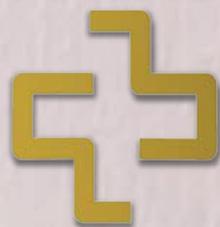


Ano 4. nº43. Fevereiro / 2021. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita  
www.rmaissaude.com

revista



# SAÚDE



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

**Dra. Samara Resende**  
CRO-GO: 13.116



**A VENEZA VEÍCULOS agora também é multimarcas.  
Carros novos e semi novos de todas  
as marcas do mercado.**



No trânsito, é sempre à vista

**Veneza**  
Multimarcas

Acesse nosso site e confira nossas ofertas:  
[www.venezaveiculos.com.br](http://www.venezaveiculos.com.br)

Itumbiara  
3431-8600

Goiatuba  
3495 7300



**SEMINOVOS**  
VENEZA MULTIMARCAS



# Pílula do Dia Seguinte: como funciona e principais dúvidas

A pílula do dia seguinte é um método de anticoncepção emergencial. Ou seja, jamais deve ser utilizada como sua principal escolha para evitar a gestação. Ela deve ser utilizada apenas em casos especiais em que ocorreu uma relação sexual desprotegida. Como por exemplo, quando rompe um preservativo ou você se esquece de tomar uma pílula do seu anticoncepcional.

## → Como usar a pílula do dia seguinte?

A pílula do dia seguinte deve ser utilizada o mais rapidamente possível após a relação sexual desprotegida. Os comprimidos de Levonorgestrel devem ser usados no máximo em 3 dias após a relação.

## → Quantas vezes posso usar a pílula do dia seguinte?

Apesar de não haver limite para o seu uso, a pílula do dia seguinte deve ser usada apenas como anticoncepção de emergência. Para quem tem relações des-

protegidas com frequência é importante buscar um outro método anticoncepcional.

A maioria dos métodos anticoncepcionais atua de forma a prevenir a gravidez antes ou durante a relação sexual. A pílula do dia seguinte é um método anticoncepcional de emergência usado para evitar a gravidez após a relação sexual.

## → Como fica a menstruação após usar a pílula do dia seguinte?

A maioria das mulheres não irá notar nenhuma diferença na menstruação após o uso da pílula do dia seguinte. Não é esperado que você sangre (menstrue) após usar a pílula do dia seguinte. Em cerca de 15% das mulheres a menstruação poderá antecipar em até 7 dias. Aproximadamente 30% das mulheres terão um atraso menstrual que na metade dos casos não passa de 7 dias. Caso ocorra um atraso menstrual de mais de 10 dias recomendamos que consulte o seu médico



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

para avaliar a possibilidade de um teste de gravidez.

É importante ressaltar que estes dados consideram apenas um uso ocasional da anticoncepção de emergência. Caso você utilize este método por mais vezes e com um intervalo curto de tempo, poderá ocorrer alterações no ciclo menstrual.

#### → Quais são os efeitos colaterais da pílula do dia seguinte?

Não existem efeitos colaterais graves. Se você engravidar ela provavelmente não irá provocar malformações no bebê e também não necessariamente a causa de abortamento. Os efeitos colaterais mais comuns são:

- Dores de cabeça;
- Dor abdominal leve;
- Alterações do ciclo menstrual;
- Mal-estar.

#### → Qual a eficácia da pílula do dia seguinte?

Não se engane, é possível engravidar depois de

tomar a pílula do dia seguinte. Sua eficácia é de pelo menos 75%, podendo chegar a 98% quando utilizada nas primeiras 24 horas após a relação sexual desprotegida. Por isso, quanto antes usar a pílula melhor será sua eficácia.

Também é importante informar que a obesidade reduz a eficácia da pílula. Em mulheres com peso acima de 75kg a eficácia dela pode ser menor do que o esperado.

A recomendação de não se utilizar com frequência a anticoncepção de emergência é por que a sua eficácia é baixa quando comparada aos outros métodos anticoncepcionais. Ou seja, você não está tão protegida assim quando usa a pílula do dia seguinte. Além disso, ela é feita com hormônios o que poderá alterar o seu ciclo menstrual, principalmente se você utilizar ela com frequência.

Então o melhor seria se informar com seu ginecologista sobre métodos anticoncepcionais e ver qual melhor se adapta ao seu estilo de vida.



SELF  
CLÍNICAS

## Dra. Erci Maria

CRM/GO: 18.841

Médica pela Universidade de Uberaba;  
Residência Médica em Ginecologia e Obstetria  
pela Universidade Federal de Uberlândia;  
Membro Titular da Sociedade de Ginecologia e  
Mastologia do Estado do Rio de Janeiro;  
Pós-Graduada em Ginecologia Endocrinológica  
pela Sociedade de Ginecologia e Obstetria do  
Estado do Rio de Janeiro.

15



**Dr. André Marinho**  
Urologista  
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**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. 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



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

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



**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



**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



**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. Elton Ferreira Franco**  
Médico do Trabalho  
CRM/GO: 19.608 | RQE: 13.027

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

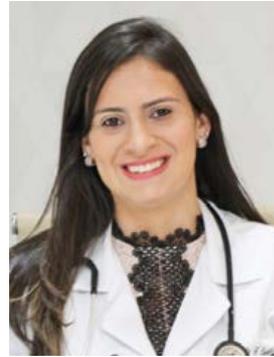


**Dr. Eric Maia**  
Urologista  
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7.776

**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942



**Dr. Franco Schneider**  
Ortopedista  
CRM/GO:13.434 | TEOT: 13215  
**Clínica COTI**  
Rua Paranaíba, 710.  
Itumbiara - GO.  
**(64) 3404-7370**  
**Casa de Saúde São José**  
Rua Piracanjuba, 330.  
Goiatuba - GO.  
**(64) 3495-1481**



**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**  
Rua Franklin Xavier, 125.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara-GO.  
**(64) 3433-9897 | (64) 99667-1970**



**Dr. José Antônio Ferreira**  
Ginecologia e obstetrícia  
CRM/GO: 6.491 | RQE: 3296  
**Clínica Pro Vida**  
Rua Padre Félix, 380.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
**(64) 3431-7606 | (64) 9.9665-7605**



**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**



**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 Jacob**  
Cirurgião Geral  
CRM/GO: 16.232  
**Clínica Jacob e Paresoto**  
R. Franklin Xavier, 434.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
**(64) 3432-3636**



**Dr. Rafael Rocha**  
Urologista  
CRM/GO: 12.023 | RQE: 7986  
**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
**(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942**



**Dr. William Zolcsak**  
Urologista  
CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125  
**C.A.U.I**  
**Centro de Atendimento Urológico de Itumbiara**  
Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
**(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942**

# EDITORIAL

## SAÚDE É FUNDAMENTAL

O anseio pela saúde e qualidade de vida é de vital importância para o ser humano, que busca o equilíbrio para viver bem. E entre outras coisas, isso acontece quando nos mantemos bem informados sobre temas relevantes e capazes de nos fazer repensar sobre nossos hábitos ou mesmo nosso estilo de vida.

A Saúde é um dos nossos maiores atributos. Mesmo assim, por tradição, só pensamos em manter ou melhorá-la quando esta se encontra ameaçada.

Ter saúde é, muitas vezes, uma questão de escolha. Os seus hábitos, a maneira como você conduz sua vida e seu comportamento diário, podem ser aliados ou verdadeiros vilões na busca de uma vida saudável.

Pensando em tudo isso, a Revista Mais Saúde traz mais uma edição, repleta do melhor e mais completo conteúdo da área da saúde, escrita por profissionais especialistas e altamente gabaritados em várias áreas.

Ainda contamos com diversos outros temas, para que você leitor, possa ficar informado sobre vários assuntos do seu cotidiano, tendo como objetivo o seu entretenimento.

Boa leitura!!!

Os Diretores.



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



Realização

# OR7

Editora e Marketing

revista  
**SAÚDE**  
3 ANOS

### Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins

Diretor Comercial: Onofre Neto

Fotos: Pedro Honn

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

### 43ª 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 | PÍLULA DO DIA SEGUINTE: COMO FUNCIONA E PRINCIPAIS DÚVIDAS               | 62 | MAIS SAÚDE ESPECIALISTAS   |
| 06 | GUIA MÉDICO  | 65 | DOENÇA ARTERIAL OBSTRUTIVA PERIFÉRICA (DAOP)                                       |
| 10 | ENTREVISTA   | 71 | ISSO NÃO DEVE CONTINUAR.   |
| 19 | PREGOREXIA: (TRANSTORNO ALIMENTAR QUE PODE SURTIR NA GRAVIDEZ)           | 73 | O QUE VOCÊ PRECISA SABER PARA PREVENIR CARRAPATOS E PULGAS NO SEU ANIMAL           |
| 24 | VOCÊ CONHECE OS TRATAMENTOS INJETÁVEIS?                                  | 75 | UVEÍTE – CAUSAS E CARACTERÍSTICAS DESSA DOENÇA                                     |
| 26 | DOR NO COTOVELO? PODE SER EPICONDILITE MEDIAL                            | 77 | BICHECTOMIA  |
| 31 | VARICOCELE ATINGE 40% DOS HOMENS COM INFERTILIDADE                       | 79 | USO DE FIBRINA LEUCOPLAQUETÁRIA AUTÓLOGA NA ODONTOLOGIA                            |
| 34 | VOCÊ SOFRE COM A COMPULSÃO ALIMENTAR E ANSIEDADE CAUSADAS PELO ESTRESSE? | 81 | RECOMENDAÇÃO FEBRASGO NA VACINAÇÃO DE GESTANTES E LACTANTES CONTRA COVID-19        |
| 37 | O SEU ENTE FALECEU E DEIXOU BENS. VOCÊ SABE COMO PROCEDER?               | 85 | “QUANDO NOS TORNAMOS MÃES DOS NOSSOS PAIS”: CUIDADORES DE FAMILIARES COM ALZHEIMER |
| 39 | O QUE É SEGURO PATRIMONIAL?  | 87 | O PODER DA MENTE NA CONSTRUÇÃO DO CORPO  |
| 42 | OMS LISTA 10 DESAFIOS GLOBAIS DE SAÚDE EM 2021                           | 89 | SÃO OBRIGADOS A ENTREGAR O IRPF 2021:  |
| 54 | EMPREENDEDOR PREMIUM   | 93 | PESO ADEQUADO DAS MOCHILAS ESCOLARES   |
| 57 | DOENÇAS BUCAIS   |    |  |
| 59 | HANSENÍASE   |    |  |

# ENTREVISTA



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

## DRA. SAMARA RESENDE

CRO/GO: 13.116

Cirurgiã Dentista;

Especialista em Odontologia Estética;

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



A capa do mês de fevereiro de 2021, traz uma jovem odontóloga, Samara Resende é filha de Dulcimara Resende Guimarães e Luis Humberto Costa. Samara é mãe da pequena Maria Tereza Resende Rosa Tavares e tem um relacionamento com Luiz Carlos Santilli Filho há 7 anos e meio. Ela nos concedeu uma entrevista exclusiva onde nos conta um pouco de sua trajetória.

Revista Mais Saúde - Inicialmente, o que despertou seu interesse pela odontologia?

Dra. Samara Resende - *Eu sempre me identifiquei com a área da saúde e aprofundando sobre as diversas opções profissionais nesse campo, a que eu mais me interessei e tenho aptidão foi a odontologia.*

Revista Mais Saúde - Quais os principais desafios

que você encontrou até hoje na Odontologia?

Dra. Samara Resende - *Embora existam diversos desafios em todas as profissões, inclusive na odontologia, o maior que vejo é conscientizar as pessoas da importância do tratamento preventivo.*

Revista Mais Saúde - É notório o avanço tecnológico na área odontológica. Qual sua opinião sobre essa realidade?

Dra. Samara Resende - *O avanço tecnológico na odontologia é de suma importância, pois nos proporciona tratamentos cada vez mais seguros, rápidos e indolores.*

Revista Mais Saúde - Conversamos frequentemente sobre a Odontologia como “peça” fundamental no âmbito da saúde e da sociedade. Gostaria que



você desse sua visão sobre a participação do cirurgião-dentista como agente da saúde.

*Dra. Samara Resende - Nós, profissionais da odontologia, exercemos um papel fundamental para a sociedade, que vai muito além de um belo sorriso. Como por exemplo, a importância da orientação aos pacientes de cuidados diários de higiene bucal e visitas periódicas ao dentista, lembrando sempre que todo e qualquer tratamento odontológico se inicia na*

*casa de cada um.*

Revista Mais Saúde - Que dica daria para quem deseja cursar odontologia?

*Dra. Samara Resende - É uma área como todas as outras que nos trazem desafios diários, dessa forma temos que estar sempre nos atualizando, pois exige muita dedicação e estudo, visto que lidamos com a saúde de nossos pacientes.*





# Chegamos em Goiás

Uniben Saúde em parceria com Unimed Regional Sul Goiás:

Planos em condições especiais, valores reduzidos, e formas de cobrança diferenciadas.



Saiba mais  
**(64) 3432-2052**

# ITUMBIARA E REGIÃO ACABAM DE GANHAR MAIS UM MOTIVO PARA SER UNIMED!

ANS - Nº 305472

A Uniben Saúde, parceira da Unimed Regional Sul Goiás, é uma Administradora de Benefícios, que atua na gestão de planos coletivos de saúde. Devidamente registrada na Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS), a UNIBEN vem para criar vínculos fortes e duradouros com seus parceiros e clientes em toda a Região Sul de Goiás.

Essa parceria tem o objetivo de oferecer planos com relevante custo-benefício e acesso à saúde de excelência que os serviços Unimed podem oferecer. Na parceria com a administradora, serão comercializados planos coletivos por adesão, com foco nos públicos: entidades de classe, sindicatos, associações e conselhos profissionais.

A UNIBEN está preparada para atendimento nessas categorias e trabalha com relacionamentos personalizados, oferecendo assistência em todas as etapas do processo, chancelada pela Unimed Regional Sul Goiás.

## PARCERIA COM A UNIMED REGIONAL SUL GOIÁS

Ao longo dos seus 31 anos, a Unimed Regional Sul Goiás cresceu e expandiu sua rede de serviços próprios com o que há de melhor no mercado, possui certificações de qualidade que atestam a excelência de seus serviços e possui pessoas trabalhando com um único propósito: cuidar das pessoas que por ali passam.

Neste sentido, de estarmos preparados para um futuro maior, a Unimed Regional Sul Goiás avança em um novo degrau mercadológico, visando ampliar sua participação no mercado para garantir sustentabilidade e mais crescimento à cooperativa.

A nova parceria com a UNIBEN Saúde, chega para atrair e cultivar um novo nicho de mercado, atuando assim na comercialização de planos coletivos por adesão, direcionado para as associações e sindicatos locais, conforme regras estabelecidas pela ANS – Agência Nacional de Saúde Suplementar.

Dentre as vantagens do vínculo com a administradora de benefícios, podemos citar a possibilidade de oferecer um produto mais competitivo no mercado regional, atendendo assim as necessidades de nossos beneficiários, além de proporcionar formas de pagamento customizadas.

## CONHEÇA MAIS SOBRE A UNIBEN SAÚDE

- Atuante no mercado há quase 10 anos, com a gestão de planos de saúde exclusivos ao sistema Unimed;
- Parceria com mais de 20 operadoras e mais de 40 mil clientes já atendidos;
- Atua nas regiões sudeste e centro-oeste, marcando presença em mais de 150 municípios.

