

Ano 4. nº44. Março/ 2021. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita  
www.mmaissaude.com

revista

# SAÚDE



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

**Dra. Érika Barbosa Morais**

Crefito: 11/23.844-F



A WR Contabilidade e Consultoria, seguindo sempre seu propósito de inovação, realizou em Itumbiara-Go, no dia 12 de Fevereiro de 2021, a WR CONFERENCE 2021.

Evento corporativo destinado aos colaboradores das Unidades de Itumbiara, Goiânia e Inaciolândia, com o objetivo de apresentar a toda equipe nossas metas e objetivos para o Grupo em 2021.

Agradecemos a toda equipe de colaboradores que com seus esforços diários tornam os sonhos realidade, aos nossos clientes que confiam suas empresas a nós e aos nossos parceiros que sempre nos apoiam a cada novo desafio.

Venha para a WR!  
Sua empresa, nosso negócio.





Contabilidade & Consultoria

Sua empresa, nosso negócio.

**Matriz:**  
Av. Trindade, 911  
Centro  
Itumbiara-GO  
64 3431-0510

**Filial:**  
Rua Brasil, 50  
Setor Bueno  
Goânia-GO  
62 3922-3417

**Filial:**  
Avenida C 255, 370  
Edifício Swiss Office Tower  
Sala 22 - St. Nova Suíça  
Goânia - GO  
62 3609-7438

**Filial:**  
Avenida Meia Ponte  
nº 10, Setor Central  
Inaciolândia-GO  
64 3435-1393

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



OBSTETRÍCIA



# Covid-19 na gravidez

Durante a gestação, a saúde da mãe afeta diretamente o desenvolvimento do bebê. Algumas infecções, quando ocorrem nesse período, podem passar da mãe para o feto, gerando prejuízos ao seu desenvolvimento.

Com a pandemia do novo coronavírus (SARS-CoV-2), muitos pesquisadores têm questionado se a ocorrência da Covid-19 na gravidez pode estar associada a algum prejuízo para a saúde do bebê.

## → O que é transmissão vertical?

A transmissão vertical ocorre quando um microrganismo causador de doença é passado da mãe para o feto. Esse tipo de transmissão pode acontecer de três formas:

- Durante a gestação, através da placenta;
- Durante o parto, pelo contato com o sangue ou secreções vaginais;
- Após o parto, por meio da amamentação.

Esclarecido isso, vamos entender o que se sabe até o momento sobre o novo coronavírus na gestação.

→ **As gestantes estão no grupo de pessoas com maior risco de complicações ao contrair a Covid-19, o novo coronavírus?**

O Ministério da Saúde passou a considerar as gestantes, em qualquer idade gestacional, e as puérperas, até duas semanas após o parto (incluindo as que tiveram aborto ou perda fetal), como condições e fatores de risco para possíveis complicações.

Apesar de as evidências científicas atuais apontarem que gestantes e puérperas não possuem risco individual aumentado, devem ser adotadas medidas de prevenção, pois este grupo tem maior potencial de risco para o desenvolvimento de Síndrome Gripal decorrente do vírus da Influenza.

→ **Gestantes com suspeita ou infectadas pelo coronavírus podem realizar parto normal (vaginal)?**

Sim, o parto vaginal é permitido, não sendo indicado parto cesáreo por motivo de infecção do coronavírus.

→ **O coronavírus pode ser passado de uma mulher grávida para o feto ou recém-nascido?**

Ainda não há comprovação se uma mulher grávida, com Covid-19, possa transmitir o vírus ao feto ou ao bebê durante o parto.

→ **É possível a transmissão por leite materno de mãe confirmada ou sob investigação para Covid-19?**

A Organização Mundial de Saúde (OMS) orienta a manutenção da amamentação por falta de elementos que comprovem que o leite materno possa disseminar o coronavírus. Ainda não há relatos desse tipo de transmissão e o vírus não foi detectado no leite materno.

Também o Ministério da Saúde, considerando os benefícios da amamentação para a saúde da criança e da mulher, na ausência de evidências científicas sobre a transmissão do coronavírus por meio da amamentação e a não recomendação para a suspensão do aleitamento materno na transmissão de outros vírus respiratórios, orienta que a amamentação seja mantida em caso de infecção por Covid-19.

São recomendadas, ainda, as seguintes precauções, tendo em vista que a mãe infectada pode transmitir o vírus através de gotículas respiratórias durante o contato com a criança, incluindo a amamentação:

- Lavar as mãos por pelo menos 20 segundos antes de tocar o bebê ou antes de retirar o leite materno (extração manual ou na bomba extratora);
- Usar máscara facial (cobrindo completamente nariz e boca) durante as mamadas e evitar falar ou tossir durante a amamentação;
- A máscara deve ser imediatamente trocada em caso de tosse ou espirro ou a cada nova mamada.

→ **Há recomendações específicas para gestantes?**

As gestantes devem seguir as mesmas recomendações e medidas de prevenção da população em geral.

→ **O que podemos concluir?**

Os conhecimentos sobre a covid-19 na gravidez ainda estão em construção e novas recomendações podem aparecer com o tempo. A possibilidade de uma mãe infectada transmitir a doença para o filho existe, mas ainda precisa ser mais estudada. A amamentação pode ser uma possível via de transmissão, porém, até o momento, seus benefícios para o recém-nascido são maiores do que os riscos.

Resumindo, a principal recomendação para a prevenção da **Covid-19 na gestação** continua sendo a de evitar a contaminação pela Covid-19 com o distanciamento social, uso de máscaras, higienização das mãos, entre outras medidas.

Além disso, após o nascimento, mantenha a amamentação e evite o contato do bebê com pessoas que não moram em sua casa.



SELF  
CLÍNICAS

## Dr. José Orestes Borges Guimarães

CRM/GO: 11377 | RQE/GO:5.899 | RQE/GO: 5.903  
Especialista em Ginecologia e Obstetrícia titulado pela FEBRASGO;  
Especialista em Mastologia titulado pela Soc. Brasileira de Mastologia;  
Habilitado em Mamografia titulado pelo Colégio Brasileiro de Radiologia.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





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

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



**Dr. Átila Tavares Abdala**  
Nutrólogo  
CRM/GO: 18.888

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



**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. 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 Schineider**  
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



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

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



**Dr. Eduardo Andréo**  
Oftalmologista  
CRM/GO: 11.635 | RQE: 5.828

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

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



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

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



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

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

**Dra. Graziela Ferreira****Custódio**

Médica.  
CRM/GO: 21.809

**Clínica Redutase**

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

**Dr. Gustavo Barra****Carvalho**

Angiologia | Cirurgia Vascular |  
Ecografia Vascular  
CRM/GO: 14.367 | RQE: 12.466

**Clínica Gustavo Carvalho**

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

**Dr. José Orestes Borges****Guimarães****Ginecologista, Obstetra e****Mastologista**

CRM/GO: 11.377  
RQE/GO: 5.899 | RQE/GO: 5.903

**Self Clínicas**

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

**Dra. Julieta Isabel****Triana Cansino****Médica**

CRM/GO: 22.719  
CRM/MG: 75.761

Pç. São Sebastião Xavier, 66. Sala 66.

Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3404 6543 | (64) 9284 7434  
(64) 9668 5929

**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. Valdemiro Fukuhara****Oftalmologista**

CRM/GO: 2.975

**Centro da Visão**

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

**Dr. Wilian Vinhadelli****Oftalmologista**

CRM/GO: 10.250

**Centro da Visão**

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

**Dr. William Zolcsak****Urologista**

CRM/GO: 16.444 | RQE: 8125

**C.A.U.I****Centro de Atendimento Urológico de****Itumbiara**

Praça Homero Orlando, 10  
Bairro: Centro.  
Itumbiara - GO.  
(64) 3431-7010 | (64) 3404-5942

revista

**SAÚDE**

# EDITORIAL

## MULHERES QUE INSPIRAM!!!

No mês de março celebramos o Dia Internacional da Mulher, e nessa edição da Revista Mais Saúde elas com certeza estão no comando...

Produzimos uma edição com muito carinho especialmente para as mulheres, com vários conteúdos e homenagens ao nosso público feminino.

Em nossa capa, trouxemos a fisioterapeuta Erika Barbosa, que em uma entrevista exclusiva conta um pouco de seus 25 anos de profissão.

Representando as empresárias de nossa região, nossa Empreendedora Premium é a proprietária e gestora das lojas Menina Biju e Dona Cegonha, Reila Cristina Pereira Amaro.

A Revista Mais Saúde também faz uma homenagem a outras grandes empresárias da cidade de Itumbiara, que se destacam em nosso mercado regional, e em uma fascinante entrevista, dezenas dessas mulheres respondem questionamentos voltados ao empreendedorismo feminino. Vale a pena a leitura, e poder enriquecer-se do conteúdo corporativo dessas líderes empresariais.

Vamos lá!!! Comece agora sua leitura e aproveite nossas páginas!!!

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

### 44ª 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	COVID-19 NA GRAVIDEZ	57	RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS NA GESTAÇÃO
10	ENTREVISTA	58	ALTA NO PREÇO DO COMBUSTÍVEL
15	VITAMINA D NA GESTAÇÃO	59	AFTAS
17	A IMPORTÂNCIA DE AVALIAR SUA COMPOSIÇÃO CORPORAL	63	CONTABILIDADE NO AGRONEGOCIO: VOCÊ SABE COMO FUNCIONA?
20	COLÁGENO VERISOL®	64	MULHERES QUE INSPIRAM! MULHERES EMPREENDEDORAS
24	QUAIS SÃO OS PROBLEMAS ORTOPÉDICOS MAIS COMUNS?	77	VOCÊ SABE O QUE É NEUROMIELITE ÓPTICA?
27	EDEMA DAS PÁLPEBRAS	79	MAQUIAGEM EM LAMINADOS CERÂMICOS
28	COMO INTRODUIZIR UM GATO NOVO	81	OS PRIMEIROS 1000 DIAS
31	COVID-19 PODE CAUSAR SINTOMAS NA PELE POR LONGOS PERÍODOS, INDICA ESTUDO.	83	UMA NOVA VISÃO DA FISIOTERAPIA
39	DICAS IMPORTANTES PARA QUEM VAI PEGAR A ESTRADA NAS FÉRIAS	85	BICHECTOMIA
42	PILATES NA REABILITAÇÃO, SIM!!!	87	VOCÊ JÁ ATIVOU SEU MODO ON ALGUMA VEZ NA VIDA?
44	EXPECTATIVA PARA O MERCADO IMOBILIÁRIO EM 2021	89	CONHEÇA 12 FATORES DE RISCO EVITÁVEIS, QUE PODEM ATRASAR OU PREVENIR DEMÊNCIA
46	REFINE SKIN	91	GLAUCOMA
48	POR QUE TRATAR VASINHOS E VARIZES COM ANGIOLOGISTA E/OU CIRURGIÃO VASCULAR?	92	TRATAMENTO DA DOR PÓS-OPERATÓRIA
53	O SEU FAMILIAR FALECEU E DEIXOU BENS. VOCÊ SABE O QUE DEVE FAZER?	97	CÂNCER DE BEXIGA: TABAGISMO É PRINCIPAL FATOR DE RISCO
54	EMPREENDEDORA PREMIUM		

# ENTREVISTA



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



## DRA. ÉRIKA BARBOSA MORAIS

Fisioterapeuta, formada pela Universidade Claretiana de Batatais-SP;  
Pós-graduada em Terapia Manual;  
Aperfeiçoamento em coluna e joelho;  
RPG;  
Microfisioterapia - Biolinhamento.



Nesse mês de março, mês em que celebramos o dia das mulheres, trouxemos na capa representando nossas guerreiras que atuam na área da saúde, a Fisioterapeuta Érika Pereira Barbosa Morais Spigolon, com 25 anos de carreira. Ela é especialista em terapia manual, aperfeiçoamento em coluna e joelho, RPG, Microfisioterapia e Bioalinhamento. Érika é casada com Mani Morais e mãe coruja do pequeno Gabriel de 2 anos e meio.

Em uma entrevista exclusiva ela conta um pouco de sua história e área de atuação.

Revista Mais Saúde - Conte-nos um pouco de sua trajetória profissional e o por que escolheu a fisioterapia.

Dra. Érika Barbosa Morais - *Quando eu era estudante participei como ouvinte de uma palestra sobre profissões e a fisioterapia me chamou atenção. Conversei com uma profissional fisioterapeuta que me permitiu assistir seus atendimentos por um dia. Naquele dia decidi minha profissão.*

*Me Formei em 1996, trabalhei por 5 anos em Ituiutaba, minha cidade natal e no ano de 2000 vim para Itumbiara, nesta época meu noivo, hoje marido,*

*foi transferido para cá. A cidade e os cidadãos me receberam, me acolheram, confiaram no meu trabalho, aqui fiz bons amigos, quase irmãos. A vocês minha gratidão! Em 03/05/2015 me senti realizada por ter construído minha clínica Bem-Estar Centro de Saúde.*

*E lá se vão 25 anos de muita dedicação, persistência, estudo e muitas realizações profissionais. Sou muito grata a fisioterapia, sou realizada e feliz na profissão que escolhi.*

Revista Mais Saúde - Quais foram as principais mudanças e evolução ocorridas na fisioterapia nesses últimos anos no tratamento das patologias?

Dra. Érika Barbosa Morais - *Acredito que uma das grandes mudanças na área da fisioterapia foram os avanços científicos que comprovam a necessidade de técnicas globais para uma maior eficácia nos tratamentos. O corpo precisa ser tratado na sua totalidade, na forma corpo-mente-ambiente. O resultado se torna mais eficaz e gratificante para o paciente e o profissional.*

Revista Mais Saúde - Fale um pouco das técnicas sistêmicas utilizadas atualmente por você no tratamen-



to dos seus pacientes, e como elas podem ajudá-los.

Dra. Érika Barbosa Morais - *As técnicas sistêmicas que utilizo para tratamento dos pacientes é a Terapia Manual, o Bioalinhamento, a Microfisioterapia e análise sistêmica. São técnicas de toque sutil e comandos verbais que procura as tensões no corpo e seus conflitos traumáticos possibilitando ao paciente trazer para consciência a verdadeira causa das suas queixas, fazendo uma auto cura (ressignificação).*

Revista Mais Saúde - Fisioterapeuta, gestora de clínica, mãe e esposa... Como você faz para conciliar todos esses papéis no seu dia a dia?

Dra. Érika Barbosa Morais - *A palavra-chave é organização.*

*Busco exercer o meu papel de forma intensa e responsável.*

*Quando estou na clínica atendendo procuro fazer o melhor para o paciente e conto com a ajuda de uma equipe.*

*Em casa sou esposa e mãe, procuro me dedicar e ser presente para minha família e conto com a ajuda do meu esposo nos imprevistos.*

Revista Mais Saúde - Março é o mês da mulher, qual recado você deixa para todas essas guerreiras?

Dra. Érika Barbosa Morais - *Para a mulher de hoje eu diria o que já foi dito há mais de 2000 anos, que apesar de parecer tão antigo, retrata o que ela é atualmente: "Fortaleza e graça lhe servem de ornamentos, ri-se do dia de amanhã". (Provérbios 31,25). Ela é forte, graciosa e segura de si.*



**Ofertas imperdíveis  
como você nunca viu.**



**Compre exclusivamente  
pelo site:**

**[www.kipasso.com.br](http://www.kipasso.com.br)**

**FRETE GRÁTIS**  
PARA COMPRAS ACIMA DE R\$100

**KIPASSO**

Av. Modesto de Carvalho, 1421 - Itumbiara-GO  
(64) 3404-3100 / (64) 9.9966-9882 



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



# VITAMINA D NA GESTAÇÃO



A **deficiência de vitamina D** na gestação é um problema que requer a atenção da futura mãe. Durante todo o pré-natal, é preciso **monitorar os níveis dessa vitamina** a fim de verificar se é produzida de maneira suficiente pelo organismo. Caso a resposta seja negativa, é preciso investigar e suplementar.

## RISCOS DA FALTA DE VITAMINA D NA GRAVIDEZ

A deficiência em vitamina D durante a gravidez pode trazer problemas como diabetes gestacional, pré-eclâmpsia e parto prematuro, sendo necessário o uso de suplementos de vitamina D em caso de deficiência.

Doenças como obesidade e lúpus aumentam o risco de falta de vitamina D, e por isso deve-se ter maior cuidado nesses casos.

## VITAMINA D NA GRAVIDEZ AJUDA NA FORMAÇÃO DE OSSOS DO BEBÊ

A vitamina D é um nutriente essencial durante a gravidez, fundamental para a saúde óssea do bebê. Ela só está disponível em alguns alimentos e a exposição solar é a principal forma de obtenção. No entanto, nem sempre é fácil de conseguir um bom suprimento dessa vital substância.

