENTRO - ITUMBIARA
CALÇADOS, ROUPAS E ACESSÓRIOS

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



ANESTESIA NOS TEMPOS DE PANDEMIA

Quando escrevo este texto, o mundo se encontra na luta contra a maior pandemia já vista em mais de um século.

Como não poderia deixar de ser, essa doença afeta hoje direta ou indiretamente todas as pessoas do globo (sim, a terra não é plana), sendo assim, com a anestesiologia não poderia ser diferente.

Pelo mundo afora, principalmente na China, há cerca de 2 meses, e agora na Europa, nos EUA, no Brasil, OS ANESTESIOLOGIS-

TAS ESTÃO NA LINHA DE FRENTE, sendo chamados para tratar os pacientes graves, encarando jornadas exaustivas nas UTIs por todos os cantos da Terra.

Aqueles que ainda estão anestesiando as pessoas que necessitam (as pessoas continuam tendo necessidades urgentes de serem operadas) estão sendo submetidas ao risco de contrair a doença.

As cirurgias eletivas estão sendo adiadas, não só para poupar os recursos humanos, mas também, disponibilizar os aparelhos de anestesia caso falem respiradores.

Quero aqui como médico, agradecer aqueles que podem e estão ficando em casa para podermos continuar saindo nas ruas e fazer nosso trabalho.

Por último peço um pouco de paciência e resiliência típica brasileira para esses tempos, sabendo que tudo isso vai passar.

Obrigado!



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.

Lançamento 33^a Edição Revista Mais Saúde

LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE



No início do último mês de Março foi realizado na residência do cirurgião dentista Dr. Marcelo Matheus o lançamento da edição 33 da Revista Mais Saúde, com a presença de clientes e convidados.



Lançamento 33^ª Edição Revista Mais Saúde



LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

EMPRESAS E NEGÓCIOS

Renato Martins Gomes

O Mercado em Meio A Crise

A REINVENÇÃO DOS NEGÓCIOS

Se você é empresário seus pensamentos hoje giram em torno de algumas perguntas:

“Como minha empresa pode sobreviver a essa crise?”

“O que devo fazer para meu negócio sobreviver em meio a crise?”

Uma coisa posso te afirmar, não tem uma fórmula mágica, mas algumas ações são cruciais para essa sobrevivência, ações que você teve antes e que vai ter depois desse terremoto que vem sacudindo o mercado e nossas vidas.

Marketing, gestão financeira, inteligência emocional e criatividade são disciplinas que se você não tem conhecimento, está na hora de buscar... e informações é o que mais temos hoje disponível nos meios de comunicação, mas temos que buscar conteúdo de qualidade.

A economia mundial mudou com a pandemia do novo coronavírus, as medidas exigidas de confinamento e isolamento social modificaram os hábitos de consumos de clientes, vendas e as linhas de produções. Temos que ter consciência que a maneira como os negócios eram realizados foram modificados, e durante um período que ainda não sabemos prever, mudaremos nossa forma de comprar, viajar, trabalhar e até de nos relacionarmos com as pessoas.

Felizmente vivemos hoje em uma era onde a tecnologia será uma grande aliada dos empresários e consumidores para o desenvolvimento de negócios, temos diversas ferramentas para nos auxiliar nessa retomada de crescimento das empresas e do mercado local, nacional e mundial.

Aliado ao nosso ambiente físico, temos ferramentas como WhatsApp, que podem nos auxiliar tanto na demonstração de produtos como nas negociações, hoje através desse aplicativo podemos negociar, fechar contratos, enviar contratos, tudo sem precisar de contato físico.

Como primeiro case de sucesso local em meio a pandemia, citamos o empresário e empreendedor Daniel Vilela do Supermercado Campeão de Itumbiara, que através da criação de um aplicativo pioneiro na

região e um site, está atendendo e tendo muito sucesso com suas vendas. Através dessas ferramentas o cliente pode realizar suas compras, escolher o horário da entrega, e receber no conforto do seu lar, pagando o mesmo valor que está na prateleira do supermercado. “Nosso aplicativo e site trazem uma comodidade ao usuário, além de trazer segurança agora com a pandemia do Covid19, tivemos um aumento de 30% em nossas vendas nos últimos meses, e a cada dia mais pessoas aderem ao app”, disse o empresário.

Outros empresários investiram no WhatsApp, e vem também obtendo resultados positivos na crise, incentivando as pessoas a pedirem produtos da sua residência, sem necessidade de ir à loja física. O empresário Luis Júnior, gestor do Seu Verduraõ, fornece através do WhatsApp folders com promoções de produtos, o cliente envia sua lista de compras, os funcionários selecionam os produtos, tomando todo o cuidado de higienização, e entregam no domicilio do cliente. “Esse já era um trabalho que realizávamos antes da pandemia, e com a chegada do Covid19, investimos mais em estrutura e pessoal”, explica o empresário.

A empresária Denise Stabile, da drogaria Farma & Farma de Itumbiara, também intensificou as vendas pelo WhatsApp e inclusive incentiva que seus clientes façam seus pedidos por telefone ou pelo app, para a segurança dos mesmos. “O maior foco de nossa empresa é cuidar das pessoas, zelando da saúde e do bem-estar de nossos clientes e familiares, por isso o cliente, se preferir, pode realizar suas compras sem sair de casa, que entregaremos com o máximo de cuidado e higiene.”, afirma a empresária.

No ambiente presencial, cuidados como o uso de máscara pelos funcionários, higienização do ambiente, disponibilização de álcool gel na entrada e em diversos pontos estratégicos da empresa, são itens obrigatórios nesse momento, e demonstram o seu cuidado com o seu cliente e colaboradores.

Outro ponto importante que as empresas devem seguir nesse cenário atual é procurar manter **clientes**

e **funcionários seguros** em relação aos negócios e empregos. Para isso alguns pontos são importantes:

- **Despesas e gastos**

Devemos então primeiramente fazer um **balanço** dos gastos mensais da empresa. Levantar os gastos fixos, como aluguel, e os variáveis, como salários e comissões. Ao final, se sua receita for positiva, significa que você gasta menos do que recebe. Já se o seu saldo for negativo, isso quer dizer que você está tendo **prejuízo**.

Esse exercício serve para te auxiliar no cálculo sobre quanto tempo a sua empresa tem até o dinheiro acabar.

Um problema crucial no fracasso de várias empresas é achar que o caixa da empresa é seu caixa pessoal, e começar a misturar suas contas pessoais com as da instituição. O empresário deve agir como um funcionário, a diferença é que ele não deve ter salário e sim retiradas, definidas por metas de lucro e faturamento da empresa.

Além disso deve ter em seu pensamento, que da mesma maneira que a empresa deve ter economias para crises ou recessões, o empresário também deve estar preparado para situações assim, com economias pessoais, pois como já disse antes, sua retirada depende de faturamento e lucros, e em situações adversas ele pode ter que ficar sem ou com uma menor renda.

Então além da redução de custos e despesas da empresa, o gestor também em tempos de crise deve reduzir suas despesas pessoais.

Outro ponto importante é saber onde reduzir essas “despesas”, a maioria já pensa em cortar funcionários, marketing, quebrar contrato com fornecedores... **MUITO CUIDADO...** pois, primeiramente a redução de custos deve ser em fatores que a empresa não necessita/ou em que há desperdícios. Para esses cortes serem eficazes, o empresário deve possuir um profundo conhecimento do negócio, a ajuda dos funcionários é crucial nesse processo, sendo que os mesmos devem ter pleno conhecimento do problema e das consequências para a empresa nesse período.

Seus recursos humanos são valiosos para você, são eles que vão te ajudar a retomar seu crescimento, pois tem conhecimento e experiência para somar contigo nesse processo, sua gestão financeira será outro ponto importante, pois são nos detalhes que você ganhará o folego para se manter no mercado.

A primeira opção a ser escolhida antes das demissões é diminuir a remuneração dos cargos mais altos (segundo, claro, o que for permitido pela legislação). Dessa forma, é possível garantir o emprego de funcionários em níveis mais baixos. Outra dica é: caso tenha de demitir alguém, aja com compaixão. Garanta e faça o possível para que seja feito o pagamento do **salário** pelos próximos dois meses, pelo menos.

Novamente, é importante **rever seu plano de negócios**. Em uma crise como essas, tudo é possível: desde reposicionamento de produtos até a criação de novos valores.

- **Como está meu modelo de negócio?**

O cenário de pandemia no qual sua empresa está inserido neste momento é totalmente novo. Seu **plano de negócio** inevitavelmente irá mudar. Se os seus planos forem os mesmos que tinha antes da pandemia, você provavelmente está em negação.

Alguns pontos sobre a empresa devem ser questionados: caso atue com modelo B2B (**é uma abreviação**

da expressão em inglês business-to-business, que em tradução livre significa algo como “de empresa para empresa”) as vendas dos seus clientes caíram? Seus clientes irão fechar em breve e/ou demitir funcionários? Caso as respostas sejam sim, suas **projeções de receita** devem ser revistas.

A mesma dica vale se você estiver inserido no modelo B2C (**também é uma abreviação da expressão em inglês business-to-customer que em tradução livre é “de empresa para consumidor”. O consumidor aqui é o final; isto é, uma pessoa física**). Vale se questionar também sobre a posição no mercado em que seu negócio ocupa. Os clientes continuam comprando desse ramo? O fato é que nada está normal e cabe ao empreendedor estar atento a qualquer mudança.

- **Marketing e vendas**

Sem vendas você não conseguirá resolver seus problemas, então pare de olhar para suas vendas e publicidade como uma despesa e comece a tratá-los como investimentos.

Um processo de marketing bem planejado também será fundamental, pois será seu meio de comunicação com seu cliente, que é claramente o patrocinador de todo o processo. Saber o que seu cliente necessita e deseja, e atender essas necessidades e desejos com criatividade e inovação será crucial nessa próxima etapa.

Conhecer seu público alvo é primordial na hora de escolher seu meio de comunicação, pois nem sempre o mais barato é o ideal para seu nicho de mercado.