Para maiores informações:

**(64) 3432-2052**

[www.unimeditumbiara.coop.br](http://www.unimeditumbiara.coop.br)

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed**   
Regional Sul Goiás

# SOS

DR. SUPLEMENTOS



Dr. Everton Moraes Fonseca  
MÉDICO E EMPRESÁRIO

Dra. Josyelle Campos Mateus  
MÉDICA E EMPRESÁRIA



SOS Dr. Suplementos é a sua nova loja especializada na venda de suplementos alimentares em Itumbiara. Aqui você encontra uma grande variedade de suplementos esportivos, nutracêuticos (colágenos, Ômega 3, vitaminas, minerais e antioxidantes), Fitoterápicos (moduladores do stress, ansiedade, apetite e imunidade, melhora do desejo sexual e protetor hepático) nacionais e importados.

A SOS Dr. Suplementos foi criada em junho de 2019 pelo casal de médicos Dr. Everton Moraes Fonseca e Dra. Josyelle Campos Mateus.

Hoje já conta com duas lojas em Rio Verde - Goiás e tem como diferenciais a preocupação com a saúde do seu cliente e um atendimento especializado.

Os produtos são de altíssima qualidade e quando se trata de importados todos são originais.



Av. Afonso Pena, número 51 - Centro, Itumbiara - GO



(64) 99663-2525

sosdrsuplicmentosub



# PROTEÇÃO

Para a **saúde** da sua **família!**



#suafamília #nossaproteção



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



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.



## Pregorexia: (Transtorno alimentar que pode surgir na gravidez)



A palavra vem da junção do termo pregnant (“grávida”, em inglês) com anorexia, a pregorexia é um transtorno alimentar que se caracteriza pela obsessão em manter o peso pré-gestacional durante a gravidez. Mulheres que já apresentaram doenças do gênero, como anorexia e bulimia, e também grávidas mais jovens (que costumam valorizar demais a aparência) estão mais sujeitas a passar pelo problema.

Por mais que exista uma lista enorme de sintomas que caracterizam o corpo da mulher grávida, o barrigão lindo que guarda o bebê em formação sempre será a mudança mais marcante no espelho. Há quem lide com essas curvas de forma natural e até se sinta mais bonita, aproveitando o momento para fazer ensaios sensuais ou registros fofos do crescimento do pequeno ao longo dos nove meses. Mas nem toda mulher consegue se sentir confortável na própria pele com essa imagem logo de cara.

Quando a mulher se esforça para manter um corpo em forma, pode não ser fácil abraçar os quilos extras da gestação tão rapidamente. É o problema começa quando essa preocupação toma conta da futura mãe e o controle do ganho de peso vira o foco da gravidez. Pouco falada no círculo da maternidade, a pregorexia vem ganhando a atenção dos especialistas por atingir exatamente esse grupo de grávidas, que querem ficar magras a todo custo e acabam colocando a saúde do bebê em risco ao reduzirem drasticamente o consumo de calorias.

### • Causas da Pregorexia

Históricos de traumas na infância, negligência, genética e temperamento individual, como ansiedade e perfeccionismo, são as causas subjacentes à pregorexia, além de fatores como ressentimento e perversão subconsciente.

Na verdade, essas mulheres não têm a intenção de matar o feto de fome, e provavelmente têm um histórico anterior de anorexia e bulimia. Algumas conseguiram se recuperar, mas durante o período de gravidez podem ter uma recaída, ou, talvez, não tenham conseguido se recuperar. A imagem do corpo escultural, alimentada pela pressão social, a insegurança em se tornarem mães com responsabilidades para toda uma vida, os conflitos e diferenças com seus parceiros são fatores específicos, que ocorrem durante a gravidez, com mulheres que apresentam esse perigoso transtorno alimentar.

### • Sintomas da Pregorexia

1. Dieta restrita durante a gravidez ou a falta de uma alimentação que mantenha uma gravidez saudável (o que seria um ganho de peso, durante os nove meses, em torno de 7 a 18 kg).

2. Exercícios em excesso durante a gravidez. Tentativas de perder peso, ou tentativas de manter o peso sem ganhar quilos a mais, ou evitar o ganho de peso necessário para a gravidez.

3. Distorções cognitivas que afetam a capacidade de se enxergar corretamente. Essas mulheres pensam que comem o suficiente, mas, na verdade, não se dão conta de que estão comendo menos. Ou pensam que não estão se exercitando muito, quando, na verdade, estão.

4. Falta de perspectiva: uma mulher começa a ter falta de perspectiva, primeiro, em relação a seu próprio comportamento. Desenvolve uma grande necessidade de ter controle sobre todas as coisas em sua vida, e nesse processo, perde o controle sobre seu próprio corpo. Só controla os alimentos e suas calorias, e os exercícios.

5. Tonturas, dor de cabeça, cegueira temporária. Dificuldade de concentração.

6. Isolamento, evitando família ou amigos.

• **Quais riscos a pregorexia apresenta para a mãe e para o bebê?** A má alimentação pode desencadear um quadro de anemia na mãe, isto é, a redução de ferro na corrente sanguínea. A condição gera dificuldade de oxigenação nos tecidos e pode afetar o desenvolvimento do feto. A fase da gestação em que o transtorno dá as caras é que vai determinar as consequências para a saúde do bebê – entre elas estão a má-formação e a restrição de crescimento.



**Dr. José Antônio Ferreira**

Ginecologia e obstetrícia  
CRM/GO: 6.491 | RQE: 3296

UM NOVO CONCEITO  
DE WHEY PROTEIN:

# Clean Whey Hydrolysate Classic

**S**ua pureza excepcional é garantida pelo processo pioneiro de extração Cross-Flow Microfiltration – patenteado pela Glanbia Nutritional –, que mantém todo o espectro de proteínas não desnatadas naturalmente encontradas no soro, preservando suas frações proteicas e ingredientes bioativos em teor maior que nas proteínas ionizadas.

Somado à exclusiva hidrólise que quebra a proteína em cadeias menores e diminuiu as moléculas alérgicas, o resultado é um whey protein com menor teor de gordura, carboidrato e sódio e baixíssima concentração de lactose. Por sua facilidade de digestão, é indicado para pessoas que possuem alguma restrição à lactose, de qualquer idade, pacientes em pós-operatório imediato e praticantes de atividade física moderada à alta.



**Clean**  
**Whey**

**No secret,  
protein only.**



**91%** DE CONCENTRAÇÃO  
**PROTEICA**

- > Rápida absorção e menor risco de alergia
- > Indicado para reposição rápida de nutrientes, principalmente no pós-treino de atletas
- > Exclusiva hidrólise: quebra a proteína em cadeias menores e diminuiu as moléculas alérgicas
- > Baixíssimo em gorduras, carboidratos e lactose (0,3g por 100g de produto)
- > Pode ser usado como ingrediente culinário

✓ INGREDIENTES GLANBIA NUTRITIONALS INC. ✓ 100% MONOINGREDIENTE ✓ 100% PURO ✓ 100% INSTANTÂNEO  
✓ RÁPIDA ABSORÇÃO ✓ ELEVADA CONCENTRAÇÃO PROTEICA COMPROVADA ✓ ALTA CONCENTRAÇÃO DE BIOATIVOS



SEM  
SABOR



SEM  
AÇUCAR



SEM ADOÇANTES  
ARTIFICIAIS



SEM  
ESPESSANTES



CERTIFICADO  
ANTIDOPING



SEM  
GLÚTEN



SEM  
CORANTES



SEM  
CONSERVANTES



SEM  
EDULCORANTES



NON-GMO  
SEM  
TRANSGÊNICOS

Rua Santa Rita, 63 • Centro • Itumbiara • GO  
Tel: (64) 3430-1144 • Whatsapp: (64) 98144-0033  
Instagram: @belaformulaitumbiara

**belaformula**  
farmácia de manipulação



Vem aí a 5ª Edição da  
**REVISTA CASA PREMIUM**

Em março

**NOVA**

edição

Revista

# CASA

*Premium*



**OR7**  
Editora e Marketing

  /revistacasapremium  
[www.revistacasapremium.com.br](http://www.revistacasapremium.com.br)

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



MEDICINA INTEGRATIVA



## Você Conhece os Tratamentos Injetáveis?

Tratamentos injetáveis estão cada vez mais comuns e difundidos, tornando-se uma ótima opção para auxiliar em diversos tratamentos médicos. Através de protocolos injetáveis temos a possibilidade de potencializar os resultados do tratamento, visto que conseguimos administrar substâncias diretamente na corrente sanguínea do paciente (protocolos endovenosos) ou via intramuscular. Com o uso de protocolos injetáveis podemos repor micronutrientes e, até mesmo, tratar eventuais distúrbios metabólicos, principalmente no que diz respeito a carências de vitaminas, minerais, aminoácidos e antioxidantes, por exemplo. Alguns pacientes, em especial, beneficiam-se mais desse tipo de tratamento, como é o caso de pós-bariátricos e de indivíduos que fizeram qualquer cirurgia em que houve a retirada de parte do tubo digestivo. Além disso, é indicado aos idosos, visto que são grupos que apresentam alteração da absorção de nutrientes pelo trato digestivo. Situações semelhantes também se aplicam a pessoas com desequilíbrio da flora intestinal (disbiose).

As principais indicações são:

- Reposição de nutrientes e vitaminas;
  - Melhora de disposição e bem-estar (antifadiga);
  - Auxílio no tratamento de distúrbios metabólicos como esteatose hepática (gordura no fígado), síndrome metabólica, resistência insulínica, dentre outros;
  - Auxílio no processo de detoxificação e emagrecimento;
  - Melhora da performance esportiva e hipertrofia muscular;
  - Auxílio no tratamento de depressão;
  - Melhora da imunidade;
  - Auxílio na eliminação (quelação) de metais tóxicos;
  - Auxiliar de forma complementar no tratamento de pacientes com câncer;
  - Otimizar o metabolismo auxiliando no processo de emagrecimento;
- Busque um profissional habilitado para se informar melhor dessa nova ferramenta para o tratamento e a prevenção de doenças.





# BioCEL

## LABORATÓRIO CLÍNICO

Com intuito de promover a saúde,  
o Laboratório BioCel Lança  
a campanha

### BOM CORAÇÃO

campanha

## BOM CORÇÃO



Check-up a partir  
de R\$50,00

- **ELETROCARDIOGRAMA**  
(com laudo médico)
- Exame de **CHAGAS**
- Avaliação de **OBESIDADE**
- Risco de **INFLAMAÇÃO  
CARDIOVASCULARES**
- Risco de **OBSTRUÇÃO DE  
ARTÉRIAS**

**Sua saúde merece  
esse cuidado**



(64) 3404-1833



(64) 9.8436-0079

**Matriz:**

Av. Rio Verde, nº 97, Centro  
(em frente ao colégio Felix de Almeida)

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

ORTOPEDIA



## Dor no cotovelo? Pode ser epicondilite medial



O dia a dia exige do corpo movimentos repetitivos. Levantar, andar, esticar os braços e várias outras ações são feitas de maneira automática para o bom desempenho das atividades, sejam elas corriqueiras ou esportivas. Esses esforços, com o passar do tempo, podem resultar em problemas clínicos, como é o caso da epicondilite medial, também conhecida como cotovelo do golfista. A patologia é uma inflamação nos tendões flexores do punho e costuma gerar uma incômoda dor no cotovelo, sendo necessário o acompanhamento de um médico especialista, para que o tratamento seja feito de maneira correta.

A epicondilite medial (cotovelo do golfista) pode ser confundida com a epicondilite lateral (cotovelo de tenista). A diferença entre as duas está na localização da inflamação dos tendões: a epicondilite lateral ocorre na parte lateral do cotovelo, região responsável pela pronação, atingindo o tendão do músculo extensor radial.

Já a epicondilite medial afeta os tendões na parte supinação. Estes tendões são os que se ligam ao epicondilo medial do antebraço. A inflamação e a degeneração, tanto dos tendões flexores como dos pronadores do punho, têm origem no cõndilo medial, ou seja, a parte interna do cotovelo.

### ➤ Sintomas

Como qualquer problema do tipo, o principal sintoma é a dor. Nesse caso específico, a dor aparece nas partes internas e/ou externas do cotovelo e, por essa razão, a doença também é conhecida por cotovelo do golfista, alusão ao esporte que exige bastante esforço dessa região do corpo.

Também existem outros sintomas que estão rela-

cionados à epicondilite medial, como:

- Perda de força em movimentos que envolvam esforço da mão fechada (como girar uma torneira);
- Dificuldade em realizar determinados movimentos que envolvam a região afetada;
- Formigamento no braço e nos dedos.

### ➤ Diagnóstico

A melhor maneira de diagnosticar o problema é procurando um ortopedista que seja especializado. Ele será o responsável por pedir vários exames, como tomografias e radiografias para identificar o problema específico e não fazer confusão com outras enfermidades, como a epicondilite lateral, por exemplo.

É preciso deixar claro que o problema é grave e pode impedir o paciente de realizar atividades comuns do dia a dia. Evitar a automedicação e comparecer ao médico o quanto antes pode evitar que a enfermidade se desenvolva de maneira desnecessária e prejudique práticas esportivas ou profissionais.

Seguir as rotinas de fisioterapia ou de descanso à risca também são processos fundamentais, tendo em vista que esses cronogramas são feitos de acordo com o potencial de recuperação do corpo e variam de pessoa para pessoa.



**Dr. Franco  
Schneider**  
CRM-GO 13434 TEOT 13215

26,

CRM/GO 13.434 TEOT: 13215  
Médico Ortopedista  
Traumatologista;  
Especialista em Ombro e Cotovelo.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

**CRIANDO CONFIANÇA E RESPEITO ENTRE VOCÊ E SEU CÃO.**



*Precisando de uma  
ajudinha com seu pet?*



A **Cãopanheiros** oferece adestramento em domicílio ajudando os donos e seus animais a se relacionarem de forma mais saudável e equilibrada.



**ADESTRAMENTO DE CÃES**

- Obediência básica e passeio educativo;
- Comportamento e socialização.



**DOG WALKER**

- Passeio recreativo;
- Caminhada para emagrecimento.

Entre em contato e  
saiba como nós  
podemos te ajudar!



**64 9.9217-0532**



**caopanheirositumbiara**



*O Hashi agora está  
de casa nova!*

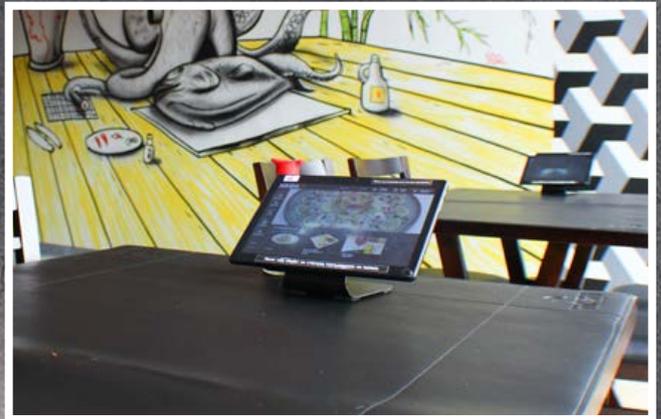
Um espaço amplo, confortável, e muito convidativo.  
Venha saborear o que há de melhor na comida Oriental!