Os ossos do seu bebê crescem e se formam rapidamente durante a gravidez. A vitamina D é uma parte fundamental desse processo fascinante e complexo, devido ao seu papel na regulação da quantidade de cálcio e fósforo no corpo. Es-

ses nutrientes são vitais para o desenvolvimento dos ossos do bebê e ajudam a construir dentes fortes e saudáveis.

Os níveis de vitamina D do bebê ao nascer dependem da sua própria ingestão durante toda a gravidez

## RECOMENDAÇÃO DIÁRIA DE VITAMINA D

A vitamina D pode ser encontrada em alimentos como peixes e gema de ovo, mas sua principal fonte é a produção na pele que é exposta aos raios do sol.

A recomendação diária de vitamina D para gestantes é de 600 UI ou 15 mcg/dia. Em geral, essa recomendação não consegue ser atingida apenas pela ingestão de alimentos ricos em vitamina D, e por isso as mulheres grávidas precisam tomar o suplemento indicado pelo médico e fazer banho de sol por pelo menos 15 minutos por dia. No entanto, mulheres com pele escura ou negra precisam de cerca de 45 min a 1 hora de sol por dia para terem uma boa produção de vitamina D.

Normalmente a dose recomendada para grávidas é de 400 UI/dia, em forma de cápsulas ou em gotas.

## QUEM PODE TER DEFICIÊNCIA DE VITAMINA D

Todas as mulheres podem ter deficiência de vitamina D mas as que possuem maiores chances, são aquelas que são negras, que se expõem pouco ao sol e que são vegetarianas. Além disso, algumas doenças favorecem o aparecimento de deficiência em vitamina D, como:

- Obesidade;
- Lúpus;
- Uso de medicamentos como corticoides, anticonvulsivantes e de tratamento para o HIV;
- Hiperparatireoidismo;
- Insuficiência hepática.

Além dessas doenças, não tomar sol diariamente, usar roupas que cubram todo o corpo e usar constantemente protetor solar também são fatores que favorecem a deficiência em vitamina D.



**Dr. José Antônio Ferreira**

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

Nossa loja foi inaugurada a pouco mais de um ano, idealizada por amigas com desejo de empreender e trazer para Itumbiera o estilo de roupa favorito da mulher contemporânea que permite aliar conforto e elegância de maneira moderna e jovial.

A identidade da marca foi construída através das iniciais dos nomes e data de aniversário das sócias Bruna e Mariana, utilizando as cores da borboleta azul considerada por muitos a borboleta da sorte, retratando crescimento e transformação.



 **Rua Padre Félix, 412 C.**

 **(64) 99668-6767**

 **(64) 3404-7843**

 **@loft67loja**



Trabalhamos com peças atemporais, onde menos é mais e conforto e equilíbrio são importantes. Na Loft67 você encontra roupas perfeitas para o dia a dia e na medida para ir do trabalho a uma festa entre amigos, sempre bem arrumada.

Nesse sentido buscamos garantir praticidade ao estilo da mulher, que ama peças curingas e fáceis de combinar.



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

DE UM LADO  
BODYMETRIX.

DO OUTRO  
A MELHOR  
AVALIAÇÃO.

Visualizar seus músculos ficou fácil.  
**Body Metrix, um ultrassom portátil  
que possibilita avaliações ainda mais  
precisas.** Camadas de gordura,  
músculos e tecnologia na  
tela do computador.

**BodyMetrix**  
By InteiraMetrix

## AVALIAÇÃO DO IMC

# A importância de avaliar sua composição corporal

A composição corporal é um dos parâmetros mais importantes a serem avaliados quando pensamos em saúde e também no tratamento e controle de doenças crônicas. Ter um percentual de gordura corporal dentro dos limites saudáveis é um bom indicador de saúde e deve ser uma meta para todos nós.

A avaliação do IMC, que leva em consideração apenas o peso e a altura, se mostra muitas vezes inadequada, já que existem pessoas que tem IMC normal, mas percentual de gordura muito alto, conhecidos como falsos magros. Esses indivíduos tem um risco de doenças semelhante ao de pessoas obesas, pois, de fato, são.

Os métodos de avaliação mais comuns são:

- Adipometria;
- Bioimpedância;
- DEXA;
- Ultrassom BodyMetrix.

Em meu consultório optei pelo BodyMetrix (ultrassom). O BodyMetrix é um equipamento de ultrassom usado para avaliar a composição corporal. Ele é capaz de calcular o percentual de gordura corporal e de massa muscular, através da análise de várias regiões. Ele se difere da bioimpedância, pois não sofre tanta interferência pelo nível de hidratação, período menstrual, atividade física, consumo de cafeína, álcool ou sódio, por exemplo. Ele tende a ser mais confiável no comparativo

entre avaliações, desde que feito pelo mesmo profissional. É um método totalmente visual, o que possibilita aos pacientes ver na própria tela do computador a espessura da camada de gordura subcutânea, assim como do músculo, realizando um comparativo de imagens e observando a evolução no decorrer do tratamento.

Não deixe de avaliar sua composição corporal e procure mantê-la em níveis normais, sua saúde agradece.

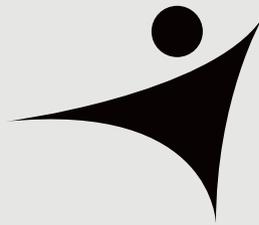


**DR. RAFAEL JACOB**

MEDICINA INTEGRATIVA | PERFORMANCE | LONGEVIDADE

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

Novidade



# LOOKS RITMO

## CONFORTO E ALTO DESEMPENHO

Os looks Ritmo Protect Dry são feitos com a mais moderna tecnologia e confortável para prática de esportes.

## PROTEÇÃO UV50+

Oferece proteção contra os raios solares UVA e UVB com fator de proteção 50+. Bloqueia mais de 98% a passagem dos raios solares ultravioletas.

## ANTI-ODOR

Ação bacteriostática. Tratamento no fio do tecido com íons de prata que inibem o crescimento das bactérias que causam o mau cheiro.

## SECAGEM RÁPIDA

Tecido com tecnologia que propicia o equilíbrio térmico, devido à imediata transferência de calor e umidade do corpo para o ambiente externo, não bloqueia a passagem dos vapores da transpiração e permite que o corpo respire.



# ritmo

ACADEMIA

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

☎ (64) 3431-1199

📷 ACADEMIARITMO

📘 RITMOACADEMIAOFICIAL



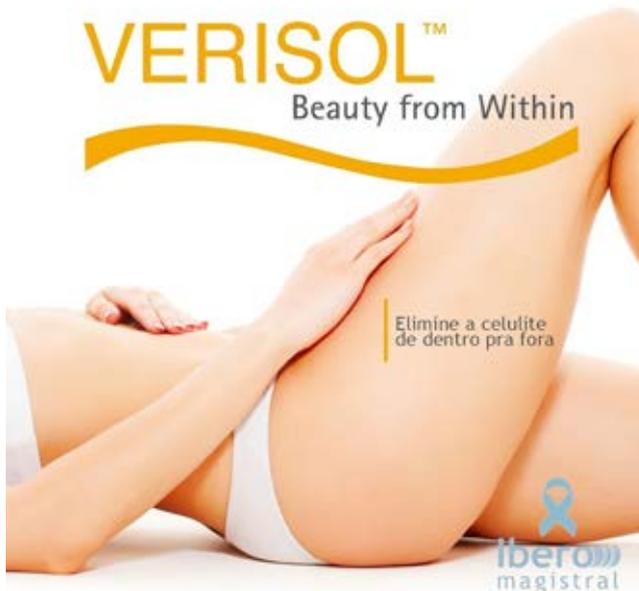
Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

SAÚDE DA PELE



# Colágeno Verisol®

*O QUE É, PARA QUE SERVE E SEUS BENEFÍCIOS.*



## O QUE É O COLÁGENO E QUAL SUA FUNÇÃO

O **colágeno** é uma proteína muito importante na construção e sustentação da pele. Além de ser a matéria-prima para a formação do tecido dérmico, ele também estimula a produção de vários componentes celulares que atuam para a formação da estrutura desse mesmo tecido.

Com o passar dos anos, nosso corpo naturalmente diminui a produção de **colágeno do tipo 1**, e essa queda associada a outros fatores, como a exposição contínua aos raios solares, poluição, alimentação inadequada e consumo de cigarro, acelera a degradação do colágeno existente na pele, resultando no seu envelhecimento.

## O QUE É COLÁGENO VERISOL®

O Colágeno Verisol® é uma fórmula desenvolvida para prevenir e tratar os sinais de envelhecimento e fraqueza da pele.

Sua composição consiste em pequenos fragmen-

tos de colágeno do tipo 1, chamados de peptídeos bioativos, os quais são absorvidos na corrente sanguínea, sendo melhor aproveitados pelo corpo para construção de fibras de colágeno específicos para a região da pele.

## VERISOL OU COLÁGENO HIDROLISADO

Você talvez se pergunte qual a diferença do colágeno hidrolisado para o Verisol.

O Verisol é um colágeno hidrolisado que passou por mais processos de quebra, que resulta nos peptídeos bioativos. Esses peptídeos são uma parte pequena do colágeno e por serem menores têm uma melhor absorção e aproveitamento no nosso corpo.

## BENEFÍCIOS DO COLÁGENO VERISOL PARA A PELE, UNHAS E CABELOS

### 1. PELE MAIS FIRME

O uso de 2,5 g de colágeno Verisol® por 8 semanas estimula a produção do colágeno e elastina

Contra o envelhecimento da pele



VERISOL<sup>™</sup>  
Beauty from Within

Ibero  
magistral

(componente da pele que promove elasticidade). Após esse tratamento é possível notar uma pele mais rejuvenescida e hidratada.

## 2. REDUÇÃO DAS RUGAS

Um estudo feito com 100 mulheres, que tomaram suplementação diária de 2,5 g de Verisol®, resultou em uma redução de 65% do volume das rugas e diminuição das linhas de expressão das pacientes.

## 3. UNHAS MAIS FORTES

Foi observado uma melhora no fortalecimento e crescimentos das unhas após uma ingestão de 2,5 g de Verisol® durante 12 semanas, em 25 mulheres que apresentavam queixas de unhas fracas.

A suplementação acelerou o crescimento dessa estrutura, reduzindo o aspecto de unhas frágeis, lascadas, irregulares e quebradiças.

## 4. COMBATE A CELULITE

O uso de 2,5 g de Verisol® durante 24 semanas



foi capaz de recuperar a estrutura da pele, diminuindo o aspecto da celulite e reduzindo o seu nível de gordura.

## 5. CABELOS HIDRATADOS

Além de sua função reconstrutora, o colágeno Verisol® ajuda a reter água da raiz do cabelo, o que reduz o seu ressecamento. Essa ação resulta em fios de cabelos mais soltos, bonitos e suaves ao toque.

**belafórmula**  
farmácia de manipulação

**Thiago Figueiredo**

CRF-GO: 5587

Farmacêutico proprietário da  
Belafórmula Farmácia de Manipulação





# BioCEL

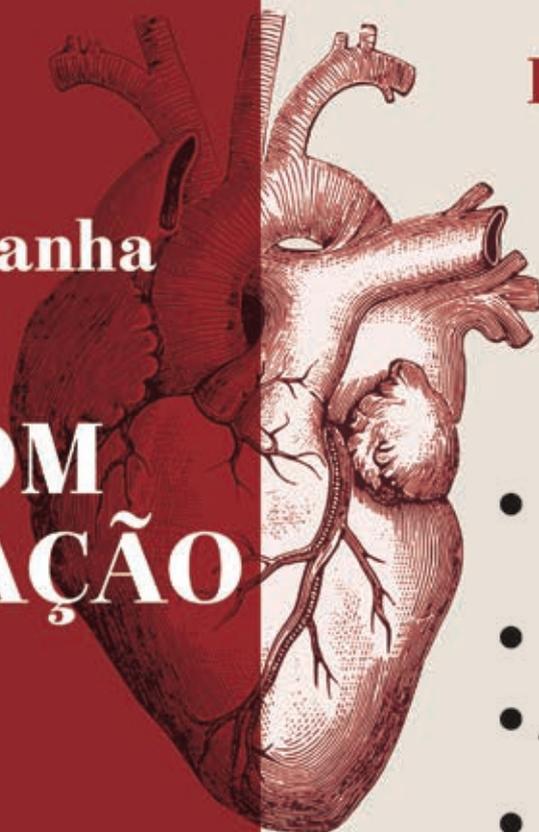
LABORATÓRIO CLÍNICO

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

## BOM CORAÇÃO

campanha

## BOM CORACÃO



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

# 5 DICAS SIMPLES E EFICAZES PARA VOCÊ ADEQUAR SUA EMPRESA ÀS EXIGÊNCIAS DA LEI GERAL DE PROTEÇÃO DE DADOS – LGPD

Com a vigência da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais, popularmente conhecida como LGPD, cresce não apenas o debate sobre a importância do tratamento de dados no Brasil, mas também a preocupação das empresas brasileiras em criarem mecanismos de conformidade à LGPD.

E não é à toa: a referida lei prevê uma série de penalidades às empresas que descumprirem normas de proteção de dados.

Diante dessas novas exigências, é natural que empresários e empresárias encontrem dificuldades em se adequarem à LGPD.

Para tanto, elencamos 5 (cinco) importantes medidas a serem tomadas para que a sua empresa esteja em conformidade com a LGPD.

1 - Conscientize a sua empresa: para que haja uma maior efetividade nos trabalhos de proteção de dados, é necessária uma conscientização coletiva da importância do tema e um engajamento de todos os integrantes de sua empresa.

2 - Faça um mapeamento de dados: se a sua empresa lida com a coleta de dados, é importante compreender

todo o histórico de armazenamento desses dados, bem como a natureza e as particularidades.

3 - Crie um comitê de adequação: defina um comitê responsável pelo trabalho de adequação à LGPD, reunindo pessoas que conheçam o tema, como aquelas ligadas à tecnologia e ao jurídico.

4 - Contrate uma assessoria jurídica: para a adaptação e criação de documentos com cláusulas de proteção à privacidade, a contratação de uma assessoria jurídica pode ser muito útil à sua empresa.

5 - Treine o pessoal da sua empresa: é essencial realizar treinamentos periódicos de capacitação dentro de sua empresa, atualizando e revisando os procedimentos de proteção de dados.

Essas 5 (cinco) medidas são apenas alguns exemplos de que a sua empresa poderá dispor para se adequar à LGPD. A lista não acaba aqui, mas é o suficiente para que a sua empresa dê o primeiro passo de adequação à Lei Geral de Proteção de Dados.

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.



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

ORTOPEDIA



## Quais são os problemas ortopédicos mais comuns?

Os problemas ortopédicos podem ser muito incômodos, por isso, é necessário que se busque o tratamento adequado o quanto antes. Eles podem ocorrer em pessoas de qualquer idade e de qualquer sexo, sendo a dor em local específico o primeiro sintoma.

Para que os problemas ortopédicos possam ser tratados da melhor maneira, é importante contar com um médico especialista que atenda em um local com estrutura e tecnologia necessária.

Nesse artigo vamos apresentar quais são os problemas ortopédicos mais comuns. Vale lembrar que o diagnóstico pode ser feito apenas por um médico especializado. Portanto, ao sentir qualquer dor ou incômodo procure um Serviço que possa te atender com toda a segurança.

Veja quais são os problemas ortopédicos mais comuns abaixo.

### • Tendinite

A tendinite é um dos problemas ortopédicos mais comuns. Ela pode ocorrer em pessoas de qualquer idade e em diferentes partes do corpo, como, joelho, ombro, cotovelo, braço, pé, tornozelo, quadril e mão. Os sintomas podem variar dependendo da região, normalmente, os mais comuns são dor localizada, vermelhidão e dificuldades de movimentação. A tendinite nada mais é do que a inflamação dos tendões que ligam o músculo ao osso.

### • Distensão muscular

A distensão muscular é a ruptura de algumas fibras musculares, isso ocorre quando a musculatura é alongada além da sua capacidade normal. Os principais sintomas são dor, fraqueza na parte distendida, difi-

culdade de movimentação e em alguns casos manchas roxas. A distensão muscular pode ocorrer em diversas partes do corpo, podendo ser grave, moderada ou leve.

### • Bursite

Outro problema ortopédico que é bastante comum é a bursite. Ela pode acometer diversas partes do corpo como joelho, ombro e quadril. Trata-se de uma inflamação no tecido que fica localizado próximo às articulações. Os sintomas mais comuns são uma dor, dificuldade de movimentação e fraqueza muscular.

### • Ruptura de ligamento

A ruptura de ligamento pode ocorrer em diversas partes do corpo, geralmente, é mais comum no joelho, tornozelo, pé, mão e ombro. Os sintomas podem ser instabilidade, fraqueza, dificuldade de movimentação e dor intensa no local afetado. Essa lesão acontece quando um dos ligamentos se rompe devido a um grande esforço.

