

Ano 3, nº 36 - Julho/ 2020. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita
www.rmatissaude.com

revista

SAÚDE



Dr. Luiz Júnior
CRO-GO: 8619



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

NOVA FIAT STRADA A EVOLUÇÃO DAS PICAPES.



maxmedia

VENHA CONHECER NA VENEZA.

A LÍDER DAS PICAPES IRÁ REVOLUCIONAR,
MAIS UMA VEZ, SUA CATEGORIA!
CONFIRA MAIS DETALHES DA SUA PRÓXIMA PICAPE!



No trânsito, de sentido à vida.

Acesse nosso site e confira nossas ofertas.

www.venezaveiculos.com.br

Veneza

Realizando Sonhos

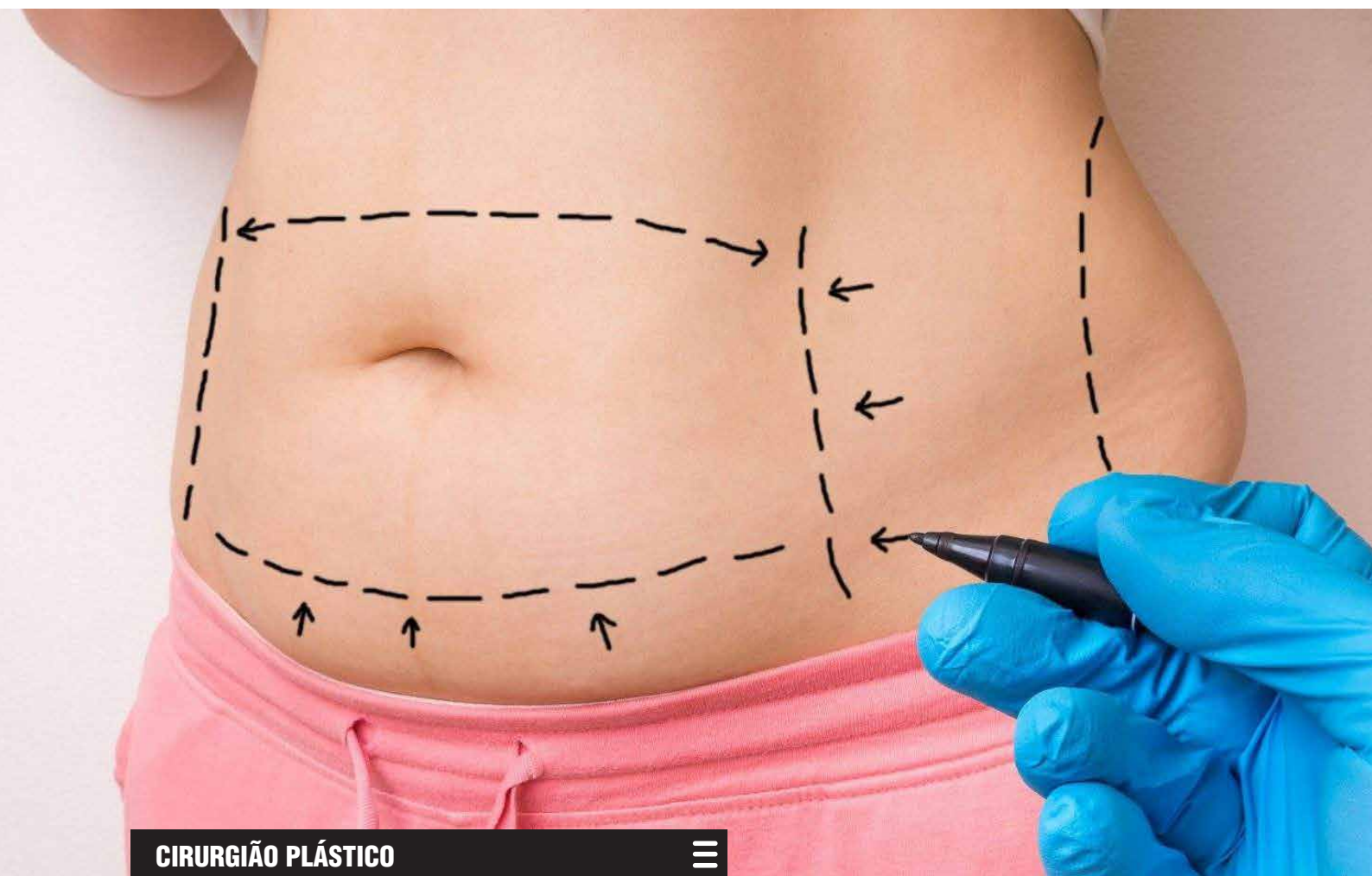
Itumbiara
3431-8600

Goiatuba
3495-7300





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



CIRURGIÃO PLÁSTICO



LIPOASPIRAÇÃO E ABDOMINOPLASTIA

4, Atualmente, algumas das cirurgias mais realizadas pela Cirurgia Plástica no país são a Lipoaspiração e a Abdominoplastia. Percebemos nos consultórios muitas dúvidas em relação a ambas, principalmente em relação a qual seria melhor indicada para cada caso. Muitas pacientes nos

abordam solicitando um procedimento específico, porém, muitas vezes, tal procedimento solicitado não seria o mais adequado para aquele caso.

Uma forma de facilitar o entendimento seria no conceito de que Lipoaspiração é mais indicada para casos em que a paciente apresente tecidos

do gorduroso excedente com pouca ou nenhuma flacidez de pele. Já a Abdominoplastia é mais indicada para os casos que apresentem justamente esta flacidez na pele abdominal, associada ou não à diástase do músculo reto abdominal (afastamento dos músculos entre si), muito comum após as gestações anteriores.

Existem também dúvidas quanto à diferença entre Miniabdominoplastia e Abdominoplastia Total. A explicação é algo complexa, mas resumidamente, a Miniabdominoplastia é melhor para os casos com bem pouca flacidez, pouca “sobra” de pele, principalmente na parte inferior

do abdome, sem diástase do músculo reto abdominal. Já a Abdominoplastia Total seria melhor para os casos com mais flacidez, com a diástase do músculo reto abdominal e demais alterações que possam haver.

Existe também a muito frequente associação entre Lipoaspiração e Abdominoplastia. Nestes casos, uma complementa a outra, podendo melhorar ainda mais o que uma e outra podem oferecer. Mas é fundamental lembrar que todos estes procedimentos citados são complexos e devem ser realizados com o máximo de segurança possível, de forma criteriosa e muito bem discutidos entre o paciente e seu cirurgião plástico.

Tenha sempre o cuidado de checar se seu médico é realmente especialista em cirurgia plástica. Pesquise nos sites do CFM, da AMB ou da SBCP (cirurgioplastica.org.br).



Dr. Tobias Borges R. Guimarães

Cirurgião Plástico
CRM: 14333/GO | RQE/GO: 7.175





**Dra. Ana Maria
Cintra**

Dermatologista
CRM/GO: 4.280 | RQE: 12.399

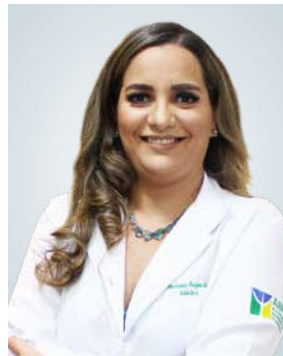
Clínica Dermoestética Climed
Rua Padre Florentino, 75.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-2653



Dr. André Marinho

Urologista
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

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



**Dra. Andressa
Borges de Faria**

Médica
CRM/GO: 22.022

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



Dr. Átila Tavares Abdala

Nutrólogo
CRM/GO: 18.888

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



Dr. Augusto Treme

Oftalmologista
CRM/GO: 15.698

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



**Dra. Claudia
Soares Alves**

Neurologista
CRM/GO: 12.452 | CRM/MG: 4.100

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



Dr. Eduardo Andréo

Oftalmologista
CRM/GO: 11.635 | RQE: 5.828

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

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



Dr. Emílio Carlos Oliveira

Pneumologia e Medicina Interna
CRM/MG: 23.460-T | CRM/GO: 20.667

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

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



Dr. Eric Maia

Urologista
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7.776

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



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

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



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

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

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

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



Dr. Gleisson Pantaleão
Oftalmologista
CRM/GO: 13.493

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



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

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



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

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



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

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



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



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. Tobias Borges R. Guimarães
Cirurgião Plástico
CRM/GO: 14.333 | RQE/GO: 7.175

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



Dr. Valdemiro Fukuhara
Oftalmologista
CRM/GO: 2.975

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



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

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



Dr. Wilian Vinhadelli
Oftalmologista
CRM/GO: 10.250

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



Leia e compartilhe, acessando o QR-Code.

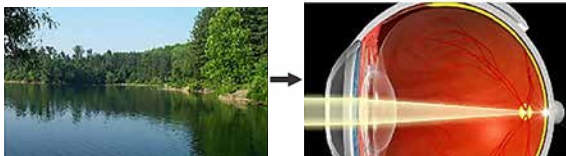


OFTALMOLOGIA

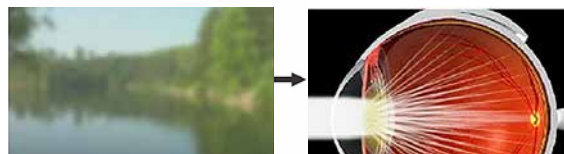
Catarata

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

Visão sem Catarata



Visão com Catarata



Quais as causas?

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

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

Quais os sintomas?

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

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

Terei necessidade de usar óculos depois da operação?

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

Uma opção para não ser necessária a utilização de óculos de perto após a cirurgia é o implante de lente intra-ocular multifocal,

que tende a diminuir a dependência dos óculos.

Como descobrir se tenho catarata?

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

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

Como é o tratamento de Catarata?

O único tratamento eficaz para a catarata é a cirurgia, no qual se realiza a substituição do cristalino fosco por uma lente intra-ocular (artificial). Não existe nenhum outro meio cientificamente comprovado de tratamento.



CENTRO DA VISÃO
Itumbiara
www.cvi.med.br

**Dr. Gleisson
Pantaleão**

CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro
Fukuhara**

CRM/GO: 2.975

**Dr. Willian
Vinhadelli**

CRM/GO: 10.250

**Dr. Augusto
Treme**

CRM/GO: 15.698



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

EDITORIAL

A Revista Mais Saúde tem em seu foco e objetivo principal trazer informação e entretenimento para você e sua família, com um rigoroso controle de qualidade, pois nossa credibilidade junto aos nossos leitores é nosso maior patrimônio.

Vivemos hoje um dos momentos mais críticos relacionados a saúde do último século, mas a cada dia surgem novas esperanças relacionados ao fim dessa pandemia, que mudou nossa maneira de pensar, de agir, de viver, de comprar e de relacionar com as outras pessoas.

Mas no meio de tudo isso há nossa vontade de vencer e de inovar, nenhum povo no mundo se adapta melhor a novas realidades e situações que o Brasileiro, e sendo assim, temos a certeza que tudo isso vai passar e vamos ficar ainda mais fortes.

A Revista Mais Saúde nessa edição de julho está recheada de excelentes artigos e informações, com temas atuais, assinados por profissionais de excelência de nossa região, mantendo nosso alto padrão editorial, que fez com que essa Revista ficasse ainda mais forte, mesmo com todos os obstáculos que o mundo enfrenta atualmente!!

Você tem hoje vários canais de leitura da Revista Mais Saúde a sua disposição, nosso novo site está mais rápido e leve, onde através de nossa banca online, você pode acessar e ler todas as nossas edições, além de poder se cadastrar e receber a revista via WhatsApp!!!

Agradecemos a você leitor pela confiança em nosso trabalho, e a todos nossos parceiros e clientes, por caminhar com a Revista Mais Saúde.

Aproveitem a leitura!!

Os diretores!!



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

10,



Realização

OR7

Editora e Marketing

revista
SAÚDE
3 ANOS

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

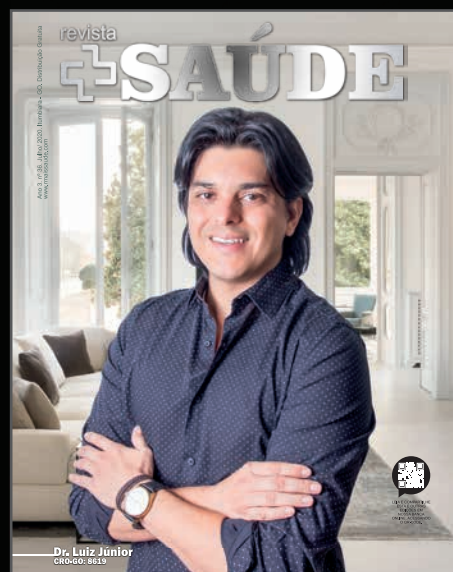
contato@rmaissaude.com

or7empresarial@gmail.com

www.rmaissaude.com

  /rmaissaude

36ª Edição



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



Sumário

04	LIPOASPIRAÇÃO E ABDOMINOPLASTIA	55	DERMATITE NA REGIÃO DAS FRALDAS!
09	CATARATA	57	8 CUIDADOS PARA MANTER A ESCOVA DE DENTES LIVRE DE BACTÉRIAS
12	ENTREVISTA		
17	DIU: LONGA AÇÃO E MENOS PREOCUPAÇÃO NO DIA A DIA	58	CORONAVÍRUS: AS CRIANÇAS PRECISAM MESMO DE SUPLEMENTO DE VITAMINA D?
19	MIOPIA PATOLÓGICA (ALTA MIOPIA)		
21	AS CINCO MANIFESTAÇÕES DO CORONAVÍRUS NA PELE	63	CISTO TIREOGLOSSO
24	TENSÃO PRÉ-MENSTRUAL (TPM)	67	PROTEÇÃO EM PRIMEIRO LUGAR
28	INSTALAÇÕES FITNESS NÃO REPRESENTAM RISCO ADICIONAL DE ADQUIRIR COVID-19	69	PÉ DIABÉTICO
		71	IMPLANTE DENTÁRIO
31	INSÔNIA: INFERNO VIVO	73	A IMPORTÂNCIA DOS BLOQUEIOS GUIADOS POR ULTRASSONOGRRAFIA NO TRATAMENTO DAS DORES CRÔNICAS
33	RECEBEU COBRANÇA ABUSIVA DA CONCESSIONÁRIA DE ENERGIA? SAIBA O QUE FAZER!	75	MICROAGULHAMENTO COM DERMAPEN
34	TRANSTORNO DE ANSIEDADE EM TEMPO DE PANDEMIA	79	HOME CARE - ASSISTÊNCIA DOMICILIAR
		81	NOSSOS DENTES - SOB PERIGO POR TODOS OS LADOS
39	COMO A ORELHA INTERNA (LABIRINTO) FAZ COM QUE OS IDOSOS CAIAM?	82	MAIS SAÚDE ESPECIALISTAS
41	EJACULAÇÃO PRECOCE	89	CÂNCER E TROMBOSE
43	RAIVA	90	HOSPITAL DE CAMPANHA COMEÇA A FUNCIONAR EM ITUMBIARA
46	COMO MANTER A IMUNIDADE EM DIA?	93	CIRURGIA ORTOGNÁTICA & SÍNDROME APNEIA OBSTRUTIVA DO SONO (SAOS)
48	SAÚDE BUCAL: CUIDADO COM OS DENTES É FUNDAMENTAL	96	DR. RESPONDE
51	CORONAVÍRUS		



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



ENTREVISTA

Dr. Luiz Júnior

CRO-GO: 8619

Na edição de Julho estampa a capa da Revista Mais Saúde o cirurgião Ortognático Dr. Luiz Júnior. Especialista em cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial; Membro da Sociedade Brasileira e da Academia Latino Americana de cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial; Membro da Academia Latino Americana de Piezo-cirurgia; Preceptor da residência e cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial – ANEO – Brasília/DF. Ele nos concedeu uma entrevista exclusiva contanto um pouco de sua história e da importância da cirurgia ortognática.

Revista Mais Saúde - Como se deu sua escolha pela área de cirurgia buco-maxilo-facial? Fale um pouco sobre essa especialidade.

Dr. Luiz Júnior - *A odontologia é uma profissão fantástica e a escolha pela especialização se deu já na graduação por meio da aproximação com os estudos específicos, as monitorias em cirurgia, admiração e respeito para com os professores dessa especialidade.*

A cirurgia traumatologia buco-maxilo-facial é de âmbito ambulatorial e hospitalar. Nos ambulatórios ou consultórios são exercidas cirurgias menores, na sua grande maioria sob anestesia local, onde são, por exemplo, removidos dentes inclusos e impactados, pequenos tumores benignos, cistos, lesões patológicas, implantes dentários e cirurgias de bichectomia, entre outras. As cirurgias de grande porte são realizadas sob anestesia geral em ambiente hospitalar com equipe multiprofissional, as quais demandam mais cuidados como Cirurgias de grandes tumores; Fraturas faciais; Cirurgias Ortognáticas, grandes enxertos ósseos, cirurgia de articulação temporo mandibular, artroplastia de ATM. Além das cirurgias já citadas, com essa especialização é possível corrigir anomalias faciais como maxilar ou mandíbula muito grande, pequena ou desviada para os lados (assimetrias). O Cirurgião Buco-Maxilo-Facial também realiza os enxertos para reposição de ossos perdidos ou atrofiados na cavidade oral (maxilar e mandibular) e são aptos a tratar de casos mais complexos de reconstrução facial. O tratamento de Dores faciais (na ATM) e problemas de apneia obstrutivas do sono também estão dentro da nossa área de atuação.

Revista Mais Saúde - Qual a relação da cirurgia buco-maxilo-facial na qualidade de vida e autoestima das pessoas? E a parte funcional do organismo, como vem a ser auxiliada, especificamente?

Dr. Luiz Júnior - *A cirurgia maxilo-facial de urgência ou eletivas como Ortognática e de ATM, além das reconstruções faciais tem impacto direto na melhora da qualidade de vida dos pacientes, seja funcional, estética ou psicossocial, pois inúmeros são os benefícios que podem ser gerados por meio delas. Muitos estudos mostram que a cirurgia aumenta a autoestima dos pacientes, melhora a integração social, melhora a respiração, melhora o desempenho em atividades físicas e reduz a ansiedade e a depressão de pessoas com deformidade*

dento facial. Além dos aspectos já mencionados, a cirurgia melhora a relação entre os dentes, músculos e esqueleto facial, o posicionamento da musculatura do pescoço e da base da língua, a oclusão, a articulação temporomandibular, a mastigação, a digestão e conseqüentemente contribui para uma melhor qualidade de vida. Hoje a cirurgia Ortognática dos maxilares é o tratamento mais eficaz e definitivo para síndrome apneia obstrutiva do sono (SAOS), além disso essa cirurgia melhora o padrão estético e de vida do paciente.

Revista Mais Saúde - Qual é o primeiro passo para este tipo de tratamento? Quem deve procurá-lo? Por quê?

Dr. Luiz Júnior - *O primeiro passo para o tratamento é a consulta com o Cirurgião buco-maxilo-facial, o passo seguinte como já citado anteriormente é justamente o diagnóstico correto para o melhor planejamento e orientação ao paciente (diagnóstico correto leva a tratamento certo de sucesso). Sabe-se que hoje com a internet muitos buscam informações pelo meio e se perdem com tantas informações encontradas e muitas vezes não encontram a orientação correta de qual profissional devem procurar. Com isso, saem em busca de vários tratamentos, muitas vezes sem sucesso e outros paliativos (que oferecem resultados apenas a curto prazo), o que faz com que desistam das cirurgias.*

Os pacientes que devem buscar por nossa especialidade são pacientes com deformidade dento esquelética, com posicionamento errado entre os dentes e as arcadas dentárias e posicionamento errado dos ossos maxilar e mandibular, além de pacientes com transtorno de articulação temporomandibular e com queixas respiratórias. O cirurgião buco-maxilo-facial é capaz de diagnosticar o problema e orientar ao melhor tratamento, seja ele específico a área maxilo-facial ou as especialidades que trabalham em conjunto, como é o caso da própria Ortodontia clínica que tem um papel muito importante junto a nossa especialidade e auxilia no sucesso do tratamento. Eu particularmente valorizo muito as especialidades que trabalham unidas para melhorar os resultados dos pacientes, reconheço a importância e sou muito grato a equipe multiprofissional dos hospitais onde prestamos serviços, reconheço a importância do trabalho em parceria com outras especialidades da Odontologia, fisioterapia, medicina, equipe de enfermagem e nutricionistas.

Revista Mais Saúde - Há idade mínima para recorrer a este tratamento? E a preparação para a cirurgia, como é?