**HASHI**  
CULINÁRIA ORIENTAL

Delivery  
99346-5168





# HASHI

CULINÁRIA ORIENTAL

 (64) 99346-5168

 hashisushiitumbiara  Hashi culinária oriental

Av. Brasília, 85 Centro - Itumbiara-GO



3

ANOS

*de Itumbiara*

**Presente diariamente  
na vida de milhares de  
clientes e amigos.**

**Farma & Farma**



*Cuidando  
da Saúde*

E BEM-ESTAR  
DE SUA FAMÍLIA

Rua Paranaíba, 401 - Centro - Itumbiara-GO

Acesse nossas Redes Sociais:   @farmaefarmapopulariub

**TELE-ENTREGA GRÁTIS**

(64) 3430-4010 /  99667-4010

(64) 3430-1040 /  99665-4010



Leia e compartilhe, acessando o QR-Code.

UROLOGIA



# Varicocele atinge 40% dos homens com infertilidade



*Doença caracteriza-se pela dilatação das veias dos testículos*

A varicocele é uma doença que atinge 40% dos homens com infertilidade conjugal, sendo caracterizada pela dilatação das veias de drenagem dos testículos. É causada pelo refluxo de sangue nessas veias e pode ser chamada também de varizes testiculares ou escrotais.

A doença provoca mudanças funcionais no testículo, que determinam alteração na qualidade dos espermatozoides, levando à infertilidade.

Essa doença não tem sintomas e normalmente é diagnosticada quando se investiga a infertilidade do casal. O diagnóstico é feito no exame físico, palpando-se o cordão inguinal, com paciente em pé e fazendo força com o abdome (manobra de Valsalva). O exame de imagem ecodoppler testicular ou dos funículos espermáticos não é recomendado como exame de diagnóstico inicial e sim para auxiliar nos casos de dúvida, nunca para diagnóstico sem antes o paciente ser examinado.

“A doença provoca mudanças funcionais no testículo, que determinam alteração na qualidade dos esper-

matozoides, levando à infertilidade”.

O tratamento da varicocele é realizado com cirurgia, pela via subinguinal (na virilha) e com técnica microcirúrgica (utilizando microscópio cirúrgico na operação). A cirurgia é realizada em regime ambulatorial, com alta no mesmo dia. Essa técnica garante a melhora da qualidade seminal entre 60-75% dos pacientes operados e gravidez natural em 30% dos casais após 24 meses da cirurgia.

Fonte: <https://portaldaurologia.org.br/publico/doencas/varicocele-atinge-40-dos-homens-com-infertilidade/>



**C.A.U.I.**

CENTRO DE ATENDIMENTO UROLÓGICO DE ITUMBIARA

**Dr. Eric Maia**

Urologia  
CRM/GO: 15.684 | RQE: 7776

**Dr. William Zolcsak**

Urologia  
CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125

**Dr. André Marinho**

Urologia  
CRM/GO: 5.335 | RQE: 3063

**Dr. Rafael Rocha**

Urologia  
CRM/GO: 12.023 | RQE: 7986



31



# GABARITO INFANTIL

Recebendo nossas crianças com muita alegria e animação...



...no melhor espaço reservado para elas



# MATRICULAS ABERTAS

**INFANTIL, FUNDAMENTAL E MÉDIO**



**GABARITO**<sup>®</sup>  
SISTEMA DE ENSINO

**ESPECIALISTAS EM SUPERAR DESAFIOS.**

**(64) 99246-7909 | (64) 3432-1211**



**ENSINO** ✂  
**INFANTIL**

O Líder  
em Mim

Google for Education



CASA  
THOMAS  
JEFFERSON



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO



## Você sofre com a compulsão alimentar e ansiedade causadas pelo estresse?



Acontecimentos comuns do dia a dia, o aumento do número de informações e a necessidade de realizar muitas atividades no menor tempo possível são fatores que contribuem para o excesso do estresse. Um grande número de pesquisas recentes estabeleceram correlações entre estresse, ansiedade, insônia e excesso de peso com implicações significativas para a saúde. O aumento dos níveis do hormônio do estresse, o cortisol, foi diretamente relacionado com o aumento da ingestão de alimentos e doces calóricos. É também conhecido que o estresse piora a insônia, a ansiedade e a fadiga.

**Relora é eficaz na redução do estresse e ansiedade e capaz de aumentar os sentimentos de bem-estar.**

Benefícios:

- Ação tranquilizante sem causar sono;
- Normaliza os níveis de cortisol;
- Diminui os efeitos causados pelo estresse;
- Previne o ganho de peso associado ao estresse;
- Melhora o humor;

- Aumenta o vigor;
- Estimula o desempenho físico na realização das atividades diárias;
- Regulariza o sono;
- Reduz a compulsão alimentar causada pelo estresse;
- Diminui a depressão e a fadiga;
- Efeito ansiolítico sem provocar dependência.

Você não pode perder todos esses benefícios, venha nos fazer uma visita, procure uma de nossas 3 lojas e personalize sua fórmula!



MATRIZ  
**LOJA 01**  
64 3431-5011  
 (64) 99664-5011

FILIAL VILA VITÓRIA  
**LOJA 02**  
64 3431-5022  
 (64) 99666-5022

FILIAL RODOVIÁRIA  
**LOJA 03**  
64 3431-5044  
 (64) 99992-6811

**Dr. Vitor Simão da Silva**  
CRF-GO 12618

**Dra. Anny Carolina Ferreira Vilarinho**  
CRF-GO 14976

**Dra. Maria Elisa Vieira Tavares de Castro**  
CRF GO 1606

**Dra. Luciana de Lima Tannús Borges**  
CRF GO 3224

**Dra. Melynna Augusta Araújo Brito**  
CRF-GO 13396





**DARIVA**  
ENGENHARIA



## 2 QUARTOS

Sala de Estar, Cozinha com ilha,  
Garagem coberta, Varanda Gourmet,  
Lavanderia, Lavabo, 2 suítes.

**Área:** 109 m<sup>2</sup>

## 3 QUARTOS

Sala de Estar, Cozinha com ilha,  
Garagem coberta, Varanda Gourmet,  
Lavanderia, Lavabo, 1 suíte + 2 quartos  
com banheiro social.

**Área:** 138,40m<sup>2</sup>

OPÇÕES COM OFURÔ

COMPRE NA PLANTA!

LOCALIZADOS NO RESIDENCIAL BEIRA RIO II

TODAS AS UNIDADES ENTREGUES COM VARANDA GOURMET!

CONDIÇÕES ESPECIAIS DE PAGAMENTO

ATENDIMENTO COM HORÁRIO AGENDADO

📍 Rua Jacinto Brandão, 556, Centro

📞 64 | 9 9339-4554

✉️ [contato@darivaengenharia.com.br](mailto:contato@darivaengenharia.com.br)

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

## ATENDIMENTO PERSONALIZADO DE VERDADE.

Na Netmoney sua empresa não é apenas mais um número.

Nossa equipe se importa com seu negócio e trabalha para oferecer assessoria sob medida para sua necessidade.

Descubra o que podemos fazer para ajudar seu negócio crescer. [#vempranetmoney](#)



 **NetMoney**  
FACTORIZING E FIDC



netmoneyfactoring



www.netmoney.com.br



64 3432-8500



Rua Adoniro Martins de Andrade, 74 - Centro - Itumbiara - Goiás



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



## INVENTÁRIO



# O seu ente faleceu e deixou bens. Você sabe como proceder?

Quando alguém falece, os seus bens, direitos e obrigações são denominados “espólio” e serão transmitidos aos herdeiros.

O inventário, que pode ser de forma judicial ou extrajudicial é o procedimento que deverá ser feito, com a observância de alguns requisitos, para que seja realizada a transferência dos bens do falecido, o “de cujus”.

O inventário extrajudicial é realizado por meio de escritura pública, desde que todos sejam capazes e estejam de acordo quanto à forma de divisão dos bens.

O inventário judicial é realizado através de um processo judicial, sendo obrigatório quando houver menores ou incapazes envolvidos, divergências quanto a partilha ou no caso de o falecido ter deixado testamento.

Muitas questões são pertinentes para o deslinde do procedimento, como o regime de casamento do falecido, a data da aquisição dos seus bens, a existência de bens financiados e a existência de dívidas.

As partes precisam estar atentas ao prazo de abertura do inventário, aos documentos exigidos, que são muitos, a melhor forma de realização da partilha que contemple a todos, de forma justa, para que seja

evitada futura anulação e a responsabilidade dos herdeiros (até o limite do patrimônio) pelo pagamento das dívidas o recolhimento dos impostos dentro dos prazos perante os órgãos públicos.

Durante o procedimento, o atendimento especializado prestado pelo profissional competente, que é o advogado, para o acompanhamento das partes em todas as fases é obrigatório e imprescindível para que sejam respeitados os prazos e requisitos legais do processo.

Caso você precise efetuar a abertura do inventário e tem dúvidas sobre os prazos, sobre valor e forma de recolhimento dos impostos, ou qualquer outra, um advogado de sua confiança pode esclarecer os seus questionamentos.

Por isso é importante que seja feita uma análise minuciosa do seu caso.

# CMP

ADVOGADOS

CARDOSO  
MELO &  
PRADO

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

✉️ [ledyane.adv@outlook.com](mailto: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.



**A MELHOR PROTEÇÃO PARA  
SEU HOSPITAL, CLÍNICA, LABORATÓRIO  
E CONSULTÓRIO.**

**PROTEJA O SEU  
NEGÓCIO!**



**ROSA TAVARES**  
**CORRETORA DE SEGUROS**  
O SEGURO MAIS SEGURO

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

☎ 64 3431 5900



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

**CORRETORES DE SEGURO**



## O que é seguro patrimonial?



Existem vários tipos de seguros patrimoniais (seguros empresariais, riscos nomeados, riscos operacionais, riscos diversos, lucros cessantes, responsabilidade civil, responsabilidade de executivos, garantias de obrigações contratuais...), alguns simplificados, alguns muito específicos e outros bastante compreensivos, porém de fácil contratação, para riscos Comerciais, Industriais e serviços, de Pequenas, Médias e Grandes Empresas.

São oferecidos os mais completos seguros para quase todos os ramos de atividade, com as coberturas necessárias para garantir a continuidade do seu negócio e a segurança do seu patrimônio. É a tranquilidade que você precisa para se dedicar melhor a sua empresa que é o seu negócio.

**Exemplos de Coberturas possíveis para os seguros empresariais:** Cobertura Básica – obrigatória na maioria das seguradoras: Incêndio; Queda de Raio dentro da área do terreno onde estiverem localizados os bens segurados; Explosão de qualquer aparelho ou substância, inclusive de gás normalmente empregado em aparelhos de uso doméstico, bem como qualquer explosão de origem externa.

**Principais Coberturas Adicionais Facultativas possíveis:** Danos Elétricos; Despesas Fixas decorrentes de Incêndio; Queda de Raio e Explosão; Paralisação das atividades; Lucros Cessantes Decorrentes de Incêndio; Queda de Raio e Explosão; Perda ou Despesas de Aluguel (Prédio); Quebra de Vidros; Espelhos; Mármore e Granitos; Responsabilidade Civil Guarda de Veículos de Terceiros; Responsabilidade Civil Uso e conservação do imóvel; Responsabilidade Civil Operações; Responsabilidade Civil Produtos; Responsabilidade Civil Garagista; Responsabilidade Civil Geral; Roubo ou Furto de Valores em Trânsito; Roubo ou Furto de Valores no Interior do Estabelecimento; Roubo ou Furto Qualificado de Bens; Tumultos; Greves e Lock-out; Vendaval; Furacão; Ciclone; Tornado; Granizo; Impacto de Veículos Terrestres; Queda de Aeronave ou de Qualquer Outro Engenho Aéreo ou Espacial e Fumaça; Terremoto ou Tremor de

Terra; Acidentes Pessoais dos Empregados do Segurado; Riscos pessoais dos empregados; Fidelidade de empregados; Vida em Grupo dos Empregados do Segurado; Deterioração de Mercadorias em Ambiente Frigorificados; Despesas com Recomposição de Registros e Documentos; Derrame Acidental de Chuveiros Automáticos de Combate a Incêndio (Sprinkler); Equipamentos Eletrônicos (baixa voltagem); Equipamentos Estacionários; Equipamentos Móveis; Letreiros e/ou Anúncios Luminosos; ALL RISKS; Despesas com Recomposição de Registros e Documentos; Despesas com Instalação em Novo Local decorrentes de Sinistro Coberto; Alagamento / Inundação; Desmoronamento; Roubo e Danos Elétricos à Equipamentos de Informática e Telecomunicações; Pátios; e Outras...

**Vantagens dos seguros patrimoniais / empresariais:** Desconto de Experiência – concedido a cada renovação anual consecutiva sem ocorrência de sinistro, que pode chegar a 25%; Desconto progressivo – quanto mais coberturas contratadas, maior o desconto sobre o valor do seguro; Desconto por agrupamento de vários locais; Desconto por Meios de Proteção contra Incêndio – quanto maior a proteção maior o desconto, que pode chegar a 50%; Facilidade de pagamento – carnê e débito em conta.

Fonte: <http://www.vtnseguros.com.br/seguros/seguro-patrimonial/>



**ROSA TAVARES**  
CORRETORA DE SEGUROS

O SEGURO MAIS SEGURO

**VALGMAR JUNIOR**

(64) 98139.5600



**NUNCA  
FOI  
SOBRE  
ÓCULOS**

*Foi sobre ver  
o mundo de  
outro ângulo*



A MAIOR REDE  
DE ÓTICAS  
DO BRASIL



RUA PARANAIBA, 422 A  
CENTRO - ITUMBIARA - GO  
(64) 3432-0708 |  (64) 99665-2126

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

SAÚDE



# OMS lista 10 desafios globais de saúde em 2021



A Organização Mundial de Saúde (OMS) listou os 10 principais desafios de saúde para o ano de 2021. De acordo com a OMS, "2020 foi um ano devastador para a saúde global. Um vírus até então desconhecido correu ao redor do mundo, revelando as inadequações dos sistemas de saúde". Ainda segundo a entidade, "em outro golpe, a pandemia ameaça atrasar o progresso da saúde global conquistado a duras penas nas últimas duas décadas - no combate a doenças infecciosas, por exemplo, e na melhoria da saúde materno-infantil".

A OMS listou 10 itens que devem ser enfrentados para vencer os desafios de saúde em 2021:

**1) Construir solidariedade global para a segurança da saúde mundial:** A instituição afirma que trabalhará com os países "para melhorar sua própria preparação para pandemias e emergências de saúde"

**2) Acelerar o acesso a diagnósticos, vacinas e medicamentos para a COVID-19:** "Uma das principais prioridades em 2021 será continuar nosso trabalho nos quatro pilares do ACT-Accelerator, para alcançar o acesso equitativo a vacinas, diagnósticos e tratamentos seguros e eficazes", afirma a OMS

**3) Saúde de qualidade para todos**

**4) Combater desigualdades em saúde**

**5) Liderança global a partir da ciência e dos dados**

**6) Revitalizar esforços para combater doenças transmissíveis**

**7) Resistência aos antimicrobianos**

**8) Prevenir e tratar as DCNTs e os problemas de saúde mental:** Segundo a OMS, suas últimas Estimativas Globais de Saúde apontam que as doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) foram responsáveis por 7 das 10 principais causas de morte em 2019. "Em 2020, vimos como as pessoas com DCNTs são particularmente vulneráveis a COVID-19 e como é vital garantir que programas de rastreamento e tratamento para doenças como câncer, diabetes e doenças cardíacas estejam disponíveis".