É muito importante que para a solução desses problemas um especialista seja procurado de imediato.

Agende já uma consulta e tire todas as suas dúvidas!



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

24,

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



**SOS**  
DR. SUPLEMENTOS

## WHEY PROTEIN: MUITO ALÉM DA HIPERTROFIA MUSCULAR

Pesquisas demonstram grandes efeitos da sua aplicabilidade na estética e no esporte, sobre a melhora da síntese proteica, na reconstrução e no aumento da massa muscular esquelética, redução da gordura corporal e aumento do desempenho físico.

Poucos sabem que Whey Protein também se destaca em vários outros benefícios para saúde humana, como pelo poder HIPOTENSIVO, redução da pressão arterial, efeito ANTIOXIDANTE, pois é rico em cistina que é um aminoácido precursor da glutathiona, é HIPO-COLESTEROLÊMICO, reduz seu colesterol, pois eleva a concentração de HDL, reduz triglicérides e diminui o risco cardíaco, ajuda também na absorção de Zinco e ainda tem o efeito de aumentar a saciedade.

Além desses também controla o ESTRESS e a DEPRESSÃO, pois é rico em triptofano, que estimula a produção de serotonina, hormônio que traz a sensação do bem estar, diminui o CORTISOL, hormônio do stress, é bom para o sistema imunológico, pois inibe proliferação de bactérias, fungos e vírus patogênicos, entre outras várias funções.

Sendo assim, fazendo escolha de produtos de qualidade, alto valor biológico, livre de gorduras, sem edulcorantes artificiais, que tem em sua composição adoçantes naturais, podemos utilizar Whey Protein em várias situações diárias e para a população em geral, de crianças a idosos, de pessoas saudáveis a enfermos.

**WHEY PROTEIN CONCENTRADO, ISOLADO OU HIDROLISADO?**

**WHEY PROTEIN CONCENTRADO (WPC)**  
Tem de 30 a 80% de proteína proveniente do soro do leite, sendo que o restante corresponde à gordura, lactose e outros carboidratos. Sua absorção é considerada mais lenta.

**WHEY PROTEIN ISOLADO (WPI)**  
Tem alto teor de proteína do soro (90 a 99%), com quantidades mínimas de gorduras e carboidratos. Sua absorção é rápida.

**WHEY PROTEIN HIDROLISADO (WPH)**  
Proteína do soro de leite que passa por um processo de quebra (hidrólise) que reduz o tamanho das proteínas. Facilita a digestão e acelera a absorção.

**WHEY PROTEIN, O QUE É?**

É a proteína do soro de leite extraída durante o processo de fabricação do queijo. Ele possui alto valor biológico, ou seja, oferece maior aproveitamento de seus benefícios pelo corpo. Além disso, a proteína do leite é considerada completa por conter todos os aminoácidos essenciais que participam da formação dos músculos e tecidos.

 (64) 99663-2525

  sosdrs complementos iuB

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

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

POSICIONE A CÂMERA DO  
SEU CELULAR E FALE  
DIRETAMENTE COM A GENTE



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



**UNIDADE ITUMBIARA**

Rua Paranaíba, 937

(64) 3431-7800 | (64) 99662-9711



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

## OFTALMOLOGIA

# Edema das pálpebras

O edema de pálpebra tem muitas causas, quase sempre é o resultado de uma doença na pálpebra, pode ter origem na cavidade ocular (órbita) ou em torno dela, ou de uma doença em algum local do corpo que leve a edemas disseminados.

### → Causas comuns

As causas mais comuns do edema das pálpebras são as alérgicas, incluindo:

- Alergia local (sensibilidade de contato);
- Reação alérgica mais disseminada (como angioedema ou rinite alérgica).

Edema de um local na pálpebra é comum e quase sempre tem como causa uma glândula sebácea obstruída (calázio) ou uma infecção bacteriana de um folículo capilar (terçol ou hordéolo).

**Casos raros, porém perigosos, de edema das pálpebras** são infecções dentro da órbita e ao redor e atrás do olho (celulite orbital) e obstrução de uma veia na base do cérebro por um coágulo sanguíneo (trombose do seio cavernoso).

### → Sinais de alerta

Nas pessoas com edema de pálpebra, alguns sintomas e características são motivo de preocupação. Incluem:

- Febre;
- Perda de visão;
- Visão dupla;
- Protrusão anômala de um ou de ambos os olhos (proptose).



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:





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

MEDICINA VETERINÁRIA



## Como introduzir um gato novo



Se fosse fácil, talvez eu não recebesse tantas perguntas de pessoas desesperadas com seu novo bichano.

O grande X da questão é que gatos são sim animais solitários. Você pode questionar essa afirmação dizendo que tem vários gatos em casa e que todos convivem na mais perfeita harmonia, é que os gatos podem conviver em grupo, pois afinal de contas já estão domesticados.

Outro fator importante a ser considerado é o fato dos gatos não gostarem de mudanças em suas rotinas. A maioria quer que tudo continue exatamente onde estava, inclusive o número de pessoas e animais na casa.

Tendo agora essas informações é bom pensar duas vezes antes de adotar mais um gato, especialmente se seu gato é filho único a vida toda e, agora no auge da sua melhor idade, quer mais é ficar sozinho.

Mas já que adotou outro gato saiba que eles podem ficar amigos, se odiar, ou simplesmente se tolerar pelo resto da vida, sem amores um pelo outro.

### → Antes da chegada do gato novo:

Coloque um **feromônio** sintético difusor na tomada um cômodo da casa. Esse cômodo o gato antigo não terá acesso.

### 1º dia em casa:

- Coloque o gato novo dentro do cômodo escolhido fechado com água, comida, caixa de areia, brinquedos;
- Faça visitas constantes ao cômodo, não o deixe completamente sozinho e, quando estiver lá, estimule o gato a brincar com você;
- Não deixe o gato antigo entrar no cômodo;

### → 3º ao 7º dia:

- Coloque o gato novo dentro de uma caixa de transporte e apresente ao gato antigo fora do cômodo escolhido;
- Deixe que eles se cheirem através da grade da caixinha;
- Observe atentamente a reação dos dois. Não brigue com ninguém, mesmo se “bufarem”;
- Se não demonstrarem agressividade recíproca então experimente abrir a porta da caixinha para que o gato novo saia de lá;
- Se demonstrarem agressividade recolha o gato para o cômodo e deixe-o lá por mais alguns dias;
- Faça tentativas diárias de aproximação com a caixa de transporte, até que eles se acostumem e parem de se estranhar;
- Quando os gatos estiverem juntos promova situações de prazer para ambos, como oferecer uma comida palatável ou brincar. Isso faz com que a presença do outro gato seja associada a coisas boas.
- Alguns animais podem demorar semanas para se adaptarem;
- Após os gatos estarem soltos juntos você deve observar, e separá-los em qualquer sinal de agressividade;
- Não grite com os gatos caso isso aconteça, pois eles podem entender o grito como sinal de mais agressividade piorando o comportamento;
- Se você já tenha introduziu um gato novo e não tenha dado certo à recomendação é que comece, como se fosse o primeiro dia do gato em sua casa;
- Por mais que pareça estressante deixar o gato preso dentro de um cômodo, saiba que é muito pior entrar em uma casa nova, e que já tenha um gato lá que deixou todos os tipos de odores territoriais;
- O lar de um felino precisa ser **enriquecido** com prateleiras, esconderijos e brinquedos para diminuir seu estresse. Cuidado com janelas e portas, pois a primeira coisa que o gato novo vai fazer é tentar fugir da sua casa;
- Existem profissionais que auxiliam na introdução de um gato novo à casa. Não hesite em chamá-los.



☎ 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





terapia capilar  
avançada



## O QUE É?

É um protocolo de cuidados com os fios que visa fortalecer, hidratar, nutrir, estimular o crescimento e controlar as alopecias (calvície), sendo um método de prevenção e tratamento de doenças relacionadas ao cabelo e couro cabeludo. A terapia capilar avançada tem como função minimizar e até eliminar agressões externas (vento, sol, poluição e água de piscina) ou quaisquer outros desequilíbrios causados por procedimentos químicos e problemas emocionais.

As sessões de terapia capilar são realizadas em uma frequência variada que pode ser semanal, quinzenal ou mensal. Elas são complementares ao tratamento de uso home-care com o kit Mais fios. O cuidado em casa é uma etapa importante do tratamento capilar.

## PRINCIPAIS BENEFÍCIOS:

- ✓ Controla e reduz a queda de cabelo;
- ✓ Diminui a alopecia androgenética;
- ✓ Acelera o crescimento do cabelo e estimula a produção de novos fios;
- ✓ Melhora a estrutura da haste capilar;
- ✓ Aumenta a densidade e o volume dos fios.



Diego Melo Borges

**CRF 26.694**

FARMACÊUTICO ESPECIALISTA  
EM SAÚDE ESTÉTICA AVANÇADA

*locações de atendimento*

UBERLÂNDIA · UBERABA · SACRAMENTO  
· SÃO PAULO · ITUMBIARA

*agendamento de consultas:*

 (34) 9 9160-1078



*siga:*

  [magodasformulas](#)



**Os mesmos direitos.  
Os mesmos deveres.  
Os mesmos espaços.**

**ESSA É A RECEITA.**

**8 DE MARÇO  
Dia Internacional da Mulher.**

**Farma & Farma**

*Saúde para todas*

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.



DERMATOLOGIA



## Covid-19 pode causar sintomas na pele por longos períodos, indica estudo.

**Urticárias, frieiras e erupções são as manifestações mais comuns observadas por dermatologistas. Quadros podem permanecer por um período de 5 a 150 dias**

Algumas pessoas infectadas pelo novo coronavírus apresentam sintomas cutâneos por um longo período após o diagnóstico inicial de Covid-19. Em uma pesquisa apresentada nesta no Congresso virtual da Academia Europeia de Dermatologia e Venerologia (EADV), foram analisados os dados de 990 pacientes que testaram positivo para o Sars-CoV-2 em 39 países diferentes. De acordo com a pesquisa, os sintomas cutâneos duram em média 12 dias, mas em algumas pessoas chegam a permanecer por mais de 150 dias após o diagnóstico.

Os pacientes apresentaram um amplo espectro de manifestações dermatológicas com duração variada. Algumas delas são urticárias, com duração média de 5 dias e frieiras, com duração média de 15 dias, mas às vezes chegam a 130-150 dias; além de erupções papuloescamosas, que são pápulas e placas escamosas que podem persistir por até 20 dias.

Os sintomas cutâneos variam de acordo com a gravidade do quadro de Covid-19. Alguns sintomas, como púrpura retiforme estão associados a **casos graves**, uma vez que 100% de pacientes com a con-

dição foram hospitalizados. Enquanto isso, as frieiras se relacionam com quadros relativamente leves, com apenas 16% dos diagnosticados com a condição hospitalizados.

Para os pesquisadores o estudo se torna ainda mais relevante, considerando as evidências crescentes de que o novo **coronavírus** causa impactos na **pele**. Um outro estudo realizado com 490 dermatologistas e também apresentado no EADV revelou que 35% dos médicos viram pacientes apresentando sinais cutâneos da Covid-19.

Esses dados aumentam nosso conhecimento sobre como a **Covid-19** pode afetar vários sistemas de órgãos diferentes, mesmo depois que os pacientes se recuperaram da infecção aguda, e a **pele** pode fornecer uma janela visual para a inflamação que pode estar acontecendo em outras partes do corpo.

Agende já uma consulta e tire todas as suas dúvidas!



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.



# APROVAÇÕES GABARITO



**UFU**  
4º Lugar

Iago Resende Carvalho

MEDICINA



**UFU**

Gustavo Martins de Almeida

ENG. MECÂNICA



**UFU**

João Gabriel Honorato Oliveira

ENG. QUÍMICA



**UFU**

Giovanna Carvalho Prado

ENG. ELÉTRICA



**UFU**

Matheus Elias Oliveira Faria

ENG. ELETRÔNICA E DE  
TELECOMUNICAÇÃO



**UFU**  
**UNIUB**

**Raissa Gabriella Silva Santos**  
**ADMINISTRAÇÃO**



**UFU**

**Hebert Gontijo Rodrigues Filho**  
**ENG. MECATRÔNICA**



**IFG**

**Gabriel Diniz Magalhães**  
**ENG. ELÉTRICA**



**UNIUB**

**Gabriela Rocha Andrade**  
**ARQUITETURA E URBANISMO**



**UNIUB**

**Rafaela Marques Ricoldi**  
**ODONTOLOGIA**



**UNIRV**

**João Arthur Stabile Moura**  
**AGRONOMIA**



**GABARITO**



**ELÉTRICOS E HIDRÁULICOS**

43431-0200

Lightbulb icon

Water tap icon

Gear icon

# ELÉTRICOS E HIDRÁULICOS



## EM ELÉTRICOS E HIDRÁULICOS VOCÊ ENCONTRA AQUI.

- 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



O ESCRITÓRIO DA CONSTRUTORA DARIVA ENGENHARIA FOI PROJETADO E REFORMADO PARA MAIOR CONFORTO DOS CLIENTES NO MOMENTO DE DECISÕES IMPORTANTES PARA A REALIZAÇÃO DE UM SONHO.

A CONSTRUTORA FOI FUNDADA COM PROPÓSITO DE OFERECER IMÓVEIS PERSONALIZADOS COM PROJETOS EXCLUSIVOS E DESIGN INOVADOR, DENTRO DE UM DIFERENCIADO CUSTO BENEFÍCIO.



**DARIVA**  
ENGENHARIA

🏠 Rua Jacinto Brandão, 556, Centro

📞 34 | 9 9339-4554

64 | 9 9668-9715

@contato@darivaengenharia.com.br

📷 @darivaengenharia

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

QUALIDADE COM PREÇO JUSTO

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

# SEGURO AUTO

VIAJE TRANQUILO E COM  
SEGURANÇA PARA A SUA FAMÍLIA



**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**



# Dicas importantes para quem vai pegar a estrada nas férias

1. Antes de sair, inclua na lista de verificações tradicionais (óleo, água, calibragem, etc.) uma impermeabilização de para-brisa. Algumas seguradoras oferecem o serviço gratuitamente, mas se você preferir pode fazer em casa, com impermeabilizantes vendidos em supermercados e lojas de autopeças — um frasco custa cerca de R\$ 15,00 (quinze reais). Aplique também nos retrovisores externos e nos vidros laterais dianteiros. Na estrada, a visão periférica também é muito importante;

2. Não deixe para fazer alinhamento e balanceamento na véspera de sua saída. Se após o serviço o volante trepidar ou o carro puxar para um dos lados, você precisará de tempo extra para retornar à oficina;

3. Roteirize sua viagem! Com planejamento você consegue tirar melhor proveito da autonomia do seu carro e ainda pode economizar dinheiro e ser mais bem atendido, basta selecionar previamente os postos com combustível mais em conta e com infraestrutura adequada;

4. Se o seu carro não tem navegador, use o do celular e, claro, não se esqueça de garantir sua fonte de energia. Além de estabelecer outra rota no caso de bloqueio ou acidente no seu trajeto, ele serve como um copiloto de rali, antecipando a aproximação (e o grau de dificuldade) da curva seguinte ou o próximo trecho de reta para fazer uma ultrapassagem, por exemplo. Mas não esqueça, o GPS é para ser seu aliado, não uma fonte exagerada de segurança;

5. Se o objetivo é economizar tempo e o seu carro tiver autonomia para chegar ao destino sem reabastecer, tags de pagamento automático de pedágio são bons companheiros de viagem. Em período de férias, as praças de pedágio costumam lotar e, além do tempo perdido, o consumo de combustível se eleva bastante, devido as paradas nas filas das cabines;

6. Tenha em mente: em geral, a condução em rodovias permite pouca utilização dos freios. Basta respeitar uma distância segura do veículo à frente que você terá total con-

dição de antecipação de manobras. Ele pisou de leve no freio? Basta você parar de acelerar. Viu um pedágio ou uma lombada lá na frente? Tire o pé do acelerador bem antes, de modo a chegar no ponto observado em uma velocidade adequada. Nas acelerações, vale a regra da suavidade: acelere gradativamente até atingir a velocidade de cruzeiro. E se o seu carro tiver piloto automático (cruisecontrol), use;

7. Viagens longas sob sol quente com ar-condicionado ligado o tempo todo são uma combinação perfeita para o ambiente da cabine ficar com o ar extremamente seco. Se não for possível utilizar um umidificador de ambiente, mantenha toalhas úmidas na cabine. Você vai se espantar com a velocidade em que elas secam;

8. Mantenha os faróis do seu carro regulados. A batalha luminosa que alguns motoristas teimam em travar quando se cruzam à noite na estrada é extremamente perigosa. Por falar em faróis, é obrigatório, mesmo durante o dia, mantê-los acesos em todo o trajeto percorrido nas rodovias;

9. Nunca é demais lembrar: a faixa da esquerda é de ultrapassagem. Deixe-a livre sempre que possível. Ainda que você esteja trafegando no limite de velocidade da rodovia, ceda passagem aos mais apressadinhos. Adotar uma postura de “Estou no limite. Se quiser, passe por cima!”, pode ser fatal — para você, inclusive!!!