Dr. Luiz Júnior - *Falando especificamente das cirurgias faciais corretivas, a cirurgia ORTOGNÁTICA, o ideal é realizar a cirurgia após o término da fase final de crescimento. Nos homens, isso se dá por volta dos 18 ou 19 anos. Nas mulheres, por volta dos 16 ou 17 anos.*



Entretanto o tratamento das desarmonias de crescimento da face deve ser iniciado o quanto antes, ainda na infância, o que pode evitar procedimentos mais invasivos no futuro como a própria cirurgia. O preparo para cirurgia envolve algumas fases importantes, como a remoção dos dentes dos sisos de 03 a 04 meses antes da cirurgia, o preparo Ortodôntico (orto cirúrgico). Além disso, é de suma importância a relação entre o especialista ortodontista e o cirurgião buco-maxilo-facial nos casos de cirurgia ortognática para o sucesso do tratamento dos pacientes com deformidades dentofaciais. O tempo médio de preparo ortodôntico pré-cirúrgico é de 6 a 10 meses. A cirurgia ortognática reduz o tempo de uso do aparelho

Revista Mais Saúde - Como se dá a recuperação dos pacientes, após uma intervenção assim?

Dr. Luiz Júnior - *Normalmente, nos primeiros 10 dias o paciente fica somente em casa, a fim de seguir os cuidados pós-operatórios recomendados. Praticamente, seu único contato externo é com seu cirurgião e com o fisioterapeuta. Após este período, é possível até frequentar faculdade, pois o inchaço no rosto já diminuiu. Entretanto, durante os 30 primeiros dias após a cirurgia, o paciente não deve realizar qualquer esforço físico, tampouco deve expor-se ao sol e, ainda, manter-se afastado de esportes coletivos de contato ou de riscos por 90 dias, tempo de cicatrização óssea. Em relação a dieta é muito importante o acompanhamento com um Nutricionista nessa fase, pois a alimentação correta nessa etapa auxilia na recuperação e cicatrização, nesse*





momento deve-se utilizar apenas alimentos líquidos e pastosos, não podendo mastigar nada sólido e rígido. Deverá alimentar-se, portanto, de sucos, vitaminas, sopas, caldos, massas e suplementos.

Revista Mais Saúde - O planejamento digital mudou completamente a maneira de operar. Na sua opinião, qual a próxima revolução na cirurgia ortognática?

Dr. Luiz Júnior - *O planejamento virtual digital em cirurgia ortognática oferece ao cirurgião a melhor ferramenta de diagnóstico e planejamento da atualidade. Com a utilização da Tomografia de face e crânio, escaneamento dos modelos e softwares de planejamento 3D podemos planejar, simular e executar a cirurgia com precisão em milímetros. Desta maneira, o cirurgião pode trocar informações juntamente com o ortodontista, simular e avaliar as possibilidades cirúrgicas com o*

paciente antes mesmo de executar a cirurgia, garantindo maior previsibilidade do caso e maior satisfação do paciente. Além de auxiliar no planejamento, o software 3D garante maior número de informações e precisão durante a execução da cirurgia propriamente dita, reduzindo o tempo e o trauma cirúrgico durante o procedimento, minimizando o processo inflamatório. Nossa área de atuação está sempre em evolução, acredito muito na melhoria e modernização dos softwares tanto nos equipamentos mais modernos a serem fabricados, como nos utilizados na sala cirúrgica. Além disso, observamos a constante evolução na especialidade dos colegas e clínicas de ortodontia.



SupraUP

- VITAMINAS
- RESISTÊNCIA PARA OSSOS E DENTES
- FORMAÇÃO DE COLÁGENO
- ENERGIA
- IMUNIDADE

**COMPLEMENTO ENERGÉTICO •
ATUAÇÃO MUSCULAR •
FUNCIONAMENTO NEUROMUSCULAR •
METABOLISMO DE PROTEÍNAS, CARBOIDRATOS E GORDURAS •**

- ENERGIA
- IMUNIDADE
- VITAMINAS
- REGULA O METABOLISMO
- SUPLEMENTO ALIMENTAR

**ABSORÇÃO E MANUTENÇÃO ÓSSEA •
ATUAÇÃO MUSCULAR •
BENEFÍCIOS NEUROMUSCULARES •**

- BENEFICIA O CORAÇÃO
- DIMINUI O COLESTÉROL
- REGULA A PRESSÃO ARTERIAL
- BOM PARA O CÉREBRO
- COMBATE A DEPRESSÃO

Produtos Exclusivos

Farma & Farma

TELE-ENTREGA GRÁTIS

(64) 3430-4010 / 1040

(64) 99667-4010  (64) 99665-4010

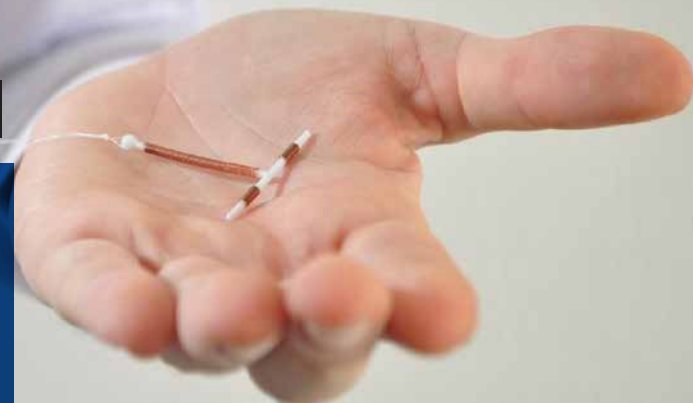
Rua Paranaíba, 401 - Centro - Itumbiara - GO



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

GINECOLOGIA

DIU: longa ação e menos preocupação no dia a dia



Escolher um método anticoncepcional de longa ação, como o dispositivo intrauterino, o DIU, requer uma boa conversa com o ginecologista. No consultório, o médico avalia as expectativas da paciente e vai mostrar as vantagens e desvantagens do método. Se você é daquelas mulheres que precisam de lembretes, alertas no celular para não esquecer a hora de tomar a pílula, o DIU pode ser o ideal.

O DIU é um contraceptivo que associa facilidade de utilização ao bloqueio da fertilidade pelo tempo desejado. Isso significa prevenir a gravidez por muito mais tempo sem exigir compromisso periódico e permite o retorno da fertilidade depois da sua retirada, geralmente após a próxima menstruação.

O DIU é muito recomendado para quem se esquece de tomar um anticoncepcional na mesma hora ou nem lembra. No Brasil, existem dois. Um com o cobre e um com o hormônio progesterona. Tanto o DIU de cobre quanto o DIU com hormônio são colocados dentro do útero.

O procedimento para qualquer um dos métodos é simples, rápido e costuma ser realizado no consultório médico. Os dispositivos evitam a chegada dos espermatozoides até as trompas.

O DIU com cobre (que é um metal) pode ser utilizado por até 10 anos. O cobre tem ação espermaticida, isto é, destrói os espermatozoides, impedindo sua penetração no útero.

Já o DIU com hormônio libera a progesterona no útero gradualmente, por cinco anos. Esse hormônio altera a secreção do colo uterino impedindo e dificultando a penetração dos espermatozoides.

O uso de qualquer um deles é reversível, ou seja, pode ser interrompido se houver o desejo pela maternidade em qualquer momento. Quando retirados, ocorre o retorno rápido da fertilidade pré-existente, não importando por quanto tempo a pessoa utilizou o método. Nenhum método contraceptivo é 100% eficaz, mas as taxas de falha de um DIU são muito baixas.

Em alguns casos, o DIU com o hormônio levonorgestrel pode alterar a menstruação (um sangramento irregular no início com tendência a diminuição). Após cerca de seis meses, algumas mulheres podem apresentar redução ou ficar sem menstruar. Há aquelas que menstruam normalmente. Mas é importante destacar que isso em nada afeta a eficácia do método, nem traz risco para a saúde.

Fonte: <https://www.fbbrasgo.org.br/pt/noticias/item/40-diu-longa-acao-e-menos-preocupacao-no-dia-a-dia>



Dr. Marcelo Chadu

CRM/GO: 9.605 RQE: 6520
Graduação em Medicina pela UFTM – Universidade Federal do Triângulo Mineiro;
Residência médica em Ginecologia e Obstetrícia pela Maternidade Odete Valadares em 31/12/2001, reconhecida pelo MEC;
Certificado como especialista em GINECOLOGIA e OBSTETRÍCIA pelo Conselho Regional de Medicina em 19/12/2008.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

LIVRE-SE DOS PELOS *com a EspaçoLaser*

Aproveite nossas condições especiais para você adquirir o seu pacote de depilação a laser.

Indicando
3 amigos
você **GANHA**

3

**Sessões
Grátis**

de depilação a laser nas axilas femininas ou na faixa de barba masculina!*

 **espaçolaser**
depilação

MAYRA PISTILLI

Fisioterapeuta
Gerente EspaçoLaser Itumbiara

 Avenida Beira Rio, 274 - Setor Central
Itumbiara-GO

 go-itumbiara@espacolaser.com.br

[@espacolasergo.itumbiara](https://www.espacolaser.com.br/itumbiara)
(64) 3404-3002
(64) 3404-3003
(64) 9.9666-3002



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

OFTALMOLOGIA



Miopia Patológica (Alta Miopia)

A maioria dos casos de olhos com miopia são saudáveis, mas um pequeno número de pessoas com miopia desenvolve uma forma de degenerescência da retina, designada por miopia degenerativa ou maligna. A miopia degenerativa também é conhecida como miopia progressiva ou miopia patológica, sendo uma importante causa de cegueira nos países desenvolvidos. Trata-se, por isso, de um tipo de miopia grave.

A presença de miopia, principalmente da alta miopia provoca várias alterações na retina. Isso acontece pois o olho do míope tem comprimento maior que a média.

Assim à medida que ocorre um crescimento do olho, a retina vai se afinando progressivamente e chega a atrofiar principalmente na região da mácula o que causa uma baixa de visão significativa mesmo em uso de óculos ou lentes de contato.

Outro problema sério é a ocorrência de degenerações periféricas de retina e consequentemente do desco-

lamento de retina que são muito mais comuns nos míopes e quanto maior a intensidade da miopia maior esse risco. Por isso todas as pessoas com miopia acima de 4 graus devem ser avaliadas pelo retinólogo e quando detectadas alterações predisponentes do descolamento de retina tratadas com fotocoagulação a laser.

Os especialistas e pesquisadores da área, através de uma série de estudos recentes sugeriram que pode de fato ser possível, pelo menos um controle da miopia, retardando sua progressão na infância e na adolescência.

Embora uma cura definitiva para a miopia alta até o momento ainda não tenha sido descoberta, o oftalmologista pode oferecer vários tratamentos que podem ser capazes de retardar a progressão da miopia.

Estes tratamentos podem induzir alterações na estrutura e na focagem do olho, para reduzir o estresse e a fadiga associada com o desenvolvimento e progressão da miopia.



DR. EDUARDO ANDRÉO
OFTALMOLOGISTA

CRM-GO: 11.635 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:



Viva
mais
com
saúde!



#suafamilia #nossaproteção



Oferecemos para você e sua família, proteção, saúde e economia sempre com muito carinho e dedicação!!! Com o nosso CARTÃO DE DESCONTOS você pode proteger a saúde de todo sua família, são até 6 dependentes com acesso aos nossos benefícios e vantagens sem carência alguma!!!! Entre em contato e saiba mais!!!



BrasilMedSaude

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.



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

DERMATOLOGIA



As cinco manifestações do coronavírus na pele

Está cada vez mais claro que o coronavírus se manifesta para além de uma pneumonia. Até cinco manifestações cutâneas diferentes foram associadas ao vírus por uma equipe da Academia Espanhola de Dermatologia e Doenças Venéreas (AEDV). Além disso, a equipe encontrou uma relação entre o tipo de complicação dermatológica e a gravidade da contaminação pela covid-19. Estes são os cinco padrões de manifestações cutâneas, de acordo com a AEDV:



Erupções similares a geladuras nas áreas acrais (pés e mãos)

Este tipo de lesão foi detectado em 19% dos casos, em pacientes mais jovens, nos estágios finais do processo da covid-19, com duração de 12,7 dias, e estava associado a um prognóstico menos grave.



Erupções vesiculares

Foram observadas em 9% dos casos e estão associadas a uma gravidade intermediária. São mais frequentes em pacientes de meia-idade.



Lesões urticariformes

Foram registradas em 19% dos casos, principalmente no tronco ou espalhadas pelo corpo. Geralmente produzem uma coceira intensa. Foram observadas em pacientes mais graves e apareceram com mais frequência ao mesmo tempo de que outros sintomas relacionados à covid-19.



Erupções máculo-papulares

São as mais frequentes (foram observadas em 47% dos casos). Seu quadro é frequentemente semelhante ao de outras infecções virais. Foram observadas em pacientes mais graves.

Livedo-reticularis ou necrose por obstrução vascular



Foi encontrada em 6% dos casos. São marcas na pele parecidas com uma rede, no passado eram comuns por causa do uso de braseiros. Aparecem em pacientes de mais idade e mais graves (nesse grupo foi registrada uma mortalidade de 10%).

Assim sendo, existe uma série de manifestações da infecção por covid-19 para além de tosse, febre e falta de ar (diarreia, inflamação nos olhos, dor de cabeça, calafrios) e que é preciso monitorá-las para detectar os infectados o mais rápido possível.

Se apresentar qualquer um desses sintomas entre em contato com seu médico dermatologista!



DERMOESTÉTICA
CLIMED

Dra. Ana Maria Cintra

CRM - GO: 4.280

RQE: 12.399

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ULTRA Proteção

FPS 90

Anti-Melasma



TEXTURA FLUIDA
Ultra Leve

proteção
12 HS

A Preferida dos Dermatologistas Mais Exigentes

belafarmula
farmácia de manipulação



ADA TINA

Italy



Antioleosidade FPS 50

Peles Muito Oleosas

Combate **6x** mais a
OLEOSIDADE*



12 HS | proteção solar

*Por atuar em seis pontos da pele oleosa.

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

Revendedor Exclusivo

belaformula
farmácia de manipulação



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA



Tensão Pré-Menstrual (TPM)



Desconforto, inchaço, irritação, cólicas, vontade de comer doces. O conjunto de sintomas compõe a clássica Tensão Pré-Menstrual, a TPM.

Todo mês, o período que antecede a menstruação pode causar alguns incômodos físicos e emocionais.

A TPM pode se apresentar de forma diferente em cada mulher – algumas podem, inclusive, nem sentir os efeitos dessa etapa. Porém, a grande maioria – 80% somente entre as brasileiras – sabe o quanto os sintomas desse período podem atrapalhar a rotina.

Afinal, qual a explicação para a TPM? Desde o início do ciclo menstrual, que se inicia no primeiro dia de fluxo, os hormônios femininos estrogênio e progesterona têm alterações intensas nos seus níveis, chegando a picos e declínios entre o início e o fim do período. Quando a fase conhecida como TPM se aproxima, esses hormônios chegam ao nível mais baixo de produção, e toda essa “gangorra hormonal” é a responsável pelas variações de humor e sintomas físicos na mulher.

No período que antecede a menstruação, a produção de serotonina também é prejudicada. Esse neurotransmissor, conhecido também como “hormônio do bem-estar”, sofre influência direta das alterações dos hormônios sexuais e as consequências são visíveis: a mulher fica emotiva, ansiosa, impaciente e até mesmo depressiva.

Os sinais da TPM costumam variar em cada mulher. Conheça:

- **Ansiedade:** a mulher fica propensa à irritabilidade, tensão e dificuldade para se concentrar ou dormir.

- **Compulsão alimentar:** quem sofre desse tipo de TPM tem o desejo por guloseimas. A explicação é a necessidade energética maior do organismo nesta fase. Além disso, o “mecanismo de recompensa” do cérebro vai buscar alimentos capazes de suprir essa necessidade da forma mais rápida, através de alimentos de alto índice glicêmico.

- **Depressão:** as mulheres sofrem com a queda da autoestima durante esse período, também se irritam com maior facilidade, ficam pessimistas e podem até mesmo apresentar sintomas depressivos.

- **Inchaço:** as mulheres que se enquadram nesta categoria sofrem com o inchaço acentuado e maior sensibilidade nas mamas e em diversas regiões do corpo. Isso ocorre devido à tendência à maior retenção de líquidos no período.

A boa notícia é que algumas medidas podem ser tomadas para tornar a convivência com a TPM melhor: um estilo de vida saudável e, sobretudo, a alimentação balanceada podem minimizar os seus efeitos adversos e tornar seus sinais mais brandos.

Procure um médico ginecologista e faça uma avaliação!

FONTE: <https://www.febrasgo.org.br/pt/noticias/item/44-tensao-pre-menstrual>



Dr. Michelle Daiana

ginecologia e obstetria

24,

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.



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

GRAPHENE®

SENSES

OUTONO/INVERSO 20

A MODA FITNESS
DO SEU JEITO.



DOS TECIDOS

(64) 3431-9050

@TUBARAODOSTECIDOS

TUBARAODOSTECIDOS

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

VEM AÍ



UM CLUBE QUE OFERECE DESCONTOS EXCLUSIVOS PARA VOCÊ!

✔ Descontos ✔ Benefícios ✔ Novidades

Ideal para você que deseja receber ofertas e descontos exclusivos em produtos selecionados.

Faça parte do Clube de Descontos e seja Campeão em ECONOMIA!

Escaneie
aqui e
faça seu
Cadastro.



Faça suas compras sem sair de casa. Produtos entregues no prazo de *uma hora.

BAIXE AGORA!

OU ACESSE
WWW.SUPERMERCADOCAMPEAO.COM.BR

Disponível na
App Store

DISPONÍVEL NO
Google Play



(64) 9992-1243 (64) 3431-8543

*SUJEITO A DISPONIBILIDADE DE HORÁRIOS.

RUA BENJAMIN CONSTANT, 1.340, ITUMBIARA - GO

Prático, Nutritivo e Saboroso!

No mês das mulheres a Alca Foods apresenta as deliciosas barras de cereais, que podem trazer diversos efeitos benéficos na saúde da mulher. Para cada exigência, um produto especial para você. As barras **energéticas**, nos sabores banana, chocolate e coco são uma ótima opção para quem procura uma fonte de energia rápida, prática e saborosa. Juntamente com a linha das barras de cereais energéticas, desenvolvemos as barras de cereais **funcionais**. Nos sabores: chia, damasco, linhaça com ameixa, amendoim e beterraba, que além de muito saborosas são ricas em vitaminas, fibras, ômega 3, ômega 6, proteínas e outros diversos nutrientes fundamentais para o bom funcionamento do nosso organismo.

A **barra de cereal de banana** contém 370mg de potássio, o que é equivalente ao potássio presente em uma banana. Estudos mostraram uma relação positiva entre uma dieta rica em potássio e saúde óssea, especialmente entre as mulheres idosas, sugerindo que o aumento do consumo de alimentos ricos em potássio pode desempenhar um papel na prevenção da osteoporose.

A **barra de chocolate** contém o cacau que apresenta uma ótima função antioxidante. Além disso, o gostinho de chocolate é irresistível e muito querido pelas mulheres.

A **barra de cereal de coco** apresenta ácidos graxos que trazem benefícios importantes para a saúde da mulher, pois auxiliam na manutenção de concentrações adequadas de colesterol. Além disso, o coco possui propriedades fortalecedoras do sistema imunológico.

A **barra de cereal de chia e damasco** devido a presença do damasco é uma excelente fonte de vitaminas. Já a chia possui um elevado valor nutricional, com alto conteúdo de ômega-3. A alta quantidade de fibras da semente de chia (34,6%) pode aumentar a saciedade e diminuir o consumo de calorias, sendo indicada para as mulheres que buscam perder peso.

A **barra de cereal de linhaça com ameixa** é rica em fibras, muito indicada para um bom funcionamento do intestino. A constipação intestinal é muito frequente nas mulheres e essa barra de cereal é ser indicada nesses casos.

A **barra de cereal e Amendoim** é uma ótima opção para lanches intermediários, pois o amendoim garante a saciedade por um período superior a duas horas e este fato inibe o consumo de outros lanches mais calóricos. Portanto, o consumo controlado de amendoim não só inibe o ganho de peso, bem como aumenta a saciedade e a adesão ao plano de reeducação alimentar.

BetaGer Bar é obtida a partir da mistura de beterraba com gergelim. A beterraba é rica em micronutrientes, incluindo potássio (K), sódio (Na), magnésio (Mg), vitamina C e fonte de nitrato inorgânico. Estudos apontam que a utilização da beterraba foi associada com uma diminuição significativa da pressão arterial, e isso pode ser resultado da vasodilatação dos vasos sanguíneos que consequentemente aumenta o fluxo sanguíneo para os músculos no exercício. Além disso, o gergelim contém triptofano, que é precursor da serotonina, hormônio do bem estar.