E lembre-se, essa não será a primeira e nem a última instabilidade do mercado, você deve estar sempre preparado para situações assim... seu concorrente também está passando pela mesma situação, então seja mais criativo que ele... não é o mais forte que sobrevive e sim o que adapta mais rápido as novas realidades do mercado!!!

Pensamento positivo e mãos à obra!!!

Renato Martins Gomes é administrador, especialista em gestão agroindustrial e marketing. Professor universitário. Sócio e diretor administrativo das Revistas Mais Saúde e Casa Premium.



**PRODUÇÃO
ESPECIALIZADA EM**

**NOIVAS, MADRINHAS,
FORMANDAS E DEBUTANTES**




ESPAÇO

RÊNIA COELHO

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



SUSPENSÃO DO CONTRATO DE TRABALHO MEDIDA PROVISÓRIA 936

A Medida Provisória nº 936 institui o Programa Emergencial de Manutenção do Emprego e da Renda e dispõe sobre medidas trabalhistas complementares para o enfrentamento das situações decorrente do Coronavírus (**covid-19**).

Durante o estado de calamidade pública, o empregador e empregado poderão acordar por escrito a suspensão do contrato de trabalho, que poderá perdurar por prazo máximo de 60 dias.

O empregado que pactuar, terá direito ao Benefício Emergencial de Preservação do Emprego e da Renda que será de prestação mensal e devido a partir da data da suspensão temporária do contrato de trabalho.

O empregador deverá informar ao Ministério da Economia a suspensão temporária do contrato em até dez dias e a primeira parcela do Benefício Emergencial deverá ser paga em até 30 dias da celebração do contrato.

O Benefício será concedido independente do tempo de vínculo empregatício e o valor será calculado tendo por base o valor mensal do seguro desemprego a que o empregado teria direito, sob condições específicas.

O trabalhador tem garantia provisória no emprego durante o período de suspensão e após o restabelecimento do contrato pelo mesmo período da suspensão.

Importante ressaltar que neste período em que o contrato está suspenso o empregado não poderá realizar as atividades laborais, sob pena de que, se o fizer, o empregador deverá efetuar o pagamento do salário, com a ressalva de penalidades impostas.

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

CMP

ADVOGADOS

CARDOSO
MELO &
PRADO

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

✉️ ledyane.adv@outlook.com

📷 @cmpadvogados

Ledyane Munique Rosa de Melo

OAB/GO 38.062

Advogada no escritório CMP Advogados;
Mestranda - Universidade Estadual de Goiás;
Pós-graduada em Direito Processual Civil;
Professora Universitária.





HOMESCHOOLING AND HOMEWORK. E AGORA? O COLÉGIO ZÊNITE TEM A SOLUÇÃO!

Nesse momento conturbado que atravessamos, percebemos que a tecnologia mudou a forma como as coisas são feitas. A era digital veio para ficar e com ela vieram novos comportamentos, novas formas de comunicação, compartilhamento, e claro, novas formas de ensinar e aprender.

O Colégio Zênite investiu mais uma vez em tecnologia, desta vez em parceria com a Google For Education, a fim de oferecer soluções eficazes para acolher nossos alunos, fortalecendo-os como discentes autônomos e protagonistas de suas histórias.

Durante a suspensão das aulas, período em que estes alunos se beneficiam do aprendizado de forma remota, a equipe gestora de nosso Colégio não mediu esforços para renovar a prática pedagógica criando novas estratégias para que nossos discentes não fiquem com defasagem de conteúdos.

Com as ferramentas Google o Colégio Zênite criou uma plataforma de ensino interativa com aulas on-line ao vivo e vídeo aulas, salas de aula virtuais, postagens de materiais, atividades e exercícios, livros digitais e roteiros de estudos, criando um ambiente interativo e dinâmico para alunos e professores. Soluções encontradas para garantir que a rotina de estudos tornasse, mesmo que distante, mais dinâmica e facilitadora para os alunos Zênite.

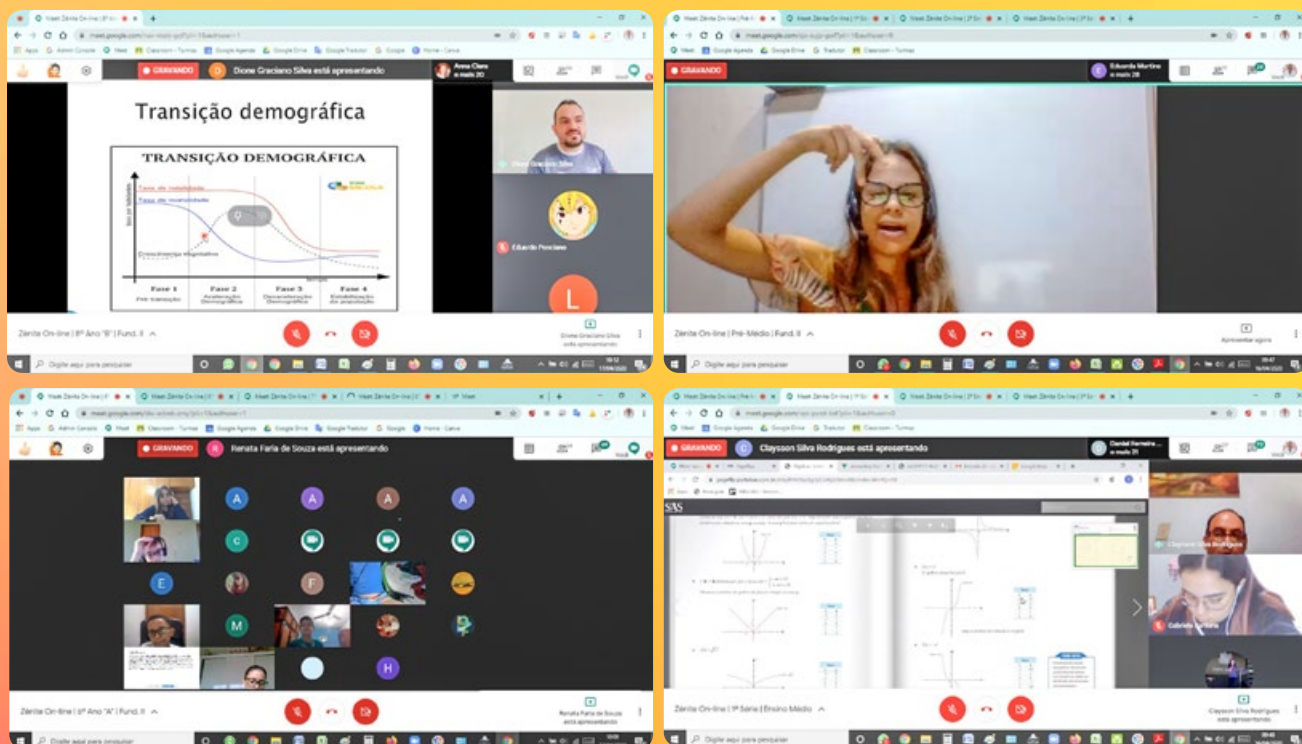
Desejamos que essa conjuntura que devasta todo o cenário mundial acabe logo, para que possamos reviver, bem de perto, bem humanizado, do jeito que a gente gosta, novas aprendizagens, novos recomeços e realizações.

Queridos alunos, mesmo distantes continuaremos conectados. Contem conosco!

JUNTOS SOMOS FORTES!

#FIQUEBEM #FIQUEEMCASA #COLEGIOZENITE

O Zênite tem aulas a distância, É SIMPLES, PRÁTICO E SEGURO.



COLÉGIO ZÊNITE
EDUCAÇÃO INFANTIL A ENSINO MÉDIO
(64) 3431-8286 | 3431-7914
www.colegiozenite.com



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

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

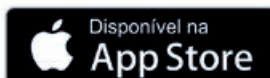
Todos os produtos desejados
na sua casa, entregues no
prazo de **1 hora.*** ou agende
sua entrega! *SUJEITO A DISPONIBILIDADE DE HORÁRIO E TAXA DE COBRANÇA.

**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**





QUAIS SÃO AS CONSEQUÊNCIAS DO AÇÚCAR NA SAÚDE INFANTIL?

Um dos primeiros efeitos quando os pais introduzem o açúcar na vida dos pequeninos é em relação ao paladar. Acostumada ao gosto do leite materno ou fórmula, ou dos alimentos in natura preparados com poucos temperos, o açúcar parece uma “bomba de sabor”. E isso pode comprometer as escolhas saudáveis, ou não, que ela fizer no futuro.

Ao oferecer o açúcar, a criança pode rejeitar outros sabores. Em geral, existe uma recomendação de iniciar os doces depois dos dois anos. Assim, o paladar já estará mais formado e a criança consegue diferenciar os gostos e não aceitar apenas o doce.

O açúcar adicionado, ou seja, aquele que a gente usa para adoçar alimentos ou bebidas, tem efeito prejudicial para os pequeninos, uma associação entre ingestão de açúcar e distúrbios metabólicos como obesidade, dislipidemias, aumento da pressão arterial, diabetes mellitus. Alguns tipos de câncer podem estar associados ao excesso do uso de açúcar, assim como distúrbios cognitivos e cáries.

Dados recentes apontam que mais de 30% das nossas crianças de cinco a nove anos sofrem com excesso

de peso. Açúcar adicionado é o açúcar que colocamos a mais em alimentos. Esse seria o maior problema. A obesidade tem um elo muito grande com o açúcar adicionado.

Como fazer escolhas mais saudáveis para as crianças?

Para crianças acima de dois anos, se optar por utilizar o produto, prefira as versões mais nutritivas, como mel, açúcar mascavo, de coco, demerara, orgânico ou melado.

A adição de fibras também diminui a absorção do açúcar, recomenda-se o consumo de alimentos ricos em fibra solúvel como as cascas das frutas, grãos integrais, brócolis, a aveia, chia. Este tipo de fibra ajuda a desacelerar o processo de absorção de açúcares, regulando assim os níveis de glicose no sangue.

Uma outra dica importante é incentivar o consumo de frutas inteiras e orientar as crianças sobre os benefícios da fruta, rica em fibras em comparação ao suco.