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

**VALGMAR JUNIOR**  
(64) 98139.5600



Apresente uma foto do seu  
**bichinho preferido**

~~~~ e ganhe ~~~~

**R\$ 200**  
**de desconto**

na compra dos seus óculos novos.

A MAIOR REDE  
DE ÓTICAS  
DO BRASIL



ÓTICAS

**DINIZ**

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

Promoção válida de 01 de março até 30 de abril de 2021 ou enquanto durarem os estoques. Nas compras de óculos novos completos (armação + lentes), com valor acima de R\$ 899,00 (oitocentos e noventa e nove reais), apresente a foto de seu bichinho preferido e ganhe R\$ 200,00 (duzentos reais) de desconto. Formas de pagamento: dinheiro ou nos cartões de débito/crédito. Para compras nos cartões de crédito, consulte as bandeiras disponíveis antecipadamente e as possibilidades de parcelamento. Algumas lojas Óticas Diniz, por razões burocráticas, podem não oferecer todas as bandeiras de cartão de crédito. Consulte as lojas participantes. Promoção exclusiva para compras realizadas nas lojas físicas das Óticas Diniz e para atendimento DiniZap, não sendo aplicada para as compras feitas pelo site. Eventuais erros têm preservado o direito de retificação. Imagens meramente ilustrativas. Promoção não cumulativa com outras promoções da rede Óticas Diniz.



Pliz, passa na Diniz





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

PILATES



## PILATES NA REABILITAÇÃO, SIM!!!



Quando pensamos em reabilitação, logo nos vem à mente a fisioterapia convencional. Mas, uma vez que o Pilates é um método seguro, eficaz e completo que visa um equilíbrio neuromuscular do corpo como um todo, por que não o incorporar no tratamento de reabilitação?

O Pilates trabalha a mente e o corpo em conjunto e possui como princípios básicos: concentração, controle, centralização e respiração.

A partir desses princípios, aplicados por meio de um vasto repertório de exercícios, ele oferece vários benefícios como: aumento da força e resistência muscular, melhora da mobilidade e amplitude de movimento (ADM) da articulação acometida e das adjacentes, melhora da função e flexibilidade, além de uma melhora da respiração, coordenação motora, postura, equilíbrio estático e dinâmico.

Os exercícios de baixo impacto e de poucas repetições proporcionam resultados eficazes e, ao mesmo tempo, menos desgastantes às articulações e músculos.

Dessa forma, o Pilates pode e deve ser utilizado como ferramenta de reabilitação de diversas disfun-

ções: no pré ou pós-operatório de cirurgias ortopédicas, no tratamento conservador, em dores crônicas e em algumas disfunções neurológicas (Parkinson, esclerose múltipla, etc).

O Pilates tira essa visão de tratar exclusivamente o segmento lesionado, mas trata o corpo como um todo, melhorando a disfunção em si e equilibrando o corpo das várias adaptações (musculares, fasciais e até mesmo neurais) que se faz em virtude da lesão.

É um método que não oferece contraindicações absolutas, mas exige, sim, alguns cuidados e adaptações nos exercícios, no posicionamento e no controle da amplitude de alguns movimentos, de forma que se respeite sempre o ritmo e a progressão de cada paciente.

Além dos benefícios físicos oferecidos pelo método, o ambiente de um estúdio de Pilates e a convivência com os demais alunos proporciona uma melhora no estado emocional e psicológico do paciente, acelerando muitas vezes até o processo de reabilitação e recuperação.

Claro que o sucesso do tratamento deve-se à escolha de um profissional competente e capacitado que vai saber aplicar o método de acordo com a disfunção apresentada de forma segura e individualizada.



### Juliana Vieira

- Fisioterapeuta  
CREFITO 11/131068-F
- Formação em Pilates;
- Formação em Five konzept;
- Formação em MAH (Método Abdominal Hipopressivo);
- Formação em Pilates no Tratamento das Patologias da Coluna Vertebral;
- Formação em Mckenzie (coluna lombar e cervical);
- Proprietária do Estúdio Funcionali.

☎ (64) 3432 0122 / (64) 98106 4314

📷 @funcionalpilates

📘 funcionalpilates

🏠 Rua Guimarães Natal Centro, 556, Itumbiara-GO



PRESENÇA MARCANTE  
NOS NEGÓCIOS E NA  
VIDA, SEM PERDER A  
SENSIBILIDADE DE  
SER MULHER.

*Parabéns pelo  
seu Mês.*

MARÇO, MÊS DAS MULHERES.

**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.

CORRETOR DE IMÓVEIS



# Expectativa para o Mercado Imobiliário em 2021

A pandemia de covid-19 trouxe muitas alterações drásticas na economia do Brasil e do mundo. Porém, o mercado imobiliário foi um que pouco sentiu esses problemas. Com mais pessoas em casa, o que se viu foi uma busca por imóveis maiores e mais confortáveis, inclusive em cidades do interior e longe dos grandes centros urbanos.

Soma-se a esse cenário, a baixa da taxa Selic, tornando o momento ideal para quem deseja fazer um financiamento imobiliário. Isso tudo motivou ainda mais a compra de imóveis, aquecendo o setor. Com alta demanda e pouca disponibilidade de imóveis, muitas cidades viram um aumento nos preços, tornando o momento ideal para investir no mercado imobiliário.

## Tendências para ficar de olho:

Imóveis maiores e abertos; Espaço para home office; Imóveis valorizados; Espaço de lazer; Demanda em imóveis no interior; Avaliação mais criteriosa no imóvel.

## Como entender o mercado imobiliário e essas tendências?

Se você não sabe como investir no mercado imobiliário, a primeira dica é entender muito bem o momento que estamos vivendo. Aproveite as tendências para avaliar em quais imóveis vale a pena investir nesse momento.

O essencial é sempre contar com uma boa assessora, como de um corretor especializado e que conheça a cidade na qual você deseja investir. Ele ajudará a identificar imóveis à venda que tenham um bom potencial de valorização e que estejam de acordo com as novas demandas dos consumidores.

Se você deseja começar a investir no mercado imobiliário, este é um excelente momento e ideal para expandir a sua rentabilidade.

<https://blog.vexter.com.br/mercado-imobiliario-2021/>



## ROSBERG CLARO

CORRETOR DE IMÓVEIS

CRECI/GO 13.578

44,

☎ (64) 99236-1134

📘 rosbergclarocorretor    📷 rosbergclaro

✉ rosbergclaro.corretor@gmail.com

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





COMPRE PELO  
QR-CODE ABAIXO  
E GANHE UM  
CUPOM DE DESCONTO  
*Especial*



Cupom de desconto e link para

CÓDIGO DE DESCONTO: **HASHI2.0**



# HASHI

CULINÁRIA ORIENTAL

 (64) 99346-5168

 hashisushiitumbiara

 Hashi culinária oriental

Av. Brasília, 85 - Centro - Itumbiara-GO



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



## Refine Skin

Núcia Pires é a criadora da técnica Refine Skin...! É um tratamento que garante resultado satisfatório logo após a primeira sessão.

➔ Sobre a técnica Refine Skin, o que eu preciso saber?

- Tratamento com resultado definitivo;
- Não tem um número exato de sessões;
- O tratamento tem em média de 3 a 5 meses;
- Avaliação da pele é indispensável.

Há uma necessidade de controlar todas as etapas do processo inflamatório e cicatricial da pele.

Quem tem melasma pode fazer, porém o tratamento exclusivo para o melasma é indispensável após o término do refine skin.

Quem tem acne pode fazer, e será utilizado o método de controle associado a técnica.

Quem faz uso do Roacutan deve aguardar de 3 a 5 meses após o uso para da início ao refine skin.

Tem duas versões do tratamento para tratar as várias tonalidades da pele (fototipo) e isso influencia nas sessões.

A profundidade da cicatriz e flacidez da pele também influencia na sessões, bem como idade e estado da pele.

O tempo médio de intervalo entre as sessões variam entre 40 a 60 dias, a depender do caso.

É impossível eliminar as cicatrizes em uma única sessão, porém não se aplica a todos os casos (não existe mágica).

Após realizar a técnica não deverá haver exposição direta ao sol.

As perguntas mais frequentes recebidas sobre a técnica é em relação a quantidade de sessões e se é dolorido. A profissional garante que a técnica não dói e a quantidade de sessões será definida pela profundidade das cicatrizes.

Refine Skin é uma técnica de remodelação epidérmica segura!



## Núcia Pires

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

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

Contato: 📞 (64) 9.9964-5745

🏠 Edifício Executivo - Sala 16





Alimentação saudável  
Faz Parte da Nossa Rotina.



Duas Lojas Pertinho de Você

**PRODUTOS:**

 **SEM GLÚTEN;**  
 **SEM LACTOSE;**  
 **ZERO AÇÚCAR;**

 **DIET;**  
 **VEGANO;**  
 **CASTANHAS;**

 **CHÁS;**  
 **CONDIMENTOS.**

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



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

**CIRURGIÃO VASCULAR**



## Por que Tratar Vasinhas e Varizes com Angiologista e/ou Cirurgião Vascular?

A Escleroterapia, popularmente conhecida como aplicação, parece um procedimento simples e meramente estético, mas não é.

O médico Vascular estudou o sistema circulatório do corpo humano e realiza um diagnóstico detalhado da sua saúde, apontando, com segurança, a melhor técnica a ser empregada em cada caso, uma vez que os vasinhas e varizes podem ser sinais de um problema maior do que aparentam e, inclusive, requerer tratamento cirúrgico.

### • Há riscos ao realizar aplicação?

A injeção para secar as indesejadas veias é um tratamento invasivo e muito delicado para ser efetuado em qualquer ambiente e por quem não estudou o sistema vascular. A doença varicosa pode desencadear desdramamentos e até a perda de membros caso não seja adequadamente tratada.

Ao realizar o tratamento com o método de aplicação, o paciente pode apresentar reações e amargar efeitos indesejados, como manchas escuras na pele, flebites superficiais ou trombose venosa profunda, formação de coágulo em uma veia superficial ou veia profunda. Quando isso ocorre, há a possibilidade de um fragmento se desprender e, deslocando-se pela circulação venosa, chegar ao pulmão, causando embolia, que requer providências imediatas.

As varizes podem acarretar também flebite, inflamação dolorosa das veias, levar ao escurecimento da pele

com o passar dos anos, eczema e hemorragias (sangramentos espontâneos), culminando com a úlcera varicosa (feridas de difícil cicatrização).

Por esses motivos, antes de iniciar o tratamento, o médico Vascular avaliará todas as suas condições físicas, metabólicas e cardiovasculares, levantará seu histórico familiar e solicitará exames de imagem, como o Ecodoppler, para apontar a melhor técnica para o seu caso que, inclusive, poderá não ser a Escleroterapia.

### • Há outros tratamentos para secar vasinhas e varizes além da Escleroterapia?

Sim. Atualmente, há diferentes técnicas que podem ser combinadas para gerar o melhor resultado. Saiba mais:

- Escleroterapia com substância líquida – consiste na aplicação de uma injeção com produto esclerosante diretamente nas varizes.
- Escleroterapia com espuma – indicada para casos específicos, consiste em aplicar uma substância, em forma de espuma densa, diretamente nas varizes, que provoca uma reação nas paredes dos vasos fechando-os.
- Escleroterapia a laser – o laser trata as varizes por cauterização enquanto a escleroterapia líquida ou espuma trata por inflamação do vasilhinho. É realizada em associação com a escleroterapia líquida ou espuma.

## 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).

48,



CLÍNICA VASCULAR  
**GUSTAVO  
CARVALHO**



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

# la vista

ROOFTOP

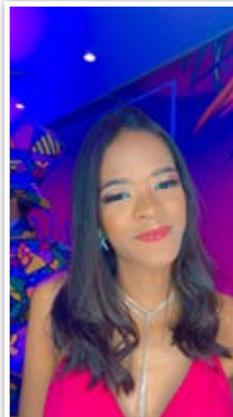
No dia 11 de fevereiro de 2021, foi realizado a inauguração do espaço de festas La Vista Rooftop.

La Vista Rooftop é um espaço de locação para eventos, localizado em uma área central da nossa cidade. Uma estrutura moderna projetada com um amplo espaço, aliando o conforto e o bom gosto, segurança e um atendimento personalizado.

Além de toda a estrutura moderna que o espaço oferece, o cliente ainda poderá desfrutar do cartão postal de Itumbiara, a orla do Rio Paranaíba. Nesse evento estiveram presentes pessoas do ramo de eventos, influenciadoras digitais, DJ, Buffet, etc. Convidamos, a todos para conhecer o novo empreendimento de Itumbiara, cada detalhe do espaço foi projetado com muito carinho e dedicação para melhor atender você, nosso cliente.









Resultado de  
harmonização facial da  
Dra. Francielle Machado

@drafranciellemachado

# REDUTASE

Harmonização facial e corporal  
Resultados como nenhuma outra!

AM

Álvaro Machado

J

Dr. José Zanini

FM

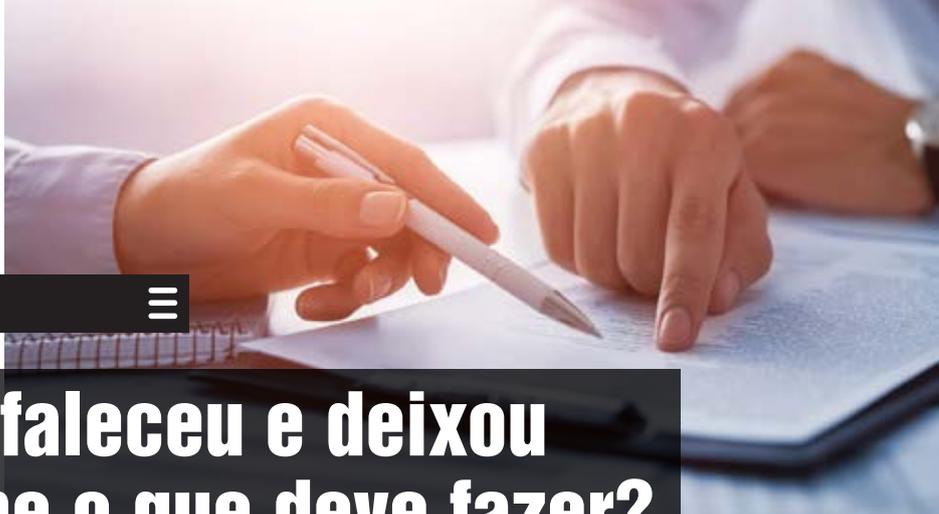
Francielle Machado

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

@redutase | @dralvaromachado



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



## INVENTÁRIO



# O seu familiar faleceu e deixou bens. Você sabe o que deve fazer?

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.





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



EMPREENDEDORISMO



54,

# Entrevista Empreendedora Premium

Nessa edição especial para o mês das mulheres, trouxemos para uma homenagem na coluna Empreendedora Premium, a empresária Reila Cristina Pereira Amaro, esposa do Cirurgião dentista Dr. Alcides Antônio da Silva Junior, e mãe coruja das lindas Ozânia de 7 anos e Amélia de 4 anos. Reila é gestora e proprietária de 3 empresas em Itumbiara: Menina Biju, Dona Cegonha e ainda uma esmalteria.

Revista Mais Saúde - Você hoje é proprietária de 3 empresas em Itumbiara, conte-nos um pouco da sua história como empreendedora.

Reila Cristina Pereira Amaro - Eu nasci e fui criada no interior de São Paulo (Fernandópolis). Aprendi a inteligência emocional com meu pai que já tinha uma veia comercial muito forte no ramo de Representante comercial. Somando valores como honestidade, sonho grande, generosidade e aprendizado constante, decidi colocar em



prática após formar minha família o sonho de empreender.

“Eu adoro vender. A minha família é muito comercial. Meu irmão (Marcio Amaro), também tem uma empresa no ramo alimentício, eu tenho orgulho disso, apesar de ter uma formação na área da saúde e também ter dedicado um tempo da minha vida para cuidar de pessoas.

Meu sonho de trabalhar no varejo também veio porque amo presentear as pessoas, o Natal sempre foi minha época favorita. Todo mundo que trabalha vende algo para alguém. Nas minhas lojas, eu procuro liderar de forma que todos possam sentir prazer pela arte de atender pessoas.

Revista Mais Saúde - Como consegue conciliar a gestão das 3 empresas, e ainda seus papéis como mãe e esposa?

Reila Cristina Pereira Amaro - Na medida do possível vou encaixando os papéis e vivendo um dia de cada vez. Desejo que minhas filhas tenham como referência o novo formato da mulher na sociedade, que mesmo na retaguarda talvez, tenham a capacidade de liderar um lar, um empreendimento e uma família, assim como eu venho permitindo a participação delas no nosso dia a dia e com os funcionários que acabam se tornando parte da nossa família também.

Revista Mais Saúde - Qual sua análise desse início de ano nos segmentos em que você atua?



Reila Cristina Pereira Amaro - Muito aprendizado sem dúvida, porque eu faço questão de colocar a mão na massa, eu viajo para compras, negocio, participo da gestão ativamente (parte financeira e contábil), adoro organizar as vitrines e também consumo os produtos que ofereço porque eu sou o crivo da qualidade. Tudo passa pelas minhas mãos antes de ir ao público, faço tudo com muito carinho para meus clientes como se fosse para mim ou para minhas filhas.