BARRA DE CEREAL DE COCO



64 2103 4222

www.alcafoods.com

AlcaFoods
Cereais Matinais



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

EDUCAÇÃO FÍSICA



Instalações fitness não representam risco adicional de adquirir Covid-19

O Conselho Regional de Educação Física de Goiás e Tocantins-cref14 publica, estudo acadêmico de larga escala da universidade de Oslo – Noruega, liderada pelo professor Michael Bretthauer que pesquisou a transmissão do vírus e se de fato era atribuído aos ambientes de academias e dentre outros.

"Nosso estudo não mostrou transmissão de vírus ou aumento da doença COVID-19 relacionada à abertura de academias", disse Bretthauer.

A pesquisa - a primeira do gênero na Europa - estudou 3.764 membros do público, com idades entre 18 e 64 anos, que não tinham comorbidades relevantes ao COVID-19.

Aproximadamente metade (1.896) das pessoas teve acesso a academias, enquanto a outra metade (1.868) - um grupo de controle - não.

Os primeiros tiveram acesso a cinco academias - SATS Sjølyst e CC Vest (dois clubes de saúde pertencentes ao gigante nórdico do fitness SATS), STOLT Stovner e Rommen (ambos operados pela rede de academias STOLT Trening) e EVO Bryn (um ginásio de propriedade e operado por EVO Fitness Group).

As instalações foram abertas a partir de 22/05/2020 especificamente para o estudo - enquanto a Noruega ainda estava em lockdown - e as atividades disponíveis nas academias incluíam serviços que os clubes normalmente forneciam, desde pisos de academias a aulas em grupo (incluindo spinning e yoga).

Aqueles que visitavam uma academia tinham que seguir o protocolo de prevenção ao novo coronavírus elaborado pelo Instituto Norueguês de Saúde Pública.

Eles incluíam distanciamento social (um metro para exercícios no chão, dois metros para aulas de alta intensidade), além de intensificar a higiene das mãos e da superfície, enquanto todas as estações de treino eram fornecidas com desinfetantes para que fossem limpos após cada uso.

A equipe da academia também controlava o acesso às academias, para garantir medidas de distância e evitar aglomerações. Os vestiários estavam abertos, mas os chuveiros e saunas estavam fechados.

A equipe de pesquisa testou cada pessoa quanto a SARS-CoV-2 por amostragem auto-administrada de naso, orofaringe e escarro após duas semanas - e doença clínica por ligação a registros eletrônicos de pacientes após três semanas.

No grupo que treinou em uma academia, 81,8% treinaram pelo menos uma vez e 38,5% visitaram uma academia seis vezes ou mais, com o restante variando entre essas duas medidas.

Dos 3.016 indivíduos que retornaram os testes de SARS-CoV-2 PCR, houve um teste positivo, mas enquanto o indivíduo positivo fazia parte do "grupo da academia", eles não haviam visitado a academia antes do teste positivo e rastreamento de contato constatarem que eles foram realmente infectados no local de trabalho.

Durante o estudo de três semanas, não houve visitas ambulatoriais ou internações devido ao COVID-19 em nenhum dos grupos.

Além disso, dos 91 funcionários que trabalharam nas instalações de treinamento durante o período experimen-

tal e concordaram em fornecer dados, 83 (91,2%) foram testados para SARS-CoV-2 e nenhum foi positivo.

Em conclusão, as pesquisas declararam: "Nosso estudo não mostrou transmissão de vírus ou aumento da doença COVID-19 relacionada à abertura de instalações de academia, fornecendo boas rotinas de higiene e distanciamento social."

"Pela lei de emergência, todas as instalações de treinamento foram fechadas na Noruega durante a pandemia. O fechamento foi justificado pelo pressuposto de que a atividade de treinamento nas instalações aumentaria o risco de transmissão de vírus entre os membros das instalações e, portanto, a doença de COVID-19 entre os membros, funcionários e comunidade."

"No entanto, medidas básicas de higiene das mãos e de distanciamento social - assegurando uma distância de 1 a 2 metros entre os indivíduos - são medidas comprovadas e importantes de proteção à transmissão de vírus. Elas são baratas, fáceis de aplicar e não exigem grandes recursos".

"Durante a pandemia do COVID-19, os países introduziram o fechamento de importantes atividades da sociedade porque se supunha que as medidas simples não seriam suficientes para conter a transmissão de vírus."

"No entanto, se a contenção de vírus, incluindo ras-

tratamento de quarentena e contato, higiene das mãos e medidas pessoais de distanciamento social forem suficientes para impedir a disseminação do vírus, o fechamento poderá ser evitado."

"Nosso estudo procurou testar se o fechamento de academias é necessário ou se as instalações abertas podem fornecer higiene e distanciamento social suficientes para impedir a propagação do vírus".

"Se medidas de higiene e distanciamento pudessem ser alcançadas, assumimos que seria seguro abrir academias e instalações de treinamento."

"Como mostram nossos resultados, não houve aumento de doenças relacionadas ao COVID devido à abertura de academias e instalações de treinamento".

Fonte: <https://www.healthclubmanagement.co.uk/health-club-management-news/COVID-19-SATS-STOLT-EVO-Fitness-Michael-Bretthauer-University-of-Oslo/345783>
<https://www.cref14.org.br/portal/noticia/Visualizar.php?id=100>



**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 Einstein;
FMS I;
FASCIAS I E II.



Mundo de Sonhos

Há 20 anos... Kids

Férias EM CASA

EXPLORE OS BRINQUEDOS DO MUNDO DE SONHOS



DEVIDO A PANDEMIA ESTAMOS FAZENDO ENTREGA DE BRINQUEDOS

AV. AFONSO PENA, 59 | CENTRO

(64) 3433-9300 98158-0017

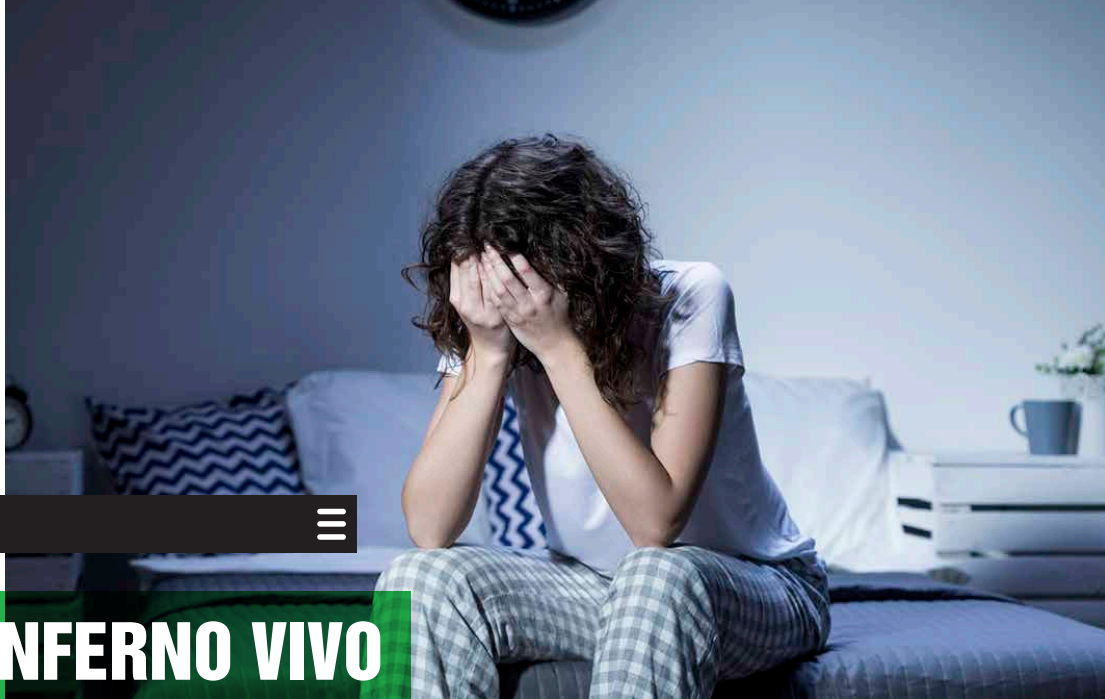
SIGA-NOS NA REDE SOCIAL:



@mundodesonhosbrinquedos



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



MEDICINA DO SONO



INSÔNIA: INFERNO VIVO

Os egípcios comparavam o fato de estar deitado em uma cama sem conseguir dormir com um “inferno vivo”. A cada noite, milhares de homens e mulheres transitam por este reino de silencioso sofrimento e um em cada três adultos não consegue dominar seu cansaço e obter um sono reparador.

Conceitua-se insônia como sendo o sono não reparador, insatisfatório, de quantidade inadequada ou de qualidade ruim.

A insônia pode ser dividida em: transitória, que é a mais comum e geralmente manifesta-se em qualquer pessoa em momentos que antecedem um evento importante como uma prova, uma entrevista de trabalho ou a final de um campeonato; aguda, que persiste durante algumas semanas e nasce de uma situação de estresse ou de crise, tal como a doença de um membro da família ou a perda do emprego; e crônica, ou de longo prazo, que pode trazer sofrimento por meses e às vezes por anos.

Em todas suas manifestações, a insônia pode envolver a pessoa em um círculo vicioso; sente-se muito preocupada por não poder dormir e não dorme porque está muito preocupada.

Pode ser considerada atualmente como um problema de saúde pública, afetando de 16% a 40% da população, com consequências médicas, psicológicas e sociais.

Em qualquer que seja a situação, a insônia pode ser tratada e curada, não sendo aconselhável a automedicação. O Brasil é hoje, no mundo, o segundo maior consumidor de benzodiazepínicos, os chamados calmantes ou remédios para dormir, mas que na realidade, com uso crônico podem causar dependência e prejudicar o sono. Tal situação é em muitas vezes induzida e alimentada pelo próprio médico, já que tais medicamentos são de venda controlada.

Costuma-se dizer que após uma noite ruim virá certamente, um dia ruim. Os insones são habitualmente pessoas irritadas e mal humoradas, com déficit de concentração e memória. Acordados até altas horas, ou acordando no meio da noite, essas pessoas tem um sono comum: uma boa noite de sono.



PNEUMOLOGIA
MEDICINA DO SONO

Dr. Emílio Carlos Oliveira

CRM/MG: 23.460 | CRM/GO: 20.667

Médico;

Especialista em Pneumologia pela Sociedade Brasileira de Medicina;

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





SUA CASA
SEU ESTILO

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



Recebeu cobrança abusiva da concessionária de energia? Saiba o que fazer!

Tem sido frequente estas situações com clientes que procuram consulta jurídica alegando que receberam cobrança de multa em valor exorbitante e em casos extremos, até mesmo a interrupção do fornecimento de energia elétrica em decorrência do não pagamento ou a negativação do nome.

O consumidor deve estar alerta a alguns pontos importantes, haja vista que existem casos de valores exorbitantes sendo cobrados. Durante todo o procedimento de apuração dos fatos, o consumidor precisa participar das etapas e estar ciente, recebendo a notificação da instauração de um procedimento administrativo apuratório de irregularidade, e inclusive tem o direito de ser informado sobre o dia e hora da perícia técnica, para acompanhar as averiguações.

Caso alguma das fases tenha sido realizada sem a participação do consumidor, está caracterizado que o procedimento tramitou de forma unilateral, retirando a possibilidade de defesa do consumidor, o que pode levar a anulação do procedimento administrativo que se deu de forma irregular e o cancelamento da cobrança indevida.

A Resolução da Agência Nacional de Energia Elétrica - ANEEL é clara ao determinar que o consumidor deve estar presente, acompanhando as inspeções reali-

zadas pela concessionária no medidor de energia e receber uma cópia do termo de ocorrência, de modo que fique ciente de todas as etapas do procedimento.

Outros fatos devem ser considerados, como exemplo, é de responsabilidade da concessionária a manutenção do equipamento medidor de energia, que precisa apresentar provas concretas e robustas de fraude ocasionada pelo consumidor, para que a cobrança seja legítima.

Ausentes estes requisitos, o judiciário tem decidido pela anulação do procedimento, da cobrança considerada indevida e em alguns casos a concessão do dano moral àqueles consumidores que comprovaram danos gravosos sofridos.

Se este for o seu caso, é importante considerar que é preciso ser analisado em suas particularidades. 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.





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

NEUROLOGIA



Transtorno de Ansiedade em tempo de Pandemia



A **ansiedade** tem sido uma questão preocupante desde o início da quarentena em meio à pandemia do coronavírus. Desde que o isolamento social foi implementado como medida preventiva contra a nova doença tivemos que nos adaptar a novos comportamentos e rotinas. Diante de tantas mudanças, é normal que o nosso corpo e nossa mente sintam esse impacto.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil tem o maior número de pessoas ansiosas do mundo: 18,6 milhões de brasileiros (9,3% da população) convivem com o transtorno. Com a pandemia esses sintomas podem ser evidenciados, por isso é importante aprender como lidar com seus efeitos.

• O que é ansiedade e quais os sintomas?

A ansiedade é uma reação natural do corpo humano, que consiste nos sentimentos de inquietação, agitação, preocupação ou estresse. É normal sentir-se ansioso ao realizar atividades normais do dia a dia, como uma entrevista de emprego, uma prova difícil, uma viagem, ir à um evento importante, etc.

Nem sempre a ansiedade é uma doença. Deve-se atentar quando a ansiedade apresenta níveis irregulares, afetando de forma negativa o funcionamento da nossa rotina, o que pode desencadear o chamado transtorno de ansiedade, doença psiquiátrica. Com a crise mundial do Coronavírus a ansiedade pode aparecer em nosso dia a dia por diversas razões: insegurança em relação ao emprego, angústia por não saber quando tudo isso irá acabar, preocupação com familiares e amigos, mudança da rotina etc.

A ansiedade não afeta apenas nossa mente, mas também nosso corpo e desempenho, e os sintomas comuns são: Nervosismo; Irritabilidade; Tristeza; Angústia; Sofrimento por antecipação; Dificuldade de concentração; Falta de ar; Sudorese; Tremores; Sensação de sufocação; Medo de perder o controle; Coração acelerado; Dores musculares; Preocupações ou medos excessivos; Tontura; Pensamentos pessimistas e Dores de cabeça.

• A relação da pandemia do Coronavírus com a ansiedade

Por ser um cenário incontrolável e de nível global, não é difícil que todos sintam o impacto e apresentem sinais de ansiedade, por isso é fundamental que não se perca o contato virtual com amigos e familiares, além de se manter ocupado. Recomenda-se que as pessoas que trabalham continuem seus projetos em casa sempre que possível. É importante manter o autocuidado

com a alimentação, hidratação e a comunicação por meios eletrônicos. É necessário ocupar a mente com outras coisas e não passar o dia vendo notícias sobre Coronavírus. Não se deve ficar concentrado na doença, pois isso pode gerar uma obsessão mental e incapacitar as pessoas de se desenvolverem.

• O que fazer para manter a saúde mental durante a pandemia?

Faça atividades que você goste, realize atividades que te dão prazer e te façam feliz, é uma maneira de tornar o seu dia menos pesado e estressante. Aproveite para cozinhar algo gostoso, ler um livro, assistir filmes e séries de assuntos que você gosta, dançar, praticar exercícios físicos, escrever textos, mudar a decoração de um cômodo da sua casa, pintar, desenhar ou realizar qualquer atividade que possa desviar os seus pensamentos de coisas negativas e de obrigatoriedades do dia a dia. Converse com amigos ou familiares!

Nesse momento em que estamos mais vulneráveis, conversar com amigos e familiares é essencial para manter nossa saúde mental em dia. Fazer coisas que amenizem a saudades pode ser a melhor opção em tempos de COVID-19, algumas dicas são: crie grupos em aplicativos de mensagens, converse e compartilhe vídeos engraçados e faça videochamadas com as pessoas que você gosta.

E precisando de tratamento medicamentoso a neurologista pode te ajudar.

Fonte: <https://dasa.com.br/blog-coronavirus/ansiedade-na-quarentena>

34,

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

NOVIDADES! EM ANDAMENTO

CARREGANDO ...




GABARITO[®]
SISTEMA DE ENSINO



PRORROGAÇÃO DA MP 936/2020 – PROGRAMA EMERGENCIAL DE MANUTENÇÃO DO EMPREGO E DA RENDA



A MP nº 936/2020 foi publicada em 1º de abril de 2020, trazendo medidas para combate ao desemprego diante do atual cenário da pandemia.

Uma das principais medidas está relacionada com os acordos realizados com os empregados para a redução de jornada e salário, bem como a suspensão do contrato de trabalho.

Essa MP foi publicada com prazo de validade de 60 dias, ocorre que em 1º de junho houve a expiração deste prazo.

Com isso, o Congresso Nacional prorrogou a sua vigência por mais 60 dias.

Entretanto, importante destacar que esta prorrogação não autoriza as empresas a realizarem um novo acordo de Suspensão do Contrato de Trabalho por mais 60 dias, caso a empresa já tenha optado por esta opção anteriormente. O mesmo vale para os casos em que a empresa tenha optado pela Redução da Jornada de Trabalho que não pode exce-

der o prazo de 60 dias também. Essa prorrogação da vigência dá a oportunidade das empresas que ainda não realizaram a suspensão do contrato ou a redução de jornada, de aderirem a essas medidas do Governo.

Agora, se a empresa já realizou a suspensão do contrato de trabalho por 60 dias, ela ainda poderá realizar um novo acordo para a redução da jornada e salário pelo prazo de 30 dias, pois não poderá haver acordos superiores a 90 dias.

Entretanto, a Câmara dos Deputados realizou uma série de modificações na Medida Provisória, entre elas, a prorrogação dos acordos já realizados até dezembro/2020, mas essas mudanças ainda deverão ser aprovadas no Senado Federal e após irão para a sanção do Presidente para que possam ter validade.

Desta forma, acompanharemos os trâmites das votações para averiguar quais alterações passarão a ter validade.

Fonte: planalto.gov.br

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

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

Então, venha nos visitar!

www.wrcontab.com.br

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



Contabilidade & Consultoria

Sua empresa, nosso negócio.

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

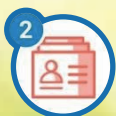
Filial: Rua Brasil, 50 - Setor Bueno - Goiânia-GO | 62 3922-3417

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

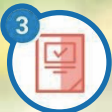
VESTIBULAR ONLINE UNOPAR



Escolha o curso, a modalidade, a instituição, o horário e o local em que deseja estudar. *



Inscreva-se no vestibular da Instituição escolhida.



Faça o vestibular online de onde você estiver.



Faça a sua matrícula e comece a estudar sem sair de casa!

PODE COMPARAR UNIVERSIDADE ASSIM É UNOPAR

FAÇA JÁ SUA PROVA



Aulas presenciais e práticas até 3 vezes por semana.



Apoio de tutores em sala de aula e online.



Laboratórios especializados para aulas práticas.

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

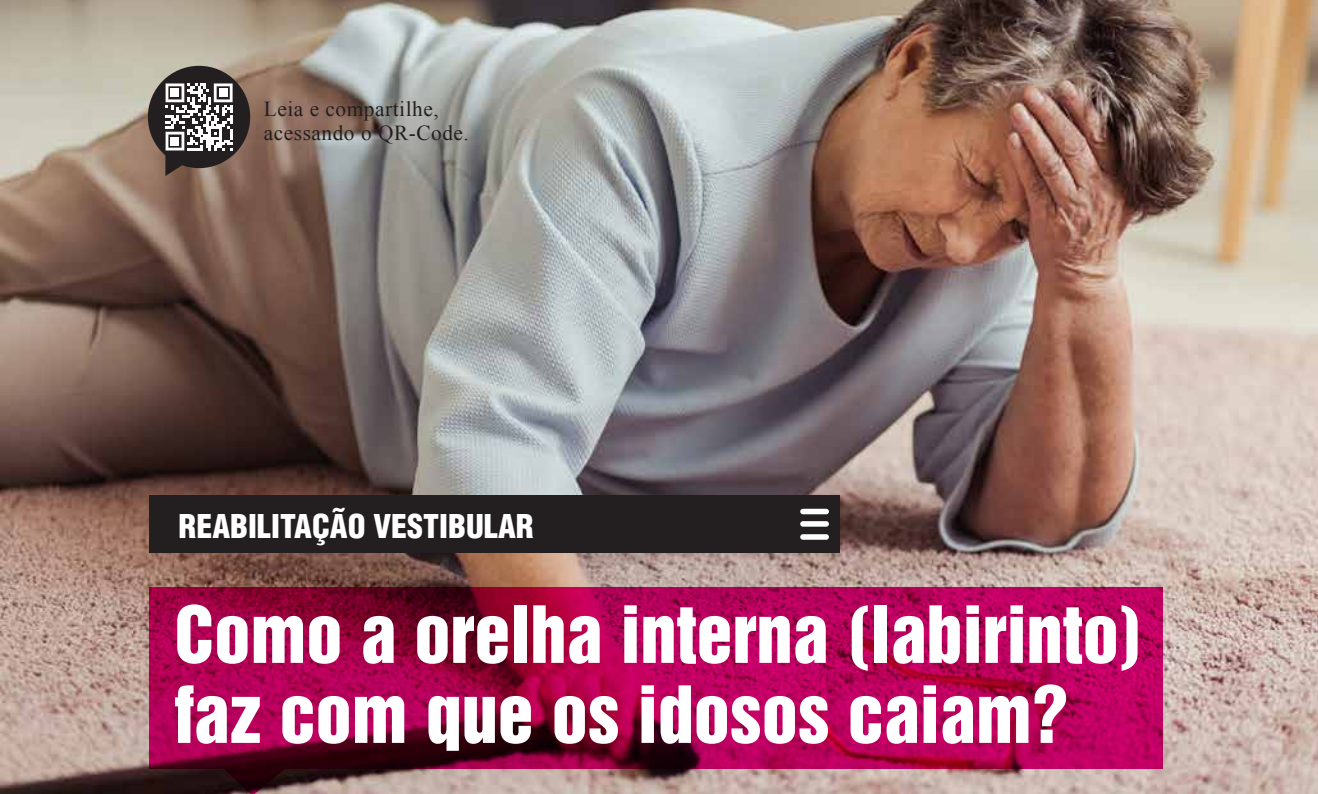
 unopar

Inscreva-se já: unopar.br

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



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



REABILITAÇÃO VESTIBULAR



Como a orelha interna (labirinto) faz com que os idosos caiam?