O maior problema não é a criança comer um ou outro doce durante as festinha, mas a frequência que esse consumo acontece. Então, deixar fácil acesso a doces, balas e bolachas não é recomendado. Uma regra muito simples, porém, que gera um efeito muito bom no dia a dia é: desembulhe menos. Procure as comidas mais naturais possíveis, um bom exemplo são as frutas.

Uma outra observação é em relação aos iogurtes. Muitos deles têm uma alta concentração de açúcar. Então, aqui também vale a recomendação: quanto mais natural melhor. Para que os pais consigam fazer essas escolhas, é necessário se programar para ter sempre frutas e verduras em casa.

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.

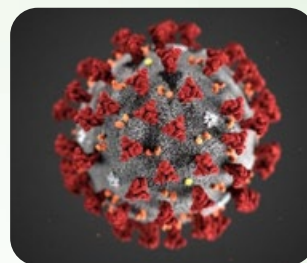




O laboratório BioCEL Adere à campanha
“Todos contra o coronavírus”



**TODOS CONTRA O
CORONAVÍRUS**



**Como medidas de campanha, o BioCELL Laboratório
Clínico disponibilizará:**

- Coletas de sangue e outros materiais em domicílio sem custos adicionais;
- Entrega de resultados via on-line ou Whatsapp;
- Coleta suspeita de COVID-19 somente residencial e com pedido médico;
- **Assistência Científica e Orientações Laboratoriais** em sistema plantonista (24 horas) pelo fone **(64) 99247-0056**.

“Sua saúde merece esse cuidado!”



(64) 3404-1833



(64) 9.8436-0079

Matriz: Av. Rio Verde, nº 97, Centro

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





O QUE É ROUQUIDÃO?

É a mudança no tom ou na qualidade da voz, em geral para um tom mais áspero. Ela pode vir acompanhada de cansaço ou mesmo dor ao falar. A mesma pode ser aguda (de curta duração) ou crônica (de longa duração).

Diversas doenças podem afetar o sistema vocal e levar à rouquidão, ou disfonia, prejudicando a qualidade da voz de forma passageira ou definitiva. A rouquidão pode indicar a presença de calos nas cordas vocais e até mesmo câncer de laringe. Segundo o Inca (Instituto Nacional do Câncer) esse tipo de tumor representa 25% dos casos que acometem a região da cabeça e pescoço.

Rouquidão progressiva por mais de duas semanas, associada à dor ao engolir, falta de ar ou pigarro com secreção com sangue são sinais de que algo não vai bem com a voz. Em pessoas que fumam ou consomem bebidas alcoólicas em excesso, a atenção com as alterações deve ser ainda maior. Rouquidão representa um mau funcionamento

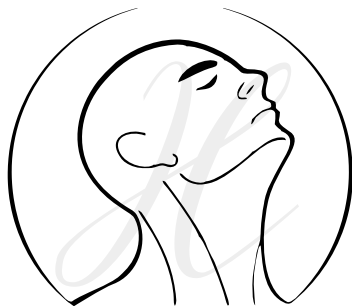
da laringe, que é o órgão responsável pela passagem do ar para a traqueia e pulmões e pela emissão da voz. A laringe contém as cordas vocais, duas faixas de músculos e membranas que, ao vibrar, emitem o som. Na maioria dos casos, a rouquidão acontece após infecções respiratórias ou pelo uso indevido da voz, que geram uma inflamação das

cordas vocais. Porém o problema pode se localizar em estrutura próxima, como vinda do esôfago no caso do refluxo de ácidos do estômago.

O tabagismo é o maior inimigo da saúde vocal, mas não é o único. Bebida alcoólica em excesso, alimentos gordurosos, apimentados, ricos em caféina e comidas ácidas e cítricas, gritar, falar alto e por longos períodos, não hidratar as cordas vocais e não repousar o sistema vocal também prejudicam sua voz.

Lugares com ruídos sonoros, onde as pessoas acabam tendo de falar mais alto para serem compreendidas também comprometem a voz. Para evitar qualquer comprometimento do sistema vocal, é importante intercalar momentos de silêncio ao longo do dia e manter as cordas vocais hidratadas, com o consumo regular de água.

Contudo, rouquidão que continua por semanas ou meses, principalmente se acompanhada de tosse com sangue, dificuldade para respirar ou para engolir, é um sinal de alerta. A rouquidão pode ser um sintoma inicial de doenças mais graves, como o câncer da laringe. Neste caso, quanto mais precoce for o diagnóstico, melhores são as chances de cura.



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



PROJETO EXECUTADO PARA


Thyelle Carvalho
ADVOGADA E ASSESSORA JURÍDICA



FAZENDO DOS DETALHES TODA A DIFERENÇA EM SUA VIDA



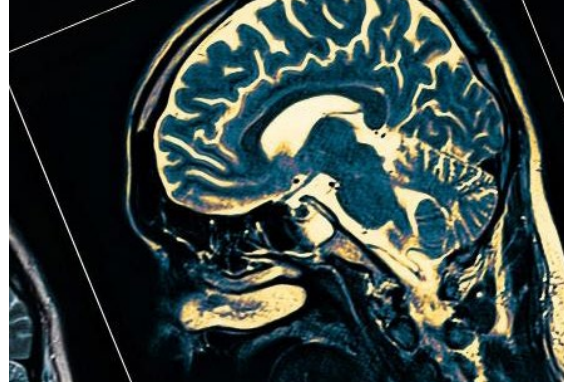
PAMAQ
— PLANEJADOS —
ESPECIALIZADA EM MÓVEIS PLANEJADOS

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

MANIFESTAÇÕES NEUROLÓGICAS DO COVID-19



Pesquisadores do Hospital de Huazhong University of Science and Technology, em Wuhan, China, liberaram, recentemente, um estudo onde eles analisaram as manifestações neurológicas do COVID-19 em pacientes hospitalizados.

Os dados de duzentos e quatorze pacientes hospitalizados, com diagnóstico confirmado laboratorialmente de síndrome respiratória aguda grave por infecção por coronavírus 2 (SARS-CoV-2), foram coletados, retrospectivamente, de 16 de janeiro de 2020 a 19 de fevereiro de 2020.

Os sintomas neurológicos foram enquadrados em três categorias: sintomas ou doenças do sistema nervoso central (SNC) (dor de cabeça, tontura, prejuízo da consciência, ataxia, doença cerebrovascular aguda e epilepsia), sintomas do sistema nervoso periférico (SNP) (hipoguesia, hiposmia, hipopsia e neuralgia) e sintomas musculares esqueléticos. Os dados de todos os sintomas neurológicos foram verificados por dois neurologistas treinados.

Os resultados mostraram que dos 214 pacientes estudados, 88 (41,1%) eram graves e 126 (58,9%) eram não graves. Comparado com pacientes não graves, os pacientes graves eram mais velhos ($58,7 \pm 15,0$ anos vs $48,9 \pm 14,7$ anos). Os sintomas mais comuns no início da doença foram febre (132 [61,7%]), tosse seca (107 [50,0%]) e anorexia (68 [31,8%]). Setenta e oito (36,4%) pacientes apresentaram sintomas neurológicos: SNC (53 [24,8%]), SNP (19 [8,9%]) e sistema músculo-esqueléticos (23 [10,7%]). Nos pacientes com sintomas do SNC, as queixas mais comuns foram tontura (36 [16,8%]) e cefaleia (28 [13,1%]). Nos pacientes com sintomas da SNP as queixas mais comuns foram hipoguesia (12 [5,6%]) e hiposmia (11 [5,1%]). Sintomas neurológicos foram significativamente mais comuns nos casos graves em comparação com casos não graves (40 [45,5%] vs. 38 [30,2%], $P < 0,05$). Eles incluíram doença cerebrovascular aguda (5 [5,7%]) (4 pacientes com AVC isquêmico e 1 com hemorragia cerebral que morreram posteriormente por insuficiência respiratória) vs. 1 [0,8%] (1 paciente com AVC isquêmico), $P < 0,05$, comprometimento da consciência (13 [14,8%] vs. 3 [2,4%], $P < 0,001$) e lesão muscular (17 [19,3%] vs. 6 [4,8%], $P < 0,001$).

Os sintomas do SNC foram a principal forma de lesão neurológica nos pacientes com COVID-19 neste estudo. Os autores sugerem que o mecanismo patológico seja a invasão do SARS-CoV-2 no SNC, semelhante ao que acontece com os vírus SARS e MERS, o SARS-CoV-2 entraria no SNC por via hematogênica ou neuronal retrógrada. Essa última pode ser explicada pelo fato de alguns pacientes neste estudo terem hiposmia. Também descobriram que a contagem de linfócitos era menor nos pacientes com sintomas do SNC, o que poderia servir de marcador de comprometimento neurológico. Esse fenômeno pode ser indicativo de imunossupressão em pacientes com COVID-19 com sintomas no SNC, especialmente no subgrupo grave. Além disso, os pacientes graves tinham níveis mais altos de dímero-D do que os pacientes não graves. Esta pode ser a razão pela qual esse grupo tem maior probabilidade de desenvolver doença cerebrovascular.

Sintomas musculares também foram comuns no estudo. Os autores especularam que o sintoma foi devido a lesão direta da musculatura esquelética, como confirmado pelos níveis elevados de CPK, pacientes com sintomas musculares apresentavam níveis mais altos de CPK e DHL do que aqueles sem sintomas musculares. Além disso, os níveis de CPK e DHL nos pacientes graves eram muito maiores do que os de pacientes não graves. No entanto, o SARS-CoV-2 não foi detectado no músculo esquelético pelo exame post mortem. Portanto, estudos adicionais são necessários para demonstrar se o SARS-CoV-2 infecta as células musculares esqueléticas. Uma outra razão, pode ser que a presença de citocinas pró-inflamatórias significativamente elevadas no soro causaria danos aos músculos.

Fonte: <https://www.abneuro.org.br/post/manifesta%C3%A7%C3%B5es-neuro%C3%B3gicas-do-covid-19>

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





A IMPORTÂNCIA DO PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO EM TEMPOS DE PANDEMIA

PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO COMO FERRAMENTA IMPRESCINDÍVEL NO COMBATE A CRISE ECONÔMICA

A atividade empresarial vem sofrendo um impacto muito grande ocasionado pela pandemia, que só não ameaça a saúde da população, como também a sobrevivência empresarial, nos mais diversos setores e ramos de atividades.