A Dona cegonha por exemplo é uma realização pessoal em função das minhas duas gestações e tudo que eu vivi enquanto gestante eu penso nas mães que precisam de conforto, estilo e delicadeza nesse momento tão especial da vida.

Revista Mais Saúde - Nesse mês de março comemora-se o dia das mulheres. Deixe um recado para as empreendedoras que desejam ter sucesso profissional.

Reila Cristina Pereira Amaro - Se você é uma mulher empreendedora ou está pensando em entrar para o mundo dos negócios. Seja qual for sua resposta, é preciso muita disciplina e força de vontade para alavancar a carreira e ser uma empresária de sucesso. Portanto, é necessário estar ciente dos desafios que aparecerão pelo caminho e, mesmo assim, jamais desistir.

Nós que gostamos de empreender alcançamos nosso prestígio nos negócios a partir das experiências que tivemos, sejam elas boas ou ruins. Cada momento é importante e uma constante aprendizagem, então valorizar cada experiência é essencial. Mas, o mais crucial de tudo, é manter a motivação e energia sempre em alta!



MULHER É GUERREIRA POR NATUREZA,  
MÃE POR INSTINTO, PROFISSIONAL POR COMPETÊNCIA  
E ESPOSA POR AMOR.

## MARÇO Mês da Mulher.



Tudo em moda gestante

- Instagram: @donacegonhaiub
- Facebook: /donacegonhaiub
- WhatsApp: (64) 99662-9944
- Location: Shopping Center Plaza, Salas 27



- Instagram: @meninabiju\_itumbiara
- Facebook: Menina Biju Itumbiara-GO
- WhatsApp: (64) 9.9999-4941
- Location: Shopping Center Plaza, Salas 29 e 30



## Recomendações Nutricionais na Gestação

As necessidades energéticas são aumentadas durante a gestação, mas isso não significa “comer por dois”.

O equilíbrio entre carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas, minerais e água é essencial para o desenvolvimento de um bebê saudável.

Na falta desses nutrientes, o bebê pode nascer com baixo peso. Por outro lado, quando ocorre ingestão de calorias em excesso, a mãe ganha peso além do aconselhável e podem ocorrer complicações.

Cuidados Especiais na gestação: A gestação requer atenção às escolhas alimentares



### Adoçantes

Alguns tipos de adoçante devem ser evitados na gestação. Não consumir adoçantes à base de sacarina, ciclamato de sódio e estévia.



### Álcool

O consumo de bebidas alcoólicas na gestação não é recomendado, pois o álcool atravessa a placenta.



### Cafeína

O consumo de cafeína na gestação deve ser limitado a 300 mg/dia. Refrigerantes à base de cola, chá mate, chá preto, bebidas energéticas contêm cafeína e por isso devem ser evitados.

### Como montar um prato saudável?

**Cereais:** Prefira as versões integrais de arroz, pães e massas. Limite a quantidade de alimentos com farinha refinada.

**Leguminosas:** São alimentos fonte de proteína e ferro. Fazem parte deste grupo: feijão, soja, lentilha, ervilha e grão de bico. A mistura de arroz com feijão é nutricionalmente completa!!

**Frutas:** Ricas em fibras, vitaminas e minerais. Recomenda-se o consumo da fruta inteira em substituição ao suco, pois muitos nutrientes podem ser perdidos no preparo de sucos naturais. Quanto mais variedade melhor.

**Legumes e Verduras:** São alimentos muito saudáveis. Excelentes fontes de várias vitaminas, minerais e fibra e por isso devem



*Dra. Michelle Daiana*

ginecologia e obstetria

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

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

Atendimento em Ginecologia geral, Climatério, Pré – natal e

Parto Humanizado em consultório particular;

Plantonista de Ginecologia e Obstetria em Pronto atendimento.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

fazer parte da alimentação todos os dias. Eles podem ser consumidos de diversas maneiras: em saladas, em preparações quentes (cozidos, refogados, assados, em sopas ou na forma de purês).

**Carnes:** Escolher carnes magras, retirar a pele do frango, não utilizar preparações fritas. Evitar bacon, frios e outras carnes processadas (salsicha, linguiça, nuggets).

**Água:** Beba de 8 a 10 copos de água por dia.

**Leite e Derivados:** São ricos em cálcio e, por isso, devem fazer parte de uma alimentação saudável. Prefira as opções com baixo teor de gordura, como leite desnatado, queijos brancos e iogurtes naturais e desnatados.

**Açúcar e Gorduras:** Evite alimentos ultraprocessados, como refrigerante, produtos congelados prontos para aquecer, mistura para bolo, sopas em pó, macarrão instantâneo, “tempero” pronto, bolacha recheada, suco artificial e salgadinhos de “pacote”. Esses alimentos são desbalanceados nutricionalmente, pois são ricos em gorduras, açúcares e sal e pobre em fibras, vitaminas e minerais.

**Castanhas e Nozes:** São ricos em minerais, vitaminas, fibras e gorduras saudáveis.

### Orientações dietéticas para situações comuns na gestação

**Anemia por carência de Ferro** ou para prevenir sua ocorrência  
- Comer diariamente alimentos fontes de Ferro, como carne vermelha, fígado, folhas verdes escuras e leguminosas (feijão, soja, lentilha).

- Consumir junto com os alimentos fontes de ferro, suco ou fruta cítrica (laranja, limão, acerola).

- Evitar consumir alimentos fontes de cálcio (leite e derivados) no almoço e jantar, pois esse nutriente inibe a absorção do ferro.

### Náusea ou Vômitos

- Fazer refeições pequenas e mais frequentes,

- Evitar gorduras, frituras e alimentos com cheiro forte,

- Consumir alimentos secos, como bolacha água e sal ou torrada, ao se levantar pela manhã.

- Ingerir suco de limão e sucos com gengibre.

- Consumir alimentos gelados.

### Azia

- Fazer pequenas refeições, com intervalos de até 3 horas,

- Evitar frituras, café, chá preto, chá mate, alimentos gordurosos e picantes.

- Mastigar bem os alimentos,

- Não deite imediatamente após as refeições, espere no mínimo 30 minutos após as refeições.

- Não tomar líquido junto com as refeições.





## ALTA NO PREÇO DO COMBUSTÍVEL

Os combustíveis estão com os preços em disparada no Brasil e a valorização do dólar ante o real e do barril de petróleo no mercado internacional devem manter a tendência de alta. As duas variáveis compõem a política de preços da Petrobras. Como as mudanças nos impostos propostas pelo governo federal podem não ter efeito na redução de preços, segundo avaliam tributaristas, o consumidor deve preparar o bolso se quiser manter o carro em circulação.

Com os novos reajustes, o litro da gasolina nas refinarias acumula alta de 34,78% desde o início do ano. Já o diesel subiu 27,72% no mesmo período. O

etanol teve um aumento de 35,60% nas distribuidoras, pois alegam que a alta é causada pelas usinas, que estão em entre safra e não estão produzindo etanol.

Importante ressaltar que os valores praticados nas refinarias pela Petrobras são diferentes dos percebidos pelo consumidor final no varejo. Até chegar ao consumidor, são acrescidos tributos federais e estaduais, custos para aquisição e mistura obrigatória de biocombustíveis pelas distribuidoras, no caso da gasolina e do diesel, além dos custos e margens das companhias distribuidoras e dos revendedores de combustíveis.

 **POSTO  
PARANAÍBA**

☎ (64) 9.9247-6331

🏠 Rua Paranaíba, 560 - Centro - Itumbiara-GO

📷 [postoparanaibaitumbiara](#)

**Josiney Mateus**

Proprietário do Posto Paranaíba





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

## ODONTOLOGIA

# Aftas

Afta. Quem já teve sabe o quanto é chato aquela feridinha na boca atrapalhando seu dia, seja para comer, bocejar e até mesmo falar. A doença é representada por ulcerações orais que variam de pequenas lesões, que geralmente cicatrizam em até sete dias, a grandes úlceras que podem apresentar semanas de evolução e resultar em cicatrizes.

É definida como uma úlcera que pode surgir em praticamente qualquer ponto da boca. As aftas podem se apresentar como lesões ovais, esbranquiçadas (às vezes amareladas), rasas e limpas, ou seja, não apresentam pus, bactérias ou outros sinais de infecção, podendo ser únicas ou múltiplas, pequenas ou grandes.

São as alterações mais comuns da mucosa oral, acometendo cerca de 66% das pessoas.

• **Mas o que causa essa lesão?** A resposta para essa pergunta é bastante complexa, uma vez que sua origem está relacionada a uma grande variedade de agentes causais, cada um dos quais produzindo a doença em diferentes grupos de pacientes. Para tornar a resposta mais simples, pode-se dizer que, a causa parece ser “coisas diferentes em diferentes pessoas”.

Todos os itens abaixo têm sido relatados como responsáveis por causar aftas em certos grupos de pacientes:

- alergias;
- predisposição genética;
- anormalidades hematológicas (doenças do sangue);
- influências hormonais (menopausa, gravidez, etc);
- fatores imunológicos;
- agentes infecciosos;



*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



- deficiências nutricionais (ferro, folato, zinco, vitaminas B1, B2, B6, B12);
- estresse;
- trauma;
- distúrbios gastrointestinais (Doença Celíaca, Doença de Crohn, Síndrome de Behçet, etc);
- artrite reativa;
- algumas síndromes e cânceres.

Vale destacar aquelas pessoas que são acometidas constantemente por aftas. Nesse grupo de pacientes, se faz necessário uma **investigação mais profunda** de sua história médica para que os sinais e sintomas de qualquer desordem sistêmica (doenças que podem estar acometendo o indivíduo) possam ser associados às ulcerações. Essa investigação mais profunda pode proporcionar a descoberta dessas anormalidades subjacentes (as chamadas doenças sistêmicas), o que poderá levar a resolução permanente ou melhora dramática da doença.

Percebemos assim que **há tratamento para as aftas**. Nos pacientes com doença leve, a base da terapia é o uso de corticosteroides tópicos, sendo a lista de possíveis escolhas bastante longa. Já naqueles pacientes com aftas constantes e dessa forma, mais complexas, como dito anteriormente, haverá a necessidade de uma avaliação mais extensa para doenças sistêmicas ocultas e a busca por possíveis fatores desencadeantes da lesão.

Vale destacar a importância de se procurar o cirurgião dentista com experiência em estomatologia para acompanhar e investigar cada caso específico através da realização de uma anamnese (questionário de saúde realizado pelo profissional) e exame clínico extra e intraoral. Ao frequentar o consultório do especialista, o paciente estará prevenindo o risco de lesões mais graves, inclusive, que podem ser diagnosticadas precocemente como, por exemplo, o câncer de boca.



“

*“mais ou menos...”*

*“o jeito é esse...”*

*“vai assim mesmo...”*

*“foi o possível...”*

*“deixa pra lá...”*

*“isso não importa...”*

*“não esquento...”*

*“não tem outra opção...”*

”

AS EXPRESSÕES ACIMA NÃO FAZEM PARTE DO REPERTÓRIO DO COLÉGIO ZÊNITE.

QUANDO O ASSUNTO É EDUCAÇÃO:  
**EXCELÊNCIA NA PROPOSTA, DISTINÇÃO NA CONDUTA.**

QUANDO O ASSUNTO É SAÚDE:  
**INTEGRIDADE, CUIDADO, PRIMOR NOS DETALHES.**

PARA QUEM É REFERÊNCIA NA FORMAÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS, TODOS OS ITENS QUE ENVOLVEM EDUCAÇÃO E SAÚDE SÃO INEGOCIÁVEIS. POR ISSO, A VOLTA ÀS AULAS NO COLÉGIO ZÊNITE TEM SIDO MARCADA PELA RETIDÃO EM RELAÇÃO ÀS EXIGÊNCIAS DAS AUTORIDADES E TRANSPARÊNCIA EM RELAÇÃO ÀS FAMÍLIAS. É ASSIM QUE PRATICAMOS A EDUCAÇÃO, TODOS OS DIAS. DESDE SEMPRE!

SEJA BEM-VINDO! SEJA BEM-VINDA!



Unidade I (64) 3431-8286  
Unidade II (64) 3404-5324



colegiozeniteitumbiara



colegiozenite



colegiozenite.com



Conheça nossos protocolos de saúde e procedimentos de sanitização.

SEJA ZÊNITE.



**10 anos** de história:  
transformando vidas,  
trazendo resultados  
**e escrevendo um  
futuro melhor.**

Nossos sinceros  
agradecimentos aos  
clientes e amigos  
dessa família!

**RH CONTAR**

DESENVOLVIMENTO DO  
POTENCIAL HUMANO

**ANDRESSA MARES**

6499660-0076

643431-3153



**PARABÉNS!**



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

CONTABILIDADE



## Contabilidade no Agronegócio: você sabe como funciona?

A **contabilidade no agronegócio** é uma ferramenta que apresenta informações claras e objetivas, capazes de auxiliar o produtor rural nas tomadas de decisões, além de contribuir para melhorar os aspectos organizacionais, econômicos e financeiros das propriedades rurais, capacitando-as para acompanhar a crescente evolução do setor.

Assim, atualmente, mais **empresários do agronegócio** passam a enxergar a contabilidade como decisiva para melhor administrar as atividades e os resultados. Essa mudança no cenário é muito boa, pois nem todos têm a compreensão de como a contabilidade pode contribuir para o **desenvolvimento das atividades rurais**, seja uma **grande propriedade** ou um **minifúndio**.

A Contabilidade Agropecuária possui características próprias, para entender o seu funcionamento e suas peculiaridades, acompanhe o artigo.

Toda e qualquer atividade rural, por menor que seja, precisa de um controle eficiente para um **bom gerenciamento do agronegócio**. Isso é possível por meio das informações contábeis, assim como acontece com os outros setores da economia. O grande problema que acontece na maioria das **propriedades rurais** é que essas informações, mesmo que sejam importantes **ferramentas de gestão**, não são analisadas e utilizadas por seus proprietários ou administradores.

Ao contrário, grande parte dos **empresários rurais** está acostumada a práticas nada saudáveis para seu negócio, tais como:

- Não registrar informações extremamente importantes, guardando-as apenas em sua memória e deixando de usá-las no momento da comercialização dos produtos;
- Não ter organização financeira, misturando as despesas particulares com as da atividade profissional;
- Não apurar o lucro adequadamente, uma vez que não conseguem **avaliar de maneira correta os custos** e as receitas.

Dessa forma, empresário e administradores não conseguem

mensurar os resultados obtidos com seus cultivos, analisar os custos envolvidos em cada plantio, perceber onde poderiam reduzir os custos de produção, etc.

Essa situação piora quando há mais de uma atividade rural na propriedade: eles não são capazes de distinguir o dinheiro recebido com a venda do arroz do capital obtido com a venda do leite, por exemplo. Logo, o **controle de caixa** fica desordenado, impossibilitando a contabilização exata dos resultados.

A contabilidade pode comprovar toda a evolução do agronegócio. Por isso, é fundamental que, também na atividade rural, a contabilização dos fatos e sua estruturação sejam realizadas com o devido conhecimento técnico e operacional, sempre respeitando as especificidades da atividade.

Com o objetivo de mudar esse cenário, o profissional contábil precisa realizar um trabalho preciso e dinâmico, de maneira clara e objetiva, para haver aceitação e, sobretudo, entendimento da importância da contabilidade por parte do **produtor rural**, permitindo que ele perceba as melhorias disponibilizadas por esse recurso.

Contudo, o aumento da tributação da renda rural e a extinção de subsídios e **incentivos fiscais**, entre outros fatores, têm aumentado a procura por profissionais da contabilidade rural.

Especialmente nesse cenário, a Contabilidade Agropecuária, quando devidamente aplicada, tem o poder de identificar, registrar, mensurar e possibilitar a análise dos fatos ocorridos no agronegócio, proporcionando informações para as tomadas de decisões que aumentarão a lucratividade.