As quedas e os distúrbios do equilíbrio ocorrem por vários motivos após certa idade. Entretanto, a avaliação vestibular raramente é realizada nos casos recorrentes. Estima-se que em um a cada três casos de queda de idosos, exista um fator vestibular.

O sistema vestibular é responsável por detectar a posição, o movimento e as acelerações angulares da cabeça em relação ao corpo. Isso só é possível pela integração das informações dos receptores localizados na orelha interna.

Diante de uma patologia vestibular, a orelha interna oferece uma informação falsa de desequilíbrio, o reflexo dos músculos tenta corrigir esse equilíbrio que o idoso pensa ter perdido, e o resultado disso, na maioria das vezes, é a queda, sem mesmo que o indivíduo saiba como isso pode ter ocorrido.

Como existem inúmeras patologias relacionadas ao sistema vestibular, é de suma importância que o diagnóstico seja feito de forma correta. Os sintomas vão além do desequilíbrio, incluindo quadros episódicos de vertigem associada a náusea, sudorese e

vômito. Além disso, também pode haver alterações auditivas, como zumbido, diminuição da acuidade auditiva e plenitude aural (quando os sons são percebidos de maneira abafada).

O tratamento se baseia no princípio de recuperar um labirinto saudável, por exercícios vestibulares de fácil execução (interação olhos, cabeça, membros superiores e inferiores) de acordo com o estado físico de cada paciente. O objetivo é reativar as sinapses normais que se encontram deprimidas, fazendo o labirinto voltar a funcionar em todas as situações, prevenindo quedas e melhorando a qualidade de vida do paciente. Para avaliação e tratamento 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



WIZARD.COM.BR



ESTUDAR EM
SALA DE AULA
TRADICIONAL
OU INTERATIVA?
SÓ PODIA SER
WIZARD.



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

☎️ (64) 3431-5136

🌐 Atendimento Online: www.linktr.ee/wizard_itumbiara

📘 WizardByPearsonItumbiara

📷 @wizard_itumbiara

Só na Wizarad você tem **formatos de ensino** que se adaptam ao seu jeito, proporcionando uma experiência personalizada e melhor aprendizado.





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

UROLOGIA

Ejaculação precoce

→ O que é

Ejaculação precoce (EP), prematura ou rápida, segundo a ISSM (*Sociedade Internacional de Medicina Sexual*) é a disfunção sexual masculina caracterizada pela ejaculação que ocorre sempre, ou quase sempre, quando o tempo desde a penetração vaginal até a ejaculação passa a ser insatisfatório para o homem ou para o casal. Essa dificuldade gera consequências negativas, tais como: sensação de incômodo, insatisfação e/ou desejo de evitar a intimidade sexual.

→ Sintomas

A EP é um sintoma, e não propriamente uma doença. Sua incidência é considerada alta, ocorrendo ao redor de 30% dos homens. O principal aspecto é a insatisfação sexual, envolvendo geralmente tanto o homem como sua parceira sexual.

→ Causas

A EP é um problema comportamental na maioria dos casos, envolvendo um nível de ansiedade elevado, mas também pode ter causas orgânicas (ou físicas), como: prostatite, alterações relacionadas com a serotonina (hormônio que regula o humor, sono, entre outras funções), hipersensibilidade da glândula e problemas da tireoide.

→ Diagnóstico

O diagnóstico da ejaculação precoce é eminentemente clínico, ou seja, ele é feito por meio do relato do paciente, detalhando desde quando iniciou e como evoluiu, além do exame físico e, se necessário, algum exame complementar (dosagem hormonal).

A EP pode ser classificada em:

- a) **primária:** ocorre desde a primeira relação sexual;
- b) **secundária:** ocorre quando já houve previamente um período de tempo sem ejaculação precoce;
- c) **ocasional ou situacional:** ocorre às vezes ou com determinadas parceiras;

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



→ Prevenção

Muitas vezes o paciente com EP possui um perfil psicológico de ansiedade. Neste sentido, praticar atividades que aliviem o estresse e conversar com sua parceira sobre o problema podem ser úteis do ponto de vista emocional. A ajuda de um terapeuta sexual pode proporcionar excelentes resultados, inclusive a cura do problema.

→ Tratamento

O tratamento da EP é realizado basicamente por meio de psicoterapia sexual (podendo ser do tipo comportamental) e de farmacoterapia. Os medicamentos antidepressivos e os analgésicos de ação sistêmica ou local têm sido empregados com bons índices de sucesso e, quando existe disfunção erétil (impotência) associada, os inibidores da fosfodiesterase do tipo-5 podem ser igualmente utilizados. Há uma tendência de se utilizar a combinação de psicoterapia sexual e farmacoterapia, visando melhores resultados.

Dois aspectos fundamentais devem ser levados em conta quando se analisa a EP:

- a) fazer o diagnóstico diferencial entre EP e DE ou a presença de ambas;
- b) dimensionar o impacto psicológico que a EP possa estar causando tanto para o homem como para sua parceira.

Fonte: <https://portaldaurologia.org.br/doencas/ejaculacao-precoce->



C.A.U.I.

CENTRO DE ATENDIMENTO UROLÓGICO DE ITUMBIARA



LOCAÇÃO E VENDA DO CONCENTRADOR E VENDA DOS ACESSÓRIOS!

Acessórios de oxigenioterapia, catéter,
umidificador, máscara de oxigênio,
ambu e oxímetro.



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



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

MEDICINA VETERINÁRIA



Raiva



Neste ano foram confirmados dois casos de raiva humana no Brasil, até o momento, o primeiro de um adolescente de 14 anos residente em Angra dos Reis e o segundo de uma mulher de 68 anos de Paraíba. O adolescente sofreu um ataque de um morcego e veio a óbito meses após o ocorrido, já a mulher se encontra em estado grave na UTI da cidade que reside.

A raiva é uma zoonose e pode ser transmitida através do contato com a saliva de animais infectados, através de lesões na pele e também por meio de mordidas e arranhaduras. Os principais transmissores são os animais silvestres, morcegos e animais domésticos não vacinados. A raiva é uma doença aguda do Sistema Nervoso Central, caracterizada por encefalomie-

lite fatal, levando a morte de quase 100% das vítimas. O aparecimento dos sintomas varia de 20 a 60 dias, porém já existem relatos que mostram que os sinais clínicos aparecem até um ano após a exposição ao vírus.

Os animais acometidos podem apresentar salivação excessiva, perda de apetite, apatia, tremores musculares, alteração motora, dificuldade respiratória, alteração no comportamento, dentre outros sinais. Já em humanos pode ocorrer aumento da temperatura, cefaleia, dor de garganta, alterações no comportamento, dificuldade em se manter em áreas com muita luz e falta de ar. Em casos de ataque de algum animal que possa estar infectado, a assistência médica deve ser procurada o mais rápido possível, a única forma de prevenção é por meio da vacina. Dessa forma, por se tratar de uma doença grave que pode levar a óbito tanto homem quanto animal, é de vital importância realizar a vacinação anual a fim de prevenir que os casos aumentem a cada ano.



☎ 64 3404-1586

📞 Plantão: 64 99290-4500

☎ 64 98148-7015

🏠 Av. Brasília, 85 Cer
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).

Dra Daphine Azevedo Magalhães

Graduação em Medicina Veterinária em 2018 pela UNIUBE/MG



Entenda a Importância da Atividade Física no Inverno: Algumas Curiosidades

O friozinho do inverno é um convite para ficar mais tempo na cama e, mais ainda, bem longe da academia. Mas poucos sabem que esta época é a melhor do ano para praticar atividades físicas. Fazer exercício no frio pode aumentar em até 30% a queima de calorias. É o que garante o pesquisador Luis Carlos Oliveira, do Centro de Estudos do Laboratório de Aptidão Física de São Caetano do Sul (Celafiscs), órgão ligado à Secretaria estadual de Saúde de São Paulo. Segundo o especialista, o clima mais ameno leva o corpo a precisar queimar mais calorias para manter-se aquecido.

Outra consequência é o aumento do apetite. Quanto maior a sensação de frio, maior a fome. Isso ocorre porque, para manter a temperatura básica do organismo, o metabolismo precisará acelerar o seu funcionamento, o que pode ser até cinco vezes o normal.

Lembrando que devemos ressaltar a importância do alongamento antes da atividade, que podem evitar lesões mais graves.

Porém não devemos nos descuidar de uma alimentação adequada mesmo no inverno, pois esse gasto calórico depende da intensidade dos exercícios que serão executados.

Mesmo com as baixas temperaturas, os cuidados antes, durante e após as atividades devem ser seguidas, como por exemplo: hidratar-se antes, durante e após as atividades, também é recomendável usar roupas leves pois o excesso de roupas leva o organismo a um aquecimento excessivo, fazendo com que o mesmo tenha uma perda maior de sais minerais.

Outro detalhe importantíssimo tanto quanto o alongamento antes dos exercícios é o aquecimento, pois o corpo em repouso leva mais tempo para atingir a temperatura ideal para iniciar as atividades.

Quem sofre de dores musculares crônicas ou artrite tende a reclamar de um aumento maior das dores durante o inverno, isso acontece devido a constrição vascular, ou seja o estreitamento dos vasos sanguíneos, pois o frio é responsável por provocar o espessamento do líquido responsável pela lubrificação das articulações (líquido sinovial é um dos elementos que formam o sistema locomotor junto com os ossos, músculos, ligamentos e articulações, esse líquido sinovial é o responsável em fazer com que os movimentos das articulações fiquem mais suaves e indolor).

Outro hábito comum pelo aumento de dores nesse período são as contrações musculares, que acontece devido a nos encolhermos para nos manter mais aquecidos, provocando uma maior tensão muscular.

Outra situação que acontece muito nesse período do ano, mas que poucas pessoas sabem, é o aumento de casos de crises depressivas devido ao tempo fechado e acinzentado, chamada de depressão de inverno ou depressão sazonal, no Brasil o mal atinge 1% da população devido o clima ser mais ameno, já em países que o inverno costuma ser rigoroso como a temperatura muito baixa, 10% da população desenvolve a depressão de inverno.

Por isso, precisamos incentivar ainda mais a prática de atividade física no inverno, para prevenir o surgimento ou aumento de sintomas musculoesqueléticos, e o aumento de sintomas depressivos.

Minha dica é mantenha-se sempre ativo, com o corpo saudável, praticando sempre alguma atividade, para manter a mente e o corpo são.

Fontes:
Keila Schlichting antunes
Morgana Lovato Cantarelli
Maestrovirtuale.com
Gnt.globo.com



ROSÂNGELA MELO

Estudante de Educação Física Unopar

Professora Academia Ritmo

Instagram: @rosangela.melo.7545



Rua Padre Félix, 431 - Centro - Itumbiara-GO

(64)3431-1199



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

NUTRICIONISTA



Como manter a imunidade em dia?

Em qualquer fase da nossa vida, devemos manter a nossa imunidade em dia, porém considerando o momento de pandemia em que estamos vivendo precisamos nos preocupar ainda mais. E é com essa preocupação com a promoção da saúde e prevenção de doenças, que foram lançados estudos a respeito da importância de vitaminas e minerais no sistema imunológico, com atuação no cenário da síndrome respiratória aguda grave causada pelo COVID-19. É importante enfatizar que nenhum desses nutrientes trata diretamente a infecção pelo COVID-19.

Fundamentado na literatura vigente, que seria relacionado não somente ao COVID-19, mas também a outros vírus, o presente estudo descreve os efeitos benéficos dos tratamentos das deficiências específicas referentes às vitaminas A, D, C, zinco e selênio, além do possível papel dos probióticos.

Alimentos ricos em vitamina A são gemas de ovos,

fígado, bacalhau, vegetais folhosos verde-escuros e vegetais e frutas amarelo-laranjadas, manga, mamão, abóbora, cenoura, batata-doce, espinafre, mostarda e couve.

As principais fontes de vitamina C são as frutas cítricas e vegetais crus.

As fontes alimentares de Vitamina D são peixes com alto teor de gordura (salmão, sardinha), gema de ovo, fígado, leite e seus derivados.

O zinco varia entre os alimentos, mariscos, ostras, carnes vermelhas, fígado, miúdos e ovos, sendo interessante ressaltar que a absorção intestinal de zinco de alimentos vegetais não é tão grande quanto de alimentos de origem animal. Portanto, os vegetarianos podem precisar de até 50% mais de zinco na dieta do que os não vegetarianos.

O selênio está presente em alimentos como castanha, peixes (sardinha e salmão), fígado de boi, farelo de arroz, farinha de trigo integral.

Se necessário, ambas as vitaminas e minerais podem ser suplementadas para chegarem a recomendação diária.

Sendo assim, reforço que uma alimentação adequada é fundamental para a integridade do sistema imunológico, pacientes sob-risco de deficiência podem receber suplementação de acordo com avaliação nutricional.

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 Ipasgo.

BRASIL ÍTÁLIA

naturais

Vicensotti

PRODUTO EXCLUSIVO

**SUPERMERCADO
ALVES**

Modelo: Bianca Marques

SUCO Prensado a Frio

O suco prensado a frio é diferente de tudo que você já viu. As frutas e verduras frescas são prensadas usando uma prensa hidráulica, aplicando-se grande pressão e extraindo até a última gota do suco. A prensagem ocorre dentro de uma bolsa especial. O Suco Vicensotti permite que seu corpo assimile facilmente os nutrientes, sem uma árdua digestão. O processo de prensagem a frio não oxida ou degrada as frutas e verduras e ajuda a manter os nutrientes e enzimas intactas. O suco prensado a frio é o suco mais completo e nutritivo que existe no mercado e contém até 5 vezes mais vitaminas, minerais e enzimas quando comparado com sucos feitos em liquidificadores ou em quaisquer outros métodos de extração. Nutrição nunca foi tão conveniente e delicioso.

Cada garrafa dos nossos sucos contém combinações diferentes de frutas, verduras ultra frescas e uma quantidade enorme de potencial de cura. Passar um dia ou mais tomando sucos prensados a frio é uma excelente maneira de desintoxicar-se, restaurar o equilíbrio do corpo, perder peso e iniciar um comprometimento com uma vida mais saudável.



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

ODONTOLOGIA



Saúde Bucal: Cuidado com os dentes é fundamental



A boca desempenha importantes funções que repercutem na saúde de todo o organismo. Além de exercer papel fundamental na fala, mastigação e respiração, a boca é a maior cavidade do corpo a ter contato direto com o meio ambiente, sendo a porta de entrada para bactérias e outros microrganismos prejudiciais à saúde.

Uma boa higiene bucal diminui o risco de desenvolvimento de problemas bucais e dentários. É importante ressaltar que as doenças bucais têm relação direta com o fumo, o consumo de álcool e a má alimentação. Estudos científicos também comprovam que a saúde bucal tem íntima relação com a saúde geral, pois a boca interage com todas as estruturas do corpo. As más condições de higiene bucal podem causar doenças bucais, que, por sua vez, podem levar a enfermidades (ou agravá-las), principalmente doenças cardiovasculares e diabetes. Para ter um sorriso bonito e saudável, é preciso escovar os dentes todos os dias, após cada refeição e principalmente antes de dormir, utilizando uma escova de dente de tamanho adequado, com cerdas macias e creme dental com flúor. A complementação da escovação pode ser feita passando o fio dental entre todos os dentes. Manter uma alimentação saudável, controlando a frequência da ingestão de alimentos doces principalmente entre as refeições, também colabora com a saúde bucal.

Quem usa aparelho ortodôntico deve se preocupar mais com a limpeza dos dentes, gengiva e o uso do flúor, pois o aparelho retém muitos restos de alimentos, o que pode colaborar para o desenvolvimento de gengivite e lesões de cárie dentária.

• Cuidados bucais

Além da escovação e do uso do fio-dental diariamente, sempre após o término das refeições, a recomendação do Ministério da Saúde é a visita regular ao dentista. Deve ser realizada uma

avaliação diagnóstica rigorosa, orienta-se que a primeira consulta odontológica ocorra antes mesmo de nascer o primeiro dente no bebê, colaborando para um acompanhamento que deverá ser seguido por toda a vida. Desde a primeira infância é importante fazer o trabalho de prevenção a doenças, especialmente contra a doença cárie. É importante também o dentista orientar sobre escovação com pasta de dente com flúor e a introdução de alimentos saudáveis, sem açúcar artificial, como balinhas, pirulitos, chicletes, sucos artificiais e refrigerantes. E depois na adolescência e fase adulta, continuar com orientações de como fazer a higienização adequada, quando há maior chance de ter doenças gengivais e periodontais.

Geralmente as pessoas procuram o profissional de saúde quando já estão sentindo alguma dor, mas é importante ir ao dentista antes para uma avaliação e para manter a higienização dos dentes, evitando assim o aparecimento de doenças. Quando há ferimentos na boca que não cicatrizam é preciso procurar o dentista para analisar se pode ser um caso de câncer de boca, especialmente quando a pessoa fuma e/ou ingere bebidas alcólicas, ou se há risco de ser uma infecção pelo HPV, ou caso tenha o hábito de exposição excessiva ao sol sem proteção adequada.

Outro problema frequente é a halitose ou mau hálito, como é comumente chamado. Pode ter várias causas, como má higienização oral, problemas gástricos, entre outros. É essencial que a pessoa busque um profissional para conhecer a origem desse agravo. Enxaguantes bucais e raspadores de língua são indicados para contribuir na higienização. Ressalta-se que o uso do enxaguante bucal não deve ser feito sem orientação e conhecimento do seu dentista, já que nem sempre o produto pode resultar só em benefícios, além de muitas vezes dar a falsa sensação de limpeza, promovida pela sensação de refrescância. É importante lembrar que o correto uso da escova, pasta fluoretada e fio dental já são responsáveis por evitar alguns agravos bucais, sendo assim, os enxaguantes são produtos suplementares e não necessariamente obrigatórios.

Dra. Laila Neonides Fernandes Hottinger

CRO: 15.534

Clínico Geral e Ortodontista;

Graduação Universidade de Uberaba (Uniuibe);

Especialização em Ortodontia -Faculdade Funort Uberaba;

Atualização em Dobras e alças -IQO;

Botox e preenchimento facial - Faculdade Funort Uberaba.



☎ (64) 3403-5726

☎ (64) 9.9966-2025

📷 @odontodesign_iub

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



CADA FÓRMULA NOSSA VAI COM ESTE CARINHO



EQUIPE DO LABORATÓRIO RAVENNA MANIPULAÇÃO.

 **RAVENNA**
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

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

TUDO QUE SEU PET PRECISA VOCÊ ENCONTRA AQUI!



Clínica Veterinária



Alimentação
Premium



Acessórios



Medicamentos



Ultrassom



Banho
e Tosa



E muito mais

Villa Pet
SEU PET CADA VEZ MAIS SAUDÁVEL

4 anos
CUIDANDO DE
QUEM CUIDA
DA GENTE.

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



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

REFLEXÃO



Coronavírus

Em menos de 3 minutos posso te ajudar!

- Ainda não existe um tratamento específico para esse vírus, não tem um medicamento comprovado que vá melhorar o quadro.

- Assintomáticos são os que não apresentam qualquer sintoma, mas mesmo assim podem transmitir o vírus.

- Mas se você está assintomático infelizmente não tem como saber, a não ser que realize um exame particular.