Eis então, a necessidade de uma reestruturação contábil e jurídico/tributário, resultando em um planejamento tributário, para tentar minimizar os desastres e atravessar essa crise, com otimização de tempo.

O planejamento tributário consiste em um meio viável e legal, previsto na legislação, para reduzir a carga tributária, bem como reaver valores pagos indevidamente, garantindo o melhor enquadramento fiscal e a melhor tomada de decisões, assegurando uma maior sobrevivência da empresa, principalmente em tempos de crises.

Ademais, para a realização do planejamento tributário é necessário uma análise pormenorizada de todas as documentações pertinentes, demandando com uma equipe altamente capacitada, tanto na parte jurídica quando na parte contábil, para que não haja complicações posteriores com o Fisco.

Em meio à crise alastrada em nível global decorrente novo coronavírus, o Governo Federal editou diversas medidas com o intuito de minimizar os impactos econômicos, dentre elas: prorrogação do prazo para pagamento de tributos federais e também estaduais e municipais; negociação dos débitos com descontos de até 70% (setenta por cento); créditos bancários para pagamento de salários dos trabalhadores; redução das

contribuições dos sistema S e dentre outras.

O contribuinte/empresário tem o direito de gerenciar seus negócios da maneira que lhe apresenta mais transitável, diminuindo seus custos, inclusive dos seus tributos, com o fim de maximizar seus lucros. Por isso, é indispensável o planejamento tributário no combate da crise atual, uma vez que, um bom planejamento tributário e a melhor tomada de decisões nos benefícios oferecidos pelo Governo, garante a redução de custos e auxilia na manutenção das atividades empresariais.

Lado outro, ainda, tendo em vista a complexidade da legislação tributária, alguns tributos podem ser pagos de forma equivocada ou indevida e, sobre essa situação, cabe ao contribuinte/empresário, requerer também a sua restituição.

Ocorre que, por muitas vezes, na esfera administrativa, tal pedido pode ser negado, cabendo, nesse caso, a esfera judicial, posto que, nem sempre as decisões administrativas coadunam com o entendimento do judiciário, por isso, a importância da advocacia tributária em parceria contábil para a realização de medidas judiciais com o intuito de reaver valores pagos indevidamente.

Um bom planejamento tributário favorece na análise de informações geradas pela própria empresa, permitindo um correto enquadramento fiscal, auxiliando na econômica real de tributos, além de dar suporte na tomada de decisões, para isso, é importante contar com uma assessoria jurídica contábil altamente qualificada.

Maria Aparecida Lourenço Silva

Contadora, Consultora Empresarial;
Perita Contábil;
Gestora da Empresa Fattus Contábeis.

✉ fattus@fattuscontabeis.com.br

☎ (64) 3432-1388 📞 (64) 98135-0014

📷 @fattus.contabeis

🏠 Av. Osvaldo Cruz, 100 C3, St. Afonso Pena, Itumbiara-GO

Drisdelle Lopes

Especialista em Direito Tributário/Planejamento Tributário pelo Instituto Brasileiro de estudos Tributários;
Extensão nas Grandes Teses;
Membro da Comissão de Direito Tributário da Ordem dos Advogados de Uberlândia-MG;
Membro da Associação Brasileira de Direito Tributário e Advogada Tributária no Escritório Araújo Lemes Ferreira Advocacia em Uberaba-MG.

✉ drisdelle.adv@hotmail.com

☎ (34) 3317-3226

☎ (34) 99183-9227

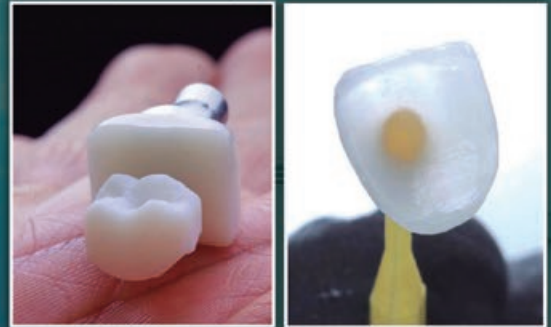


ODONTOLOGIA DIGITAL!!

VOCÊ SABIA QUE AGORA É POSSÍVEL EM UMA ÚNICA SEÇÃO SAIR DE UM CONSULTÓRIO ODONTOLÓGICO COM O TRABALHO PRONTO EM PORCELANA?

SIM, AQUI EM ITUMBIARA TEMOS O QUE EXISTE DE MAIS MODERNO NO MUNDO!!

ATRAVÉS DE UM PLANEJAMENTO VIRTUAL E UM SCANNER PODEMOS PLANEJAR SORRISOS E EXECUTAR COM EXTREMA PRECISÃO E MUITA PREVISIBILIDADE.



64 3431-8703

RUA SETE DE SETEMBRO, 92 | ALTO DA BOA VISTA
ITUMBIARA - GO

MARCELO MATEUS

CRO-GO 4279

Cirurgião dentista;

Especialista em Prótese Dentária;

Especialista em Implantes Osseointegrados;

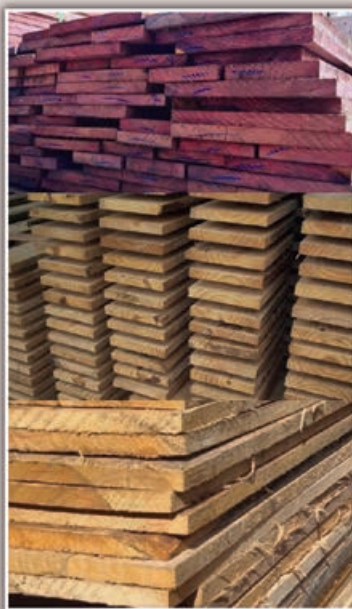
Pós-graduado na Universidade Gutemberg - Suécia.

MARCELO ROBERTO

SANTIAGO MATEUS

Cirurgião Dentista





MADEIREIRA
SANTO
EXPEDITO

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

64. 9.9668.1155 | 64. 3431-0752 | santoexpeditomadeira@gmail.com
AVENIDA SANTOS DUMONT, 662 - ST. SANTOS DUMONT - CEP: 75530-275 - ITUMBIARA - GO

ASSOCIAÇÃO DE PROCEDIMENTOS EM CIRURGIA PLÁSTICA DE FACE.



Atualmente quando falamos de Rejuvenescimento Facial, estamos contando com a associação de procedimentos cirúrgicos às opções de alguns tratamentos a nível de consultório que podem propiciar a ampliação dos resultados satisfatórios na estética fa-

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

cial, quando bem avaliado, indicado e administrado.

O conhecimento das proporções faciais teoricamente *ideais* é certamente importante ao planejar medidas para aumentar a atratividade facial.

No entanto, esses ideais não devem ser usados sozinhos, mas sim em conjunto com a consulta do paciente, na qual as suas preocupações subjetivas e ideias também serão levadas em consideração.

Além disso, as diferenças entre os rostos masculinos e femininos, bem como aquelas entre diferentes etnias e faixas etárias, também devem ser consideradas.



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.




Preço Unico
R\$ 10,00


Feminino | Masculino
Teen | Infantil

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

 **Menina Biju**[®]
BIJUTERIAS E ACESSÓRIOS

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

 @meninabiju_itumbiara

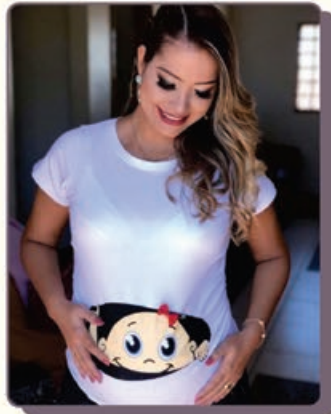
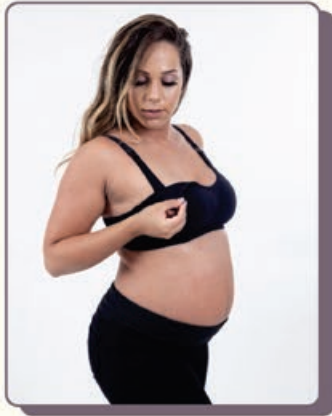
 Menina Biju Itumbiara-GO



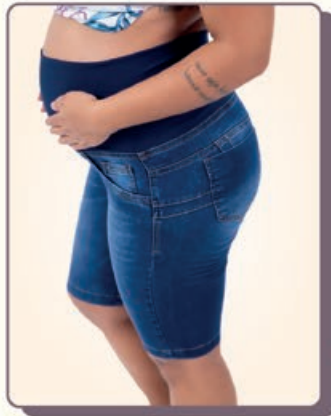
Modernidade, Conforto e Praticidade



Dona Cegonha
by Reila Amara




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



 /donacegonhaiub

 @donacegonhaiub

 (64)99662-9944

 Shopping Center Plaza -Sala 27 - Centro
Itumbiara-GO

WIZARD.COM.BR

WIZARD
by Pearson

WIZKIDS

Só podia ser Wizard.

**ADESIVOS
INTELIGENTES
QUE TRADUZEM
OS OBJETOS PARA
O INGLÊS?
SÓ PODIA SER
WIZKIDS.**



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

☎ (64) 3431-5136

🌐 Atendimento Online: www.linktr.ee/wizard_itumbiara

📘 WizardByPearsonItumbiara

📷 @wizard_itumbiara

Só na Wizkids você tem **Talking Stickers**, os adesivos inteligentes que, junto com a Wiz.pen, transformam o aprendizado em uma divertida brincadeira.





GRUPE: POR QUE OS IDOSOS DEVEM TOMAR VACINA

Durante as últimas décadas, as mudanças nos indicadores sociais, como a diminuição na taxa de mortalidade e fecundidade, tornaram-se fatores decisivos para o aumento da população idosa. Entretanto, à medida que a população envelhece, observa-se um aumento da fragilidade do indivíduo em decorrência da imunossenescência, tornando-o vulnerável a diversas doenças. Entre essas, destaca-se a gripe (ou influenza), que traz sérias complicações ao idoso.