Assim sendo, Contabilidade dentro do Agronegócio dispõe de algumas particularidades que devem ser observadas na sua prática, por isso, precisa ser aprofundada e compreendida pelos profissionais contábeis. Afinal, essa é uma área muito importante para o país e sua economia.

## 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





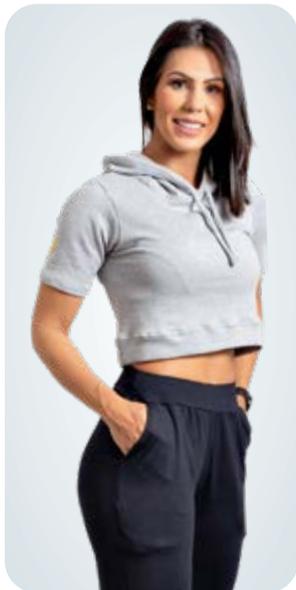
Nesse mês de março a Revista Mais Saúde presta uma homenagem a algumas das milhares de mulheres do mundo dos negócios, de nossa região. Mulheres que são exemplos de liderança e empreendedorismo e que ajudam a impulsionar o crescimento econômico da região sul de Goiás.

É certo que as mulheres já vêm há algum tempo ocupando cargos que até poucos anos só eram ocupados por homens. Já neste ponto, é considerado um avanço e uma vitória, mas a luta nunca parou e estas mulheres guerreiras continuam hoje e sempre a batalhar por seu espaço e igualdade de direitos.

Em Itumbiara temos diversas empresas que são exemplo de sucesso e que têm em sua direção e gestão, mulheres empreendedoras que com sua garra e liderança, tem conquistado os mercados em que atuam.

# Mulheres que Inspiram!

*Mulheres Empreendedoras*



### **O que é empreendedorismo feminino e qual a sua importância?**

A principal vantagem do estímulo ao empreendedorismo feminino é a diminuição da desigualdade de gênero. Numa sociedade em que homens e mulheres têm direitos iguais, espera-se que todos assumam tarefas equivalentes.

Quanto mais pessoas estiverem envolvidas com um negócio próprio, mais a economia cresce, não sendo necessário tomar a frente de uma grande indústria para isso. No dia 19 de novembro comemora-se o Dia Mundial do Empreendedorismo Fe-

minino, data esta que tem como intuito promover a liderança feminina e a visibilidade das mulheres que gerenciam um negócio, quebrando as barreiras sociais e alguns desafios, dentre eles, o preconceito: o primeiro ponto é a discriminação no ambiente de trabalho e a diferença de oportunidades em relação aos homens. Segundo a dupla jornada, entre casa, trabalho e filhos e terceiro a autoconfiança. Embora tudo isso, existem aproximadamente 9,3 milhões de empreendedoras no Brasil, o que corresponde a 34% dos donos de um negócio no país. Os dados são

MARIANA SANTOS DOMINGOS

ACADEMIA RITMO

do Sebrae (Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas). De acordo com eles, a quantidade de empresárias consideradas chefes de domicílio chega a 45%, superando o número de mulheres que dependem do dinheiro do cônjuge. Isso significa que elas assumiram o protagonismo em seus lares, pois provêm a principal fonte de renda da família. Uma tendência em pleno crescimento que inspira cada vez mais mulheres.

ANDREA GUIMARÃES

SELF CLÍNICAS

**Falamos de dificuldades e obstáculos eventuais para a mulher empreendedora, mas você acredita que há um lado positivo também? Existem características mais particulares ao gênero que ajudam a mulher a entrar no mercado e empreender?**

Acredito que sim.

Vivemos em constante aprendizado e os desafios não param.

A sensibilidade feminina ajuda na escolha dos melhores caminhos.



ADRIANA GOMES CHIBA

LABORATÓRIO MODELO

**Qual é o futuro do empreendedorismo feminino?**

O futuro é promissor, haja vista que as mulheres estão empenhando de igual para igual, investindo em capacitação e formação.



FÁTIMA APARECIDA  
ALVES MARTINS

ALCA FOODS E GRUPO ÁGAPE

**Segundo o Sebrae metade dos empreendedores em fase inicial de negócio são mulheres. Nesse mês em que comemoramos o dia da mulher, como você enxerga este dado?**

A mulher vem ganhando espaços a cada dia. Vejo esta informação com muito orgulho e acredito que isto é um reflexo do amadurecimento e do empoderamento feminino. A mulher vem experimentando no decorrer dos tempos outras formas de se colocar no mercado, conciliando casa, trabalho e vida afetiva, sem perder a graça de ser mulher. Viva a mulher!



**Qual é o poder que o empreendedorismo tem para transformar realidades na sua opinião?**

A motivação e a determinação de enfrentar grandes desafios exercem um papel crucial, empreendedores são movidos pela inspiração, otimismo, pela necessidade de realização, ter uma missão sempre clara, que são elementos fundamentais para que seus sonhos se concretizem. É preciso ter a percepção ilimitada daquilo que tem a oferecer, bem como a resolução inarredá-

ADRIANA DOS REIS SOUSA FARIA

PATOTINHA MODA INFANTIL/ PATOTINHA  
BOUTIQUE INFANTIL

vel de cumprir o seu destino, não podendo esquecer que cada pessoa tem um potencial, como os colaboradores e clientes.

Os traços comuns de um empreendedor são: iniciativa, persistência, especialização, persuasão e capacidade de assumir riscos, principalmente para transformar com ajuda de Deus a atual realidade que estamos passando.



**Que personalidade feminina te inspira?**

A Dra Zilda Arns, uma pediatra e sanitarista, pois se há um movimento que merece um prêmio como o Nobel da Paz é exatamente a Pastoral da Criança, pois não se trata apenas de atender à pobreza. É a formação da pessoa, da cidadania, de dar valores às pessoas, de fazer com que elas entendam que a vida tem que ser cuidada, tem que ser regada com muito

DRA. MARICEL ABDALA

CLÍNICA DE VACINAS

amor, atenção e carinho. Zilda Arns Neumann foi uma médica pediatra e sanitarista brasileira, irmã de Dom Paulo Evaristo Arns, foi também fundadora e coordenadora internacional da Pastoral da Criança e da Pastoral da Pessoa Idosa, organismos de ação social da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil.





### Quando identificou seu potencial empreendedor?

Desde muito nova venho trabalhando no seguimento de ótica, onde formei minha personalidade profissional. Estive sempre observando pessoas que iniciavam seus negócios próprios e admirava sua coragem, entretanto tinha muita vontade de crescer, isto me fez investir no conhecimento daquilo que eu fazia, e sempre procurei uma forma de fazer melhor e incentivar meus colegas a

fazerem o mesmo.

Comecei então um processo de aprendizado mais intenso, pois necessitava do maior conhecimento possível para cumprir as metas. De repente me vi com uma carteira de clientes e o sonho de ter meu próprio negócio sempre esteve aceso em meu coração, eu sabia que fundar uma empresa poderia ser mais complicado do que eu imaginava.

Identifiquei em mim algumas destas caracte-

RITA DE CÁSSIA SILVA OLIVEIRA

UNIOTICA

rísticas empreendedoras e comecei a trabalhar para ampliá-las e buscar conhecer e aprender aquelas que eu me sentia insegura ou não a tinha. Planejei toda a empresa, construí um plano de negócio, fiz uma análise crítica e iniciei nossa empresa, que com muito trabalho e dedicação vem obtendo sucesso ano a ano no mercado de Itumbiara.

### Falemos sobre quem é a mulher empreendedora brasileira, quais são as características, perfil e desejos desta mulher?

A mulher empreendedora é uma mulher de garra e determinação. Para se lançar ao empreendedorismo é preciso deixar de lado o medo, o preconceito, arregaçar as mangas e ir à luta.

Ter o próprio negócio jamais foi ou será sinônimo de trabalhar menos, como muitos pensam. Muito pelo contrário, é assumir desafios, é

se preparar para o inesperado e ter foco, determinação e persistência no objetivo traçado. É assumir responsabilidades sem medo de fracassar, é manter a resiliência constante e focar em vencer os obstáculos. Todas as mulheres possuem características e perfil empreendedor, só é preciso vencer o medo, ter foco e determinação.

MIRIAN GOTARDO

COLÉGIO GABARITO



DRA. SHIRLEY FERNANDES

GOMES RIBEIRO

CLINICA DE VACINAS

### Qual a sua opinião sobre empreender a partir do que gosta de fazer?

Empreender é investir na realização dos nossos sonhos e ao mesmo tempo proporcionar satisfação para todos que utilizam dos nossos serviços.





ANGÉLICA NERY

NERIAH

**Um dos maiores desafios de empreender, na minha opinião é definir o ramo de negócio. Diga-me como você encontrou a sua missão e transformou em um negócio rentável?**

É mágico falar que descobri a minha missão, que encontrei o que amo, porém a palavra que eu defino como eu transformei meu sonho em um negócio rentável é renúncia. Renunciar a momentos com família, a

noites de sono, a horas de descanso, a momentos com os amigos. Se dedicar a todos, a uma agenda que você tem que cumprir, a salários que você tem que pagar. Você deve mergulhar de cabeça, se aperfeiçoar cada dia mais, buscar sempre mais conhecimento, para que assim você consiga estar sempre superando as expectativas que são depositadas em você.

ELISA G. O. GUERIN

VILA PET

**O empreendedorismo sempre foi uma opção de atuação profissional para você?**

Sim! Sempre quis transformar todo meu conhecimento e amor aos animais em meu próprio negócio. E com toda minha disciplina, dedicação e sempre buscando inovar, consegui alcançar os meus objetivos.



JULIANA VIEIRA

FUNCIONAL

**Como foi seu contato com a educação empreendedora ao longo da vida? Você teve experiências de empreendedorismo na educação básica ou superior?**

Infelizmente não tive a oportunidade de ter o contato com o empreendedorismo desde a educação básica até o ensino superior, e lamento por isso, pois uma

criança ou um jovem que antes de passar pelo mundo profissional, tenha uma educação empreendedora tem uma chance maior de desenvolver técnicas inovadoras e ainda idealizar métodos e objetivos de forma prática e dinâmica, dentro do mundo dos negócios e ainda gerar emprego e renda.



**Qualquer mulher pode ser uma empreendedora de sucesso? Independente da classe social, idade ou cultura? Por quê?**

A mulher pode ser o que ela quiser, porque tem uma força de vontade que é só sua, portanto não é classe social, idade ou cultura que a limita, mas o seu limite

está na sua capacidade individual, no que ela constrói para si. Portanto, a mulher é a única responsável por aquilo que ela cria ou vive, tornando-se empreendedora dos negócios e empreendedora de si, cargo mais alto que essa pode ocupar em qualquer esfera da sua vida.

**Você pratica algum exercício físico, terapia ou faz algo para ajudar a melhorar o desempenho profissional e ter mais saúde e disposição?**

Para me manter firme e conseguir encarar a correria do dia a dia, não é nada fácil.

Acordo cedo, faço uma leitura básica, tomo um café da manhã balanceado e mais nutritivo e em seguida pratico alguma atividade física.

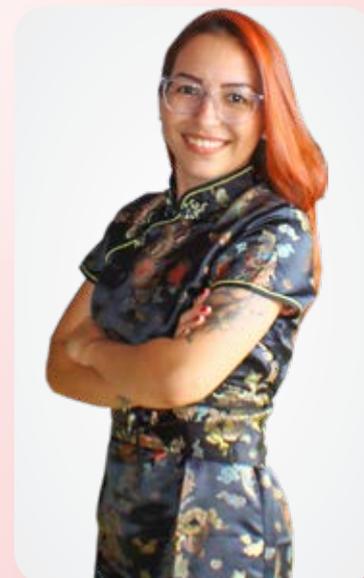
Essa prática é fundamental para garantir energia em

AITI DAIANY TANIGUTHI

RESTAURANTE HASHI

meu corpo até o final do meu expediente que é só a noite.

Quem trabalha com restaurante e comércio noturno sabe bem quais são as dificuldades; adaptar o corpo e a mente para horários diferenciados, controlar alimentação e horas de sono e principalmente estar com boa disposição sem perder o foco.



LORRAINE MARQUES ARAÚJO

GRÃOS GRANEL

**Alguma dica interessante para compartilhar com as mulheres empreendedoras?**

Mulheres empreendedoras mostram como a criatividade, visão e coragem permitem construir negócios inovadores.

Mulheres, tenham em mente, onde você está, para onde você está indo e onde você quer chegar.

Faça a diferença e com excelência, se destaque na era da inovação, busque sempre melhorar e se adapte constantemente.

Ajudem e incentivem outras mulheres a também conquistar um espaço no mundo do empreendedorismo. Assim você com certeza estará trilhando caminhos para o sucesso.





GISELE LEMOS FÉLIX PEREIRA

CONTAR CONTABILIDADE

**Qual a diferença que você vê entre a mulher que empreende e a que atua como funcionária dentro da empresa?**

Vejo que o trabalho tanto da mulher quanto funcionária e empreendedora são importantíssimos e a diferença entre elas é que a mulher empreendedora pensa num todo, não só em si ou sua família, mas em todo entorno da sua equipe, em

seus clientes, na sua cidade, no público que quer atingir, se quer atingir público local ou até mesmo por todo Brasil ou mais além e nesse contexto engloba até como lidar com grandes crises e grandes desafios de manter uma equipe e manter uma empresa nas situações em que vivemos hoje, numa situação totalmente inusitada de grande relevância como o COVID.

FLÁVIA ESTÊVES

SECRETÁRIA EXECUTIVA DA UNICRED ALIANÇA

**Em que medida a dinamização do empreendedorismo poderá vir a potencializar o crescimento econômico do país?**

Transformar ideias em realidade! Este é o caminho, pois o país e o mundo vivem um momento de ruptura do processo tradicional de trabalho e construção de carreiras, no qual o empreendedorismo se torna o motor principal para o crescimento, inovação e dinamismo econômico, gerando riquezas e novas oportunidades para a nossa economia."



DRA. JOSYELLE CAMPOS MATEUS

SOS DR. SUPLEMENTOS

**Quais as maiores dificuldades que já enfrentou como empreendedora?**

Muitos são os desafios para se tornar um empreendedor no Brasil. Para nós mulheres, os desafios são diferentes, pois, além das dificuldades enfrentadas por qualquer pessoa que esteja à frente de seu negócio ainda temos que lidar com julgamentos desiguais em relação aos homens, que são considerados mais competentes em assuntos relacionados a negócios.

Além disso, nós precisamos conciliar todas as responsabilidades da vida pes-

soal com a profissional. Muitas já são conscientes do seu papel econômico, mas ainda são responsáveis pela administração da casa e dos filhos. Nós ao longo do tempo fomos criadas para sermos mães e esposas exemplares e não para sermos excelentes empresárias.

O ambiente que temos hoje pode não ser o mais propício para as mulheres que desejam empreender, mas as mudanças necessárias para esse cenário podem começar com todas nós.





ANA CAROLINA BEGLIOMINI

BEGLIÓ

DULCIMARA RESENDE GUIMARÃES

O SEU VERDURÃO

**Em sua opinião o empreendedorismo para a mulher tem alguns obstáculos diferenciados ou não?**

Obstáculos existem para todos, mas nós mulheres somos capazes de irmos até onde quisermos com a nossa força de vontade e fé em Deus que nos faz ultrapassar limites que nem mesmo sabíamos que existem.

**Qual é o principal fator que leva as mulheres a empreender?**

Seria a liberdade financeira, hoje todas as mulheres precisam ser independentes, ajudar em casa, ajudar na educação dos filhos. Outro fator seria a possibilidade de ficar mais próximo dos filhos, pois algumas mulheres mon-

tam seu negócio dentro da própria casa, criam seu negócio, tem sua liberdade financeira e podem ficar próximos de quem amam. Quando a mulher empreende, ela faz com muito amor e muito carinho, primeiro ela vê o prazer em realizar seu sonho, e como consequência obtém o retorno financeiro.

DRA. ANA MARIA CINTRA

DERMOESTÉTICA CLIMED



VERA LÚCIA DOMINGOS DA SILVA

VERSATTO

**Você nota alguma mudança no perfil da mulher empreendedora em relação há alguns anos?**

Os tempos mudaram e cada vez mais portas estão abertas para nós mulheres. Antigamente as mulheres não empreendiam,

cuidavam dos afazeres domésticos e dos filhos e davam todo o suporte para os homens empreenderem e hoje somos mais acirradas e corremos atrás, em busca de uma independência financeira.





LINETE APARECIDA DA SILVA LEITE

SE ELÉTRICAS E HIDRÁULICOS

**Na sua opinião, existe uma relação entre vocação e empreendedorismo? Qual importância de aliar empresa com o que se gosta de fazer (ter amor pelo que faz – que proporciona realização profissional e pessoal)?**

Na minha opinião existe a relação entre vocação e empreendedorismo, pois um empreendedor que se sinta na "obrigação" de fazer uma atividade repetida logo ficará descontente, deixando o empreendi-