- Por isso é muito importante usar máscaras o tempo todo, evitar aglomerações, e higienizar bem as mãos. Talvez a pessoa próxima a você esteja assintomática, então cuidado com todos!

- Se você tem algum sintoma e tem alguma suspeita de que possa estar com o vírus, converse com sua empresa, fique em casa, se isole por pelo menos 1 semana e observe seus sintomas.

- Se tiver tido contato com algum positivo, mas estiver assintomático, use máscara o tempo todo, converse com a sua empresa sobre isso, e se tiver alguma suspeita, fique em casa.

- Se sua empresa não quer te liberar a não ser que você apresente um exame positivo, então exija que eles façam um exame particular seu.

- Hospitais não realizam exames, a não ser que você esteja internado (quadros de gravidade).

- Laboratórios realizam exames.

- Para realizar exames pelo município você primeiro precisa ser notificado e ser acompanhado, então não são todos que farão exames, pois infelizmente no Brasil não tem exames para todos.

- Se você tem uma empresa e não concorda com seu funcionário ser afastado, pague um exame particular, não adianta encaminhá-lo ao hospital.

- Ir ao hospital com queixas leves, suspeita, ou apenas por ter contato com alguém positivo é um erro, pois estará sendo realmente exposto. Cuidado!

- Se tiver alguma suspeita, ter o exame positivo não vai mudar o tratamento, não se exponha para tirar essa dúvida, mesmo que isso esteja gerando grande ansiedade.

- Tem alguma dúvida, entre em contato com os números (64) 99279-6466 ou (64) 99251-6038 disponível das 08-20h todos os dias, ou “disque saúde” através do número 136, disponível 24h, isso te ajudará a saber o que fazer.

- Não existe um medicamento que previna a piora do quadro, então só procure o hospital caso não consiga ficar em casa mesmo, devido aos sintomas ruins.

- Pessoas com a imunidade melhor tem mais chances de combater o vírus, e apresentar sintomas leves, mas isso também não é uma regra.

- Para manter uma imunidade boa você precisa dormir bem, se hidratar, se alimentar melhor, estar com as vitaminas e hormônios regulados, praticar atividade física, não se estressar, não se aborrecer, controlar a ansiedade, isso aumenta as suas chances.

- É bem complicado mesmo manter tudo isso em equilíbrio, por isso é importante se conhecer cada vez melhor, buscar evolução e ajuda se necessário.

- Em casos de mais dúvidas disponibilizo também o contato da clínica no instagram @nutronclinica. Estou à disposição de todos!



✉ nutronclinica@gmail.com

📷 @nutronclinica

Dr. Átila Tavares Abdala

CRM/GO: 18.888

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



ANUNCIE AQUI.



Acesse:
www.rmaissaude.com

revista



SAÚDE

ANÚNCIOS E MATÉRIAS:  64 99275 5299

 64 99202 4160

 rmaissaude

 rmaissaude



NEM TODA CRIANÇA OU ADULTO PRECISA DE ÓCULOS DE GRAU. MAS TODAS PRECISAM DA PROTEÇÃO CONTRA A LUZ AZUL NESTE MOMENTO DE ESTUDOS ONLINE.

Hoje vivemos conectados tempo todo seja através de smartphones, tablets computadores, etc. ao utilizar esses aparelhos eletrônicos os olhos são expostos a luz azul violeta que causa desconforto a visão no curto prazo, mas pode provocar danos reais ao longo prazo.

Cuide de você e de quem você ama.
Use lentes com proteção da luz azul.



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)



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



SAÚDE MENTAL



Dermatite na região das fraldas!

Olá mães, hoje vamos conversar sobre um assunto muito comum nos consultórios de pediatria, uma das queixas mais comuns: irritação na pele dos bebês, principalmente na região das fraldas. É a causa mais comum de dermatite entre os pequenos. De acordo com a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP), 25% das crianças até dois anos apresentarão estas dermatites. As causas podem ser naturais, como resultado do contato das fezes e da urina, ou de componentes químicos de produtos de higiene e itens da composição da fralda.

A dermatite causada pela composição das fraldas é uma situação específica e não muito frequente. O bebê pode ter uma irritação ou alergia ao corante da fralda, principalmente verde e azul, ao elástico ou até mesmo a outros materiais utilizados em sua composição. Lembre-se que a pele do bebê está “fresca” ainda e como tudo é novo, para saber se irá ter ou não alergia precisamos do contato.

Mas não se apavorem, pois algumas medidas preventivas para a dermatite de fraldas podem ser tomadas, como evitar o uso frequente de lenço umedecido. Procure fazer o uso apenas para as saídas, sei que ele é “uma mão na roda”, mas dê preferência para água morna com algodão, por exemplo, e aos sabonetes alcalinos; procure não friccionar a área. As pomadas de assadura são eficazes? Sim, porém quando passadas

em uma fina camada. Se a assadura surgir, os cuidados devem ser intensificados, assim como as trocas de fraldas devem ser mais frequentes. Não deixe seus pequenos com fralda molhada por muito tempo.

Uma dica de vó valiosa é o amido de milho, tanto na água da banheira quanto nas trocas após ter limpo e secado o local, como se fosse um talco, serve também no lugar das pomadas. Tente trocar a marca da fralda também, pode ser alergia do produto.

O choro e a irritação dos bebês são os principais sinais que demonstram o incômodo que a dermatite causa. No entanto, dermatoses graves podem produzir sangramento, dor e infecções.

A orientação da dermatologista pediatra é que procurem ajuda médica sempre que identificarem que a assadura não melhora com os cuidados citados anteriormente e, se possível, antes que ela se agrave. Caso a assadura persista por mais de sete dias, o pediatra deve ser consultado, além disso, o profissional deverá ser procurado em casos mais resistentes.



Redutase

Saúde e Estética

**Dra. Marianne Duarte
Costa Balliana**

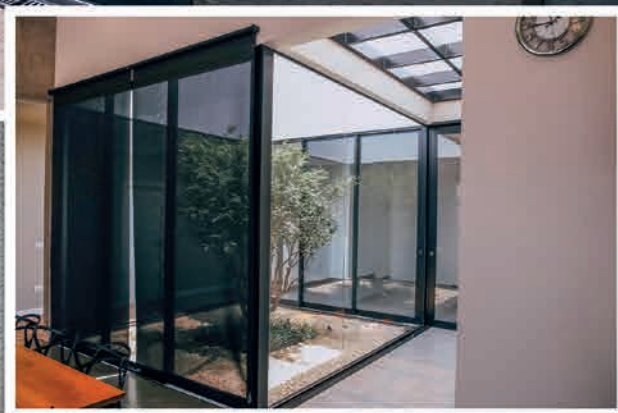
CRM/GO: 17.976

Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS
PÁGINAS 06 E 07



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



**RESISTÊNCIA, QUALIDADE E BELEZA,
TUDO ISSO EM UM ÚNICO PRODUTO!**

O Rey do Vidro é uma empresa que se destaca no ramo de vidraçaria e esquadria, pela variedade de produtos com que trabalha, sendo eles: Vidros para construção, espelhos, box para banheiros, vidros temperados, esquadrias de alumínio, portas de ACM e vidros para máquinas agrícolas. Com dinamismo, preço justo e o bom atendimento, o Rey do Vidro é voltado diretamente ao cliente, buscando sua fidelidade pelo cuidado na elaboração de cada projeto bem como na realização deste, sem abrir mão é claro de um trabalho de qualidade tanto em relação aos materiais utilizados quanto no profissionalismo e competência de sua equipe.

SOLUÇÕES INTELIGENTES E PERSONALIZADAS PARA CADA CLIENTE.

Rey do Vidro
A solução em Vidros

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



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

ODONTOLOGIA

8 cuidados para manter a escova de dentes livre de bactérias



É de extrema importância cuidar da higienização dos materiais utilizados para a limpeza bucal, e sem sombra de dúvidas do principal item: a escova de dentes. Por isso, listamos 8 cuidados para manter a escova de dentes **livre de bactérias**.

1. Troque a escova regularmente: O indicado é comprar uma escova de dentes nova a cada 3 meses, mais especificamente, se as cerdas estiverem desgastadas antes desse tempo, é preciso trocá-la – cerdas detonadas não limpam com a mesma eficácia e as pessoas tendem a forçar a escova, o que prejudica ainda mais. O mesmo vale para escovas elétricas. Até depois de uma doença viral ou bacteriológica a escova pode apresentar perigo. As bactérias podem se alojar nas cerdas e causar a reinfecção.

2. Limpeza diária: Depois da escovação, limpe bem em água corrente e retire o excesso de água com uma pequena batida na escova. Depois borrife ou pingue antisséptico bucal, também vale deixar a parte das cerdas submersa no enxaguante bucal por uns 20 minutos.

3. Como guardar sua escova: Não deixe sua escova descoberta, use capinhas que protegem a cabeça da escova. Essa capinha também deve ser limpa diariamente, o mesmo procedimento de jogar antisséptico bucal é essencial. O enxaguante vai proteger sua escova entre as escovações.

4. Antes de escovar: Sempre lavar e enxaguar a escova antes do uso para retirar os resíduos do enxaguante bucal e dos micro-organismos que foram eliminados. Também lave as mãos com água e sabão. Aproveite e faça um bochecho rápido para mandar embora algum resto de comida que pode ter ficado na boca.

5. Contato ZERO entre escovas e muito menos compartilhar: Jamais deixe sua escova em contato com outras, pois o toque cria uma ponte de bactérias de uma para a outra. Não adianta ignorar, escovas dentais são de uso

peçoal e intransferível! A hora da escovação é uma faxina geral, imagina colocar uma vassoura completamente suja, que acabou de sair de outra limpeza, para limpar sua casa.

6. Distância do vaso sanitário: Mantenha distância do vaso sanitário! Quando a descarga é acionada são lançados ao ar coliformes fecais que podem pousar na sua escova dental. É quase a mesma coisa que esfregar as cerdas na borda do vaso. Para não ter problemas, que tal fechar a tampa e manter sua escova protegida – com capinha na cabeça.

7. Design: Menos é Mais: Quanto menos curvas e cantos o design da sua escova tiver, melhor. Dá para lavar sem deixar nenhum rastro de poeira ou espaço que facilitaria a proliferação de bactérias. O minimalismo nas curvas das escovas são muito bem-vindos.

8. Fique atento aos sangramentos: O sangramento da gengiva é coisa séria. Mesmo que boa parte da população apresente quadro de gengivite, o sangue, mesmo que seja mínimo, se aloja nas cerdas. Isso facilita a entrada de bactérias na corrente sanguínea, afinal, ter gengivite significa que sua gengiva está machucada – e com as portas abertas para micro-organismos. Essas bactérias são responsáveis por doenças cardíacas. Visite um especialista!

Fonte: <http://www.oralls.com.br/8-cuidados-escova-de-dentes-livre-de-bacterias/>



Dr. Alcides Antônio da Silva Jr.

CRO-GO 8124
Cirurgião Dentista;
Cirurgia Oral Menor;
Especialista em Prótese Dentária;
Implantes Osseointegrados;
Prótese sobre Implante.

Clin Center

(64) 3433-2828

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



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

PEDIATRIA



Coronavírus: As crianças precisam mesmo de suplemento de Vitamina D?



Enquanto a vacina para o novo coronavírus segue sendo estudada e testada em pequena escala, pesquisadores investigam formas de prevenir e ajudar no tratamento da doença. Um dos achados recentes foi divulgado por cientistas da Universidade de Turim, na Itália. O estudo publicado na quarta-feira (25) avalia os efeitos da vitamina D no combate ao vírus. Bastou o estudo circular um pouco para que muitos pais corressesem para as farmácias atrás deste suplemento, mas é necessário que se tenha cautela. Vamos explicar.

A investigação italiana em questão, conduzida pelos professores de geriatria Giancarlo Isaia e de histologia Enzo Medico, **aponta a vitamina D não como cura, mas como uma ferramenta útil para reduzir o agravamento da infecção.** “Com base em inúmeras evidências científicas e considerações epidemiológicas, parece que a obtenção de níveis plasmáticos adequados de vitamina D é necessária antes de tudo para prevenir as inúmeras patologias crônicas que podem reduzir a expectativa de vida em idosos, mas também para determinar uma maior resistência à infecção Covid-19 que, embora com menos evidências científicas, pode ser considerada plausível”, diz o artigo.

Os autores sugerem aos médicos que, além das conhecidas medidas de prevenção, sejam garantidos níveis adequados de vitamina D na população – sempre sob supervisão de especialistas. O documento afirma que a recomendação é “particularmente significativa para aqueles que já estão infectados, seus familiares, profissionais de saúde, idosos frágeis, hóspedes de casas de repouso, mulheres grávidas, pessoas em regime de isolamento e todos aqueles que, por várias razões, não se expõem adequadamente à luz solar”.

Apesar dos achados acadêmicos, muitas evidências ainda estão em investigação. A maioria diz respeito à resposta positiva da vitamina D para reduzir o risco de infecções em pacientes **diagnosticados com o novo coronavírus.** Portanto, suas contribuições são muito mais significativas para evitar que os quadros se agravem. Mas e para

as famílias que procuram fortalecer a imunidade dos pequenos diante da pandemia? A suplementação com vitamina é indicada?

➤ A Vitamina D e as crianças

O primeiro ponto a ser destacado é que: sim, a vitamina D possui papel importante no sistema imunológico, mas ela não previne que a pessoa contraia o vírus. Nas próprias diretrizes sanitárias do Ministério da Saúde, atualizadas em 13 de março, este ponto é destacado. **“Não existe vitamina, terapia alternativa ou remédio licenciado capaz de evitar o contágio ou tratar a doença”**, diz o tópico.

Se ainda sim os pais optarem pelo suplemento, a administração exige alguns cuidados, pois estudos apontam que em torno de 15% das crianças possuem deficiência de vitamina D – dados que podem variar dependendo do país. No entanto, **a suplementação vitamínica só deve ser feita nos pequenos que de fato comprovem a carência.** E isso só é detectado por meio de exames laboratoriais solicitados por um médico, junto com uma avaliação individual do histórico do paciente. Sem saber se a criança possui deficiência ou não, o uso de suplementos não é indicado. O excesso de vitamina D no sangue pode levar à toxicidade, dependendo da dosagem. Na realidade, qualquer suplementação sem necessidade pode gerar toxicidade, o que acarreta no aumento do risco de outras doenças e complicações, por sobrecarregar outras áreas do organismo.

➤ Melhor apostar na alimentação balanceada

No geral, para cuidar da imunidade das crianças nesta época, **recomenda-se que os pais invistam em uma alimentação saudável para os filhos** e, se tiverem alguma dúvida sobre as concentrações de vitamina D, realizem uma consulta de rotina com o profissional da área. Existem alguns alimentos mais ricos em vitamina D, como a gema do ovo, alguns peixes mais gordurosos e alguns derivados de leite. Os adultos devem ficar atentos também ao consumo aumentado de sódio, de alimentos ultraprocessados e de açúcar, por exemplo, que são prejudiciais ao sistema imunológico.

➤ É indicado tomar sol?

Neste período de isolamento social, em que os baixinhos ficam a maior parte do tempo em casa, uma das preocupações que pode surgir nos adultos é sobre a pouca exposição ao sol – frequentemente associada aos níveis de vitamina D. O filtro solar diminui a conversão cutânea da vitamina D. Assim, para que haja a síntese da vitamina de forma mais protegida – mesmo que sem o protetor solar, **o ideal é que a exposição aconteça antes das 10h e depois das 16h, horários seguros do ponto de vista da pele.** E por pouco tempo: de 10 a 15 minutos, dependendo da área exposta, ou até estendendo um pouco, se não for em horário de pico.

Fonte: <https://bebe.abril.com.br/familia/vitamina-d-e-coronavirus-entenda-em-qual-caso-o-suplemento-e-indicado/>

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.

58,



Permita-se

VOCÊ SABE O QUE SÃO LENTES DE CONTATO DENTAIS?

As lentes de contato dentais são facetas ultrafinas de **porcelana**, que são aplicadas sobre a superfície do dente para recobrir manchas e melhorar a forma de **dentes pequenos ou desgastados**, promovendo boa estética, permitindo também o fechamento de pequenos espaços entre os dentes.

A finalidade é de **embelezar o seu sorriso** deixando-o atraente com o aspecto Natural!



Rua Tupinambás, Nº 60, Bairro Afonso Pena. Itumbiara/Goiás



(64) 9.9323-6899



(64) 3431-9864



neodontologiaespecializada

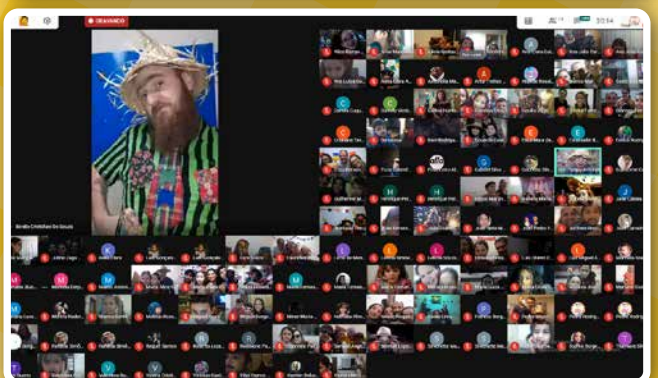
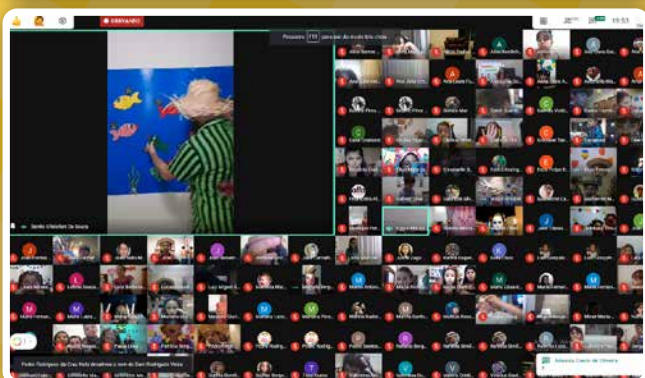
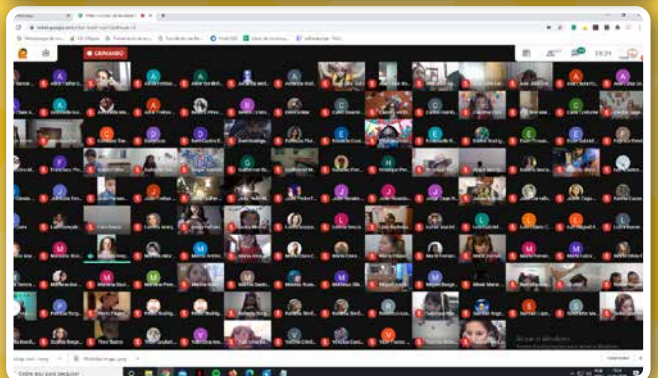
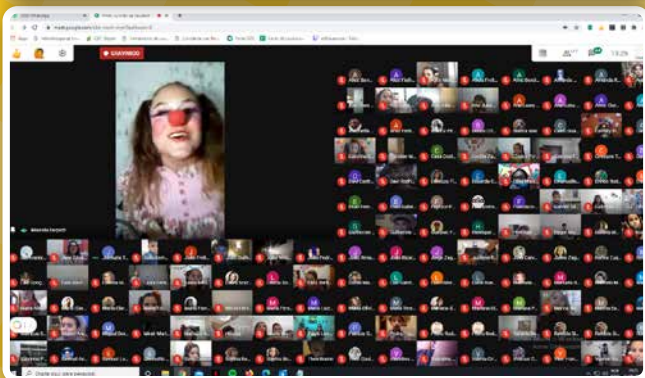
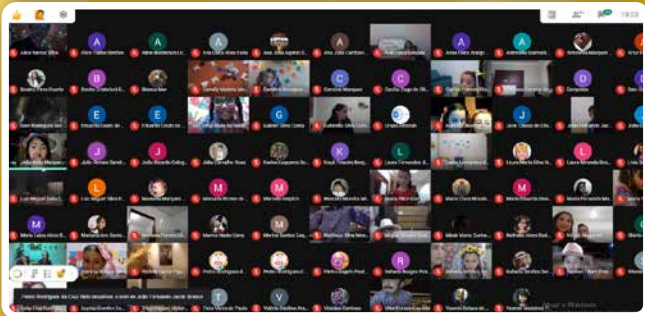