A gripe é uma doença infecciosa viral, contagiosa, relacionada ao comprometimento do trato respiratório. Quando ela se manifesta em um indivíduo com boa resistência imunológica, torna-se uma patologia de pouca relevância. Porém, é uma doença que se dissemina rapidamente e apresenta elevada morbimortalidade em grupos de maior vulnerabilidade.

Como medida de prevenção à influenza, desde 1999, o Ministério da Saúde do Brasil (MS) decidiu investir na mobilização da população idosa para que essa desfrutasse os benefícios das vacinações.

Os idosos e os profissionais de saúde serão os primeiros públicos a serem vacinados pela Campanha Nacional de Vacinação contra a **influenza**. A imunização começou no dia 23 de março de 2020.

De acordo com o Ministério da Saúde, a antecipação tem como objetivos facilitar e acelerar o **diagnóstico da Covid-19** e evitar que o sistema de saúde fique sobrecarregado.

É importante destacar que a vacina não protege contra o novo coronavírus, mas, sim, contra tipos de

influenza (como o H1N1).

A vacina contra influenza diminui o risco de se contrair a doença em 90% dos casos e raramente provoca reações. As mais comuns, quando acontecem, são uma leve dor e pequena vermelhidão no local da aplicação e, em mais raras ocasiões, febre baixa, mal-estar e dor no corpo, sintomas que desaparecem entre 24 e 48 horas. A vacina utilizada no Brasil é composta por vírus inativados e fracionados.

No entanto, a vacina é atualmente a medida que tem se mostrado mais efetiva para a prevenção da gripe e de suas consequências. Ela é efetiva na diminuição do número de internações por gripe e pneumonia e também na redução da mortalidade por todas as causas. Além disso, promove queda no número de internações por doenças cardiovasculares. Embora o envelhecimento traga consequências que podem diminuir a eficácia da vacina, é na população idosa que se encontram os maiores benefícios da vacinação.

Dra. Graziela Ferreira Custódio

CRM/GO: 21.809
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA
NAS PÁGINAS 06 E 07



**mãe
é tudo**

*mãe é carinho
e amor
mãe é intensa*

O Seu Verdurão

O melhor para sua família!

Faça seu pedido

 **64. 3404 2413**



O seu verduras



@oseuverdurao



Conferir com o atendente sobre valores para cada região.





PASSOS PARA ESCOVAR OS DENTES CORRETAMENTE COM ESCOVA MANUAL

✓ Como escovar os dentes de forma apropriada

Aprender como escovar os dentes de forma apropriada é o primeiro passo para manter dentes e gengivas saudáveis. Adicionalmente, a escovação ajuda a minimizar o risco de cáries dentais e doença das gengivas, as maiores causas de perda dental.

✓ Antes de começar

Embora existam muitos métodos para escovar os dentes com escova manual, sempre peça recomendações a seu odontologista e siga suas instruções. Para começar, use um creme dental com flúor com uma escova de cerdas suaves e não se esqueça de substituí-la a cada três meses.

✓ Dois minutos, duas vezes por dia

Para escovar os dentes de forma correta, faça-o durante pelo menos dois minutos usando a técnica recomendada, que inclui 30 segundos de escovação em cada seção da boca (superior direita, superior esquerda, inferior direita, inferior esquerda), tanto de manhã quanto a noite. Como a maioria das escovas manuais não incluem um alarme interno de dois minutos, você poderia ter um relógio perto para ter certeza de se escovar durante o tempo suficiente.

✓ A posição da escova dental

A forma de pegar a escova depende da zona dos dentes que esteja escovando.

1. **Passo 1:** comece com as superfícies externas e internas, e escove em um ângulo de 45 graus com

movimentos curtos, do largo da metade dos dentes, em contra da linha das gengivas. Certifique-se de chegar aos dentes posteriores.

2. **Passo 2:** siga com as superfícies de mastigação. Mantenha a escova de forma plana e escove para trás e para frente, ao longo destas superfícies.

3. **Passo 3:** quando chegar às superfícies internas dos dentes anteriores, incline a escova verticalmente e faça movimentos suaves de arriba para cima com a ponta da escova.

4. **Passo 4:** certifique-se de escovar suavemente ao longo da linha das gengivas.

5. **Passo 5:** escove a língua com um movimento de barrido de trás para frente para eliminar as partículas de alimentos e ajudar a eliminar as bactérias que ocasionam mau cheiro e refrescar o hálito.

Agora que você já aprendeu a técnica de escovação apropriada, um pouco de disciplina na prática de todos os dias ajudará a fazê-lo de maneira natural. É uma das coisas mais simples que você pode fazer para manter a saúde dos dentes e gengivas.

Fonte: <https://oralb.com.br/pt-br/artigos-cuidado-bucal/cuidado-bucal/passo-a-passo-de-como-escovar-os-dentes-corretamente>



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.





ABRACE

CADA MOMENTO DA
VIDA COM LIBERDADE
E SEGURANÇA.

LOGGIA





SEGURO VIDA MULHER

O Seguro Vida Mulher do Sicoob foi criado especialmente para proteger você e quem você ama. Além de oferecer as coberturas tradicionais por morte e invalidez, que resguardam o conforto de sua família, o Seguro Vida Mulher do Sicoob oferece proteção financeira para você em vida, em casos de doenças graves. Confira alguns benefícios:

- **Indenização em caso de invalidez permanente.**
- **Indenização em caso de morte natural ou acidental.**
- **Indenização em caso de doenças graves.**
- **Assistência funeral.**

Central de Relacionamento:
Centro-Oeste e Norte: (62) 3221-2000
Sudeste: 0800 777 1136

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

Somos feitos
de valores.

 **SICOOB**
Faça parte.

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

Central de Relacionamento Sicoob Seguros - Atendimento 24 horas - Capitais e regiões metropolitanas: 3003 5262 - Demais localidades: 0800 725 8285
Ouvidoria: 0800 725 0996 - de segunda a sexta, das 8h às 20h - [ouvidoriasicoob.com.br](https://www.ouvidoriasicoob.com.br) | Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0458 - de segunda a sexta, das 8h às 20h.
Seguro de Vida Mulher: plano garantido por Sicoob Seguradora de Vida e Previdência S.A. CNPJ 26.314.512/0001-16. Processo Susep 15414.901289/2016-67.



FEBRE

Hoje vamos falar sobre um assunto que assusta muito os pais, FEBRE!

Febre é a elevação da temperatura corpórea em resposta a um estímulo. A medida mais confiável da temperatura corporal é oral ou a retal, mas o comum é usarmos os termômetros na axila ou na testa, mesmo elas sendo consideradas menos precisas.

A maioria classifica como febre a temperatura retal acima de 37,7°C ou 38,3°C, sendo que a temperatura axilar é menor, 0,4 a 0,8°C.

O que venho notando na prática clínica é que está aumentando muito as febres sem foco definido. É necessário observar seu filho até 72h para ver se manifesta algum sintoma clínico, porque muitas vezes chegamos ao consultório, examinamos e não achamos o foco da infecção. Exames laboratoriais nos ajudam nesses casos, porém não devem ser solicitados antes de 48h da febre porque podem dar resultados falsos positivos.

Precisamos entender que até uma picada de inseto, coisa comum, na criança, pode se manifestar como quadro febril.

A Febre sem sinais de localização (FSSL) é aquela que se manifesta na criança com história de febre e exame físico normal. Lida como febre de menos de 7 dias de duração, mas na grande maioria, menos de 2 dias. E a Febre de origem indeterminada (FOI) é aquela que dura mais de duas semanas, com várias passagens em médicos e em pronto socorro.

Então fazemos diagnóstico de uma FSSL, naquela

criança com febre há menos de 7 dias com exame físico normal. (Tax=>37,6°C).

Precisamos observar idade, intensidade e frequência dessa febre, presença de outros sintomas, estado de humor e atividade, aceitação de alimentos e líquidos, doenças prévias, contato com doentes, antecedentes familiares, vacinas, dentes, mudança do ambiente e se está usando medicamentos.

A gravidade vai diminuindo de acordo com a idade do bebê, estando a criança maior que 3 anos com bacteremia oculta de menor importância.

As crianças menores que três meses obrigatoriamente devem receber exames laboratoriais e serem observadas, isso é um consenso da Sociedade de Pediatria.

Portanto se seu filho apresenta a febre como o único sintoma, leve-o no pediatra para ser examinado, e assim conseguiremos fazer o diagnóstico preciso. Não se esqueçam, vocês são os termômetros dos seus filhos, ninguém melhor do que vocês para nos falar se ele está bem ou se precisa realmente ser avaliado!

Fica a dica e me coloco a disposição!



**Dra. Marianne Duarte
Costa Balliana**

CRM/GO: 17.976

Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



+ SAÚDE

Especialistas

ENTREVISTA

Na coluna Mais Saúde Especialista desse mês de maio, entrevistamos o médico veterinário Dr. Celso Borges de Almeida Junior, especialista em Dermatologia de Cães e Gatos, e que respondeu algumas dúvidas de nossos leitores dentro dessa especialidade.

Revista Mais Saúde - Explique um pouco, o que é Dermatologia Veterinária?

Dr. Celso Borges - *O profissional especializado em dermatologia é o médico responsável pela saúde da pele dos pets. Isso inclui também os cuidados com outras áreas, como unhas e orelhas.*

Os deveres habituais de um dermatologista incluem avaliar o animal antes do tratamento, realizando uma inspeção completa. Durante a anamnese, também é feita uma entrevista com o tutor, para enriquecer as informações coletadas durante o exame clínico.

Além disso, cabe a esses profissionais a coleta de amostras para exames e a realização de cirurgias dermatológicas.

A interpretação correta dos resultados dos exames também é responsabilidade do veterinário dermatologista. Um bom treinamento é imprescindível para que os diagnósticos sejam feitos com precisão e rapidez, possibilitando melhores prognósticos e aumentando as chances de cura das doenças.

Revista Mais Saúde - Quais os serviços que esse profissional oferece?

Dr. Celso Borges - *Raspagem de Pele;*

*Citologia de Pele;
Culturas Fúngicas e Bacterianas;
Biopsias;
Teste de Alergia;
Otoscopia.*

Revista Mais Saúde - O que leva um cão a lamber as patas compulsivamente?