**9) Uma "reconstrução" melhor**

**10) Agir de maneira solidária:** Um dos princípios-chave que a OMS enfatiza durante a luta contra a COVID-19 é a necessidade de demonstrar maior solidariedade - entre nações, instituições, comunidades e indivíduos", defende a OMS.

**Dra. Graziela Ferreira Custódio**

CRM/GO: 21.809  
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





**UTILIZE SEU AR  
CONDICIONADO**

**Sem medo  
da conta!**



**O FUTURO É AQUI NA**



**ORGANIZA**  
energia

**Entre em contato:**

Telefone: (64) 98137 3433 | (34) 3284 1888

E-mail: [contato@organizaenergia.com.br](mailto:contato@organizaenergia.com.br)

End1: Rua Pedro Gomes, 45 Vila Vitória - Itumbiara/GO

End2: Rua Maria Emiliana dos Santos, 80 Alvorada-Araporã/MG





## NOVA GASOLINA BRASILEIRA: O QUE VAI MUDAR PARA O CONSUMIDOR?

Passaram a valer as novas especificações da gasolina comercializada no Brasil, estabelecidas pela Resolução 807/2020 da ANP (Agência Nacional do Petróleo, Gás Natural e Biocombustíveis). A nova gasolina, que traz maior eficiência energética e a promessa de reduzir o consumo em até 6%, terá que ser oferecida em 100% dos postos do País. O percentual de etanol anidro foi mantido em 27% para as gasolinas comum e aditivada e em 25% para a gasolina premium.

### DEZ CURIOSIDADES SOBRE A NOVA GASOLINA

#### 1 – ELA SERÁ MAIS ECONÔMICA

A nova gasolina passa a ter mais densidade energética (fixada em 715 kg/m<sup>3</sup>), ou seja, fornece mais energia com o mesmo volume. O resultado é o menor consumo de combustível. Vale lembrar que, quanto menos se consome combustível, menos o veículo vai emitir gases poluentes e de efeito estufa.

#### 2 – ELA SERÁ MAIS CARA

A nova gasolina demanda um custo maior de produção e tem maior valor no mercado internacional então ficará mais cara. Por outro lado, a expectativa é que o consumo dos carros com ela seja de 4% a 6% menor.

#### 3 – ELA EVITA A “BATIDA DE PINO”

Na prática, a nova gasolina vai evitar a chamada detonação (ou batida de pino), que é quando a mistura ar/combustível sofre uma pré-ignição dentro da câmara de combustão, antes da centelha, descompasso que pode provocar danos ao pistão, cilindro e cabeçote. Um baita prejuízo! Se os motores modernos não tivessem um sensor de detonação, que atrasa o avanço da ignição, muitos deles já teriam “quebrado”.

#### 4 – SEU CARRO PODE FICAR MAIS POTENTE

O uso de um combustível com maior densidade energética, além da redução da perda pelo descompasso do motor, vai resultar em ligeiro aumento da potência do motor.

#### 5 – ELA CONTINUA MISTURADA COM ETANOL

Criticada por muitos, a mistura da gasolina com de 27% de etanol anidro continua sendo feita. A solução do etanol traz várias vantagens, a começar pela segurança energética do país, ao reduzir a dependência das exportações. Além disso, o uso do etanol reduz as emissões e aumenta a octanagem do combustível.

#### 6 – ELA TEM POUCO EFEITO SOBRE CARROS ANTIGOS

O benefício da maior octanagem não vai ser percebido por quem tem carros mais velhos, principalmente os que trazem carburador, mas a maior densidade energética, sim, ainda que um pouco menos que nos motores mais modernos.

#### 7 – ELA NÃO É ADITIVADA

Os novos parâmetros da gasolina não eliminam a necessidade de usar aditivos detergentes e dispersantes. Além de retardar a oxidação da gasolina e impedir a formação da carbonização na câmara de combustão, a gasolina aditivada limpa todo o sistema de alimentação do veículo (tanque, linha de combustível, bomba e injetores).

#### 8 – ELA É MAIS CONFIÁVEL

As especificações para a gasolina vendida no Brasil tinham uma falha ao não estipularem um padrão mínimo para a massa específica, que ficou em 715kg/m<sup>3</sup>.

#### 9 – ELA AINDA PODE SER ADULTERADA

A chance de encontrar no mercado combustível adulterado não mudou. “A fraude é misturar a gasolina a qualquer hidrocarboneto que queime, e isso acontece no posto. A distribuição é mais controlada. Então, o risco continua existindo”.

#### 10 – FUNCIONA MELHOR EM VEÍCULOS FLEX - TURBO

Porém, especificamente no caso de carros flex, a potência e o torque com gasolina de nova especificação podem subir. Muitos automóveis bicombustíveis têm desempenho consideravelmente maior quando utilizam etanol e essa diferença deve cair - especialmente em motores flex mais modernos, como os dotados de turbo e injeção direta.

**POSTO  
PARANAÍBA**

☎ (64) 9.9247-6331

📍 Rua Paranaíba, 560 - Centro - Itumbiara-GO

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



TÊNIS DE GRANDES  
MARCAS COM DESCONTOS  
DE ATÉ **50%**

**+**  
**FRETE GRÁTIS**  
**+**  
**PARCELAMENTOS EM**  
**3X SEM JUROS.**



Av. Modesto de Carvalho,  
1421 - Itumbiara-GO

(64) 3404-3100

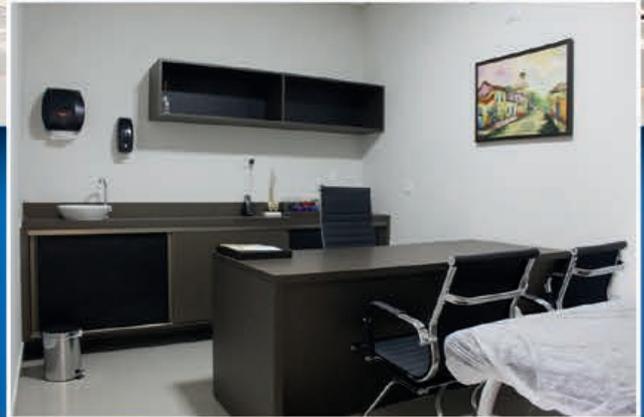
(64) 9.9966-9882 



CORRA E ACESSE JÁ!  
[WWW.KIPASSO.COM.BR](http://WWW.KIPASSO.COM.BR)

# SALAS DISPONÍVEIS PARA LOCAÇÕES

(MENSAIS OU DIÁRIAS)



# FERRANCO

SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

UM NOVO CONCEITO DE CLÍNICA ESPECIALIZADA

 (64) 9.9645-7228 - Praça Sebastião Xavier 443



*Alimentação saudável  
é com produtos naturais.*



**PRODUTOS:**  
SEM GLÚTEN; SEM LACTOSE; ZERO AÇÚCAR; DIET; VEGANO; CASTANHAS E CONDIMENTOS.



*Duas Lojas*  
**PERTINHO**  
*de Você*

LOJA 01

 @GRAOSGRANEL

 64 9 9276-7312

 RUA PADRE FLORENTINO, Nº 65, SALA 2  
CENTRO – ITUMBIARA-GO

LOJA 02

 @GRAOSGRANEL.GOIATUBA

 64 9 9314-0615

 AV. PRESIDENTE VARGAS, Nº 1606  
Q. 264 L. 03 – GOIATUBA-GO



PROGRAME-SE JÁ PARA OS JOGOS

# Mundial do Qatar 2022

Esse momento inesquecível promete trazer muitas emoções e movimentar o Oriente Médio com toda a paixão acerca do esporte mais popular do mundo!

Vem com a gente! A Stella Barros Turismo embarca com você nesse momento oferecendo os melhores produtos.

Entre contato conosco e planeje já a sua viagem!

**AB**  
**STELLA BARROS**<sup>®</sup>  
TURISMO

📍 Av. Beira Rio, 318, centro, Itumbiara - Goiás

☎ (64) 99909-8484

✉ atendimento.itumbiara@stellabarro.com.br

📷 stellabarrosgo

📘 Stellabarrostour

# BIOESTIMULADORES DE COLÁGENO



## INVISTA NO COLÁGENO PARA UMA PELE MAIS FIRME, SEM RUGAS E SEM FLACIDEZ.

Os bioestimuladores de colágeno são ativos que estimulam a produção do colágeno e promovem um efeito rejuvenescedor, levando embora rugas e flacidez, de forma natural e progressiva.

O colágeno é a proteína que dá firmeza à pele, mas que vai diminuindo sua produção ao longo dos anos. O procedimento tem a proposta de rejuvenescer a pele da forma mais natural possível.

Hoje em dia os produtos definitivos estão saindo do mercado, dando lugar aos produtos absorvíveis. Se tratarmos desde cedo a pele com uso de bioestimuladores de colágeno de maneira preventiva, conseguimos a cada ano que passa acabar com os efeitos que a gravidade e o sol fazem. Se começarmos depois dos 30, 35 anos, é possível impedir que o envelhecimento aconteça rapidamente.



**DIEGO MELO**

Agendamento de consultas pelo

 (34) 99160-1078

  MAGODASFORMULAS



**Rosberg Claro Costa, advogado e corretor de imóveis, atua com responsabilidade, ética e profissionalismo na prestação de serviços de compra, venda, locação e avaliação de imóveis.**

**Preza pelo serviço de qualidade, na busca da realização de sonhos para satisfazer todos os envolvidos no negócio.**

**Um profissional capacitado, atento às novas tendências do mercado imobiliário, para poder prestar o melhor serviço a você, oferecendo total eficiência e garantia jurídica nas intermediações imobiliárias.**

**Agora em novo endereço, para um atendimento de forma personalizada.**



**ROSBERG CLARO**

**CORRETOR DE IMÓVEIS**

CRECI/GO 13.578



**(64) 99236-1134**



**rosbergclaro.corretor@gmail.com**



**Rua Floriano Peixoto, nº 212, Sala 09  
Centro - Itumbiara**



**rosbergclarocorretor**



**rosbergclaro**

UM RITUAL DIÁRIO DE BEM-ESTAR! PRODUTOS  
PARA O CORPO, BANHO E A CASA, ENRIQUECIDOS  
COM INGREDIENTES NATURAIS E EXTRATOS VEGETAIS DE FLORES  
E ERVAS USADAS EM TERAPIAS MILENARES  
DE VÁRIAS REGIÕES DA TERRA.



**GRANADO**

— PHARMÁCIAS —

VOCÊ ENCONTRA AQUI NA

 **RAVENNA**  
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO- ITUMBIARA-GO

(64) 3431-5566

| (64) 99665-5566

| [www.ravenna.ind.br](http://www.ravenna.ind.br)

A MODA DAS BLOGUEIRAS  
POR UM PREÇO ÚNICO

R\$ **24,99**

PREÇO  
ÚNICO  
**24,99**

**ESPAÇO 20**  
MODA COM ESTILO E ECONOMIA

ADULTO E INFANTIL

**ADULTO & INFANTIL**

PREÇO ÚNICO  
**24,99**





**ESPAÇO 20**  
MODA COM ESTILO E ECONOMIA  
**ADULTO E INFANTIL**

**64 9.9309-6847**

**RUA MARECHAL DEODORO  
(AO LADO DA CAPITAL BOUTIQUE EM FRENTE AO CENTER PLAZA)  
ITUMBIARA-GO**



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



EMPREENDEDORISMO



## Entrevista Empreendedor Premium

54,

O Empreendedor Premium do mês de fevereiro de 2021 traz como homenageado Luis Humberto Costa Junior, filho de Dulcimara Resende Guimarães e Luis Humberto Costa: Luis Junior tem um relacionamento com Ana Carolina. Ele administra O Seu Verdurão e em uma entrevista exclusiva nos conta um pouco de sua trajetória.

Revista Mais Saúde - Descreva um pouco da história do Seu Verdurão.

Luis Humberto Costa Junior - *O Seu Verdurão tem uma tradição a mais de 40 anos de mercado. Foi fundado pelo meu pai em meados dos anos 80 com um nome fantasia de "Sacolão Tupaciguara", próximo a rodoviária nova em Itumbiara – GO, empresa que possuía uma pequena estrutura, com em média 4 colaboradores. Em 1995 a empresa mudou para a Avenida Santos Dumont, com o nome fantasia "O SEU VERDURÃO", local em que funciona atualmente. Desde a minha infância sempre estive presente com os meus pais ajudando diariamente na empresa.*



*No dia 07 de março de 2013 foi o marco na história tanto da minha vida, como da empresa, pois foi o dia que meu pai foi vítima de um assalto, dentro do estabelecimento, onde o mesmo foi cruelmente assassinado. A partir de então com os meus 17 anos de idade, menor ainda, assumi a responsabilidade de abrir uma nova empresa, comecei então a construir a minha história, com o legado do meu pai, sempre tive o apoio da minha mãe, o meu braço direito. Há mais de 7 anos estou a frente deste legado, hoje com duas lojas, contando com uma equipe de 52 colaboradores.*

Revista Mais Saúde - Qual é o seu trabalho na sua empresa? Quais são as áreas em que você gosta de se concentrar?

Luis Humberto Costa Junior - *Sou gestor administrativo. Gosto de me concentrar em todas as áreas e tenho pleno conhecimento das mesmas.*

Revista Mais Saúde - Qual o fator mais importante para o sucesso da sua empresa? E o que você diria que é diferente na maneira como você comanda seus negócios?

Luis Humberto Costa Junior - *O fator mais importante para o sucesso da minha empresa é a honestidade, o atendimento e o respeito tanto com os colaboradores, como para meus clientes e amigos que estão ao meu redor. O diferencial está na maneira como comando meu negócio, pois me dedico em tempo integral, em busca de qualidade e novidades do mercado atual, estou sem-*



*pre por dentro de todos os processos da minha empresa, corrigindo os erros de cada setor em busca do crescimento diário.*

Revista Mais Saúde - Na sua opinião qual a importância da inovação para a sobrevivência das empresas?

Luis Humberto Costa Junior - *A inovação dentro da empresa é o ponto chave do negócio, foi onde a minha empresa se destacou após a morte do meu pai. Busquei fazer novos investimentos, como melhoria na infraestrutura da loja, tanto para clientes, quanto para nossos colaboradores, sempre acompanhando as novidades do mercado. Na minha opinião uma empresa sem investimentos é uma empresa estagnada que não tem a oportunidade de conhecer o seu próprio potencial.*

Revista Mais Saúde - O ano de 2021 já é uma realidade. Qual a sua expectativa para sua área nesse ano e também para a economia no geral?

Luis Humberto Costa Junior - *Em 2020 foi um ano surpreendente no qual achamos que com a pandemia seria de grandes dificuldades, porém obtivemos ótimos resultados e esperamos que o ano de 2021 seja ainda melhor, pois já sabemos dos desafios que a pandemia nos trouxe e estamos driblando os mesmos. Creemos que este ano promete ainda mais, pois a economia de uma forma geral está aquecida. Que Deus abençoe todos os empresários em mais um ano de luta!!!*





**Mais um mês levando  
muita saúde e alegria  
para a mesa de  
cada um de vocês!**

# O Seu Verdurão

*O melhor para sua família!*



**Faça seu pedido**



**64.3404 2413**

Conferir com o atendente sobre valores para cada região.