**ESTAMOS NA ERA DA EXPERIÊNCIA;
E EXPERENCIAR UMA
FESTA JUNINA ON-LINE FOI
REALMENTE INOVADOR.**

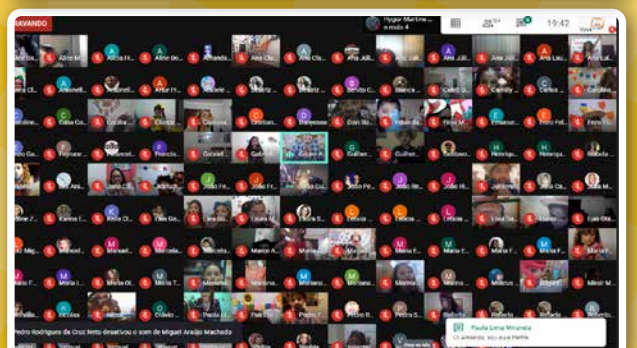
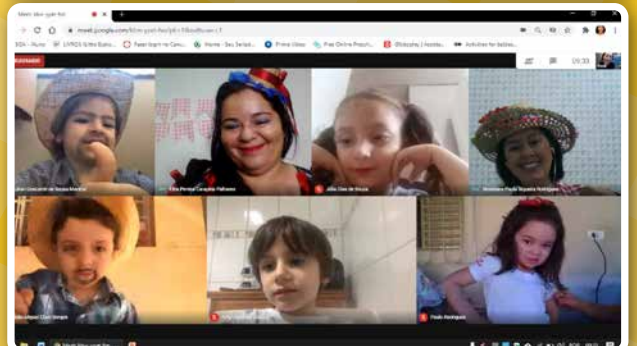
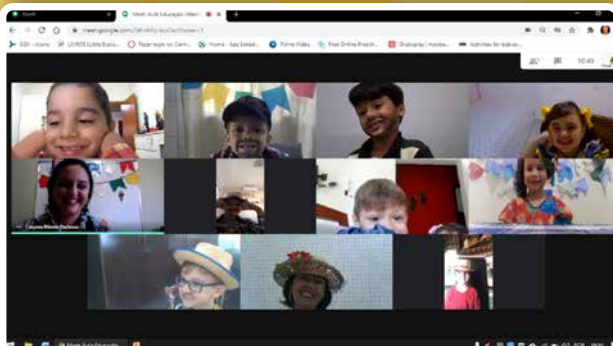
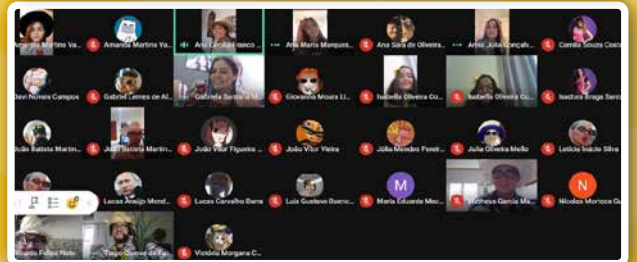
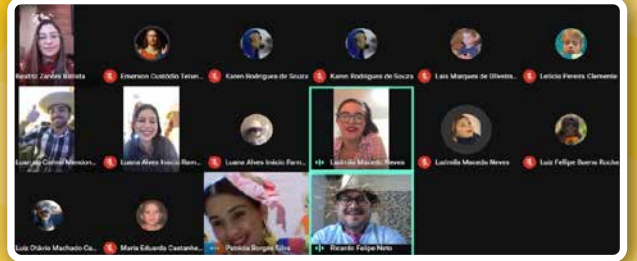
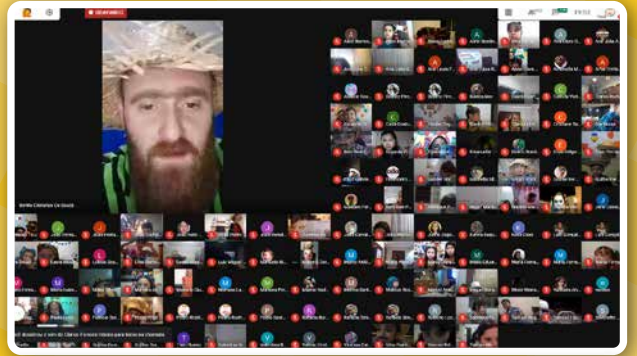
**NA PEDAGOGIA DO AFETO O
COLÉGIO ZÊNITE PROPORCIONOU
A TODOS OS SEUS ALUNOS E
FAMILIARES MUITAS ALEGRIAS
COM O JUNINÃO DA SAUDADE
ZÊNITE 2020!**



Betania Martins Dias Batista



DEUS E O UNIVERSO SÃO MAIS SÁBIOS QUE NÓS E NOS CONDUZIRAM À CRIATIVIDADE PARA ENCANTARMOS OS ÚLTIMOS DIAS DE AULA COM A MAGIA DAS ATRAÇÕES JUNINAS.



O NOSSO MAIOR PRESENTE FOI VER O SORRISO ENCENADO NO TEATRO DO ROSTO DOS ALUNOS AO COMEMORAREM EM SEUS LARES AS ATIVIDADES JUNINAS.



A SICOOB UNICENTRO BRASILEIRA TEM TUDO PARA VOCÊ E SUA EMPRESA.



Previdência
O melhor investimento
no seu futuro.



Sipag
A maquininha certa
para o seu negócio.



Seguros
Vida, auto, prestamista
e residencial.



Cota Plus
Um plus na sua
conta capital.



Crédito
Diversas linhas de crédito:
Imobiliário, BNDS, FCO e
muito mais.



Cobrança Bancária
Aprimore sua gestão
de cobrança.



Poupança
Invista com segurança
e praticidade.



Financiamento Auto
As melhores taxas e
condições.



Sicoobcard
Compre do seu jeito.



Consórcios
Imóveis, auto,
serviços e mais.



Energia Fotovoltaica
Consciência e economia
para sua vida.



APP's Sicoob
Internet Banking, Sicoobcard,
Faça Parte e muito mais.



Investimentos
Renda fixa: RDC e LCA.



Câmbio
Produtos e serviços
para sua viagem.

Procure uma agência da Sicoob
UniCentro Brasileira e faça parte
da 4ª maior cooperativa do
sistema Sicoob.

Centrais de Relacionamento
Centro-Oeste e Norte: (62) 3221-2000
Sudeste: 0800 777 1136
sicoob.com.br/sicoobunicentrobrasileira

segue lá



SICOOB
UniCentro Brasileira



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

CIRURGIÃO DE CABEÇA E PESCOÇO



Cisto tireoglossso

A DOENÇA CONGÊNITA MAIS COMUM DO PESCOÇO

Você provavelmente não conhece essa doença, mas ela é a anomalia congênita mais comum do pescoço!

→ O que é cisto tireoglossso?

Cisto tireoglossso é uma lesão formada por líquido que se acumula na região anterior do pescoço. É uma doença congênita, relacionada à migração da tireoide no desenvolvimento embrionário, que pode acometer crianças, adolescentes e adultos. A tireoide inicialmente surge na base da língua e desce pelo pescoço, formando o duto tireoglossso. Em algumas pessoas esse duto não se fecha e ocorre o acúmulo de líquido, formando o cisto tireoglossso.

→ Quais os sintomas do cisto tireoglossso?

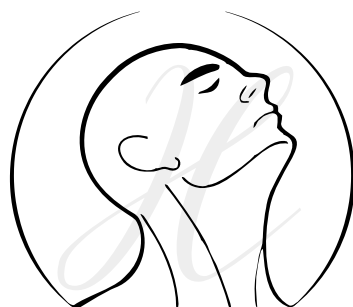
O cisto tireoglossso se apresenta com um nódulo visível e palpável na região mediana do pescoço, na altura do osso híóide. Geralmente é indolor, não cresce rápido, não é duro à palpação e em geral é bem móvel.

→ Como se dá o diagnóstico?

O exame que confirma o diagnóstico é o ultrassom cervical. Tanto avalia e confirma que o conteúdo da lesão é de líquido, quando mede o tamanho. A punção também é útil, pois confirma a natureza benigna da lesão.

→ Qual é o tratamento do cisto tireoglossso?

O tratamento é cirurgia, pois se permanecer o cisto, há risco dele infectar e causar um abscesso cervical! Mas geralmente é uma cirurgia tranquila, com poucas complicações e recuperação rápida. Na cirurgia é necessário ressecar a porção anterior do osso híóide – cirurgia de Sistrunk, permitindo taxas altíssimas 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

CHEGOU EM ITUMBIARA

PROFIT
Personal Studio

Por mais de uma década venho dedicando minha vida profissional buscando não apenas esculpir corpos, mais também fazer com que o esporte melhore a saúde, autoestima e a qualidade de vida das pessoas!!

E através disso venho realizando estudos e pesquisas onde pude desenvolver protocolos e metodologias para que qualquer pessoa, respeitando sempre seu biótipo ou patologia, possa realizar exercícios físicos de forma segura, com acompanhamento e trazendo resultados satisfatórios.

E esse é o maior diferencial da PROFIT, com o apoio personalizado de profissionais especialistas na área e com o auxílio de modernos equipamentos, vamos desenvolver um protocolo exclusivo de treinos para você, e buscar atingir o máximo do seu potencial, trazendo como resultado mais saúde e qualidade de vida.

**VENHA CONHECER O
MUNDO PROFIT!!**

**SOMOS MAIS QUE UMA
ACADEMIA, SOMOS UM
ESTILO DE VIDA!!!**


Igor Bispo


Cref: GO-007805

Bacharel e Licenciatura
em Educação física;

Personal Trainer.

PROFIT
Personal Studio

 (64) 98159-8194

 Avenida JK, 870 - Itumbiara-GO

 @profit_acad

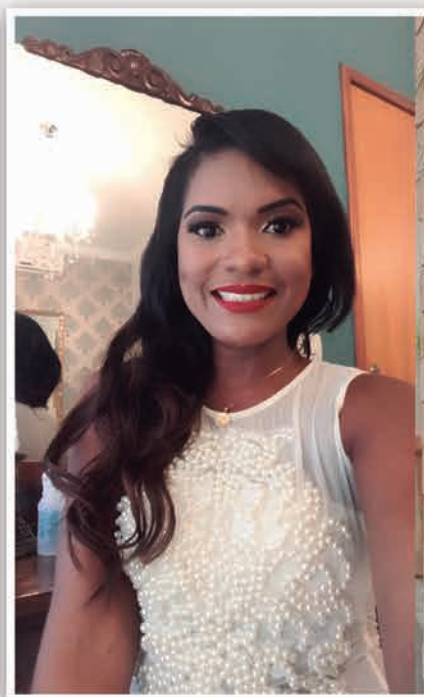




Versatto
Modas

AVISTAR TENDÊNCIAS NO HORIZONTE
É O QUE NOS MOVE.

Desde de 2000



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

64 9.9677-4920

 @versattomodasiub

 Versatto Modas II

 Versatto iub



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

RECOMENDAÇÃO DA SBP



Proteção em primeiro lugar

Oi pessoal, vamos continuar falando um pouco do uso de máscaras. Desta vez algumas formas de proteção que podem ser confeccionadas para melhor proteção dos pequenos. Todas as recomendações a seguir foram retiradas da Nota de Alerta publicada pela Sociedade Brasileira de Pediatria.

Publicações têm sido realizadas por leigos e artesões que poderão ser adaptadas e sugeridas para o uso neste momento em que vivemos, mas deverão ser analisadas cientificamente, à medida que as experiências ocorrerem.

Para facilitar a comunicação para deficientes auditivos que necessitam de leitura labial, já se tem uma proposta de confecção por parte da comunidade não científica, mas que poderá ser utilizada, como experiência neste momento, em que não se tem literatura científica.



Dispositivos de barreira acoplados a chapéus mais confortáveis podem ser uma opção de proteção. Para crianças menores há a proposta de usar chapéu e viseira de PVC que deve ser feito de material de alta qualidade, favorável ao meio ambiente, sem danos ao bebê e de alta transparência, sem obstruir a visão e ao mesmo tempo, isolar as gotículas de forma eficaz.



O baby newborn face shield, ou protetor facial para recém-nascidos, é indicado especialmente para uso em maternidades, para evitar o contágio da criança dentro da unidade de saúde e é usada pelos bebês durante a realização de exames dentro e fora da instituição e para a alta da maternidade. O modelo é baseado nos princípios anatômicos customizados e ajustáveis, respeitando os critérios de conforto e leveza por engenharia biomédica, porém até o momento sem comprovação de evidência de proteção ou mesmo estudos sobre riscos e benefícios.



E temos também as máscaras caseiras que podem ser reutilizadas desde que conservadas, verificando sempre a degradação do tecido ou do elástico que as envolve. A máscara não pode ficar úmida, caso isso aconteça, em até duas horas, no máximo, deve ser trocada. Em caso de qualquer tipo de danificação, deve ser trocada, mesmo que seja necessário fazer isso em um curto espaço de tempo.



Use a imaginação, pois neste momento o mais importante é a proteção de todos. Então vamos de passos rápidos para facilitar:



COMO CRIANÇAS E ADOLESCENTES DEVEM USAR AS MÁSCARAS?

ANTES DE COLOCAR A MÁSCARA LAVAR BEM AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO OU USAR ALCOOL EM GEL



BEBÊS MENORES DE DOIS ANOS NÃO DEVEM USAR MÁSCARAS



CRIANÇAS MAIORES E ADOLESCENTES DEVEM USAR A MÁSCARA SEMPRE QUE NECESSITAREM SAIR DE CASA



AS MÁSCARAS DEVEM COBRIR O NARIZ E O QUEIXO E NÃO PODEM FICAR FROUXAS



NÃO PODE COLOCAR A MÃO NA MÁSCARA DEPOIS QUE SAIR DE CASA



RETIRAR A MÁSCARA PELO ELÁSTICO, SEM ENCOSTAR A PARTE EXTERNA NA FACE



APÓS O USO GUARDAR A MÁSCARA EM UM SAQUINHO E LAVAR BEM AS MÃOS





SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA

E qualquer dúvida procure seu Pediatra, pois nada substitui uma boa consulta . 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



  **Laboratoriobiocel**



ATENDIMENTO HUMANIZADO

RESULTADO ON-LINE

QUALIDADE E CONFORTO

ELETROCARDIOGRAMA (ECG)
COM LAUDO



**TODOS CONTRA O
CORONAVÍRUS**

Resultado on-line

acesse:
www.pacienteonline.com/biocel

64 3404 1833
 64 98436 0079

Av. Rio Verde
Nº 97
Centro
Itumbiara-GO





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

DIABETES MELLITUS

Pé Diabético

O *Diabetes Mellitus* é uma doença crônica que ocorre quando o pâncreas não produz insulina suficiente ou quando o organismo não utiliza de forma adequada a insulina que produz.

Denomina-se *pé diabético* qualquer alteração ou complicação aguda (recente) ou crônica (de longa data) nos pés do diabético, atribuídas à hiperglicemia crônica. Com o passar do tempo, a hiperglicemia prejudica gravemente o organismo, levando a uma série de alterações dermatológicas, neurológicas, ortopédicas e vasculares. Alterações como calos, rachaduras, espessamento das unhas, micoses, deformidades ósseas, feridas de difícil cicatrização, infecções e, nos casos graves, até a gangrena.

As modificações nos pés causadas pelas *alterações neuro-vasculares* prejudicam a independência e o trabalho, podendo causar incapacidade física, invalidez precoce, e muitas vezes, levar a amputações.

A maioria dos indivíduos que apresentam algum grau de alteração neurológica (formigamentos, câimbras, diminuição da sensibilidade) ou alteração circulatória (diminuições da pulsação arterial e da temperatura, ou ainda, palidez nos pés) podem desenvolver feridas de difícil cicatrização e que geralmente são desencadeadas pelo uso de calçados inadequados ou simplesmente andando descalço pela casa.

• Prevenção:

O paciente deve fazer a inspeção diária dos pés e dos dedos, incluindo a planta do pé e a região entre os dedos a procura de ferimentos e micose interdigital, lesões frequentes que possibilitam a penetração de bactérias nos pés. A inspeção pode ser feita com o auxílio de um espelho para a melhor visualização da região plantar ou com a ajuda de outra pessoa, caso o próprio paciente tenha alguma dificuldade visual, algo muito comum entre diabéticos que tem maior chance de desenvolver retinopatia. Os sapatos ideais devem ser largos, macios e sem costuras internas ou qualquer ponto que possa gerar atrito entre a pele e o próprio sapato. Ao mesmo tempo é preferível que sejam fechados, de forma a proteger mais os pés, e um pouco mais altos internamente de forma a acomodar palmilhas que se adaptem melhor as deformidades nos pés, situação infelizmente não infrequente entre os diabéticos com neuropatia. Andar descalço ou com sandálias sem algum tipo de mecanismo de fixação eficiente é um risco de ferimento que será proporcional ao grau de insensibilidade, algo que muitas vezes passa despercebido ou é menosprezado pelo portador da doença.

• Tratamento dos problemas circulatórios:

Algumas pesquisas indicam que 2 em cada 3 diabéticos de longa data e com deformidades ou feridas nos pés tem algum grau de má circulação arterial nas pernas, ou seja, o sangue rico em oxigênio e nutrientes alcan-

ça os pés em quantidade menor que o normal. Na ausência de feridas ou infecção, muitas vezes a má circulação pode ser tolerada pelo paciente diabético. Entretanto, quando existem lesões nas extremidades, de qualquer tipo, e principalmente associada a infecção, as demandas metabólicas necessárias para a cicatrização e combate a essa infecção podem subir exponencialmente e aquela circulação antes apenas diminuída passa a ser insuficiente. Associado ao fato de menor concentração de medicações, por exemplo antibióticos, chegar aos pés quando não há uma circulação adequada, somando-se estes fatores, o pé diabético com feridas e falta de circulação está exposto a um enorme risco de evoluir de forma desfavorável, eventualmente com gangrena e amputação nos casos extremos. Dessa forma, quando existem lesões (feridas) em pés muito isquêmicos (falta de circulação severa) ou em pés moderadamente isquêmicos, mas que mesmo após algum tempo de tratamento com curativos teimam em não cicatrizar, nestes casos, pelo risco de complicações maiores, existe a tendência atualmente a se realizar algum procedimento no sentido da tentativa de se reestabelecer ou melhorar a circulação de sangue naquela extremidade.

Existem algumas formas de se melhorar a circulação nas pernas que estão em risco. Normalmente esse processo começa com um exame de imagem que forneça detalhes anatômicos do leito arterial do membro afetado. Tais exames compreendem desde um simples ultrassom com Doppler, angiotomografia, angiorressonância podendo chegar a exames mais invasivos como a angiografia por cateter (Cateterismo). Neste último, quando identificamos que existem condições anatômicas para tal, podemos no mesmo ato realizar o tratamento destas lesões arteriais que estão causando a má circulação. Esse procedimento endovascular é chamado dilatação arterial ou angioplastia, que pode ser complementada ou não pelo implante de uma estrutura, geralmente metálica, no interior da artéria o chamado Stent.

• Mas como saber se tenho essas alterações?

Se você ou seu familiar apresentar algum dos sintomas citados anteriormente, peça para que o clínico ou o endocrinologista que cuida do seu diabetes avalie regularmente a sensibilidade e a pulsação dos seus pés. Havendo a suspeita de um problema de circulação, consulte um Cirurgião Vascular para uma avaliação especializada. O especialista cirurgião vascular esta familiarizado com as melhores técnicas de diagnóstico e pode atuar em todas as áreas do tratamento do pé diabético.



Dr. Gledson de Oliveira Machado

CRM/GO: 13886 | CRM/MG: 49122
Angiologia e Cirurgia Vascular; Doppler Vascular; Cirurgia Geral; Residência Médica em Cirurgia Geral pelo Hospital Ana Nery – Salvador-BA, reconhecido pelo MEC;
Residência Médica em Cirurgia Vascular pela Universidade Federal de Uberlândia, reconhecido pelo MEC;
Doppler Vascular – Especialização pela FATESA e INRAD – USP (SP).

169



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



neriahclinica



Neriah Clínica



REDUÇÃO GORDURA LOCALIZADA E CELULITE

- Criofrequência
- Ultracavitação
- Heccus Turbo
- Endermologia

FLACIDEZ DE PELE

- Criofrequência
- Microaglhamento
- Laser
- Jato de plasma

CLAREAMENTO DE MANCHAS

- Peeling
- Laser
- Microagulhamento
- Luz pulsada

REJUVENECIMENTO

- Laser
- Microagulhamento
- Botox
- Preenchimento
- Harmonização facial
- Bioestimuladores
- Ultrassom microfocado

TRATAMENTOS A LASER

- Depilação a laser
- Remoção de verrugas, pintas e nevos
- Rejuvenescimento íntimofeminino
- Reparo de orelhas (orifício de colocar brincos)
- Remoção de vasinhos face, nariz e pernas
- Remoção de tatuagem e micropigmentação de sobrancelhas
- Fissuras de calcanhares

OUTROS TRATAMENTOS

- Detox corporal
- Limpeza de pele
- Pós-operatório cirurgia plástica
- Corrente russa
- Flaci-10
- Estrias
- Hidratação mãos e pés



📍 AV. ADONIRO MARTINS DE ANDRADE,
Nº 66 - CENTRO - ITUMBIARA-GO
☎ (64) 3404-4433
☎ (64) 9.9999-9849



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

CIRURGIÃO DENTISTA



Implante dentário



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

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

Antes dessa descoberta, os implantes dentários eram bastante suscetíveis à rejeição, pois eram fabricados com compostos metálicos que poderiam facil-

mente ser encapsulados, causando infecções e atrapalhando a reconstituição das funções bucais, como a mastigação.