Dr. Celso Borges - *Os animais podem lamber as patas por diversas causas, desde um simples machucado, ou até mesmo processos alérgicos bem complexos.*

Também temos que pensar em causas emocionais, como crises de ansiedade e stress.

Na maioria das vezes na rotina dermatológica, quando vamos investigar a fundo, descobrimos que alguns animais lambem as patas por prurido (coceira).

Alguns cães podem ter a pele um pouco mais sensível a uma série de substâncias e desenvolvem uma irritabilidade muito maior.

Revista Mais Saúde - Quais os cuidados básicos que devemos ter com a pele, pelo e patas dos animais?

Dr. Celso Borges - *Hoje a maioria das pessoas tem um animal de estimação, algumas têm animais de pelo logo, outros, animais de pelo curto.*

Um animal tem que ter cuidados básicos de higiene, como banhos semanais, ou pelo menos com intervalos de 10 dias.

São necessários banhos com produtos de qualidade, animais de pelo longo tem que fazer hidratação ao me-

nos 1x ao mês, tendo assim um cuidado maior para o pelo não embolar.

Cuidados também nos passeios diários, como não andar com seu cão em horário que o sol esteja muito forte, pois o chão também estará quente. E nisso os animais podem queimar suas “almofadinhas” (coxin).

Revista Mais Saúde - Uma doença muito comum entre os cães é a Dermatite Atópica Canina, fale um pouco sobre seus sintomas e tratamento.

Dr. Celso Borges - *É comum ver os pets se coçando e logo os tutores pensam em pulgas ou carrapatos. E, mesmo se após os exames feitos pelo médico-veterinário a coceira não para, seu bichinho pode estar com Dermatite Atópica Canina.*

A dermatite atópica é uma doença de caráter genético que acomete primordialmente cães. São cachorros que apresentam sensibilidade a alérgenos presentes no meio ambiente, desenvolvendo uma reação pruriginosa e que pode interferir na qualidade de vida deles.

Entre os fatores que costumam desencadear a dermatite atópica, o especialista cita alérgenos muito presentes na rotina dos cães, como ácaros, bolores, poeira e pólen.

Essa é uma das principais dificuldades em reconhecer a atopia, já que os sintomas são justamente a coceira, assim como complicações decorrentes dela. Por isso, preste atenção sempre que seu filho de quatro patas apresentar:

*Coceira excessiva;
Vermelhidão e descamação da pele;*

*Hiperpigmentação;
Alopecia;
Otitite de repetição,
Lesões bacterianas ou fúngicas.*

Quanto mais restrita é a linhagem, maiores as chances de o pet ter atopia. Sendo assim, algumas das raças mais populares são também as mais propensas ao problema, com destaque para shih-tzu, lhasa apso, labrador, maltês e buldogue francês.

A dermatite atópica se manifesta a partir do contato com substâncias muito variadas e nem sempre fáceis de identificar.

A partir do momento em que é dado o diagnóstico de dermatite atópica, o veterinário também pode solicitar testes intradérmicos ou sorológicos, a fim de detectar os agentes potencialmente danosos para o indivíduo.

Confirmada a dermatite alérgica, saiba que ela ainda não tem cura, de modo que o tratamento consiste no controle da doença.

O tratamento depende muito do quadro clínico do animal e dos resultados dos exames, podendo ser usada medicação para tratar infecções secundária, controle das coceiras e uso de shampoos específicos para tal problema, além de suplementação e uma alimentação mais restrita.

Se suspeitar que seu amigo pode ser um atópico, não deixe que a coceira evolua. Agende já uma consulta dermatológica para ele com um especialista em Dermatologia de cães e gatos.



☎ 64 3404-1586

📍 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

🏠 Av. Brasília, 85 Centro
Itumbiara-GO

Dr. Celso Borges de Almeida Junior

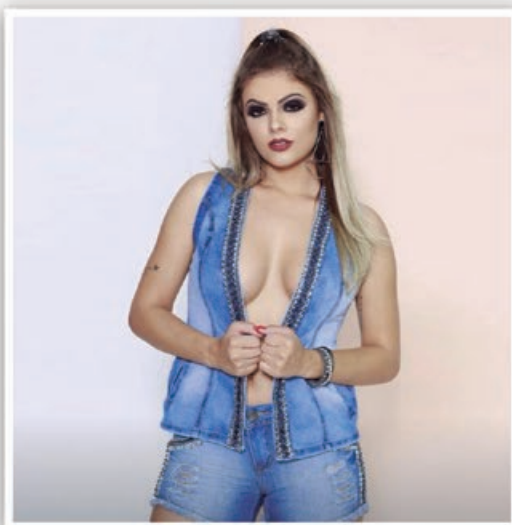
Graduação em Medicina Veterinária em 2010 pela UNIP/GO;
Pós-graduando em Clínica Médica e Cirúrgica de Pequenos Animais;

Especialização em Dermatologia de Cães e Gatos;
Especialização em Clínica Médica e Cirúrgica de Felinos;
Membro da Anclivepa Goiás (Associação de Clínicos Veterinários de Pequenos Animais).





A M O D A M U D A A V I D A



LOJA 1 - Av. OSWALDO CRUZ, 100 - ST. RODoviÁRIO | (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

@versattomodasiub

Versatto Modas II

Versatto iub



PESO MAGRO X PESO GORDO

A importância da avaliação da composição corporal deve-se ao fato de que o peso corporal isoladamente não pode ser considerado um bom parâmetro para a identificação do excesso ou déficit dos componentes do corpo (massa gorda, massa muscular, massa óssea e massa residual), nem mesmo para verificar as alterações nas quantidades proporcionais dos mesmos em decorrência de um programa de exercícios físicos e/ou dieta alimentar.

A composição corporal varia naturalmente entre os diferentes sexos, e constitui um aspecto dinâmico dos componentes estruturais do corpo humano, além de sofrer alterações durante toda a vida em decorrência de inúmeros fatores como o a idade e o crescimento, status nutricional, nível de atividade física, etc. Chega a ser considerada como um componente da aptidão física relacionada com a saúde, uma vez que existem inúmeras relações entre a quantidade e distribuição da gordura corporal com os níveis de aptidão física e o estado de saúde das pessoas.

Reduzir a quantidade de gordura e/ou aumentar a quantidade de massa muscular, estão entre as maiores preocupações de grande parte da população, no que diz respeito à aparência física; e esta preocupação deve ser considerada, não somente do ponto de vista estético, mas também da qualidade de vida dos indivíduos, já que o sobrepeso está

associado a um grande número de doenças crônico-degenerativas e perturbações psicológicas.

No entanto, cabe salientar que o excesso de peso corporal é tão importante quanto o seu oposto, pois o excesso quase sempre se dá à custa de um grande acúmulo de gordura, e a excessiva redução do peso corporal poderá estar relacionada com quantidade muito reduzida de massa muscular e níveis de gordura abaixo do limiar da saúde, podendo induzir o organismo a uma série de complicações.

A adoção de hábitos alimentares saudáveis e treino da aptidão física através da prática de exercícios promove muitos benefícios para a saúde, entre eles, o aumento da massa corporal livre de gordura e diminuição da gordura corporal, aumento da eficiência de trabalho, menor suscetibilidade de adoecer, melhoria da aparência física e, conseqüentemente, menor incidência de problemas de autoestima relacionados com a obesidade.

Através da avaliação da composição corporal pode-se, além de determinar os componentes do corpo humano de forma quantitativa utilizar-se os dados dessa análise para determinar o grau de desenvolvimento e crescimento de crianças e jovens, o status dos componentes corporais de adultos e idosos, bem como prescrever dietas, programas de exercícios, e avaliar os seus resultados.

Isto, porque o exercício físico promove, por outro lado, o aumento da massa muscular e conseqüentemente do peso corporal.

Então, não se preocupe somente com peso da balança, preocupe-se em equilíbrio da sua composição corporal, para perder a gordura corporal que tem volume e ganhar a massa muscular que realmente tem peso na balança.



Fernanda Vidica Vilela

Nutricionista - CRN/1 - 4687

Graduada em Nutrição pelo Centro Universitário do Triângulo - UNITRI;

Pós-graduada em Nutrição Clínica - UNITRI;

Pós-graduada em Administração de Serviço de Saúde - INESP;

Atuação em Saúde Pública, Nutrição Hospitalar e Consultório;

Atendimento Consultório e Avaliação por método de Bioimpedância.



☎ (64) 3432 0122

☎ (64) 98106 4314

🏠 Rua Guimarães Natal Centro, 556, Itumbiara-GO
Convênios: Unimed e Ipasso.



APROVEITANDO O TEMPO

Oi pessoal, estamos passando por momentos bem conturbadores no mundo, de forma que nos vimos forçados a realizar uma quarentena. Difícilmente em um momento de tantas dúvidas e medo estaremos no auge de nossa criatividade, apesar de tentarmos. Então respira e não pira!

Organize a rotina de uma forma possível. Faça coisas que tragam prazer, cante, leia, dance, escreva um e-mail, ligue para alguém, brinque com seu filho, aproveite sua casa e não se culpe por nada. Se nutra de coisas boas, pois assim fica mais fácil cuidar das crianças e dar colo. Pensando nisso e também sem “cabeça” para escrever matéria, trago aqui algumas brincadeiras desenvolvidas pela mãe Nat e seu filho Joca. Eles mostram toda segunda-feira brincadeiras criativas, na tentativa de otimizar o tempo com qualidade e assim se divertem sem moderação.

Aproveite este tempo e crie também, e quem sabe isso não vire rotina. Boa sorte por aí, e 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



“
...A vida é feita
de momentos...
Neste dia das Mães,
presenteie com Alquimia”



☎ (64) 3431-2106
☎ (64) 9.9950-0341
f Alquimia Ling
@alquimialing



HARMONIZAÇÃO FACIAL X CIRURGIA ORTOGNÁTICA

Atualmente tem crescido a procura por tratamentos para harmonizar a face utilizando preenchedores, fios de sustentação, toxina botulínica, enzimas e até mesmo cirurgia plástica. Além disso, ocorre muito a utilização de aparelhos ortodônticos por muitos anos, sem a obtenção do resultado esperado em toda a face, mas nem sempre esses procedimentos são corretos para o seu diagnóstico.