# Doenças Bucais

Examinar a língua, os lábios e a gengiva periodicamente é tão importante quanto prestar atenção em qualquer outra parte do corpo. Algumas doenças graves podem se manifestar na região bucal. Ao primeiro indicativo de algo errado, é preciso procurar um dentista que fará uma avaliação e, se necessário, encaminhará para um estomatologista, especialista que cuida de doenças bucais.

Abaixo listo uma relação de doenças que podem começar pela boca:

## • Doenças autoimunes

O lúpus eritematoso sistêmico e o eritema multiforme podem se manifestar pela boca. No caso do lúpus, podem aparecer lesões ulcerativas na boca, feridas abertas que doem e incomodam. Geralmente a doença se manifesta na mucosa bucal de forma semelhante aos sinais corporais.

## • Sífilis

A sífilis pode causar lesões granulomatosas na cavidade oral. Geralmente observa-se a formação de um pequeno tumor e, no centro desse tumor, ocorrerá a abertura de uma ferida, que muitas vezes demora para cicatrizar.

## • Anemia

Quando há um despapilamento da língua, ela fica “careca”, com aspecto liso, brilhante e muitas vezes com secura. Isso pode significar que a pessoa está anêmica.

## • Leucemia

Esse tipo de câncer sanguíneo também pode apresentar sinais bucais. A leucemia se manifesta por lesões ulcerativas e por áreas necrosadas. Muitas vezes, há o aumento da gengiva e um sangramento espontâneo, que não existia anteriormente.

## • Sapinho (candidíase pseudomembranosa)

O sapinho pode formar pseudomembranas esbranquiçadas que ficam aderidas à mucosa bucal. Quando se faz a raspagem



dessas membranas observa-se a formação de pontos sangrantes, local em que o fungo estava aderido.

## • HPV

Muitas vezes, o mesmo subtipo do HPV que causa câncer no colo do útero pode se manifestar na boca. Aparecem pequenas verrugas – ou apenas uma. É importante ressaltar, que embora seja raro, o quadro pode evoluir para um câncer.

## • Pericardite

As bactérias bucais podem até mesmo causar uma infecção no coração. Devido a presença de gengivite, doenças gengivais avançadas ou de um canal não realizado, essas bactérias da boca podem cair na corrente sanguínea e se alojar em tecidos cardíacos, causando uma infecção, o que pode até levar à morte, quando não se toma antibiótico de forma adequada ou quando o indivíduo já tem algum problema cardíaco prévio. No entanto, é um mal possível de prevenir: a visita periódica ao dentista consegue identificar problemas gengivais, corrigir a higiene bucal e evitar problemas futuros.

## • Câncer

Esse tipo de malignidade pode acontecer na boca. Normalmente observa-se uma ferida que não cicatriza em até 15 dias. Pode se assemelhar com uma afta, mas geralmente é indolor.

## • Câncer infantil

Há um tipo de câncer infantil que se manifesta na boca, o linfoma de Burkitt, o qual é um tumor maligno que apresenta rápida evolução, chegando a dobrar de tamanho a cada semana impedindo que a criança até mesmo, feche a boca. Normalmente essa lesão se manifesta em região de fundo de saco de vestibulo (gengiva).

Nesse contexto percebemos que a cavidade bucal é um espelho da saúde corporal, sendo assim as alterações que ocorrem nessa região merecem total atenção. É necessária a busca por um cirurgião dentista com experiência em estomatologia, para acompanhar e investigar cada caso específico. Ao frequentar o consultório do especialista, o paciente estará prevenindo o risco de lesões mais graves, e em casos de já apresentar alguma alteração, o tratamento será realizado da forma mais precoce possível, o que implicará de forma bastante positiva para a saúde do indivíduo.



*Prof. Msc. Cassio Vinhadelli Ribeiro*

**CRO-GO: 14614**

Graduação em odontologia pela Universidade Federal de Uberlândia (UFU);  
Mestrado em clínica odontológica integrada com ênfase em estomatologia e patologia oral pela Faculdade de Odontologia da Universidade Federal de Uberlândia;  
Atualização em periodontia pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG)  
Implantodontia UNIEVANGELICA (Anápolis);  
Cirurgia e traumatologia bucomaxilofacial pelo Hospital Universitário Alzira Velano (UNIFENAS);  
Membro da Sociedade Brasileira de Estomatologia e Patologia Bucal (SOBEP);  
Coordenador curso de graduação e pós-graduação em odontologia UNIFASC;  
Professor curso de graduação em odontologia da UNICERRADO;  
Membro do corpo clínico do Hospital Unimed regional sul de Goiás.

☎ (64) 3431-3622    ✉ cassiovinhadelli@gmail.com  
🏠 Rua Adoniro Martins, 56, Centro, Itumbiara-GO



O CUIDADO QUE  
**SEU PET MERECE**



Acessórios



Medicamentos



Rações



Banho e Tosa



Vacinas



Consultório Veterinário



Ultrassonografia

**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.



**Villa Pet**  
SEU PET CADA VEZ MAIS SAUDÁVEL

**4 anos**  
CUIDANDO DE  
QUEM CUIDA  
DA GENTE.

(64) 3431- 3555

(64) 9.8112-2461

villapetitumbiara

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

## DERMATOLOGIA

# HANSENÍASE

A hanseníase é uma doença infecciosa causada por uma bactéria chamada *Mycobacterium leprae* ou bacilo de Hansen. É uma das doenças mais antigas, com registro de casos há mais de 4.000 anos, na China, Egito e Índia. A doença tem cura, mas, se não tratada, pode deixar sequelas. Atualmente, os países com maior detecção de casos são os menos desenvolvidos ou com superpopulação.

A transmissão da hanseníase se dá por meio de convivência muito próxima e prolongada com o doente da forma transmissora, chamada multibacilar, que não se encontra em tratamento, por contato com gotículas de saliva ou secreções do nariz. Tocando a pele do paciente não transmite a hanseníase. Cerca de 90% da população têm defesa contra a doença. O período de incubação (tempo entre a aquisição da doença e da manifestação dos sintomas) varia de seis meses a cinco anos. A maneira como ela se manifesta varia de acordo com a genética de cada pessoa.

A suspeição da hanseníase é feita pela equipe de saúde e pelo próprio paciente. O diagnóstico é feito pelo médico e envolve a avaliação clínica dermatoneurológica do paciente, por meio de testes de sensibilidade, palpação de nervos, avaliação da força motora etc. Se necessário, será feita a baciloscopia, que corresponde à coleta da serosidade cutânea, colhida em orelhas, cotovelos e da lesão de pele, e ainda pode ser realizada biópsia da lesão ou de uma área suspeita.

### • Sintomas

Podemos classificar a doença em hanseníase paucibacilar, com pouco ou nenhum bacilo nos exames, ou multibacilar, com muitos bacilos. A forma multibacilar não tratada possui potencial de transmissão. A hanseníase pode se apresentar com manchas mais claras, vermelhas ou mais escuras, que são pouco visíveis e com limites imprecisos, com alteração da sensibilidade no local associado à perda de pelos e ausência de transpiração. Quando o nervo de uma área é afetado, surgem dormência, perda de tônus muscular e retrações dos dedos, com desenvolvimento de incapacidades físicas. Nas fases agudas podem aparecer caroços e/ou inchaços nas partes mais frias do corpo, como orelhas, mãos, cotovelos e pés.



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



### • Classificação da hanseníase:

#### 1. Paucibacilar:

**Hanseníase indeterminada:** estágio inicial da doença, com um número de até cinco manchas de contornos mal definidos e sem comprometimento neural.

**Hanseníase tuberculóide:** manchas ou placas de até cinco lesões, bem definidas, com um nervo comprometido, podendo ocorrer neurite (inflamação do nervo).

#### 2. Multibacilar

**Hanseníase borderline ou dimorfa:** manchas e placas, acima de cinco lesões, com bordos às vezes bem ou pouco definidos, com comprometimento de dois ou mais nervos, e ocorrência de quadros reacionais com maior frequência.

**Hanseníase virchowiana:** forma mais disseminada da doença. Há dificuldade para separar a pele normal da danificada, podendo comprometer nariz, rins e órgãos reprodutivos masculinos. Pode haver a ocorrência de neurite e eritema nodoso (nódulos dolorosos) na pele.

### • Tratamento

Varia de seis meses nas formas paucibacilares a um ano nos multibacilares, podendo ser prorrogado ou feita a substituição da medicação em casos especiais. O tratamento é eficaz e cura. Após a primeira dose da medicação não há mais risco de transmissão durante o tratamento e o paciente pode conviver em meio à sociedade.

### • Prevenção

Naturalmente, ter hábitos saudáveis, alimentação adequada, evitar o álcool e praticar atividade física associada a condições de higiene, contribuem para dificultar o adoecimento pela Hanseníase. A melhor forma de prevenção é o diagnóstico precoce e o tratamento adequado, assim como o exame clínico e a indicação de vacina BCG para melhorar a resposta imunológica dos contatos do paciente. Desta forma, a cadeia de transmissão da doença pode ser interrompida.



# VOLTA ÀS AULAS ZÊNITE

Em todos os campos de atuação, ainda temos incertezas; no que se refere à educação, não é diferente. **Mas também temos certezas e precisamos comemorá-las.**

Os Professores superaram-se. São melhores hoje.

Os alunos criaram novas estratégias para aprender, adquiriram e desenvolveram habilidades e, sem dúvida, ganharam autonomia.

Os pais nunca estiveram tão próximos e acompanharam tanto a vida escolar de seus filhos e sua presença promoveu a confiança necessária para enfrentarem um desafio inédito. Muitos se surpreenderam com a complexidade do desafio de ensinar e passaram a valorizar o trabalho da escola.

Mesmo diante de tantas conquistas, desejamos que o **“ao vivo e a cores”** entre em cena novamente. Os relacionamentos vivenciados na escola - com suas alegrias, dificuldades, concessões, vitórias e derrotas - são um ensaio para a vida e têm tanto valor quanto os conhecimentos.

**A confiança nas habilidades que foram construídas ao longo da pandemia é valiosa e, certamente, fará a diferença.** É preciso tirar proveito das mudanças e saber o que o mundo está nos pedindo hoje: compreensão, tolerância, esforço e parceria.

Sejam bem-vindos ao ano letivo de 2021.



QUER  
CONFIANÇA?

SEJA  
**ZÊNITE**





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

# SAÚDE

Especialistas

SAÚDE



## Entrevista Educador Físico

O Mais Saúde Especialista deste mês entrevistou o educador físico Arnot Ferreira Neto. Em uma entrevista exclusiva ele esclareceu diversas dúvidas de nossos leitores.

Revista Mais Saúde - Quais são os principais pontos a focar numa rotina de saúde e bem-estar?

Arnot Ferreira Neto - *O principal ponto é estabelecer um momento no dia para cuidar de si, criando assim o hábito de praticar alguma atividade ou exercício físico que traga melhorias na sua qualidade de vida, proporcionando ao corpo mais funcionalidades e conseqüentemente uma estética melhor. Dentre outros, é importante traçar metas que motivem a alcançar resultados, pois cada degrau alcançado será uma injeção de ânimo em busca do objetivo final. Contudo, não podemos esquecer que não existe milagre, o caminho mais saudável sempre será aquele no qual a dedicação e a abstenção de alguns pra-*

*zeres nos conduzirão a uma rotina equilibrada.*

Revista Mais Saúde - Qual o papel do profissional de educação física na mudança de paradigma e na garantia de atingir os objetivos de cada indivíduo?

Arnot Ferreira Neto - *Primeiro devemos entender a necessidade de cada indivíduo e adequá-la a sua realidade. O processo construtivo vai muito além de começar a fazer atividades ou exercícios físicos, restringindo a alimentação ou mudando-a completamente. Novos hábitos precisam de tempo, assim o Educador Físico tem papel importante na conscientização e motivação, além claro, da prescrição de uma planilha de treinamento que respeite a atual condição física do aluno.*

Revista Mais Saúde - Quantas vezes acha que devemos treinar por semana para vermos resultados no corpo e re-

duzir o percentual de gordura?

Arnot Ferreira Neto - *A quantidade de vezes sempre estará relacionada a disponibilidade de cada pessoa, no qual as estratégias utilizadas no treinamento definirão o objetivo a ser alcançado. De acordo com a faixa normal de percentual de massa gorda da nossa Inbody 370, para homens deve-se manter uma faixa de 10 a 20%, já as mulheres de 18 a 28%. Lógico, quando falamos de estética esses números podem ser bem mais baixos, porém não significa que o indivíduo está saudável. Para essa estratégia de treinos, o importante é sempre observar a massa magra, já que quando se fala em reduzir percentual de gordura, devemos preservar ou aumentar a mesma. Uma boa opção para quem não tem contraindicação é o treino HIIT, que demanda um curto tempo e muita intensidade.*

Revista Mais Saúde - Uma dúvida frequente é em relação ao cardio. Ele traz melhores resultados feitos antes ou após o treino de musculação?

Arnot Ferreira Neto - *Depende do objetivo do aluno e a fase de seu treinamento. No caso de hipertrofia, o ideal é que faça o exercício aeróbico após o treino de musculação, já que o glicogênio muscular é uma reserva energética importante para o bom desempenho nos treinos, e caso seja utilizado em um “cardio” antes, pode atrapalhar o rendimento e aumentar a fadiga da musculatura. Já para indivíduos que buscam resistência cardiovascular para corridas e maratonas, por exemplo, o ideal é fazer o treino aeróbico antes, pois o foco é no condicionamento cardiovascular; conseqüentemente o atleta não precisará poupar glicogênio para um treino de força e hipertrofia.*

Revista Mais Saúde - Quais são suas novas metas de carreira e o que aconselha para os profissionais que estão iniciando na profissão como educador físico?

Arnot Ferreira Neto - *Pretendo buscar mais uma formação nas áreas afins, seja como nutricionista ou fisioterapeuta. Ainda como Educador Físico, busco a cada dia ensinar mais pessoas a se movimentarem de forma correta, preservando sempre o conceito Wellness que a Academia Ritmo segue. Aos novos colegas educadores, primeiramente meu conselho é que pratiquem e vivenciem ao máximo o que estão aprendendo. Ao contrário do que muitos pensam, o Educador Físico tem que estudar muito e gostar de se relacionar com pessoas, pois mesmo sendo uma rotina cansativa que exige esforço mental e físico, quando feito por amor, vale cada resultado alcançado com sua ajuda.*



## Arnot Ferreira Neto

CREF: 012044-G/GO  
Bacharel em educação física.

☎ (64) 3431-1199

🏠 Rua Padre Félix, 431 – Centro – Itumbiara-GO



*Os ambientes tornam-se perfeitos quando temos o acabamento ideal!*



**natura**  
Pedras

☎ 64 9.8438-6022

📷 @naturapedras

📍 Rua 102, 141 Qd 20 Lt 16 - Santos Dumont - Morrinhos - GO



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

CIRURGIÃO VASCULAR



# Doença Arterial Obstrutiva Periférica (DAOP)



A doença arterial periférica é uma situação que ocorre em virtude do estreitamento ou obstrução dos vasos sanguíneos arteriais, responsáveis por levar o sangue para nutrir as extremidades como braços e pernas, sendo mais comum o acometimento nos membros inferiores do que nos superiores.