Com o passar do tempo essa técnica evoluiu, a princípio os implantes levavam cerca de seis horas para serem feitos, a cirurgia era realizada em hospitais e o paciente precisava receber anestesia geral. Atualmente um procedimento com o mesmo resultado, feito com os mesmos materiais, é realizado em duas horas na cadeira do consultório odontológico, sendo necessário apenas a aplicação da anestesia local.

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



Marcelo Mateus

CRO-GO 4279

Cirurgião dentista;

Especialista em Prótese Dentária;

Especialista em Implantes Osseointegrados;

Pós-graduado na Universidade Gutemberg – Suécia.




Seu
BOTOX ESTÁ EM DIA?


Redutase
Saúde e Estética


Alvaro Machado

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

 @redutase | @dralvaromachado





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

ULTRASSONOGRAFIA



A importância dos bloqueios guiados por ultrassonografia no tratamento das dores crônicas



Recentemente o tratamento das dores crônicas ganhou um novo aliado, a ultrassonografia, que possibilitou os bloqueios que já eram a muito tempo utilizados para o alívio de várias afecções dolorosas, serem mais seguros e efetivos.

Utilizados a cerca de 10 anos, inicialmente em anestesia regional, a ultrassonografia encontrou no

tratamento das dores crônicas um campo vasto a ser explorado.

Atualmente a ultrassonografia possibilita desde o bloqueio virtualmente de qualquer grande nervo do corpo humano até infiltrações de articulações que antes eram feitas as cegas, melhorando em muito o resultado das "infiltrações" e diminuindo as complicações.

Até mesmo nas dores de coluna, a ultrassonografia vem ganhando destaque, não substituindo totalmente, mas auxiliando e em alguns casos dispensando o uso das radiografias contínuas (intensificadores de imagem), evitando que os pacientes recebam radiação excessiva.

Por fim, vale ressaltar que existem aparelhos de ultrassom cada vez mais portáteis e de ótima resolução que permitem que os bloqueios sejam realizados de forma ambulatorial sem necessidade de internação.



FΣRRANCO
SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

Dr. Francisco Otavio Maia Santos 1,73

CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771

RQE: 8.846

Medicina UFMG;

Residência médica em Anestesiologia na USP de Ribeirão Preto;

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

“*Mês de Aniversário.
Descontos especiais.*”



☎ (64) 3431-2106

☎ (64) 9.9950-0341

📷 @alquimialing

📘 Alquimia Ling



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



HARMONIZAÇÃO OROFACIAL 

Microagulhamento com Dermapen

A técnica consiste em produzir pequenas micro-perfurações na pele, depositando no local o chamado drug delivery, que são os ativos específicos para cada paciente.

A partir desse estímulo, temos a formação de colágeno e elastina.

Este tratamento é indicado para diversas alterações da pele, tais como melasma, cicatrizes de acne, rugas finas, poros dilatados, cicatrizes traumáticas e/ou cirúrgicas.

A Dermapen é uma forte aliada no rejuvenescimento facial.

→ **Tem como benefícios:**

- Aumento da permeabilidade cutânea (os dermocosméticos conseguem penetrar melhor e mais profundamente);
- Aumento em até 400x a síntese de colágeno.

Além disso, um ponto muito interessante da Dermapen é que quando a comparamos com a técnica tradicional de aplicação do Microagulhamento, onde é utilizado o Dermaroller, notamos que há muitas vantagens, como a cicatrização mais rápida e diminuição da dor durante o procedimento, pois é regulada a profundidade das agulhas em cada área do rosto.



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



|,75



O Sergio Martins – Studio de Beleza e Esmalteria é um espaço onde as mulheres podem dedicar um momento de suas rotinas agitadas para relaxar, e cuidar da aparência de suas mãos, pés e cabelos. Garantimos um atendimento maravilhoso e uma experiência única, em cuidado e atenção a cada detalhe, onde cada cliente é atendido dentro da sua essência e sua beleza é destacada, ampliada e valorizada.



SÉRGIO MARTINS

STUDIO DE BELEZA E ESMALTERIA

(64) 3431-9922

(64) 99668-9922

@studiosergiomartins



sergio.henrique.makehair

Rua Rui de Almeida nº 732, Sala 01 - Centro - Itumbiara - GO

Única loja de Itumbiara e região especializada em roupa para gestante e lactantes, com praticidade na amamentação e ficam lindas no corpo após a gestação.



Dona Cegonha
by Reila Amara

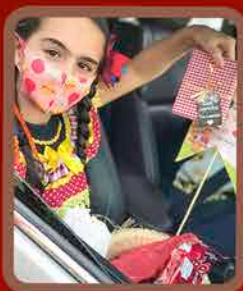
Tudo em moda gestante

☎ (64)99662-9944

📷 @donacegonhaiub

📘 /donacegonhaiub

📍 Shopping center Plaza sala 27



Festa Junina DRIVE THRU

Um sucesso na Happy School

No dia 27 de junho, a Escola HAPPY SCHOOL realizou sua tradicional festa junina, mas dessa vez de um jeito diferente: num sistema de DRIVE THRU. A modalidade tem sido adotada neste período de quarentena, em que aglomerações estão proibidas.

A festa aconteceu na porta da escola e alegrou a todos.

“Apesar do momento, não podemos deixar de comemorar. As festas juninas são uma tradição na escola HAPPY SCHOOL. Este ano tivemos que nos adaptar à nova realidade. Esperamos que no ano que vem, possamos retomar as comemorações como sempre foram”, diz a diretora da Happy School, Michele Faria.



Happy School

Escola bilíngue



escola de inteligência



SISTEMA DE ENSINO POSITIVO

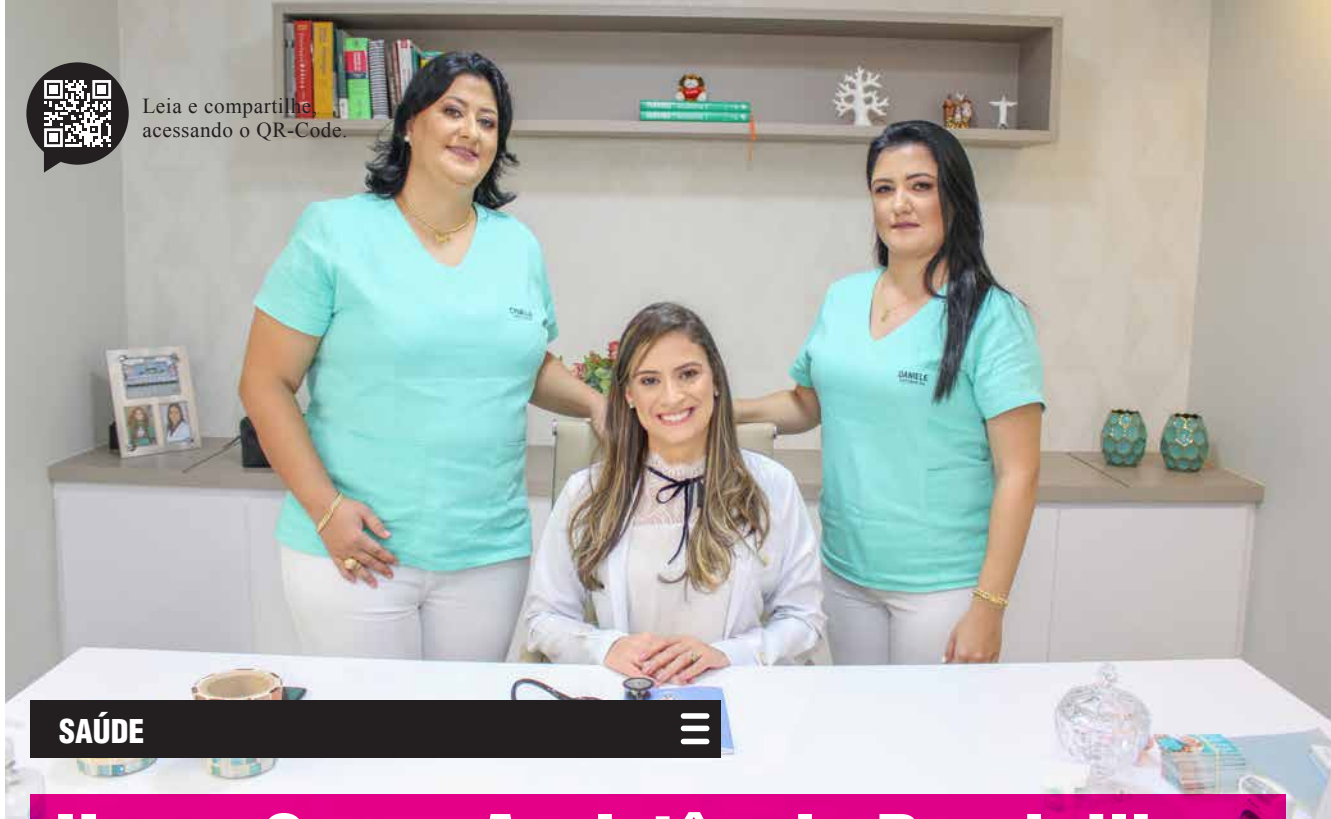
pes

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

64 98439 9778



Leia e compartilhe
acessando o QR-Code.



SAÚDE



Home Care - Assistência Domiciliar

O atendimento home care surgiu nos EUA e ganhou espaço no mercado brasileiro há aproximadamente duas décadas. O impulsionamento do atendimento em assistência domiciliar tem como um dos principais motivos o aumento da expectativa de vida. No entanto, o home care não é um atendimento exclusivo para a população idosa. Esse serviço atende pacientes de diversas idades, gêneros e complexidades, em áreas como fisioterapia, fonoaudiologia, nutrição, internação domiciliar, entre outras. No Brasil a prestação do serviço home care é regulada pela resolução normativa da ANS — Agência Nacional de Saúde Suplementar, n.º 428 de 07/11/2017.

Esse atendimento conta com serviços prestados em âmbito domiciliar a pacientes que já superaram a fase aguda de sua patologia, mas que ainda necessitam de cuidados especiais ou recursos terapêuticos. O home care é dividido em atenção e assistência domiciliar. A atenção envolve ações para prevenir e promover a saúde, reabilitando o paciente para sua rotina, realizando tratamento de doenças, tudo desenvolvido em seu próprio lar. Já a assistência é o conjunto de atividades programadas em caráter ambulatorial e desenvolvidas em domicílio. É quando o paciente precisa de intervenções de procedimentos específicos, como realização de curativos complexos, aspiração, entre outros. Atendê-lo em sua própria casa gera conforto, privacidade e aumenta a satisfação do paciente, livrando-o de deslocamentos incômodos e rotinas estressantes em ambiente hospitalar.

Como na assistência hospitalar, o home care possui uma equipe multidisciplinar envolvida direta e indiretamente na assistência e cuidado ao paciente. Conto com uma equipe de enfermagem composta pelas enfermeiras: Cydália Vieira e Daniele Ortiza, que realizam atendimento em domicílio, curativos, administração de medicamentos intramuscular e endovenosos, soroterapia, sonda vesical de alívio, demora e nasogástricas.

Todos os procedimentos realizados são prescritos pelo médico assistencial e acompanhados do começo ao fim do tratamento. No entanto, o home care promove a humanização do tratamento possibilitando maior proximidade entre o profissional da saúde e a família do paciente, proporcionando a eles o acompanhamento amplo da saúde do indivíduo.



Dra. Graziela Ferreira Custódio

CRM/GO: 21.809
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

mini
Mercearia

aqui no

O Seu Verdurão

O melhor para sua família!



Conferir com o atendente sobre valores para cada região.

Faça seu pedido

 64 **3404 2413**



@oseuverdurao



O seu verdureão



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

ODONTOLOGIA

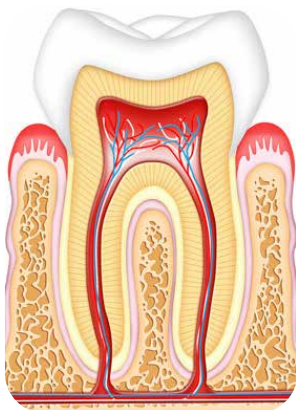


Nossos dentes - sob perigo por todos os lados

Eles destroem toneladas de alimentos, suportam cargas extremas e são altamente vulneráveis: uma pequena lição em odontologia.



As pessoas normalmente têm 32 dentes. Cada um deles trabalha duramente e está constantemente sob ataque. Apenas com a mastigação de alimentos é exercida uma força de até 30 kg sobre os dentes, inúmeras vezes ao dia.



Fortes e bem ancorados

Os dentes têm funções diferentes: os incisivos ajudam a segurar e cortar os alimentos. Os caninos são usados para dilacerar e perfurar - são os dentes mais fortes, com as raízes e “coroas” mais longas. Os pequenos dentes posteriores (pré-molares) seguram a comida e a maceram, enquanto os grandes molares posteriores têm a tarefa de cortar, esmagar e triturar os alimentos completamente.

Eles precisam suportar as maiores pressões da mastigação e estão ancorados por um número de ramificações e raízes. Os dentes naturais são muito bem formados. O esmalte,

é constituída por substâncias minerais do corpo humano. Os componentes principais são o fosfato de cálcio e o bicarbonato de cálcio, que alcançam a sua dureza especial com a incorporação do flúor. A gengiva protege o colo do dente sensível e segura o dente no maxilar.

A saliva do corpo funciona como um detergente natural: em primeiro lugar enxaguando bactérias e partículas de alimentos e em segundo lugar formando uma camada protetora - conhecida como película adquirida - e elevando o pH com as suas enzimas que mantêm as bactérias nocivas à distância.

Vulnerabilidade

Os dentes podem ser facilmente atacados. O açúcar é o principal problema. As bactérias existentes na placa metabolizam os açúcares e produzem ácidos que dissolvem os



minerais do esmalte dos dentes. No entanto, é importante lembrar que os ácidos provenientes de alimentos, tais como sucos de frutas são neutralizados pela saliva. Por isso faz sentido esperar cerca de 30 a 60 minutos após a ingestão de

alimentos e bebidas para escovar os dentes - até que a saliva tenha realizado sua tarefa.

Dentífricos altamente abrasivos, com grânulos de limpeza muito espessos atacam o esmalte dos dentes ao longo do tempo. Raízes expostas são na maioria dos casos o resultado de uma escovação com muita força e escovas duras: lentamente a gengiva se retrai.

Fonte: <http://www.curaden.com.br/index.php/temas/paginas/3>



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.





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

SAÚDE

Especialistas

SAÚDE



Entrevista Farmacêutico

A coluna Mais Saúde especialista do mês de Julho entrevista Thiago Figueiredo, Farmacêutico Industrial pela Universidade de Alfenas; Especialista em Homeopatia pela Facis - Ibehe; Tenente - Farmacêutico da Aeronáutica entre os anos de 2005 e 2007 e proprietário da Belafórmula Farmácia de Manipulação. Ele nos concedeu uma entrevista exclusiva onde esclareceu diversas dúvidas de nossos leitores.

Revista Mais Saúde - Estamos vivendo uma época diferente nos dias atuais. Qual a importância da farmácia de manipulação dentro da pandemia?

Thiago Figueiredo - *A farmácia de manipulação teve papel importante durante esta pandemia. Inicialmente na manipulação do álcool em gel 70%, já que este produto esgotou nas prateleiras dos supermercados. Posteriormente na manipulação de alguns medicamentos que ficaram escassos nas drogarias devido à grande procura. Cito como exemplo a Hidroxicloroquina (Reuquinol), já que muitas pessoas fazem uso contínuo deste medicamento e se viram aflitas com sua falta, mas graças à farmácia de manipulação puderam*

continuar seus tratamentos.

Revista Mais Saúde - Qual a diferença entre o remédio manipulado e o industrializado?

Thiago Figueiredo - *O medicamento industrializado é produzido em larga escala e com dosagens fixas, já o medicamento manipulado é produzido em pequena escala de forma individualizada, podendo o médico prescrever o tratamento na dosagem específica para cada paciente e fazer associações não disponíveis nos medicamentos industrializados.*

Revista Mais Saúde - Por que existe uma diferença de preço entre o remédio manipulado e o remédio de drogaria?

Thiago Figueiredo - *A diferença de preço que muitas vezes ocorre é devido à cadeia de fabricação e distribuição dos medicamentos. O medicamento industrializado é produzido por uma indústria farmacêutica, vendido a uma distribuidora de medicamentos, esta o revende a uma drogaria que finalmente repassa ao consumidor final. Já o medicamento manipulado é produzido pela farmácia de manipulação e vendido diretamente ao consumidor final.*

Outro motivo é quando a pessoa faz uso de vários medicamentos que podem ser manipulados na mesma cápsula, isto evita que ela tenha que comprar separadamente cada medicamento, o que reduz custo e facilita a tomada do medicamento.

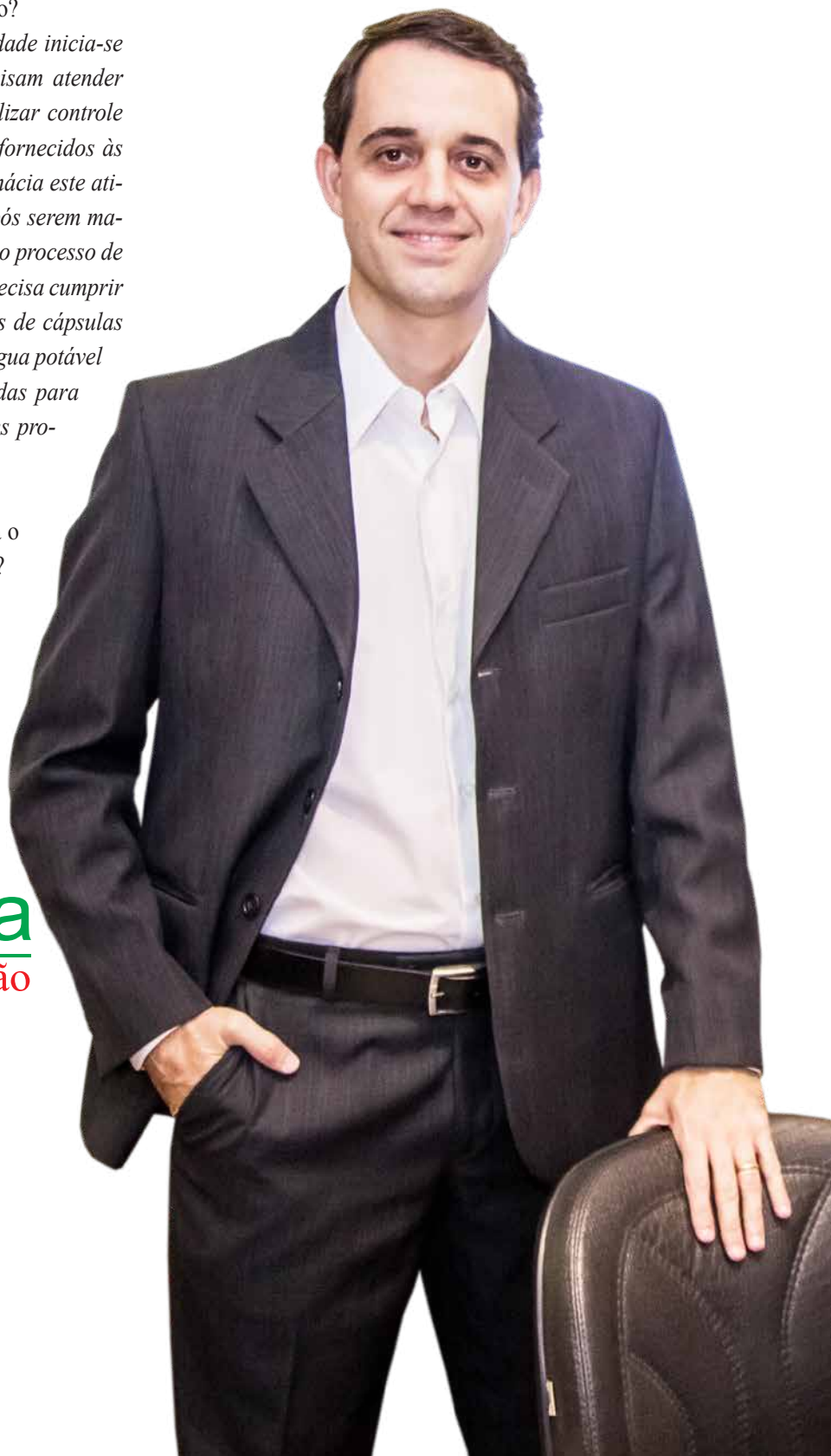
Revista Mais Saúde - Como é feito o controle de qualidade dentro de uma farmácia de manipulação?