mento ou o tratando como uma obrigação.

O empreender relacionado a vocação me traz a ideia de felicidade, de poder criar, apostar e se sentir importante naquilo que entrega como trabalho para sociedade. O sucesso material lhe fornece a capacidade de se concentrar em outras coisas que realmente importam. E isso está relacionado a ser capaz de fazer a diferença, não só em sua própria vida, mas na vida de outras pessoas.

**Quais as vantagens e riscos gerados da paixão pelos negócios?**

A maior vantagem que visualizo em todos os processos é o fato de poder contribuir para a realização dos sonhos dos que estão comigo nessa empreitada. Empreender em um país onde tudo nos empurra pra baixo com o peso de nossa tributação é extremante desafiador, mas a contribuição de colaboradores engajados e comprometidos com nosso objetivo contribui para seguirmos em frente. De-

KÁTIA DERILENE

ÓTICAS DINIZ

safios sempre existirão para os que amam negócios no Brasil, no meu caso o varejo. O mundo está doente e hoje nosso maior desafio é encontrar a cura para a ganância, corrupção e o individualismo dos que nos lideram. Desistir não é uma opção para mim. Tenho verdadeira paixão pelo que faço e pretendo continuar apesar dos recentes e devastadores acontecimentos.



CARLA JACQUELINE DA SILVA  
BARBOSA

CLÍNICA FARO

**Qual a diferença entre um empreendedor e um empresário?**

O empresário não é um realizador de novas ideias, somando criatividade e imaginação. O empresário quer manter rotinas financeiras, gerenciar equipe ou aumen-

tar vendas. O empreendedor é inovador, persistente, tem iniciativa, é um líder nato, age com coragem, corre riscos, é um verdadeiro sonhador.

Sendo assim empreendedor é paixão.

Empresário é profissão.





DRA. CLÁUDIA REIFF TOLLER  
GUIMARÃES  
SELF CLÍNICAS

**Qual o principal diferencial da mulher em relação ao homem no empreendedorismo?**

Acho que a sensibilidade juntamente à intuição feminina são nossos maiores diferenciais, pois enxergamos além do visível.

MOHANA RIBEIRO FARIA

ESPAÇO 20

**Como as comunidades podem reconhecer o valor do empreendedorismo e qual a importância deste acolhimento?**

Apoiando principalmente o comércio local da sua cidade, pois o seu dinheiro poderá ficar na sua região, gerando emprego e renda na sua comunidade. Uma cidade com comércio forte contribui para a qualidade de vida de toda população.



NATALIA DANTAS

DARIVA ENGENHARIA

**O que é preciso para que as empresas de Itumbiara se tornem mais competitivas nesta retomada econômica?**

Eu acredito que é necessário pensar a longo prazo e que toda crise passa. É importante estar preparado para essa retomada, buscando novas tendên-

cias e inovações impostas pela era pós-pandemia, e fazer a seguinte reflexão: "o meu produto é diferenciado no mercado? O meu produto vende? O que faz meu produto diferente dos demais?". Pensar diferente, usar a tecnologia a nosso favor e adaptar ao novo cotidiano.





FERNANDA CROSGNAC NERY

ALENCAR

NETMONEY

**Quais as principais recomendações para a mulher que está pensando em empreender?**

O Empreendedorismo feminino é um assunto que ganha força a cada dia mais. Para aquelas que desejam se tornar mulheres empreendedoras os pontos que em minha opinião são principais para o sucesso do seu negócio são: Amor pelo seu trabalho, Resiliência, Criatividade, Trabalho em equipe,

Tolerância com a diversidade e busca de conhecimento para inovação.

Tudo que é feito com amor verdadeiro gera frutos de alegria e sucesso. Dedique-se ao seu negócio, acredite que ele vai dar certo, boas vibrações trazem sempre bons resultados, tenha fé em Deus, aceite que Ele tem sempre o melhor para cada um de nós, no tempo Dele.

A large background image showing two women in professional business suits sitting at a table. They are both looking at a tablet computer held by the woman on the left. The woman on the right is wearing glasses and has a slight smile. The background is a blurred office or meeting room with large windows.

**Mulheres  
que Inspiram!**

*Mulheres Empreendedoras*

Revista

# CASA

*Premium*

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

Em Abril

**NOVA**

edição

**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

LOOKS ELEGANTES  
QUE ESBANJAM  
GLAMOUR E ATITUDE.



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

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

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

64 9.9677-4920

@VERSATTOMODASIUB

VERSATTO MODAS II

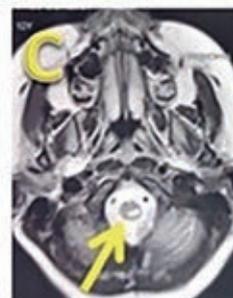
VERSATTO IUB



Leia e compartilhe, acessando o QR-Code.



Fonte: Banco de imagens da própria autora



- A) Mielite transversa longitudinalmente extensa: placa de desmielinização que se estende de C4 a T2 e que resulta em tetraparesia.
- B) Neurite óptica bilateral e extensa: desmielinização que resulta em deficiência visual (neste caso bilateral)
- C) Placa de desmielinização em área postrema (centro do vômito localizado no bulbo) que resulta em hiperemese, náusea e soluços incoercíveis

## NEUROLOGIA



# Você sabe o que é NEUROMIELITE ÓPTICA?

Perfil epidemiológico e fenótipo do espectro de neuromielite óptica em Goiás, centro do Brasil, em 2020-21.

Espectro da neuromielite óptica (ENMO) é a segunda doença desmielinizante, autoimune e inflamatória do Sistema Nervoso Central (SNC), cuja prevalência varia amplamente com a região geográfica e a etnia.

**Objetivo:** Determinar prevalência e fenótipo de ENMO em Centro de Referência em Doenças Desmielinizantes.

**Métodos:** Estudo transversal aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas (CAAE 8380.9317.9.0000.5078). Todos pacientes preencheram os critérios do Consenso Internacional de ENMO 2015.

**Resultados:** ENMO representou 9,37% das doenças desmielinizantes. Predominou em mulheres (81%), não-brancos (83,4% autodeclararam-se mestiços pela associação de pais negros, brancos e/ou indígenas) e a média de idade no momento de estudo foi 48 anos. Ancestralidade ameríndia foi significativamente maior (68,75%) do que demais ancestralidades. Mielite transversa longitudinalmente extensa (MTLE) isolada  $\geq 3$  segmentos vertebrais (35%) e neurite óptica (NO) isolada (35%) foram as apresentações iniciais mais comuns. A média de tempo entre o surgimento da doença e o momento do estudo foi de 48 meses. Predominaram: curso recidivante e incapacidade moderada (EDSS 3,0-4,0). Sequelas neurológicas, já com necessidade de assistência de cuidadores, caracterizadas por EDSS > 4,5, foram mais frequentes em: homens (44,5% dentre homens versus 20,5% dentre mulheres). A maioria dos pacientes estava sob tratamento com azatioprina, desde o diagnóstico de ENMO, representando 77% (37 casos) de boa resposta terapêutica. A maioria (84%) dos pacientes

com ENMO apresentou sequela permanente: 52% deficiência física permanente, 54% deficiência visual permanente (25% amaurose bilateral e 75% unilateral), e 30% deficiência esfincteriana permanente (82% bexiga neurogênica e 18% ostomias).

**Conclusão:** A prevalência estimada de ENMO em Goiás é de 0,79/100.000 habitantes. Predominou o fenótipo: mulheres, não-brancos, início na quarta década de vida, curso recidivante, incapacidade permanente e moderada. Nosso estudo foi o primeiro em Goiás sobre a prevalência de ENMO e descobrimos que, aqui, ENMO predomina em pacientes com ancestralidade ameríndia (descendentes de nativos americanos).

## 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



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



(64) 3433-2829

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



(64) 3433-2828

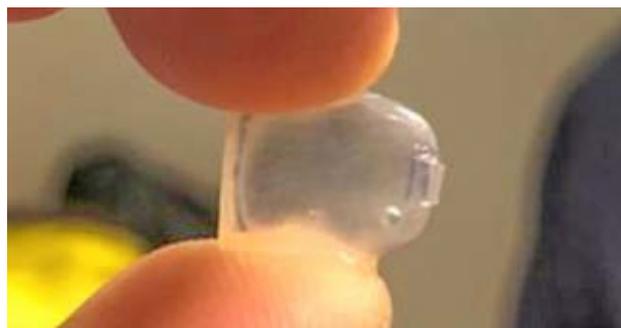


Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



ODONTOLOGIA

## Maquiagem em laminados cerâmicos



O ser humano a cada dia está mais ligado a estética e a odontologia pensando em atender esse público cada vez mais exigente, vem evoluindo muito. Hoje, com o uso de técnicas extremamente conservadoras e previsíveis conseguimos executar trabalhos com espessuras de até 0,3 mm, com projetos através de uma software que planeja o sorriso mesmo antes de qualquer procedimento. Por meio de um escaneamento facial e maquiagem em cima dos laminados conseguimos resultados extraordinários.



### Dr. Marcelo Mateus

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



MARÇO MÊS DAS

# MULHERES

**PARABÉNS PARA VOCÊ  
QUE COM APENAS UM OLHAR  
CONSEGUE DIZER TUDO!**

 **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)



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

# 1000

PRIMEIROS 1000 DIAS

DICA DE SAÚDE



## Os primeiros 1000 dias

É a maior janela de oportunidades na vida de qualquer criança.

O que são?! Se referem ao período desde o primeiro dia da gravidez até os 2 anos de idade.

- Gestação: 270 dias
- 1 ano de vida: 365 dias
- 2 anos de vida: 365 dias
- ✓ Primeiros 1000 dias

### → O que acontece?

Caracteriza-se por ser um período de rápido crescimento e desenvolvimento do organismo.

Neste período o corpo e os órgãos crescem enquanto o cérebro e os sistemas imunológico e digestório se desenvolvem. Tudo que cerca a criança neste período é fundamental para sua saúde no futuro.

- Cresce mais do que 50% a sua altura.
- Aumenta 4x o peso corporal.
- Seu cérebro ganha 1g por dia.



**Dra. Julieta Isabel  
Triana Cansino**

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

Para tudo ocorrer nos conformes é necessário:

- Suplementação adequada e individualizada;
- Visitas regulares ao Pediatra;
- Estímulo correto para a idade;
- Atenção ao calendário vacinal.

Consulte um Pediatra ainda gestante. Tenha um para chamar de seu. Até a próxima pessoal!

Com Afeto ♥



1,81

# PROTEÇÃO

Para a **saúde** da sua **família!**



#suafamilia #nossaproteção



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



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.

FISIOTERAPEUTA



## Uma nova visão da fisioterapia

Quando falamos de fisioterapia vem em mente um tratamento baseado em agentes físicos como corrente elétrica, ultrassom, uso de calor e do frio na forma de compressas.

Desta forma o paciente é tratado sem que ele tenha a compreensão do funcionamento do seu corpo físico e da lesão que o acomete. A visão sistêmica concebe a saúde uma ligação entre os aspectos orgânicos, fatores internos (emoções, pensamentos, crenças hereditárias) e fatores externos (alimentação, trabalho, família, convívio social), proporcionando um tratamento global, possibilitando ao corpo uma

restauração do seu equilíbrio dinâmico.

Conseguimos através de uma visão sistêmica estabelecer uma conexão das técnicas manuais (terapia manual, microfisioterapia, bioalinhamento) e o funcionamento do corpo como um todo (corpo-mente-ambiente), proporcionando ao paciente um tratamento mais eficiente com melhora da dor, melhora do seu bem-estar e conseqüentemente melhora na qualidade das atividades diárias.

*Bem-Estar*  
*centro da saúde*

### Dra Érika Barbosa Moraes

Fisioterapeuta, formada pela Universidade Claretiana de Batatais-SP;

Pós-graduada em Terapia Manual;

Aperfeiçoamento em coluna e joelho;

RPG;

Microfisioterapia - Biolinhamento.

☎ (64) 9.9663-9803

☎ (64) 3404-8464

🏠 Rua Tiradentes, 203 - St. Central, Itumbiara - GO





**VERDURAS SEMPRE  
FRESQUINHAS**  
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.



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



**DE MARÇO**  
DIA INTERNACIONAL DA MULHER

Carinho e cuidado.  
O que elas mais tem, e  
o que elas mais merecem.

Parabéns à todas as mulheres.  
Uma homenagem da família



**MODELO**  
LABORATÓRIO

(64) 3431-9080 / 98116-4672



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



## REFLEXÃO

# Você já ativou seu MODO ON alguma vez na vida?

Bom, quero contar a história de uma paciente de Bom Jesus, diabética, 38 anos (obesa desde os 15 anos), desempregada, 1 filha e desquitada, conheci ela no SUS durante um plantão por lá.

Ela chegou no plantão chorando, com falta de ar, dores no corpo e bem depressiva, pois seus 130 kg estavam limitando tudo em sua vida. Ela não sabia que eu atuava na área, havia ido para aliviar as dores. Era impossível amarrar o sapato da sua filhinha de 3 anos por não conseguir se abaixar.

Não conseguia caminhar e nem subir escadas sem falta de ar, dormia mal, a cada dia acordava mais cansada, indisposta, com dores no Joelho (desenvolveu artrite e desgaste), ansiosa e depressiva.

Falei que precisávamos mudar algumas coisas se quisesse melhorar, mas que iria ajudar se ela estivesse mesmo disposta a isso. Como assim? Propus a ela perder 1kg em 1 semana e retornar na próxima.

Semana seguinte, havia perdido 3,5kg, então a partir daí solicitei alguns exames que o SUS cobria e pedi para o pessoal da secretaria antecipar o quanto pudesse.

Orientei algumas alterações alimentares e pedi para que ela fizesse caminhada de 20 minutos por dia e retornasse na próxima semana com pelo menos 1kg a menos.

Semana seguinte havia perdido mais 3kg, mas as dores no joelho haviam piorado pela caminhada. Ainda acordava mal, indisposta e as limitações eram as mesmas, mas estava focada no processo.

Outros ajustes alimentares, ela disse que não poderia comprar salada e nem frutas por conta do lado financeiro, mas eu pedi que tentasse organizar a alimentação ainda mais e persistisse nas caminhadas.

Mais uma semana e ela chega feliz dizendo que começou a plantar num pedaço de terra em sua casa frutas e folhas. As dores persistiam e já eram menos 2kg na balança.

Fizemos uma vaquinha no hospital e a presentamos com um tênis, estava caminhando de chinelo até então. O tênis era sem cadarço para facilitar um pouco sua vida. E apesar das dores estava ainda mais focada.

Semana seguinte os exames haviam ficado prontos, ela chegou feliz no hospital, pois tinha recuperado algumas roupas que não serviam mais e a balança mostrava menos 3,5kg.

Ja havia passado 1 mês desde nosso primeiro encontro e já tinha totalizado 12kg perdidos (agora com 118 kg). Seus exames mostraram diabetes desregulado, gordura no fígado e muita inflamação (isso a desanimou um pouco...). Ela estava se sentindo bem melhor, ainda com dores, mas a disposição era outra, o foco cada vez maior. Fizemos alguns ajustes em suas medicações, na sua alimentação e pedi que melhorasse a atividade física.

Nos próximos 10 dias ela estava caminhando por 1 hora e ainda tentava alguns agachamentos em casa. Sua alimentação já estava bem melhor, não consumia mais refrigerante e nem comia alguns excessos de antes.

Nesses 40 dias ela conseguiu perder 17 kg, mas ainda continuava diabética, porém controlada, ainda com muitas limitações de movimentos, mas muito mais disposta, as dores no joelho aliviaram mais e pelo maior esforço se tornaram dores musculares nas coxas (mas ela sentiu até um orgulho disso), o foco cada vez maior e nada superava a alegria no rosto daquela mulher.

Em 1 ano e meio de acompanhamento ela perdeu um total de 52kg, passou dos 130kg para 78kg e mudou totalmente sua vida, sua rotina, seus cuidados, suas motivações. Ela deixou de ser diabética e até então eu nunca tinha visto um paciente curar o diabetes, havia sido minha primeira experiência. Além disso, conseguia fazer alongamentos tocando as pontas dos pés e agachar não era mais um problema.