Apresenta uma prevalência de 10 a 25% na população acima de 55 anos, sendo que aumenta com a idade. Cerca de 70 a 80% dos pacientes acometidos são assintomáticos, ou seja, não apresentam qualquer queixa ligada a doença de base. Este fato pode retardar ou dificultar o diagnóstico precoce, um ponto fundamental para o início do tratamento o mais breve possível, tratamento este que melhora as chances de uma evolução positiva da doença. É mais frequente nos homens, mas também pode acometer as mulheres.

A causa mais comum desta doença é a aterosclerose, fenômeno em que ocorre o acúmulo de placas de ateroma (gordura, proteínas, cálcio e células da inflamação) na parede dos vasos sanguíneos, sendo estas que causam os estreitamentos e obstruções, levando a dificuldade da progressão do sangue, oxigênio e nutrientes para os tecidos dos membros como músculos, nervos, ossos e pele.

**Os principais fatores de risco associados a esta condição são:** Colesterol elevado, Diabetes, Doença cardíaca (doença arterial coronária), Pressão arterial alta (hipertensão arterial sistêmica), Doença renal que envolve hemodiálise, Fumo, Derrame (doença cerebrovascular), Histórico familiar, Sedentarismo, Obesidade, Avanço da idade.

O estreitamento ou obstrução dos vasos sanguíneos ocasiona redução no fluxo sanguíneo, o que pode lesar nervos, músculos e outros tecidos a médio e longo prazo. Os

membros inferiores (pés e pernas) são a localização mais comum de manifestação da doença arterial obstrutiva em questão.

É importante ter em mente o fato da associação entre doença arterial obstrutiva periférica com doença arterial coronariana, ou seja, as pessoas que apresentam placas de ateroma nas artérias das pernas tem alta probabilidade de apresentar placas de ateroma nas artérias que nutrem o coração, as artérias coronárias. Podemos dizer que a presença de placas de ateroma nas artérias de perna são consideradas um “marcador” de doença coronariana e que o tratamento deve focar no controle não apenas da parte das artérias da perna, mas também das artérias do coração e de outras artérias do corpo humano.

O principal sintoma é a dificuldade para caminhar, manifestando dor no pé e, panturrilha (batata da perna), eventualmente na coxa e glúteo (nádega) do membro acometido, e que cessa depois de alguns minutos de repouso (este sintoma é chamado de claudicação intermitente).

Nos casos mais avançados pode ocorrer impotência sexual (disfunção erétil), dor nas pernas mesmo quando em repouso, redução da temperatura das pernas, formigamentos e eventualmente aparecimento de feridas ou gangrena nos pés pela condição de extrema falta de circulação.

A suspeita diagnóstica da doença arterial periférica pode ser feita pelo médico generalista, mas a avaliação de um Cirurgião Vascular é fundamental na confirmação do diagnóstico e na tomada de decisões para o tratamento adequado.

Fonte: <https://sbacvsp.com.br/doenca-arterial-obstrutiva-periferica/>

## 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**



165

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

**O Laboratório Modelo possui uma equipe altamente qualificada para cuidar de você e da sua família, com resultados altamente seguros e confiáveis.**



**MODELO**  
LABORATÓRIO

*A qualidade está no resultado*

Rua Padre Félix, 280 - Centro - Itumbiara/GO - CEP 75503-130 - Tel.: 3431-9080

[www.laboratoriomodelo.med.br](http://www.laboratoriomodelo.med.br)

[laboratoriomodelo@hotmail.com](mailto:laboratoriomodelo@hotmail.com)



# ATENÇÃO CLIENTE BANCÁRIO!

## Você sabia que o “cartão de crédito consignado” é ilegal?

Provavelmente você já recebeu ligações e propostas de instituições bancárias oferecendo-lhe o famoso “cartão de crédito consignado”. A probabilidade de ter recebido essa proposta é ainda maior se você for aposentado, servidor público ou pensionista.

A promessa das instituições bancárias é no sentido de que, esse tipo de cartão oferece mais praticidade e garante os pagamentos em dia, pois os pagamentos das faturas são descontados diretamente em folha de pagamento ou em benefício, seja aposentadoria ou pensão.

O que não é dito é que o valor do pagamento descontado diretamente “em folha” corresponde ao valor mínimo da fatura, de modo que o saldo fatura é “refinanciado”, o que leva a situação em “reação em cadeia”, parecida com um “crédito rotativo”.

Não é raro que a dívida deste tipo de cartão se torne uma verdadeira bola de neve e que o saldo devedor nunca acabe, afinal, há a renovação mensal do débito e a venda casada de um empréstimo, aliado ao próprio cartão.

O que você não sabia é que desde o ano de 2018, o Tribunal de Justiça do Estado de Goiás, consolidou entendimento no sentido de que “os empréstimos concedidos na modalidade ‘Cartão de Crédito Consignado’ são revestidos de abusividade, em ofensa ao CDC, por tornarem a dívida impagável em virtude do refinanciamento mensal, pelo desconto

apenas da parcela mínima (...)”.

O entendimento adotado pelo Órgão Especial do Tribunal de Justiça do Estado de Goiás foi, inclusive, sumulado (Súmula nº 63), isto é, foi consolidado como precedente de julgamento, de modo que o consumidor que contratar essa modalidade de empréstimo receberá tratamento especial no judiciário goiano, garantindo a ele a revisão das taxas de juros no limite da média do mercado.

Além disso, é importante mencionar que o consumidor que ingressar com ação no judiciário goiano para revisar o “cartão de crédito consignado” poderá obter também o abatimento do valor devido, declaração de quitação do contrato e a devolução do valor pago excedente, de forma simples ou em dobro. Isso sem contar a possibilidade de ser indenizado por danos morais pelo banco administrador do cartão de crédito, conforme caso.

Portanto, caso você seja vítima do “cartão de crédito consignado”, não deixe de buscar seus direitos junto ao Judiciário, para equilibrar a relação contratual mantida com a instituição bancária e pagar o que realmente for justo.

E aí, gostou? Esse conteúdo faz sentido para você? Caso afirmativo, acompanhe os próximos artigos e nossos posts nas redes sociais (@diegovilelaerodriguesadv).



### Diêgo Vilela

Sócio da Diêgo Vilela & Rodrigues Sociedade de Advogados  
Advogado especialista em Direito do Trabalho,  
Tributário e Público  
Gestor na Alca Foods  
Procurador de Cachoeira Dourada  
Presidência da Comissão de Direito Militar  
Vice-Presidência da Comissão de Direito Público



### DIÊGO VILELA & RODRIGUES

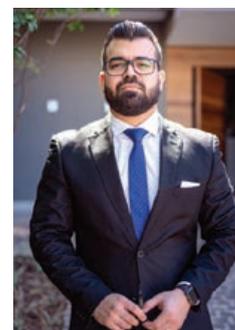
SOCIEDADE DE ADVOGADOS

(64) 3431-3254

facebook/dvrsociedadeadv

instagram/diegovilelaerodriguesadv

Rua Getúlio Vargas, 51 - Itumbiara, GO



### Arthur Rodrigues

Sócio da Diêgo Vilela & Rodrigues Sociedade de Advogados.  
Advogado especialista em Direito Empresarial, Público,  
Tributário e Digital.  
Professor universitário.  
Presidência da Comissão de Direito Público.

# EMPRESÁRIO, DÊ ATENÇÃO À MEDIDA PROVISÓRIA 936, VÊM NOVAS MUDANÇAS EM 2021! SAIBA MAIS!



## ***Novo programa de corte e jornada de trabalho pode ser liberado este ano***

O Ministério da Economia, de Paulo Guedes, vem sofrendo uma forte pressão por parte dos empresários, segundo informações da Folha, está sendo estudada uma reedição da medida que liberou assinaturas de acordos individuais, para suspensão de contratados ou redução da jornada e de salário dos trabalhadores.

Podendo então ocorrer uma compensação parcial do dinheiro pago pelo governo, funcionaria como se fosse uma antecipação do seguro-desemprego.

Os recursos para a edição da medida podem vir do Fundo de Amparo ao Trabalhador (FAT), que é o responsável por custear o seguro-desemprego e do abono salarial.

### ***Medida Provisória 936***

A MP 936 foi publicada em 06 de julho, a lei 14.020/2020, derivada da conversão da Medida Provisória 936, que tratava da possibilidade de suspensão do contrato de trabalho e redução da jornada, durante a pandemia, e foi estendida até dezembro de 2020.

Segundo o Ministério da Economia cerca de 20 milhões de acordos foram realizados, entre 10 milhões de trabalhadores e 1,5 milhão de empregadores.

### ***Como estavam sendo feitos os pagamentos dos benefícios em 2020:***

Suspensão do contrato de trabalho: recebe 100% da parcela do seguro-desemprego, que pode variar de R\$ 1.045 a R\$ 1.813,03 (exceto no caso de funcionário de empresa com receita bruta superior a R\$ 4,8 milhões – neste caso: recebe 30% do salário + 70% da parcela do seguro-desemprego).

- Redução de 25% na jornada: recebe 75% do salário + 25% da parcela do seguro-desemprego

- Redução de 50% na jornada: recebe 50% do salário + 50% da parcela do seguro-desemprego

- Redução de 70% na jornada: recebe 30% do salário + 70% da parcela do seguro-desemprego

Fonte: *Jornal Contábil*

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](http://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](http://www.wrcontab.com.br)



# REDUTASE

Resultados como nenhuma outra.

AM

Álvaro Machado

J

Dr. José Zanini

FM

Francielle Machado

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

@redutase | @dralvaromachado



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

SAÚDE MENTAL



## Isso não deve continuar.

Quando se trata de saúde mental, criamos esta história, "como isso acontece com alguém como eu?"

E raramente fazemos a mesma pergunta quando surge um problema de saúde física.

O cérebro é mais um órgão do corpo, suscetível a seu próprio conjunto de doenças psicológicas.

Depressão, ansiedade, distúrbios alimentares, doenças mentais como um todo - podem acontecer com qualquer pessoa.

E é verdade.

A depressão é um vampiro de energia. Faz com que a vida simples e as tarefas diárias pareçam intransponíveis. Isso torna a socialização exaustiva e o sono quase impossível.

A depressão é um transtorno de humor comum, mas sério.

Para ser diagnosticado com depressão, os sintomas devem estar presentes por pelo menos duas semanas.

Humor persistente de tristeza, ansiedade ou "vazio", sentimentos de desesperança ou pessimismo,

irritabilidade, sentimentos de culpa, inutilidade ou impotência, perda de interesse ou prazer em hobbies e atividades, redução de energia ou fadiga, movendo-se ou falando mais devagar, sensação de inquietação ou dificuldade em ficar parado, entre vários outros.

A gravidade e a frequência dos sintomas e sua duração variam de acordo com o indivíduo e sua doença específica. Os sintomas também podem variar dependendo do estágio da doença.

Se você está tendo dificuldades, buscar ajuda é a primeira atitude.



### Dra. Andressa Borges de Faria

CRM/GO: 22.022

Médica Membro da Sociedade Brasileira de Psiquiatria;  
Pós-graduada em Psiquiatria da Infância e da Adolescência.





# Gestão HOSPITALAR/ CLÍNICA.

SOLUÇÕES QUE AUMENTAM  
A PRODUTIVIDADE DAS  
INSTITUIÇÕES DE SAÚDE.

**MASTERSYS**®

GESTÃO E AUTOMAÇÃO EMPRESARIAL



☎ 64. 3431-0627 | 62. 4053-8488

📷 @mastersysbr

🌐 [www.mastersys.com.br](http://www.mastersys.com.br)



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

MEDICINA VETERINÁRIA



# O que você precisa saber para prevenir carrapatos e pulgas no seu animal

Os ectoparasitos de cães e gatos são os carrapatos, pulgas e ácaros e estão relacionados com a transmissão de várias doenças para os animais e também para o homem. Além da transmissão de doenças, podemos citar a ação irritante e espoliativa e o desencadeamento de reações alérgicas como os principais meios pelos quais os ectoparasitas afetam os animais.

As doenças mais comuns associadas à infestação de pulgas e carrapatos são a erliquiose, babesiose, anaplasmosose, micoplasmose e até dermatites. A partir disso, é necessário que haja um controle sobre os mesmos, tanto nos animais quanto no ambiente, tendo em vista os prejuízos que podem ocorrer como desconforto pelas picadas, apatia, fraqueza e anemia. Os carrapatos, sendo os principais vetores dessas doenças têm hábitos nidícolas, ou seja, habitam o ninho ou a toca do seu hospedeiro, dessa forma, quando não estão parasitando, estão sob sua forma livre no ambiente, escondidos nas frestas e buracos das paredes, chão e casinhas. Após a picada os carrapatos tendem a se desprender quando os animais vão se repousar em seus abrigos, de forma que sempre que o animal voltar para aquele local, o carrapato possa subir no corpo novamente e prosseguir seu ciclo de vida. As áreas principais que os ectoparasitas infestam os animais são a cabeça, o pescoço, o dorso, as orelhas e os espaços interdigitais.

Medidas de controle são extremamente necessárias para tratamento ou prevenção desses parasitos, para isso é importante que tutores de cães e gatos conheçam os diferentes medicamentos disponíveis e suas apresentações. Hoje no mercado estão disponíveis os comprimidos, em sua maioria palatáveis e facilitam a administração em cães que vivem em áreas de alto risco de infestação e animais que nadam ou tomam banho frequentemente.

As medicações de uso tópico localizado ou spot on, normalmente apresentam formulações para gatos ou para diminuir o estresse da administração oral. Já as coleiras possuem a vantagem do uso por tempo mais prolongado e algumas têm a função repelente para mosquitos. O tempo de ação de cada medicamento varia conforme o princípio ativo, sendo o médico veterinário o profissional ideal para orientação necessária aos tutores, da melhor forma de apresentação desses medicamentos a cada paciente, tendo em vista os riscos de infecção que o animal é exposto, comportamento do animal e seu estilo de vida.

É preciso salientar que existe a possibilidade de intoxicação do animal pela administração inadequada desses fármacos, visto que muitas vezes são administrados incorretamente, sem prescrição de um profissional. É importante também ter em mente de que o manejo ambiental é essencial, juntamente com o controle dos ectoparasitas dos animais. Os tutores assumem papel crucial para que essas medidas sejam eficazes, uma vez que são os responsáveis pela administração desses medicamentos no animal e no domicílio, esse comprometimento deve ser em parceria com o Médico Veterinário para assim evitar e prevenir enfermidades.



☎ 64 3404-1586

📍 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

🏠 Avenida Afonso Penna,  
1952, Bairro Afonso Pena,  
Itumbiara-GO  
(ao lado da ITADIESEL)

## 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



# VOCÊ LIGADO NA ECONOMIA

Materiais Elétricos têm lugar  
certo para comprar:



- Automação
- Baixa e alta tensão
- Cabos e fios
- Iluminação
- Tomadas
- Disjuntores

- Chuveiros
- Tubos e conexões
- Caixas d'água
- Torneiras
- Registros
- E muito, muito mais!



(64) 3431-0200  
(64) 9.9999-3456 

 Av. Anhanguera, nº 455,  
Setor Oeste Itumbiara-GO

  @seeletricosehidraulicos



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

OFTALMOLOGIA



# Uveíte – causas e características dessa doença

A uveíte é um conjunto de doenças nos olhos, decorrente de uma inflamação do trato uveal ou da úvea, e que corresponde a 03 estruturas: íris, corpo ciliar e coroide, embora a inflamação dos tecidos adjacentes como a retina, nervo óptico e humor vítreo também possam ocorrer.