Thiago Figueiredo - *O controle de qualidade inicia-se na qualificação dos fornecedores, que precisam atender vários requisitos técnicos e sanitários e realizar controle de qualidade em todos os princípios ativos fornecidos às farmácias de manipulação. Ao chegar à farmácia este ativo passa por novo controle de qualidade. Após serem manipuladas, todas as fórmulas passam por novo processo de controle. Além disso, a farmácia magistral precisa cumprir algumas exigências legais e enviar amostras de cápsulas prontas, matérias-primas, água purificada, água potável e bases galênicas para empresas terceirizadas para a realização do controle de qualidade destes produtos.*

Revista Mais Saúde - Como você analisa o cenário atual da área da saúde em Itumbiara?

Thiago Figueiredo - *Itumbiara conta com excelentes profissionais em todas as áreas do setor de saúde, pessoas sérias e competentes. No meu ponto de vista ficamos por muitos anos dependentes da capital no que se diz respeito a estrutura hospitalar. Isto foi suprido, em partes,*

com a construção do Hospital da Unimed, digo em partes, pois ele não atende a toda a população por se tratar de uma instituição particular. Infelizmente precisamos viver uma pandemia para que isso começasse a mudar. Esperamos que a reinauguração do Hospital São Marcos supra esta deficiência e possa dar um atendimento de qualidade a todos os itumbiarense.



belafórmula
farmácia de manipulação

**Thiago
Figueiredo**

CRF-GO: 5587

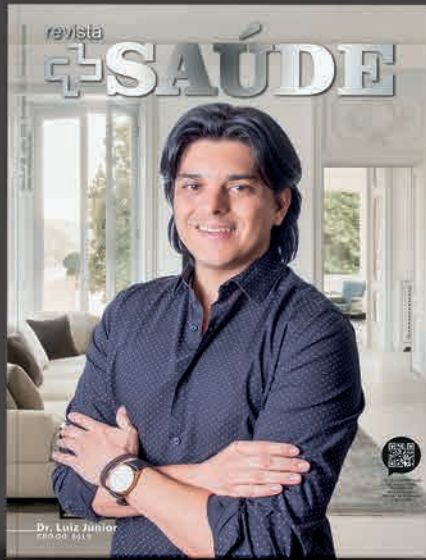
Farmacêutico proprietário da
Belafórmula Farmácia de Manipulação

OR7

Editora e Marketing



DUAS REVISTAS
DIVERSOS CANAIS
DE LEITURA



revista **SAÚDE**

@ www.rmaissaude.com

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

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



Revista **CASA**
Premium

@ www.revistacasapremium.com

f [revistacasapremium](https://www.facebook.com/revistacasapremium)

ig [@revistacasapremium](https://www.instagram.com/revistacasapremium)

Anúncios e Matérias:

64 99275 5299

64 99202 4160

Seja um Patrocinador ou Parceiro



CRESCER
Equoterapia

Itumbiara-GO

O Projeto Crescer foi criado no ano de 2010, sem fins lucrativos, atendendo atualmente 57 praticantes entre adultos e crianças com necessidades especiais e distúrbios (síndrome de down, autismo, paralisia cerebral, tetraplegia, tdah entre outros.) que necessitam desta terapia para melhorar a qualidade de vida e terem a sua dignidade restabelecida.

Desde a sua fundação, a associação já qualificou bastante o atendimento.

Possuindo uma sede própria, totalmente estruturada, contando com um bom número de animais aptos a atividade, materiais qualificados para cada tipo de necessidade do praticante e profissionais gabaritados que garantem a excelência da terapia.

O Projeto Crescer depende exclusivamente de apoios mensais de padrinhos, empresas parceiras e ações de diretores e apoiadores, com a realização de atividades de arrecadação.

DADOS PARA DOAÇÃO

Quer ser um doador ou padrinho do Projeto Crescer?

DEPÓSITO BANCÁRIO

Crescer Centro Especializado em Equoterapia e Reabilitação

CNPJ: 18.959.342.0001/07


Banco Sicoob (756)

C/c: 13.783-9

Ag: 3042

PADRINHO CRESCER

Entre em contato com a Vice-Presidente Carol Palhares através do telefone:

 **(64)99999-7069**



B. CARDOSO

REGISTRO • LUZ • POESIA

📷 @bcardosofoto
www.brunocardoso.com.br
☎ 64. 99262 4420

RETRATOS
CORPORATIVOS



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

ANGIOLOGIA



Câncer e trombose

O **câncer** é um fator de risco para a ocorrência de **eventos tromboembólicos**, e a trombose venosa representa a segunda principal causa de morte entre os pacientes oncológicos. Cerca de metade dos casos de trombose em tais indivíduos é incidental (assintomática), e, independente da presença ou não de sintomas, a complicação tem impacto negativo no prognóstico. Pacientes oncológicos que já apresentaram um evento trombótico têm risco de recorrência cerca de 2-9 vezes maior do que a população geral.

Fatores de risco para trombose nestes pacientes podem estar relacionados: a idade avançada, comorbidades (ex.: obesidade, tabagismo), performance status ruim (ex.: acamado), história familiar de trombose; à neoplasia, como localização, tipo histológico, estadiamento, tempo de diagnóstico e compressão venosa; e ao tratamento, como cirurgia, quimioterapia, radioterapia, hormonioterapia, eritropoietina e cateter venoso central.

Existem escores para avaliação de risco de trombose nos pacientes com câncer. Um deles é o escore de Khorana, de 2008, que classifica o risco em baixo (pontuação = 0), intermediário (pontuação = 1 ou 2) ou alto (pontuação ≥ 3). Em indivíduos com escore de Khorana ≥ 2 recomenda-se a profilaxia para trombose por até seis meses a partir do início do tratamento quimioterápico.

A profilaxia medicamentosa consiste em anticoagula-

ção, o que aumenta o risco de sangramento e os custos do tratamento. Por isso, é fundamental a avaliação da relação risco x benefício individualmente, na tentativa de identificar os pacientes que mais se beneficiarão da tromboprofilaxia primária e selecionar o anticoagulante mais adequado para cada caso. Vale lembrar que os novos anticoagulantes orais podem interagir com os quimioterápicos, bem como com outros medicamentos usados no suporte do paciente oncológico (ex.: antifúngicos). A decisão deve ser compartilhada com o paciente, cujos riscos trombótico e hemorrágico precisam ser reavaliados a cada consulta.

O tratamento da trombose associada ao câncer é feita com anticoagulantes sendo a heparina de baixo peso molecular considerada padrão ouro, devendo ser utilizada por tempo indeterminado e enquanto o câncer estiver ativo. Os novos anticoagulantes orais como rivaroxabana (xarelto) e apixabana (eliquis) também pode ser utilizados para o tratamento, devendo-se avaliar o risco de sangramento, principalmente em casos de tumores gastrointestinais.

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**





Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



SAÚDE PÚBLICA



Hospital de campanha começa a funcionar em Itumbiara

90,

No último dia 30 de junho o Hospital São Marcos foi reinaugurado pelo Governo do Estado de Goiás e será o quinto Hospital de Campanha (HCamp) em Goiás. Reformada, reestruturada e equipada, a unidade passa a atender pelos próximos seis meses exclusivamente pacientes com suspeita ou confirmação de Covid-19. Na sequência, segundo o governo estadual, continuará atendendo a região e oferecendo leitos públicos de Unidade

de Terapia Intensiva (UTI) a população.

O HCamp de Itumbiara atenderá à população do Sul e Sudeste do Estado, “Terminado o coronavírus, o São Marcos será um hospital regional do Estado de Goiás. Ele será referência da boa medicina e também da qualidade do ensino médico, já que temos um curso de medicina aqui no município”, ressaltou o governador Ronaldo Caiado, referindo-se ao polo da Universidade Estadual de Goiás (UEG) que oferece o curso na cidade.

O HCamp de Itumbiara começa a funcionar com 50 leitos de enfermaria e 20 de UTIs disponíveis para o atendimento, mas com capacidade para chegar a 170 leitos de

enfermaria e 30 de UTIs.

A unidade, segundo o governo do estado, conta com todos equipamentos necessários para tratar de pacientes infectados pelo coronavírus, como monitores, bombas de infusão de medicamentos, raio-x portátil e tomografia.

Parcerias

A abertura do Hospital São Marcos também contou com a parceria de empresas do município. Um grupo de empresários montou uma comissão para arrecadar doações. A Caramuru alimentos doou 30 camas para o hospital. Já a JBS fez a doação de oito camas, sendo três elétricas, para a UTI.





A IMPORTÂNCIA DA VACINA EM DIA

em tempos de quarentena

Enquanto ainda não há uma vacina contra o Novo Coronavírus testada e aprovada pelos órgãos de saúde, este não é o momento de ficar doente! Por isso, é importante manter a saúde em dia. Isso inclui a prática de exercícios físicos, hidratar-se regularmente, ingerir alimentos saudáveis como frutas e verduras, cuidar da saúde mental e, claro, estar sempre com o cartão de vacinas atualizado! Isso porque a vacinação em dia contribui para diminuir a incidência de infectados com coronavírus: As pessoas imunizadas e saudáveis deixam de procurar os prontos socorros dos hospitais, diminuindo as chances de contágio por Covid-19 e aumentando a precisão do diagnóstico do Coronavírus.



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.

TRAUMATOLOGIA BUCOMAXILO FACIAL



Cirurgia Ortognática & Síndrome Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS)

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

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

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

Especialista em cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial;
Membro da sociedade brasileira de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - SOBRACIBU;
Membro da Associação latino Americana de cirurgia e traumatologia bucomaxilo facial - ALACIBU;
Membro da academia latino americana de Piezocirurgia;
Especialista em Cirurgia e Traumatologia bucomaxilo facial pelo CFO e pela Associação Brasileira de Odontologia;
Membro corpo clínico Integrattus em Brasília - DF;
Referência em Cirurgia Ortognática, Cirurgia ATM, Cirurgia de Face e Traumatismo Facial e implantodontia oral;
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 - Uberlandia-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





PATOTINHA

Boutique Infantil

Moda Bebê, Infantil e Infanto-Juvenil.



(64) 3432-4792

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



(64) 3432-0883

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

marisol

MALWEE
KIDS

Carinhoso



Acostamento
kids

colcci
kids

LACOSTE

TOMMY HILFINGER
KIDS

MEGA PROMOÇÃO
DIA DOS PAIS
AGUARDEM!

Maximidia



Rua Prefeito Antônio Joaquim, nº 143

3431-5535



Leia e compartilhe,
acessando o QR-Code.



DR. RESPONDE

SAÚDE



Entrevista Gastroenterologista

A coluna Dr. Responde dessa edição trouxe uma entrevista exclusiva com o médico gastroenterologista, especialista em cirurgia do aparelho digestivo e endoscopia digestiva, Dr. Marcos Chadu, que respondeu vários questionamentos dos nossos leitores sobre refluxo gastroesofágico.

Revista Mais Saúde - O que é a doença do refluxo gastroesofágico?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *Em primeiro lugar, é preciso dizer que o refluxo gastroesofágico é um fenômeno fisiológico e normal. Quando, por vários fatores, este refluxo se torna muito intenso ou assume determinadas características, se torna patológico. A Doença do Refluxo Gastroesofágico (DRGE) foi definida pelo Consenso Brasileiro de DRGE como uma afecção crônica causada pelo fluxo retrógrado de parte do conteúdo gastroduodenal para o esôfago e/ou órgãos adjacentes, gerando diversos sintomas e/ou sinais esofágicos e/ou extra-esofágicos, podendo estar associado ou não a lesões teciduais.*

Revista Mais Saúde - Quais são os principais sintomas do refluxo? E quando devemos nos preocupar e procurar um médico especialista?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *Há um espectro extremamente variado de sintomas, que inclusive podem ser idênticos a outras doenças do trato digestório superior, tornando-se indistinguível clinicamente (baseado apenas*

em sintomas e sinais clínicos) de outras patologias que acometem o aparelho digestivo. Os sintomas podem ser típicos (queimação que se inicia na porção superior do abdome e se irradia superiormente, regurgitações ácidas e eructações) e atípicos (tosse crônica, rouquidão, sinusites de repetição, erosões do esmalte dentário, asma e outros). Sempre que aparecem o que chamamos de “sinais de alarme” (perda de peso, dificuldade de ingestão alimentar, vômitos persistentes, sangue nas fezes ou vômitos com sangue, por exemplo), ou então mudança repentina dos sintomas apresentados, recomenda-se consultar um médico, que avaliará a necessidade de exames para investigação.

Revista Mais Saúde - O refluxo pode causar câncer?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *O Refluxo é uma doença crônica, de evolução prolongada e benigna para a grande maioria dos pacientes, que, a despeito de apresentarem prejuízo à qualidade de vida, não desenvolverão complicações. Uma diminuta fração dos pacientes, no entanto, especialmente os com evolução crônica e com tratamento irregular, podem evoluir com uma alteração no epitélio do esôfago distal, chamada “Esôfago de Barrett”, que está associada a um tipo de câncer da transição esofagogástrica. Os estudos mostram que os principais grupos de risco para este câncer, que nas últimas décadas tem apresentado uma incidência crescente, são os pacientes com grandes hérnias de hiato, tabagistas, obesos, raça*

branca, refluxo mal controlado e alto consumo de carnes vermelhas e baixo de vegetais.

Revista Mais Saúde - Quais as principais causas do refluxo gastroesofágico e há alguma relação com alimentação do indivíduo?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *A DRGE se desenvolve a partir do desequilíbrio entre fatores agressores e mecanismos de defesa do epitélio esofágico. Assim, alterações anatômicas e fisiológicas (baixa pressão do esfíncter esofágico inferior, hérnia de hiato, aumento da pressão abdominal, obesidade, etc), bem como hábitos alimentares inadequados, tais como refeições copiosas e gordurosas, mastigação deficiente, ingestão de irritantes e de refrigerantes, entre outros, favorecem o refluxo e podem desencadear a doença.*

Revista Mais Saúde - Depois das refeições, devemos esperar um período para dormir?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *Recomenda-se que as pessoas portadoras da DRGE aguardem no mínimo duas*

horas após a ingestão alimentar (mesmo de líquidos) para assumirem a posição horizontal. Esta recomendação não se aplica apenas à noite ao se deitar para dormir. Após qualquer ingestão de alimentos sólidos ou líquidos só podem se deitar após 2 horas.

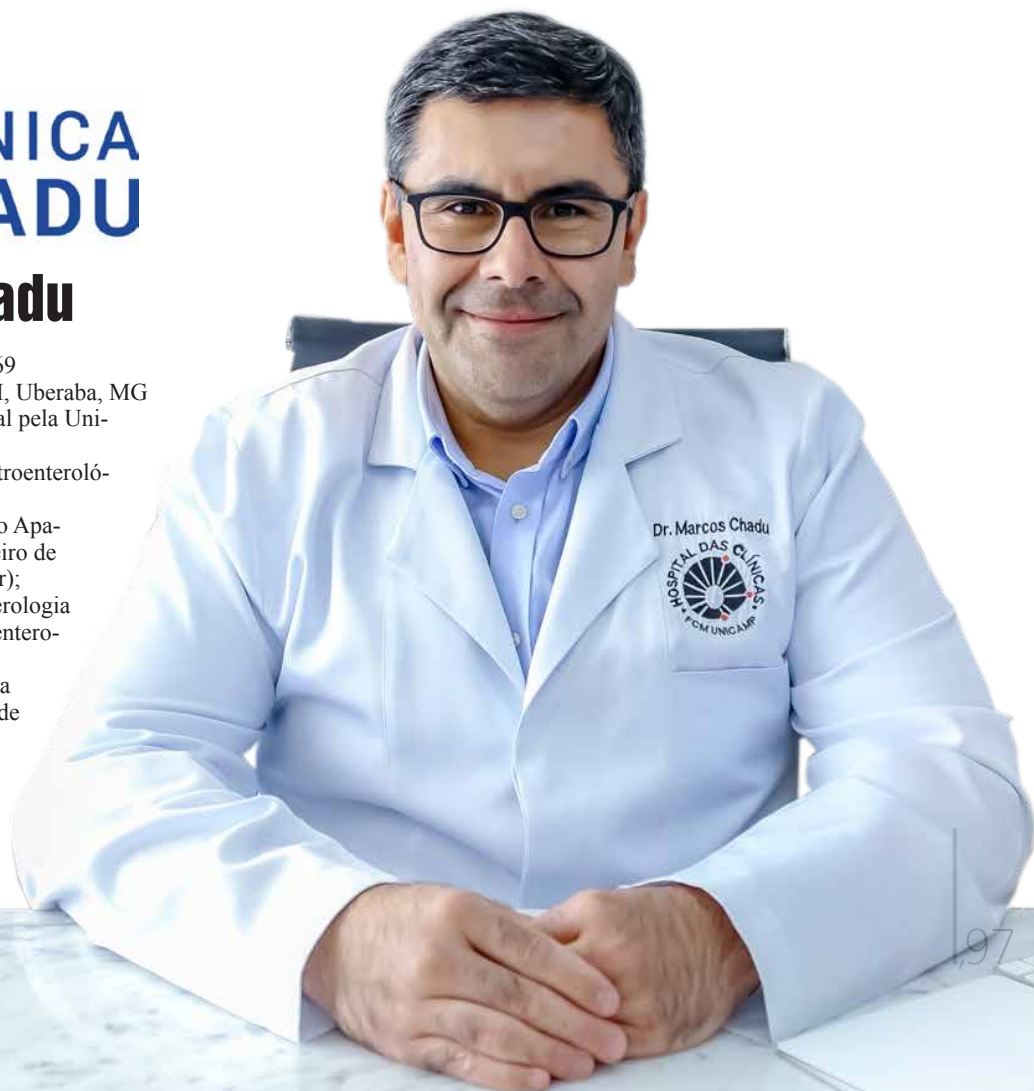
Revista Mais Saúde - A endoscopia pode ser realizada em crianças, quando a mesma tem sintomas do refluxo gastroesofágico?

Dr. Marcos Antônio Chadu - *Pela baixa incidência da DRGE acompanhada de sinais de alarme em crianças e da frequente necessidade de anestesia geral para a realização de endoscopia digestiva nesta faixa etária, de uma forma geral evitamos indicar endoscopia em crianças, mas não há contraindicação e ela é realizada. Vale lembrar que existe o refluxo de recém-nascidos, que possui uma fisiopatologia diferente do refluxo de adultos, relacionada à imaturidade das estruturas anatômicas da transição esofagogástrica, normalmente se resolvendo espontaneamente ainda no primeiro ano de vida.*



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).



Previdência Privada

UNICRED



[UNICRED.COM.BR](http://unicred.com.br)

O **Precaver** é o Plano de Previdência da **Unicred** que permite a utilização dos recursos de acordo com as suas necessidades.

- **Maior plano de Previdência**
- **Associativa Instituída do Brasil;**
- **Melhores Taxas;**
- **Proteção Familiar;**
- **Maior Rentabilidade.**

A GARANTIA DE UM PRESENTE E FUTURO MAIS

tranquilos.

UNICRED 

MELHORE SUA GESTÃO DE VENDAS!!

**SOLUÇÃO MÓVEL INTEGRADA COM O SISTEMA DE GESTÃO MASTERSYS
O MASTERSYS MOBILE É RESPONSÁVEL PELA AUTOMAÇÃO DA EQUIPE
DE VENDAS UTILIZANDO TABLETS OU SMARTPHONES (ANDROID).**

ATRAVÉS DO MASTERSYS MOBILE, O VENDEDOR PODE:

- ✓ CADASTRAR CLIENTES, PESQUISAR PRODUTOS,
- ✓ PESQUISAR PEDIDOS,
- ✓ VISUALIZAR O ESTOQUE DISPONÍVEL DOS PRODUTOS,
- ✓ BUSCAR O PRODUTO ATRAVÉS DA LEITURA DO CÓDIGO DE BARRAS.

**SAIBA MAIS SOBRE O SISTEMA MASTERSYS GESTÃO COMERCIAL, E DESCUBRA O QUE ELE
PODE FAZER POR VOCÊ E PELA SUA EMPRESA.**

**NÓS TEMOS A SOLUÇÃO CERTA PARA SEUS PROBLEMAS DE GESTÃO,
AGENDE UMA VISITA E TIRE SUAS DÚVIDAS!!**



MASTERSYS

GESTÃO E AUTOMAÇÃO EMPRESARIAL



64. 3431-0627 | 62. 4053-8488

@mastersysbr

www.mastersys.com.br