Por isso, você paciente com deformidades dentofaciais, cuja principal queixa está relacionada ao mau posicionamento entre as arcadas dentárias e ao mau posicionamento do esqueleto facial, precisa passar por uma ótima avaliação para obter o melhor diagnóstico e o melhor tratamento da queixa como um todo para indicação e objetividade, visando resultados definitivos, com foco na função de cada tecido a ser tratado. Tratamento bem realizado precisa ter diagnóstico perfeito, sem erros. Precisamos ter uma reflexão sobre estética e função e ter um alinhamento entre os mesmos. **COSTUMO DIZER, O QUE FUNCIONA BEM É ESTÉTICO E O QUE É ESTÉTICO É PORQUE**

FUNCIONA BEM.

É fundamental ressaltarmos que muitos pacientes que já foram compensados ortodônticamente podem ter satisfação com o posicionamento dos elementos dentários e muitos se queixam de insatisfação com o perfil facial. A Harmonização Facial deve ser utilizada como um tratamento paliativo e não curativo para suas queixas estéticas e funcionais. Já a Cirurgia Ortognática com a indicação correta e com o planejamento virtual alinhado com um bom preparo ortodôntico cirúrgico e com um cirurgião Bucomaxilo Facial com conhecimento de causa para tratar o que consideramos deformidade dento esquelética facial é sem sombra de dúvidas o melhor tratamento escolhido para deixar a face bela (com simetria considerado um rosto belo), com resultados definitivos e sem a necessidade de novas intervenções.

Nós buscamos sempre tratar sem a necessidade de re-tratar, nisso consiste nosso serviço de cirurgia e traumatologia Bucomaxilo Facial.

Especialista em cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial;
 Membro da sociedade brasileira de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - SOBRACIBU;
 Membro da Associação latino Americana de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - ALACIBU;
 Membro da academia latino americana de Piezocirurgia;
 Especialista em Cirurgia e Traumatologia bucomaxilo facial pelo CFO e pela Associação Brasileira de Odontologia;
 Membro corpo clínico Integrattus em Brasília - DF;
 Referência em Cirurgia Ortognática, Cirurgia ATM, Cirurgia de Face e Traumatismo Facial e implantodontia oral;
 Membro corpo clínico Hospital Regional Unimed - Itumbiara-GO;
 Preceptor da residência em cirurgia e traumatologia buco maxilo facial - ANEO - Brasília DF;
 Membro corpo clínico Hospital Mário Palmério Uberaba-MG;
 Membro corpo clínico hospital Santa Clara - Uberlândia-MG.

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



Agende sua Consulta:

☎ (64)3608-1227

📞 (64) 9.9281-8584

📷 dr.luizjunior

RAVENNA

AGORA TAMBÉM COM MANIPULAÇÃO VETERINÁRIA

Pensando na melhor forma para administrar medicamentos aos animais, a Ravenna conta com laboratório exclusivo para manipulação veterinária, desenvolvendo fórmulas farmacêuticas dedicadas a cada particularidade e com os sabores preferidos de cada espécie.



Farmácia de Manipulação Veterinária.
certificada e fiscalizada pelo **MAPA**

 **RAVENNA**
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO
ITUMBIARA-GO
(64) 3431-5566 | (64) 99665-5566
www.ravenna.ind.br



MÃE É O MELHOR COLO,
O MELHOR CARINHO,
O MELHOR BEIJO,
O MELHOR MUNDO. MÃE É VIDA!

Feliz Dia das Mães!



Itumbiara-GO
(64) 3433.1818

Uberlândia-MG
(34) 3223-5441



VÍRUS, BOM OU RUIM?

Vivemos um momento grave da história da humanidade, estamos sendo sacudidos pelo pânico e um clamor de sofrimentos. O *Coronavírus* chegou até nós, de forma rápida e intensa, um vírus com alta transmissibilidade e que tem revelado nossa fragilidade, não só pela imunidade individual, mas principalmente como sociedade e tem causado estragos por onde passa, e gerado insegurança e desespero.

Uma situação que tem estremecido governos, cidades, a economia, nosso sistema de saúde e tudo ao seu redor. Essa pandemia é sim muito séria e tem causado mortes crescentes por todo mundo. Não importa se morre 1 ou 1 milhão, cada pessoa é importante pra alguém, e se fosse uma pessoa próxima a você? Tenha empatia.

Esse isolamento social a que estamos sendo submetidos é angustiante, gera muita aflição, mas é uma maneira preventiva das mais valiosas e devemos contribuir de maneira espontânea e respeitar as autoridades sanitárias. Não estamos num jogo de azar, do acaso, mas vivemos leis soberanas que regem o universo, e muitas vidas dependem das ações de cada um de nós.

Quero deixar aqui 2 pontos, um bom e outro ruim. Temos muita “sorte” por vivenciarmos o auge de nossas conquistas intelectuais e tecnológicas, pois isso dá acesso a muita informação, a cada dia conhecemos mais sobre o vírus, sua genética, seu comportamento e caminhamos a passos largos pra achar uma vacina e controlar essa crise.

Por outro lado temos a “má sorte” de ter acesso as mesmas informações, e isso gerar um pânico cada vez maior, propagar o medo e a sensação de impotência. Essa avalanche de dados e notícias que surgem a cada dia gera

uma bipolaridade entre a insegurança e a esperança e isso acaba afetando o comportamento de grande parte das pessoas.

Infelizmente estamos perdendo vidas e iremos perder mais se não nos ajudarmos, precisamos nos unir mais do que nunca, mesmo estando separados fisicamente, unidos no propósito de nos ajudarmos e nos doarmos, mas isolados pra frearmos esse contágio, e preservar os mais frágeis.

Independente de suas crenças quero aqui expor a minha. Mantenhamos a fé em Deus e na força maior, tenha coragem, resgate a solidariedade, pratique o amor, e a oração que está há muito esquecida. Tome os devidos cuidados e faça sua parte. Tenha certeza de que vale muito a pena viver, e lutar, e saiba que sairemos ainda mais fortalecidos de todo esse teste.

Tenha CALMA! Estamos lutando com as armas que temos, e não são poucas, apesar de toda dificuldade do nosso sistema de saúde. Tenha certeza que iremos vencer!

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



PRA VOCÊ QUE É LOUCO POR CHOCOLATE!

20% de
cacau



64 2103 4222

AlcaFoods
Cereais Matinais

@alca_foods





SINAIS E SINTOMAS DO CÂNCER DE BEXIGA

Na maioria dos casos, sangue na urina (hematúria) é o primeiro sinal de alerta do câncer de bexiga. Às vezes, não existe uma quantidade de sangue suficiente para alterar a cor da urina.

O câncer de bexiga pode, algumas vezes, provocar alterações na micção, como:

1. Urinar com frequência maior que a habitual;
2. Sensação de dor ou queimação ao urinar;
3. Urgência em urinar, mesmo quando a bexiga não esteja cheia;

4. Problemas para urinar ou fluxo de urina fraco

Estes sintomas também podem ser causados por uma doença benigna, como infecções, tumores benignos, cálculos na bexiga, bexiga hiperativa ou por aumento de tamanho da próstata. Ainda assim, é importante procurar um médico, de modo que a causa possa ser diagnosticada e tratada, se necessário.

Sintomas de Câncer de Bexiga Avançado

Os cânceres de bexiga em estágio avançado podem provocar outros sintomas, como:

1. Impossibilidade da pessoa urinar;
2. Dor lombar;
3. Perda de apetite e perda de peso;
4. Fraqueza;
5. Inchaço nos pés;
6. Dor óssea.

Se há uma razão para suspeitar que uma pessoa possa ter câncer de bexiga, o médico solicitará exames complementares para diagnosticar se é câncer ou outra doença. Em caso de ser câncer, exames complementares serão realizados para determinar o estadiamento da doença.



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



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 em 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!!!

CONTAR CONTABILIDADE

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





GABARITO
PLATAFORMA
EAD

AULAS AO VIVO

*Interação aluno
e professor*





GRAVIDEZ E O CORONAVÍRUS

As informações em relação à gestação e COVID-19 ainda são limitadas e teremos mais esclarecimentos à medida que identificarmos as consequências da epidemia. Não há ainda dados de recém-nascidos com mães que tiveram a doença no primeiro e segundo trimestre, contudo, até o presente momento não se identificou aumento das taxas de abortamentos ou malformações visíveis ao ultrassom durante o pré-natal. Importante lembrar que a hipertermia, por si só, independente da causa, é considerada um teratogênico e também, fator de risco para abortamento. A ocorrência da transmissão vertical encontra-se em estudo e não pode ser totalmente descartada, embora, estudos preliminares não identificaram a presença do vírus COVID-19 em líquido amniótico e sangue de cordão em situações de infecção materna no terceiro trimestre. Mas, também vale ressaltar que não foi identificada transmissão vertical nos casos de CoV-SARS e CoVMERS. Ao contrário do que se esperava, baseando nos achados da infecção pelo H1N1, a COVID-19 em gestantes tem letalidade semelhante ao do adulto jovem, ou seja, gestantes podem se contaminar e ter quadros graves na mesma proporção da população jovem. O grupo de maior risco de morbimortalidade para o Coronavírus continua sendo o grupo dos pacientes idosos e/ou com comorbidades. Contudo, apesar das gestantes não configurarem no grupo de maior risco, elas devem dobrar os cuidados para evitar contaminação, pois seu adoecimento grave, como em qualquer doença sistêmica importante, pode comprometer a saúde fetal, incluindo os riscos associados ao parto pré-termo.

PRÉ-NATAL EM TEMPOS DE CORONAVÍRUS

As consultas de pré-natal devem ser mantidas durante o período da epidemia, pois, trata-se de atendimento específi-

co e que visa manter a saúde materno-fetal. A periodicidade das consultas e exames complementares devem ser suficientes para garantir o cuidado adequado de cada gestante, evitando excesso de visitas a locais com ambientes fechados e/ou com aglomeração de pessoas, que aumentam seu risco de contato com indivíduo acometido pelo COVID-19. É direito garantido por lei a presença de acompanhante no atendimento obstétrico. Contudo, deve-se discutir com o casal a possibilidade de apenas a gestante comparecer às consultas e aos exames de pré-natal para se evitar aglomerações, durante o período da epidemia.