A uveíte pode estar ligada a doenças sistêmicas infecciosas e não infecciosas/inflamatórias ou ser idiopática (de causa desconhecida). A uveíte afeta aproximadamente 1 em 4.500 pessoas e é mais comum entre as idades de 20 a 60 anos, sendo homens e mulheres afetados igualmente.

Você sabia que a uveíte pode ser confundida com conjuntivite? Isso porque um dos sintomas principais da doença é a Hiperemia (olho vermelho), mas suas causas e tratamentos são diferentes, por isso, é sempre bom ficar atento e consultar um oftalmologista caso tenha algum sintoma.

As causas mais comuns são traumas oculares, infecções por vírus, bactérias e fungos, doenças como toxoplasmose, tuberculose, herpes, lúpus, leucemias, linfomas, entre outros.

## Classificação

A uveíte pode ser classificada por meio de sua localização no olho como anterior (na frente), intermediária (no meio), posterior (no fundo) e pan-uveíte (difusa e acometendo todo o olho). A área afetada se diferencia por prováveis causas, diagnóstico e sintomatologia.

- Uveíte anterior ou iridociclite: A inflamação da íris e dos corpos ciliares. A maioria dos casos de uveíte são anteriores. Esta condição pode ocorrer como um único episódio, mas frequentemente é recorrente ou crônica. Geralmente a causa é desconhecida, genética ou mediada pelo sistema imune.

- Uveíte intermediária ou vitreíte: A inflamação da úvea na cavidade vítrea, às vezes com deposição de material inflamatório na pars plana. Ao exame de imagem se observam "bolas de neve", células inflamatórias no vítreo.

- Uveíte posterior ou coriorretinite: é a inflamação da retina e da coroide. Causa perda da acuidade visual, geralmente é de

causa infecciosa.

- Pan-uveíte: A inflamação de todas as camadas da úvea (íris, corpo ciliar e coroide).

As uveítes podem também ser classificadas quanto ao seu início, duração e curso clínico da doença, sendo que pode ser aguda e crônica.

Os sintomas são: Hiperemia (olho vermelho), fotofobia (sensibilidade à luz), dor, visão turva, embaçada e pequenos pontos escuros que se movimentam.

A manifestação da uveíte é muito variada. A uveíte pode causar olho vermelho, sensação de ver moscas voando, lacrimejar, dor ou incômodo, fotofobia (aumento da sensibilidade à luz) e/ou perda da acuidade visual.

No Brasil, a causa mais comum de uveíte anterior são as doenças autoimunes e/ou predisposição genética, e da uveíte posterior são infecciosas principalmente a coriorretinite por toxoplasmose.

## Diagnóstico

O diagnóstico inclui exame de fundo de olho e/ou o mapeamento da retina para descartar afecção da úvea posterior, que se apresenta com manchas brancas na retina juntamente com retinite e vasculite. Como as causas são muitas, vários testes de laboratórios geralmente são necessários para diagnosticar doenças sistêmicas específicas que têm manifestações oculares, incluindo testes reumatológicos (por exemplo, anticorpo antinuclear e fator reumatóide) e sorologia para doenças infecciosas (sífilis, toxoplasmose, tuberculose) com manifestações sistêmicas.

A radiografia por radiologia pode ser usada para mostrar artrite coexistente e a radiografia de tórax pode ser útil na sarcoidose e tuberculose. Tomografia ou ressonância magnética também podem ser úteis nessas doenças sistêmicas.

O diagnóstico é importantíssimo, visto que, a uveíte quando não tratada, pode causar danos irreversíveis a visão.

Não se automedique e procure um oftalmologista caso apresente algum dos sintomas.



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:





# MODA PARA CELEBRAR COM ESTILO



LOJA 1 - AV. OSWALDO CRUZ, 100 - ST. RODOVIÁRIO | (64) 3430-4320

📍 LOJA 2 - AV. MODESTO DE CARVALHO, 13 - VILA VITÓRIA | (64) 3404-1535

LOJA 3 - PRAÇA DA REPÚBLICA, 365 (B) | (64) 3404-5158

📞 64 9.9677-4920

📷 @VERSATTOMODASIUB

📘 VERSATTO MODAS II

📘 VERSATTO IUB



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

ODONTOLOGIA



## Bichectomia



A Bichectomia é um procedimento que vem sendo realizado com a finalidade de promover o rejuvenescimento facial e aumento da autoestima. Resumindo, nesta cirurgia é retirado o excesso de gordura que se localiza no interior das bochechas, afinando e salientando as maçãs do rosto! Tem alguma dúvida sobre esta técnica? Continue a leitura e veja as minhas respostas sobre as 5 principais dúvidas que são direcionadas a mim.

### • O que é bichectomia?

É a retirada das “Bolas de Bichat”, uma estrutura localizada na região das bochechas, na frente do músculo masseter e superficial ao músculo bucinador; dentre suas características, encontra-se que o volume delas não se alteram no processo de emagrecimento do indivíduo, deixando o rosto mais arredondado. Esta retirada promove o afinamento do rosto, um contorno mais delimitado e simetria facial.

### • Como é realizada a cirurgia?

Sob anestesia local, com prazo entre 20 e 60 minutos,

são feitas duas incisões de mais ou menos 1 cm no lado inferior da bochecha, para a visualização e retirada das bolas de bichat.

### • Este procedimento dói? E como é o pós-operatório?

O procedimento não é dolorido, mas o desconforto pode ocorrer após a finalização por ser acometido por um inchaço. O tempo de recuperação é entre 2 e 4 dias e nesse período a alimentação ingerida deve ser através de alimentos em temperatura ambiente, sem atividades físicas, esforço químico ou abaixar a cabeça.

### • A bichectomia envelhece?

A resposta é simples, NÃO! Só retira as bolas de bichat quem tiver em excesso. Por isso é importante a avaliação e indicação profissional. Esse tecido adiposo tem uma localização mais profunda na face e não se conecta a compartimentos superficiais que quando absorvidos no processo de envelhecimento causam a pele flácida.



CRO/GO: 13.116

Especialista em Odontologia Estética;

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

☎ (64) 3431- 3589

☎ (64) 98141- 8776

✉ drasamararesende@yahoo.com

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

Convênio: UNIODONTO

CHEGOU A HORA DE PROTEGER SUA FAMÍLIA DA GRIPE!

PRÉ-VENDA

VACINA DA

GRIPE

PROTEJA-SE

2021



Clínica de Vacinas  
**Santa Clara**  
Cuida Bem de Você



Clínica de Vacinas  
**Santa Clara**  
Cuida Bem de Você



UNIDADE ITUMBIARA

Rua Paranaíba, 937

(64) 3431-7800 | (64) 3431-0501



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



# Uso de fibrina leucoplaquetária autóloga na odontologia

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

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

- Elevação de seio maxilar em combinação com enxertos ósseos;
- Preenchimento de espaços cirúrgicos em Implantodontia e Cirurgia Ortognática;
- Estabilização de materiais de enxerto;

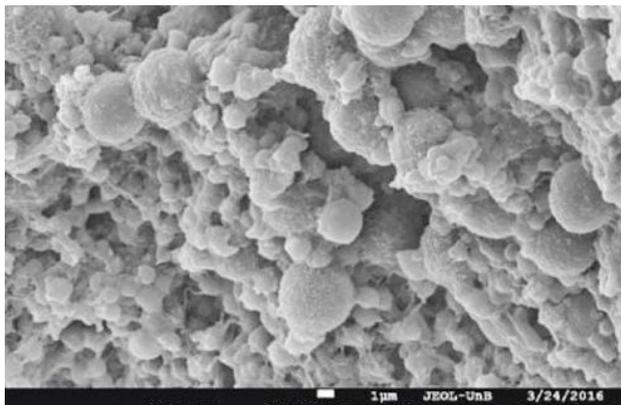


Figura 1 - Micrografia obtida por microscopia eletrônica de varredura (MEV) da fração do pellet leucoplaquetário (faixa de transição entre o sobrenadante e o hemossedimento). Aumento de 3.000 vezes. Evidência da alta concentração leucocitária e plaquetária, bem como de sua preservação estrutural. A imagem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

- Preservação do alvéolo após exodontia ou avulsão;
- Cobertura de raízes com recessão;
- Tratamento de defeitos ósseos;
- Tratamento de lesão endodôntica e periodontal;
- Tratamento de defeitos de furca;

• Aprimoramento da cicatrização de feridas palatais após enxerto gengival livre entre outros;

• A Fibrina em fase líquida pode ser usada em tratamentos estéticos faciais.

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



Figura 2a- Coágulo de fibrina em dimensão macroscópica.



## Dr. Marcelo Mateus

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



# UM NOVO ESPAÇO! TUDO FEITO PARA MELHOR ATENDER VOCÊ!



(64) 3433-2829

(64) 3433-2828

Rua Jacinto Brandão, 538 - St. Central, Itumbiara - GO

## Recomendação Febrasgo na Vacinação de gestantes e lactantes contra COVID-19

Com a aprovação de vacinas contra COVID-19 pela Agência Nacional de Saúde (ANVISA) a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo) emite essa recomendação em relação à vacinação de gestantes e lactantes, com as vacinas aprovadas para uso emergencial no Brasil. O objetivo da vacinação nesse momento é a redução da morbimortalidade causada pelo novo coronavírus, bem como a manutenção do funcionamento da força de trabalho dos serviços de saúde e a manutenção do funcionamento dos serviços essenciais. [Informe Técnico MS]

A ANVISA liberou para uso emergencial as seguintes vacinas:

1) Laboratório Sinovac (Coronavac) para uso em adultos maiores de 18 anos em regime de duas doses com intervalo de 2 a 4 semanas.

2) Laboratório Serum (COVISHIELD) para uso em adultos maiores de 18 anos em regime de duas doses.

Com a autorização da ANVISA e revisão de literatura, a Febrasgo recomenda:

- A segurança e eficácia das vacinas não foram avaliadas em gestantes e lactantes, no entanto estudos em animais não demonstraram risco de malformações.

- Para as gestantes e lactantes pertencentes ao grupo de risco, a vacinação poderá ser realizada após avaliação dos riscos e benefícios em decisão compartilhada entre a mulher e seu médico prescritor.

- As gestantes e lactantes devem ser informadas sobre os dados de eficácia e segurança das vacinas conhecidos assim como os dados ainda não disponíveis. A decisão entre o médico e a paciente deve considerar: o nível de potencial contaminação do vírus na comunidade; a potencial eficácia da vacina; o risco e a potencial gravidade da doença materna, incluindo os efeitos no feto e no recém-nascido e a segurança da vacina para o binômio materno-fetal.

- O teste de gravidez não deve ser um pré-requisito para a administração das vacinas nas mulheres com potencial para engravidar e que se encontram em condições de risco.

- As gestantes e lactantes do grupo de risco que não concordarem em serem vacinadas devem ser apoiadas em sua decisão

e instruídas a manterem medidas de proteção como higiene das mãos, uso de máscaras e distanciamento social.

- Os eventos adversos esperados devem ser monitorados.

- As vacinas não são de vírus vivos e têm tecnologia conhecida e usada em outras vacinas que já fazem parte do calendário das gestantes como as vacinas do tétano, coqueluche e influenza.

- Para as mulheres que foram vacinadas inadvertidamente e estavam gestantes no momento da administração da vacina, o profissional deverá tranquilizar a gestante sobre a baixa probabilidade de risco e encaminhar para o acompanhamento pré-natal. A vacinação inadvertida deverá ser notificada no sistema de notificação e-SUS Notifica como um “erro de imunização” para fins de controle. [Informe Técnico]

### ➔ Risco da infecção do SARS-Cov2 na gestação

Alguns trabalhos sugerem que gestantes com COVID-19 sintomáticas, estão sob risco de doença mais grave comparadas com as mulheres não grávidas. [Ellington MMWR 2020, Collin 2020, Delahoy MMWR 2020, Panagiotakopoulos MMWR 2020, Zambrano MMWR 2020].

Embora o risco para doença grave seja baixo em gestantes, alguns dados indicam que uma vez com a COVID-19, existe um risco maior para complicações como uso de ventilação mecânica, suporte ventilatório e morte comparados com mulheres não grávidas com doença sintomática. [Zambrano MMWR 2020]

Assim como na população geral, as gestantes com comorbidades como obesidade e diabetes, apresentam um risco aumentado para complicações da doença. [Ellington MMWR 2020, Panagiotakopoulos MMWR 2020, Knight 2020, Zambrano MMWR 2020]

Também as gestantes da raça negra e as brancas hispânicas apresentaram uma taxa aumentada de infecções e mortes por COVID-19. Essas diferenças refletem os fatores socioeconômicos que incluem o acesso aos cuidados de saúde. [Ellington MMWR 2020, Zambrano MMWR 2020]

**Autores:** Comissão Nacional Especializada em Vacinas da Febrasgo.



*Dra. Michelle Daiana*

ginecologia e obstetrícia

CRM/GO18.777 CRM/MG 63979 RQE: 12120

Médica Ginecologista e Obstetra

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

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

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

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

Plantonista de Ginecologia e Obstetrícia em Pronto atendimento.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



DEIXE SUA CASA  
**MODERNA E LINDA**



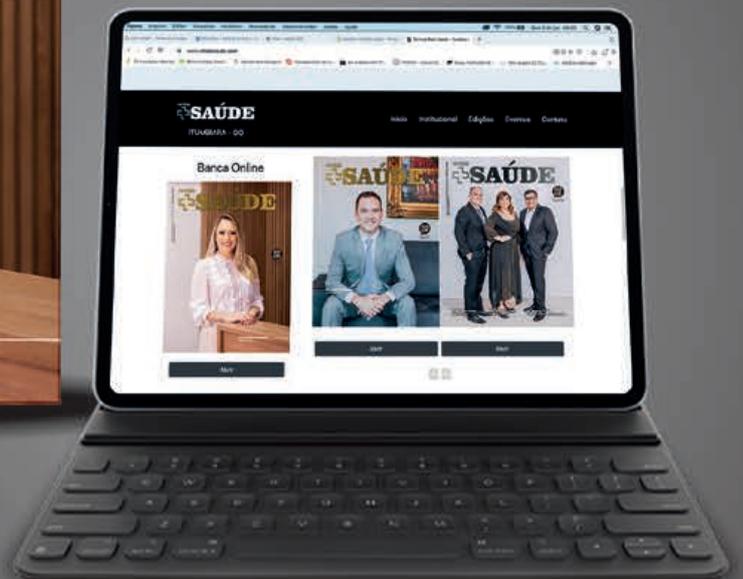
**Rey do Vidro**  
*A solução em Vidros*

64 3431-9288

| 64 3431-9488

| AVENIDA JK, 840, BAIRRO ALTO DA BOA VISTA- ITUMBIARA - GO

# ANUNCIE AQUI.



revista **SAÚDE**

@ [www.rmaissaude.com](http://www.rmaissaude.com)

  [rmaissaude](#)

Anúncios e Matérias:

 64 99275 5299

 64 99202 4160

A **GRANOLA LIGHT** É UM PRODUTO PERFEITO  
PARA OS AMANTES DE UMA ALIMENTAÇÃO  
SAUDÁVEL, NUTRITIVA E SABOROSA.

Disponível em:  
40g, 250g e 1kg.