O Resultado nunca foi o objetivo, mas sim as mudanças, os processos, cada barreira vencida e cada pequena evolução diária. Saber ter vencido os dias ruins, as dificuldades e retomar o foco foi o principal.

Aqueles 40 dias iniciais talvez tenham sido os mais importantes, mas o primeiro dia, aquele primeiro dia que ela chegou chorando, nunca mais irei esquecer, foi o grande marco de tudo!

Tenho muito orgulho de ter feito parte disso e sou ainda mais grato por aquele primeiro dia em que a conheci e por ter aprendido tanto com ela.

Não espere milagres, mas se quer alguma mudança, faça acontecer. Talvez você ainda não esteja pronto pra ativar seu MODO ON.

...e lembre-se, é só o começo!



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



# PRA VOCÊ QUE É LOUCO POR CHOCOLATE!

20% de  
cacau



64 2103 4222

**AlcaFoods**  
Cereais Matinais

@alca\_foods





Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.

SAÚDE



## Conheça 12 fatores de risco evitáveis, que podem atrasar ou prevenir demência

Você sabia?

A demência afeta cerca de 50 milhões de pessoas em todo o mundo, um número que deve mais do que triplicar até 2050, especialmente em países de baixa e média renda, onde vivem aproximadamente dois terços das pessoas com a doença. Além disso, estudos mostram que as mulheres têm maior probabilidade de desenvolver demência do que os homens.

Demência pode ser definida como uma síndrome

caracterizada pelo declínio progressivo e global de memória, associado ao déficit de uma ou mais funções cognitivas (linguagem, agnosia, apraxias, funções executivas), com uma intensidade que possa interferir no desempenho social diário ou ocupacional do indivíduo.

As pessoas que têm familiares com demência costumam me perguntar: “Há algo que eu possa fazer para me impedir de contrair isso?” Certamente há algumas coisas que você pode fazer que podem fazer a diferença.

Segundo a Comissão Lancet sobre Prevenção, Intervenção e Cuidados da Demência, há 12 fatores de risco evitáveis, que podem atrasar ou prevenir 40% dos casos de demência. São eles:

- 1- Sedentarismo;
- 2- Diabetes (aos 65 anos ou mais);
- 3- Hipertensão Arterial Sistêmica;
- 4- Obesidade;
- 5- Tabagismo;
- 6- Depressão;
- 7- Baixa escolaridade nos primeiros anos de vida;
- 8- Perda auditiva na meia-idade;
- 9- Isolamento social;
- 10- Ingestão excessiva de álcool;
- 11- Traumatismo craniano na meia idade;
- 12- Exposição à poluição do ar na vida adulta.

As táticas para evitar a demência devem começar cedo e continuar ao longo da vida, por isso nunca é tarde, muito cedo ou muito tarde para agir.



**Dra. Graziela Ferreira Custódio**

CRM/GO: 21.809  
Médica.

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

Toda mulher é única, mas  
com pelo menos mil versões  
dentro de si.

Reconhecemos, amamos,  
respeitamos cada uma delas.

**MARÇO**  
MÊS DA MULHER



Rua Marechal Deodoro, nº 279  
(64) 3431-5535  
Itumbiara - GO

# GLAUCOMA

O glaucoma é uma doença que faz parte da vida de aproximadamente 70 milhões de pessoas no mundo todo. Um dos motivos pelos quais este número alcança tamanha proporção é o fato de ser uma doença silenciosa, lenta e dificilmente percebida por seus portadores.

Diante destas circunstâncias, estima-se que 4,5 milhões de pessoas são cegas devido ao glaucoma, 50% das pessoas desconhecem o diagnóstico em países de primeiro mundo e, o mais alarmante, em países subdesenvolvidos, apenas 10% da população possui conhecimento sobre a doença.

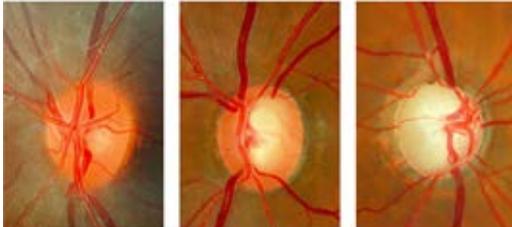
Glaucoma pode ser definido como uma doença do nervo óptico, de caráter progressivo, com perda de campo visual e risco de cegueira, caso não diagnosticado e tratado a tempo.

Por meio deste nervo, as imagens que os nossos olhos captam são levadas ao cérebro, tornando possível identificar tudo o que está a nossa volta.

Na maioria dos casos de glaucoma, ocorre um aumento na pressão intraocular, que danifica progressivamente o nervo óptico. Entretanto, isto não é a regra, alguns pacientes com glaucoma possuem pressão intraocular normal e, mesmo assim, apresentam nervos visivelmente afetados.

Importante lembrar: glaucoma não é somente a pressão alta nos olhos!

## Imagem do Nervo Óptico



Normal

Glaucoma Moderado

Glaucoma Avançado

## Sintomas

O glaucoma do ângulo estreito ocasionalmente pode apresentar sintomas, como fisgada no olho, associada a olho vermelho, borramento temporário da visão e percepção de halos coloridos ao redor de luzes. Porém, na maioria dos casos, o glaucoma evolui lentamente, sem que o paciente perceba. O diagnóstico precoce só é feito em exame oftalmológico preventivo.

## Consequências

Apesar de ser uma doença silenciosa e discreta, a consequência do glaucoma pode ser a cegueira irreversível.

É por isso que a prevenção ainda é o melhor remédio, quando você diagnostica a doença precocemente, menor o grau de lesão do nervo óptico e maior a chance de controle do glaucoma.

**Dr. Gleisson Pantaleão**

CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro Fukuhara**

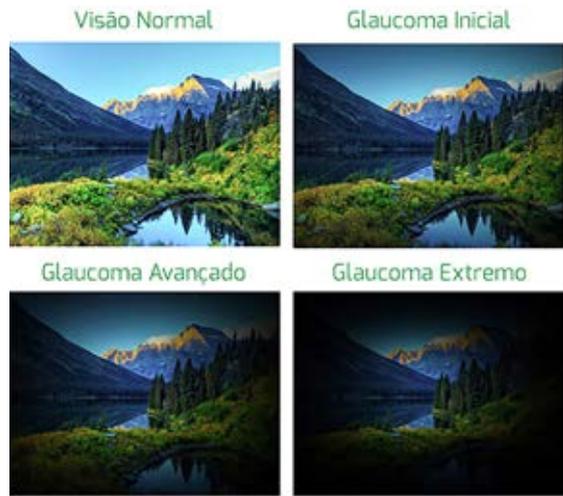
CRM/GO: 2.975

**Dr. Willian Vinhadelli**

CRM/GO: 10.250

**Dr. Augusto Treme**

CRM/GO: 15.698



## Fatores de risco

Dentre os fatores de risco para o glaucoma primário, incluem-se:

- A pressão intraocular elevada,
- História familiar,
- Idade avançada,
- Etnia negra,
- Predisposição genética
- Espessura corneana mais fina.

## O glaucoma tem cura?

## Qual é o tratamento?

Por ser considerada uma doença crônica, o glaucoma não tem cura e sim tratamento e prevenção.

É preciso apenas que o seu diagnóstico seja feito em tempo adequado, para que sua ação possa ser controlada e não cause maiores problemas ao portador. Após a confirmação da doença, o tratamento é iniciado com colírios, podendo ser complementado com comprimidos ou procedimentos a laser. Nos casos mais avançados é necessário realizar a cirurgia de drenagem.

O objetivo do tratamento é diminuir a pressão ocular, principal fator de risco para desenvolvimento e progressão do glaucoma.

Pacientes com glaucoma primário deverão usar a medicação por toda a vida, exceto se tiverem realizado algum tipo de cirurgia. Uma vez iniciado o tratamento do glaucoma, ele só poderá ser interrompido por orientação do oftalmologista.



**CENTRO DA VISÃO**  
Itumbiara

www.cvi.med.br



Leia e compartilhe,  
acessando o QR-Code.



**DOR CRÔNICA**



## Tratamento da dor pós-operatória

Condição que se apresenta praticamente em todas as intervenções cirúrgicas, o tratamento da dor pós-operatória vem ganhando destaque em decorrência do aumento do conhecimento da sua fisiopatologia que levou a novas abordagens terapêuticas e da importância no desenvolvimento em alguns casos de dor crônica.

Alguns tipos de cirurgias estão associadas a números elevados de dor crônica pós-operatória, tais

como esternotomias, amputações de membros e até mesmo hérnias inguinais. Diante disso são necessárias estratégias de abordagem da dor pós-operatória que reduzem ou eliminem essa condição.

O médico anesthesiologista deve sugerir e discutir com o paciente previamente as cirurgias e qual modalidade de tratamento da dor pós-operatória irá realizar, podendo ser analgesia venosa, espinal, epidural ou bloqueio de nervo periférico.

Cada uma dessas modalidades tem a sua indicação de acordo com o tipo de intervenção cirúrgica, preferência do paciente e condição clínica do mesmo.

Vale ressaltar que atualmente muitos anesthesiologistas utilizam a analgesia controlada pelo paciente (ACP), em que bombas de infusão ligadas a cateteres instalados nos pacientes liberam uma quantidade de droga analgésica de acordo com a necessidade de cada paciente, bastando que eles mesmos apertem um botão e dentro de poucos minutos obtêm-se alívio.

Procure sempre seu médico anesthesiologista antes da cirurgia para discutir a melhor maneira de tratar a dor pós-operatória da sua cirurgia.



# FΣRRANCO

SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

## Dr. Francisco Otavio Maia Santos

CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771

RQE: 8.846

Medicina UFMG;

Residência médica em Anesthesiologia na USP de Ribeirão Preto;

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

**OS MELHORES  
MANIPULADOS  
VOCÊ ENCONTRA  
NA RAVENNA**



 **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)



2  
ANOS



A close-up, soft-focus photograph of a woman's face, looking slightly down. Her eyes are closed or looking down, and her expression is serene. Several balloons in shades of gold and white are floating in front of her face, partially obscuring it. The background is a light, warm tone.

**NERIAH FEZ 2 ANOS EM MARÇO MAS NASCEU HÁ MAIS TEMPO DENTRO DO MEU CORAÇÃO, QUANDO AINDA ATENDIA DENTRO DA ACADEMIA SKEMA.**

**SÃO 15 ANOS DE PROFISSÃO, MUITA DEDICAÇÃO, ESTUDOS, NOITES MAL DORMIDAS E CORRERIA, MAS TUDO ISSO É RECOMPENSADO PELA FELICIDADE ESTAMPADA NO ROSTO DAS CLIENTES FELIZES COM SEUS RESULTADOS.**

**E É ISSO QUE MOVE ESTA GRANDE FAMÍLIA QUE É A NERIAH!**

**QUERO AGRADECER A CADA PESSOA QUE DE ALGUMA MANEIRA CONTRIBUIU E CONTRIBUI PARA QUE ESTE SONHO REALIZADO PERMANEÇA E MELHORE A CADA DIA.**

**NOSSA MISSÃO É PROPORCIONAR FELICIDADE ATRAVÉS DE RESULTADOS. É POR VOCÊS QUE DEDICAMOS NOSSO DIA A DIA. MUITO OBRIGADA!**



 [neriahclinica](#)

 [Neriah Clínica](#)

 AV. ADONIRO MARTINS DE ANDRADE,  
66, CENTRO - ITUMBIARA-GO

 (64) 3404-4433

 (64) 9.9999-3078



**NOSSO CARINHO  
E RESPEITO A TODAS AS MULHERES,  
HOJE E SEMPRE!**

*Feliz Mês da Mulher*

**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.

UROLOGIA



## Câncer de bexiga: tabagismo é principal fator de risco

O câncer de bexiga é o décimo primeiro tumor mais prevalente na população – acomete mais frequentemente homens. Seu aparecimento e o risco de levar a óbito são afetados diretamente pelos hábitos de vida dos pacientes.

O tabagismo é o principal fator associado ao aparecimento dessa doença. Outras condições, como exposição a substâncias tóxicas presentes em derivados do petróleo e tintas também aumentam esse risco.

Em cerca de 75% dos casos esse diagnóstico é realizado em uma fase inicial, sendo possível um tratamento com maiores taxas de cura e menores riscos. O principal sinal desse tumor é o aparecimento de sangue na urina. Além desse, sintomas como irritação na bexiga e necessidade de micção com urgência são outros achados que indicam investigação.

Diante da suspeita, inicia-se a investigação com exame microscópico de urina e de imagem. Entre eles, a ecografia (ultrassonografia) é a primeira forma de avaliação, servindo muitas vezes como triagem inicial. Embora esse exame tenha bons resultados, alguns pacientes necessitarão complementar a investigação com a realização de uma urotomografia computadorizada, que permite uma ampla avaliação do trato urinário inferior e superior.

Além desses exames, em pacientes com fatores de risco, diante da suspeita de tumor de bexiga, está indicada a realização de cistoscopia (exame endoscópico que visualiza toda a camada interna da bexiga). Caso apresente alguma alteração, pode ser realizada biópsia.

### Tratamento

Uma vez diagnosticada a presença de uma lesão suspeita dentro da bexiga, o próximo passo é a retirada dessa área. Portanto, o diagnóstico definitivo de câncer de bexiga só ocorre após essa avaliação patológica.

Atualmente esse processo é realizado por meio de um aparelho introduzido pela uretra, chamando-se de ressecção transuretral (RTU). De acordo com a análise patológica, essa RTU inicial pode ser suficiente para o tratamento. Já alguns casos podem

necessitar de nova ressecção para melhor avaliação da doença.

De acordo com a análise patológica dessa nova ressecção (Re RTU), um tratamento complementar com uso de medicamentos intravesicais pode ser necessário. O mais frequente é o uso de solução de BCG intravesical, por um período que varia de seis semanas até três anos.

Em cerca de 25% dos pacientes esse procedimento evidencia a presença de uma doença mais grave, invasiva, com necessidade de tratamentos mais complexos. Nesses casos, determinados como músculo invasivo, a retirada completa da bexiga (cistectomia radical) é considerada o principal tratamento com intenção curativa.

Alguns tumores músculo-invasivos podem ser tratados com a preservação da bexiga, através de uma RTU extensa associada a radioterapia e quimioterapia. Mesmo sem a retirada completa da bexiga, esse tratamento também pode ser curativo.

Outro dado muito importante é o seguimento, visto que esses pacientes possuem um risco de voltar a ter tumor na bexiga. Portanto serão classificados de acordo com esse risco. Os exames que serão necessários no acompanhamento do paciente podem variar em cada caso.

O diagnóstico precoce e o tratamento rápido aumentam as chances de cura da doença, assim como o seguimento adequado prolonga a vida dos pacientes.

Fonte: <https://portaldaurologia.org.br/publico/doencas/cancer-de-bexiga-tabagismo-e-principal-fator-de-risco/>



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



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

# NOSSO NEGÓCIO É FACILITAR O SEU!

Ainda não é Cliente?  
fale com um dos nossos  
Consultores e tire  
todas suas dúvidas;  
Cuidamos de todo  
processos de  
transferência de  
Contabilidade.



**CONTABILIDADE,  
ABERTURA DE EMPRESAS,  
PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO,  
TRABALHISTA E CERTIFICADORA DIGITAL**



**LEI CONTÁBIL**

A escolha certa para o  
seu negócio.

CNPJ: 30.622.991/0001-05  
RUA GOIÂNIA Nº 88  
SETOR ANHANGUERA  
ITUMBIARA-GO

(64) 3433-5424 

(64) 99664-7619 

[contato@leicontabil.com](mailto:contato@leicontabil.com)  
[www.leicontabil.com](http://www.leicontabil.com)

# IMPOSTO DE RENDA 2021

Faça sua declaração da maneira certa com a Lei Contábil.



**LEI CONTÁBIL**

A escolha certa para o seu negócio.

A partir do dia 01 de março até 30 de abril 2021, contribuintes devem acertar as suas contas com a Receita Federal.

Será que você precisa declarar?

1 - Recebeu mais de R\$ 28.559,70 de renda tributável no ano de 2020.

2 - Recebeu mais de R\$ 22.847,76 de renda tributável no ano e recebeu **auxílio emergencial** em qualquer valor.

3 - Teve ganho com a venda de bens.

4 - Era dono de bens de mais de R\$ 300 mil.

5 - Comprou ou vendeu ativos na Bolsa em 2020.

6 - Ganhou mais de R\$ 40 mil isentos, não tributáveis ou tributáveis na fonte no ano.

A LEI CONTABIL possui uma equipe especializada e treinada que analisa toda evolução patrimonial, rendimentos auferidos e despesas realizadas para o possível lançamento e dedução na Declaração de Ajuste Anual de imposto de renda para Pessoa física.

## Erica Pereira de Almeida Bueno

Bacharel em Ciências Contábeis;  
Pós-graduação em Direito e Gestão tributária;  
Especialista em Regime Lucro Real;  
Sócia Proprietária Lei Contábil Contabilidade.

## Rogério Silva Bueno

Bacharel em Ciências Contábeis;  
Sócio fundador Lei Contábil Contabilidade;  
Consultoria e Certificadora Digital;  
Especialista em Sped, Planejamento Tributário, Recuperação de Tributos e Benefícios Fiscais.



UNICRED 

**escolha** uma  
instituição que  
valoriza o seu tempo.



escolha

**antecipação de  
imposto de renda**

unicred.

A Unicred oferece as melhores  
soluções financeiras **no seu tempo.**

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

\*Sujeito à análise de crédito.

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