AMAMENTAÇÃO E O CORONAVÍRUS

Até o presente momento não existe evidência suficiente para definir com clareza a segurança da amamentação, assim como o impacto da separação do binômio mãe-filho. As recomendações variam de acordo com o quadro clínico da gestante. Deve-se destacar que, para muitos recém-nascidos, a amamentação é a única fonte de alimento, e, portanto, sua suspensão poderia fragilizar o recém-nascido e deixá-lo ainda mais susceptível a infecção pelo COVID-19. Uma vez que, a preocupação relaciona-se mais ao risco de transmissão direta, do que através do leite, nos casos em que a amamentação é autorizada, cuidados para se evitar contato direto ou indireto devem ser promovidos rotineiramente. Nas pacientes com doença grave, parece razoável suspender a amamentação, mantendo-se, entretanto, todas as medidas para manter a lactação. Por outro lado, nos casos mais leves a amamentação poderá ser permitida, desde que cuidados de higiene de mãos e uso de máscara cirúrgica sejam adotados. Em geral, recomenda-se manter a amamentação.



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.



Vestibular 2020

NUTRIÇÃO - BACHARELADO

O curso de nutrição da Universidade Unopar EAD tem o objetivo de te capacitar a atuar com a orientação nutricional de pessoas em diversas situações, desde as que só procuram uma reeducação alimentar, pacientes em tratamento que necessitam de dietas restritas, até atletas que demandam um cardápio para maximizar o desempenho físico.

Formação: Bacharelado

Duração: 5 anos

O curso de Nutrição da Unopar tem profissionais capacitados que vão te preparar para o mercado de trabalho.



Laboratórios especializados para aulas práticas.



Apoio de tutores em sala de aula e online.



Aulas presenciais e práticas até 3 vezes por semana.



Inscreva-se já: unopar.br

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





APARELHO ORTODÔNTICO: DIFERENTES MODELOS E SUAS FUNÇÕES

Cores e estilos diferentes. Existem inúmeros tipos para cada tipo de má oclusão, mas podemos genericamente dividir em aparelhos fixos e móveis. Vejamos alguns:

→ **Aparelho fixo**

Tipo mais comum. A estrutura do dispositivo é composta por bandas, fios e/ou braquetes. O objetivo é fazer com que os dentes sejam puxados, movendo-se gradualmente em direção à posição correta.

→ **Aparelho fixo estético**

Mesma função que o aparelho de metal: corrigir dentes tortos e desalinhados. Porém, esse modelo é feito de materiais transparentes, mantendo assim uma melhor estética quando comparado ao metálico. Os braquetes são feitos, em geral, de policarbonato, porcelana ou safira.

→ **Aparelho móvel**

Tem a função de manter os dentes na posição certa, por isso, ele é indicado após a retirada do aparelho fixo para conter o desalinhamento dos dentes. Mesmo que seja móvel, seu uso deve ser constante. Deixar de usá-lo regularmente pode prejudicar todo o resultado do tratamento.

→ **Expansor palatino**

Meio desconhecido, o expansor palatino é também um

tipo de aparelho, que promove um ganho transversal na largura do palato (céu da boca) sendo indicado em jovens para corrigir mordida cruzada.

→ **Aparelhos alinhadores**

Mais usado em tratamentos odontológicos estéticos, os alinhadores são quase invisíveis e bastante sofisticados, feitos sob medida. São produzidos através de softwares que permitem visualizar os planejamentos e resultados pretendidos.

→ **Aparelho lingual**

É considerado um aparelho da ortodontia invisível, já que os braquetes são colados na parte interna dos dentes, ficando em contato com a língua, ou seja, os dentes escondem o uso do acessório.

Enfim, converse com o seu dentista para entender qual se encaixa melhor no seu tratamento e, claro, na sua arcada dentária. Afinal, independente do tipo escolhido, o importante é realizar o tratamento de forma adequada, com consultas periódicas e cuidados com a higiene.

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.





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



DRA. RESPONDE

CORONAVÍRUS - COVID-19

Revista Mais Saúde - O que é o coronavírus e quando foi descoberto?

Dra. Emília Maria Guimarães - *Coronavírus é uma família de vírus que causam geralmente infecções respiratórias.*

Neste século, houve surtos de transmissões dos coronavírus mais graves, como a da SARS-CoV, entre 2002 e 2003, causador da Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS); e a da MERS-CoV, em 2012, responsável pela Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS). Hoje vivemos um novo momento, dessa vez com a COVID-19, provocada pelo SARS CoV-2, conhecido popularmente por “novo coronavírus”.

O novo Coronavírus foi detectado pela primeira vez em Wuhan, China.

Revista Mais Saúde - Quais seriam as principais causas do seu surgimento apontadas pela ciência até o momento?

Dra. Emília Maria Guimarães - *Os coronavírus são uma grande família de vírus comuns em muitas espécies de animais, incluindo camelos, gado, gatos e morcegos. Raramente, os coronavírus animais podem infectar pessoas e depois se espalhar entre elas, como aconteceu com o MERS-CoV e SARS-CoV.*

No início, muitos dos pacientes com surtos de doenças respiratórias causados por coronavírus em Wuhan, na China, tinham alguma ligação com um grande mercado de frutos do mar e animais vivos, sugerindo que a disseminação ocorreu de animais para pessoas. No entanto, um número crescente de pacientes não teve exposição ao mercado de animais, indicando também a ocorrência de disseminação de pessoa para pessoa.

Revista Mais Saúde - Quem são os grupos mais suscetíveis à contaminação e às complicações?

Dra. Emília Maria Guimarães - *A suscetibilidade é*

geral, todas as pessoas podem ser infectadas, porém existe uma maior chance de complicações em pessoas acima dos 60 anos e aquelas com doenças crônicas, como diabetes e doenças cardiovasculares.

Revista Mais Saúde - Fala-se muito que o vírus teria alta infectividade, mas uma relativa baixa mortalidade (em torno de 2%), inferior à verificada em outros surtos recentes como o Ebola ou a SARS, por exemplo. Mas, o que se tem verificado é uma intensa preocupação e mobilização da mídia e de toda a sociedade em torno do assunto. A senhora acha que se justifica ou talvez haja um alarde excessivo?

Dra. Emília Maria Guimarães - *Qualquer pessoa pode se infectar e, independente de apresentar sintomas ou não, passa a ser um novo vetor da doença, podendo infectar várias outras pessoas. Com isso, o único modo de diminuirmos essa cadeia de transmissão é evitando o contato entre as pessoas.*

Se aumentarmos o número de infectados em um curto espaço de tempo teremos um maior número de casos graves e uma maior necessidade de suporte hospitalar, gerando um impacto negativo no sistema de saúde.

Revista Mais Saúde - Quais são as maneiras de se contaminar?

Dra. Emília Maria Guimarães - *A transmissão ocorre por meio de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infectada tosse ou espirra, semelhante à maneira como a influenza e outros patógenos respiratórios se espalham. O contato próximo, como aperto de mão e o contato com objetos ou superfícies contaminadas (celulares, mesas, maçanetas, brinquedos, teclados de computador, etc.) também podem transmitir o vírus.*

Outro modo de transmissão ocorre por aerossóis

em pacientes submetidos a procedimentos de vias aéreas, como a intubação orotraqueal ou aspiração de vias aéreas, por isso a necessidade obrigatória do uso de equipamentos de proteção individual (EPI) pelos profissionais de saúde.

Revista Mais Saúde - Quais são os principais meios de prevenção?

Dra. Emília Maria Guimarães - Além de evitar o contato físico, uma medida fundamental é lavar as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos. Caso não seja possível, deve-se utilizar o álcool em gel com concentração superior a 70%. É importante não tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tossir ou espirrar, a pessoa deve seguir a etiqueta respiratória de cobrir a boca e o nariz com a parte interior do antebraço ou utilizar lenço de papel e descartá-lo em seguida. Objetos e superfícies tocados com frequência devem ser limpos e desinfetados regularmente. O ideal, neste momento, é permanecer em casa, mantendo o isolamento social.

Durma bem, tenha uma alimentação saudável e faça atividade física em casa.

Revista Mais Saúde - A pessoa que pegou o vírus, mas se curou, pode contrair novamente?

Dra. Emília Maria Guimarães - Ainda não temos evidência científica que comprove a imunidade permanente a esse vírus.

Revista Mais Saúde - Quais as principais diferenças nos sintomas do Coronavírus, Gripe, Resfriado e Pneumonia?

Dra. Emília Maria Guimarães - Os quadros são muito semelhantes, na maioria das vezes caracterizados pela Síndrome Gripal, com febre acompanhada de tosse, dor de garganta ou dificuldade respiratória e sintomas gerais como dor de cabeça e dores musculares ou articulares.

É preciso procurar assistência médica em casos de cansaço, dificuldade para respirar ou febre alta persistente.



SELF
CLÍNICAS

Dra. Emília Maria Guimarães de Napoli

Infectologista

* Residência Médica em Infectologia pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto (FMRP – USP)

CRM: 18935-GO | RQE: 9666





www.unicred.com.br/alianca - Rua Dr. Valdivino Vaz Nº 10, Qd. 45,

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.

Lt. 10 - 64 3430-6819

UNICRED 

MAIS QUE SAÚDE, OS MÉDICOS

SÃO PROMOTORES DA ESPERANÇA.

AGRADECEMOS O CUIDADO COM A VIDA, PRINCIPALMENTE NESTE MOMENTO TÃO DELICADO.

SOMOS GRATOS A TODOS OS PROFISSIONAIS DA ÁREA DA SAÚDE PELA LUTA CONTRA O COVID-19

MASTERSYS[®]

GESTÃO E AUTOMAÇÃO EMPRESARIAL

SISTEMA PARA GESTÃO DE CLÍNICAS



☎ 64. 3431-0627 | 62. 4053-8488

📱 @mastersysbr

🌐 www.mastersys.com.br