**AlcaFoods**  
Cereais Matinais

**Natflakes**  
cereal

Mix de cereais sem  
adição de açúcar\*

**Granola**  
Light



Uma porção de 40g fornece:

| VALOR ENERGÉTICO | CARBOIDRATOS | GRANULAS<br>TOTAIS | FIBRA<br>ALIMENTAR | SÓDIO |
|------------------|--------------|--------------------|--------------------|-------|
| 159 kcal         | 32 g         | 1,9 g              | 5,7 g              | 42 mg |
| 8%               | 11%          | 3%                 | 23%                | 2%    |

\* VALORES DIÁRIOS DE REFERÊNCIA COM BASE EM UMA DIETA DE  
2.000 kcal (OU 8.400 kJ)

Peso Líquido  
**1 kg**  
Indústria Brasileira

GRA  
NO  
LA  
light

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

64 2103 4222  
[www.alcafoods.com](http://www.alcafoods.com)

**AlcaFoods**  
Cereais Matinais



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



NEUROLOGIA



# “Quando nos tornamos mães dos nossos pais”: Cuidadores de familiares com Alzheimer

A doença de Alzheimer é uma doença neurodegenerativa, onde ocorre a morte progressiva das células nervosas, isso faz com que haja diminuição progressiva do volume cerebral, chamada de atrofia e surgimento de sintomas associados a perda dos neurônios.

No Brasil, conforme estimativas para 2020, a expectativa de vida ultrapassará os setenta e cinco anos, chegando a 15% da população. Nesse contexto, o Brasil será o sexto país no mundo com pessoas idosas, existindo uma expectativa de aumento de doenças crônico-degenerativas, dentre elas o Alzheimer.

Com a perda da capacidade de realização e a configuração de um quadro de incapacitação, a Doença de Alzheimer exige a presença de cuidadores de maneira progressiva.

Diante dessas estimativas e do quadro de Alzheimer surge o papel do cuidador, forjado subjetivamente na medida em que aparecem as dificuldades cotidianas de uma nova realidade, exigindo a tomada de decisões e a incorporação de atividades que passam a ser de sua inteira responsabilidade.

O paciente acometido pela DA apresenta imensa dificuldade em recordar, solucionar, atuar e nutrir-se, até alcançar o ponto de vegetação. Definida também como uma doença heterogênea nos seus aspectos etiológicos e neuropatológicos, é a mais habitual dentre o grupo das demências, tendo como primeiro sinal a perda de memória, sendo muito confundida com o curso normal do envelhecimento. Alguns dos primeiros sinais da doença de Alzheimer incluem lapsos de memória e problemas em encontrar as palavras certas, por isso é importante observar o comporta-

mento porque esses sintomas podem ser confundidos com o curso normal do envelhecimento.

Verificamos então que é de suma importância a presença de um cuidador ao paciente com Doença de Alzheimer, levando em consideração os riscos que esse paciente apresenta. Nesse contexto fica claro que em muitas dessas situações vamos nos tornar mãe de nossos pais, auxiliando na qualidade de vida do paciente e levando cuidado no que for preciso. É importante evitar mudanças bruscas de ambiente, pois podem gerar confusão, agitação e alterações comportamentais, manter os medicamentos ou substâncias potencialmente perigosas fora do alcance dos pacientes, estabelecer rotinas para o paciente alimentar e dormir.

É de grande valia também avaliar sinais e sintomas desse paciente para se obter um diagnóstico correto.

“Cuidado e atenção são virtudes que duram para sempre.”

## 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



# Supermercado Campeão

REALIZE SUAS COMPRAS  
COM PRATICIDADE E  
SEGURANÇA ATRAVÉS DO  
APLICATIVO CAMPEÃO!

COMECE O  
ANO BEM,  
COMPRA  
EM CASA!

-  OFERTAS EXCLUSIVAS!
-  DIVERSIDADE DE PRODUTOS COM OS MESMOS PREÇOS DA LOJA!
-  AÇOUGUE COM CORTES NOBRES!



SEU PEDIDO ENTREGUE NO  
CONFORTO DE CASA COM  
CUIDADO E RAPIDEZ!



ESCANEE COM A  
CÂMERA DO CELULAR

**BAIXE AGORA!**

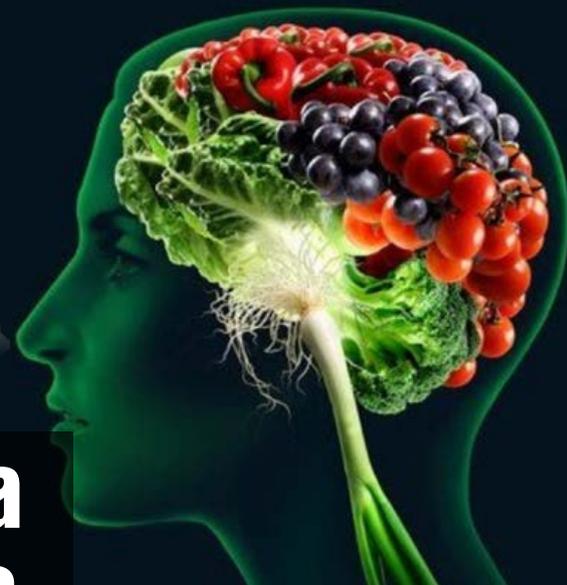


OU ACESSE [WWW.SUPERMERCADOCAMPEAO.COM.BR](http://WWW.SUPERMERCADOCAMPEAO.COM.BR)

TELEFONE: (64) 9992-1243 ☎ (64) 3431-8543 ☎  
RUA BENJAMIN CONSTANT, 1.340, ITUMBIARA - GO



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



REFLEXÃO



# O poder da mente na construção do corpo

As pessoas estão cada vez mais focadas em formas rápidas e “eficazes” de melhorar sua forma física, muitos acham que existe a fórmula do sucesso ou pílula mágica. Iniciam a cada segunda-feira uma forma diferente de dieta restritiva e cargas altas de atividade física, objetivando resultados antes do fim de semana. Não existe resultado sem empenho, não precisa encarar o processo como um confinamento, pois quando o período acaba a falsa sensação de liberdade põe novamente tudo a perder, ainda mais quando o resultado não aparece tão rápido.

Precisam aprender sobre o termo reeducação alimentar, que não é preciso ser refém de dietas, e que a vida é uma só e precisa ser vivida da melhor forma, mas com qualidade, com certos cuidados, e com menos abusos, pois até água em excesso pode fazer mal a um paciente dialítico.

O maior problema de cada um não está na forma física, mas sim na mente. O grande desafio individual é saber controlar os próprios vícios, o poder que a mente tem em nos deixar em êxtase quando feliz e estagnado quando triste.

O maior desafio vem em como devemos controlar nossos pensamentos e organizar as prioridades a partir daí, e saber dosar essa oscilação de motivações, focar em nós mesmos, e em não temer erros ou fracassos, mas sim aprender a recomeçar quantas vezes for necessário, e é isso que gosto de mostrar para o meu paciente, o quão importante é a sua mente.

Destaco a importância dos 3 F's (foco, força e fê) como ponto de partida. E aí, quanto você está disposto a melhorar?



**NUTRON**  
MEDICINA DE EMAGRECIMENTO | PERFORMANCE

✉ [nutronclinica@gmail.com](mailto:nutronclinica@gmail.com)

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

**Dr. Átila Tavares Abdala**

CRM/GO: 18.888

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

# DECLARAÇÃO DE **IMPOSTO DE RENDA** 2021

*Fique atento!*

O PRAZO PARA DECLARAR SEU IMPOSTO DE RENDA  
JÁ CHEGOU. TRAGA SEUS DOCUMENTOS!  
ESTAMOS TE AGUARDANDO.

**CONTAR**  
CONTABILIDADE  
Consultoria Empresarial



**Receita Federal**  
Imposto de Renda



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

**CONTABILIDADE**



## São obrigados a entregar o IRPF 2021:

- Quem recebeu ao longo de 2020 rendimentos tributáveis (salários, pensões, aposentadorias, aluguéis, e etc.), superiores a R\$ 28.559,71;

- Recebeu rendimentos isentos, não tributáveis ou tributados exclusivamente na fonte, cuja soma foi superior a R\$ 40.000,00;

- Obteve, em qualquer mês, ganho de capital na alienação de bens ou direitos, sujeito à incidência do imposto, ou realizou operações em bolsas de valores, de mercadorias, de futuros e assemelhadas;

- Optou pela isenção do imposto sobre a renda incidente sobre o ganho de capital auferido na venda de imóveis residenciais, cujo produto da venda seja destinado à aplicação na aquisição de imóveis residenciais localizados no País, no prazo de 180 (cento e oitenta) dias, contados da celebração do contrato de venda, nos termos do art. 39 da Lei nº 11.196, de 21 de novembro de 2005;

- Relativamente à atividade rural:

- a) obteve receita bruta anual em valor superior a R\$ 142.798,50;

- b) pretenda compensar, no ano-calendário de 2020 ou posteriores, prejuízos de anos-calendário anteriores ou do próprio ano-calendário de 2020;

- teve a posse ou a propriedade, em 31 de dezembro de 2020, de bens ou direitos, inclusive terra nua, de valor total superior a R\$ 300.000,00;

- passou à condição de residente no Brasil em qualquer mês e nessa condição se encontrava em 31 de dezembro de 2020.

Vale lembrar que existe a possibilidade de a faixa de rendimentos ser alterada.

## Edvanio Junio

Contador perito, especialista em Gestão Tributária e Benefícios Fiscais;

Consultor Empresarial;

Palestrante e Diretor das empresas do grupo

Contar com escritórios em Itumbiara, Goiânia e São Paulo.

**CONTAR**  
**CONTABILIDADE**

Consultoria Empresarial

📍 Rua Valdivino Vaz, 353 - Itumbiara-GO

☎ (64) 3431-3153

www.contarcontabilidade.com



**VESTIBULAR 2021**

# DIREITO - BACHARELADO

**NOVO**

O curso de Direito da Unopar tem como objetivo preparar os alunos para um mercado de trabalho exigente e concorrido, assim como oferecer as bases para uma carreira promissora. O Direito é uma disciplina pertencente à área das Ciências Sociais Aplicadas.



**FAÇA SUA  
PROVA ONLINE!  
UNOPAR.BR**



#### **Apoio Personalizado**

Atividades que complementam o Sistema de Ensino e que te ajudam a definir e conquistar os seus objetivos de vida e carreira.



#### **Sistema de Ensino**

O nosso Sistema de Ensino te prepara para o mercado de trabalho de um jeito interativo e dinâmico; Aqui você aprende na prática.



#### **Canal Conecta**

Portal exclusivo de vagas de estágio e emprego, que faz a ligação entre você e milhares de empresas em todo o Brasil.

#### **PODE COMPARAR**

**UNIVERSIDADE ASSIM É UNOPAR**

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



**unopar**  
**ITUMBIARA**

Inscreva-se já: **unopar.br**

# Volta as Aulas

**MAS NÃO ESQUEÇA DA  
PROTEÇÃO NECESSÁRIA QUE  
SEUS OLHOS MERECEM.**



**UNIÓTICA**  
*Uma nova visão do mundo!*

**64 3404.8100**  
Praça da República, 365  
Centro - Itumbiara/GO

 [uniotica.visaodomundo](https://www.facebook.com/uniotica.visaodomundo)

**64 3433.8900**  
Av. Santa Cecília, 149  
Alto Boa Vista - Itumbiara/GO

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

MODA GESTANTE  
COM

*Estilo*



*Dona Cegonha*  
by Reila Amara

Tudo em moda gestante

 (64)99662-9944

 @donacegonhaiub

 /donacegonhaiub

 Shopping center Plaza sala 27



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

## DICA DE SAÚDE

# Peso adequado das mochilas escolares



Um tema questionado todos os anos, principalmente no início das atividades letivas das crianças e adolescentes é: qual o peso adequado de uma mochila escolar?

As crianças em idade escolar não devem carregar mais do que 10% do seu peso corporal, ou seja, se ela pesar 30 kg, a mochila não deve passar de 3 kg.

### Dicas:

- As crianças devem usar mochilas de qualidade;
- Não ultrapassar 10% do peso do seu corpo;
- Carregá-las sempre usando os dois ombros; as alças devem ser reforçadas e acolchoadas;
- A posição correta é ficar encostada na altura da lombar;
- A opção de rodas é boa, porém não indicada em escolas com muitos obstáculos como escadas;



## Dra. Julieta Isabel Triana Cansino

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

- Os pais devem fazer acompanhamento regular de seus filhos para avaliação da coluna vertebral;

- Ao considerar que a mochila do seu filho é muito pesada, avalie os itens que são carregados e, se necessário, converse com o professor responsável.

### Fique atento!!!



Novidade



Shake Fit  
& AÇAÍ

## **SHAKE FIT**

**Whey Protein, Batata Doce,  
Polpa de Fruta e Água**

**AÇAÍ;  
BANANA;  
GOIABA;  
MARACUJÁ;  
MORANGO.**

## **CREMES**

**Açaí, Açúcar, Xarope de  
Guaraná, Leite,  
Leite Condensado ou Mel**

**ABACAXI;  
AÇAÍ;  
AMORA;  
CUPUAÇU;  
MARACUJÁ;  
MORANGO.**

## **SUCOS EM POLPA DETOX**

**AMARELO: MAMÃO, PEPINO, PÊSSEGO,  
TANGERINA, MANGA, CENOURA, MAÇÃ,  
ACEROLA E LARANJA.**

**VERDE: CHÁ VERDE, COUVE, HORTELÃ,  
PEPINO, LARANJA E MAÇÃ.**

**ROXO: CRANBERRY, MIRTILO, FRAMBOESA,  
AÇAÍ, GENGIBRE, BETERRABA, MAÇÃ,  
AMORA, MORANGO E UVA.**

## **CAPUSHAKE FIT**

**Café, Whey Protein,  
Óleo de Côco e Canela**

## **CREMES POWER**

**Açaí, Açúcar, Xarope  
de Guaraná, Leite,  
Leite Condensado ou Mel**

**AÇAÍ + AMORA;  
AÇAÍ + BANANA;  
AÇAÍ + CUPUAÇU;  
AÇAÍ + MARACUJÁ;  
AÇAÍ + MORANGO.**

## **AÇAÍ**

**TRIBOMBA: AÇAÍ, AÇÚCAR,  
XAROPE DE GUARANÁ, GRANOLA,  
AMENDOIM, LEITE, PAÇOCA,  
LEITE CONDENSADO OU MEL.**

## **SUCOS EM POLPA**

**ABACAXI;  
ABACAXI COM HORTELÃ;  
ACEROLA;  
AMORA;  
CAJU;  
GOIABA;  
MARACUJÁ;  
MORANGO.**

**ritmo**  
ACADEMIA

**📍 RUA PADRE FÉLIX, 431 - CENTRO - ITUMBIARA-GO**

**☎ (64) 3431-1199**

**📷 ACADEMIARITMO**

**📺 RITMOACADEMIAOFICIAL**

UNICRED 

escolha ter um cartão Visa  
que é seu de verdade.



escolha cooperar.

escolha  
unicred.

O cartão Unicred Visa é realmente seu,  
porque, como Cooperado, a Unicred é sua.  
Você faz parte das decisões que constroem  
o futuro do nosso negócio.

Rua Dr. Valdivino Vaz, 10, Qd.45, Lt.10 - Centro  
Itumbiara-GO - 64 3430-6819

escolha  
[unicred.com.br/solucoes/cartoes](http://unicred.com.br/solucoes/cartoes)

Verifique a possibilidade de associação na cooperativa da sua região.