

Ano 5. nº55. Fevereiro/2022. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita
www.rmaissaude.com

revista

SAÚDE



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

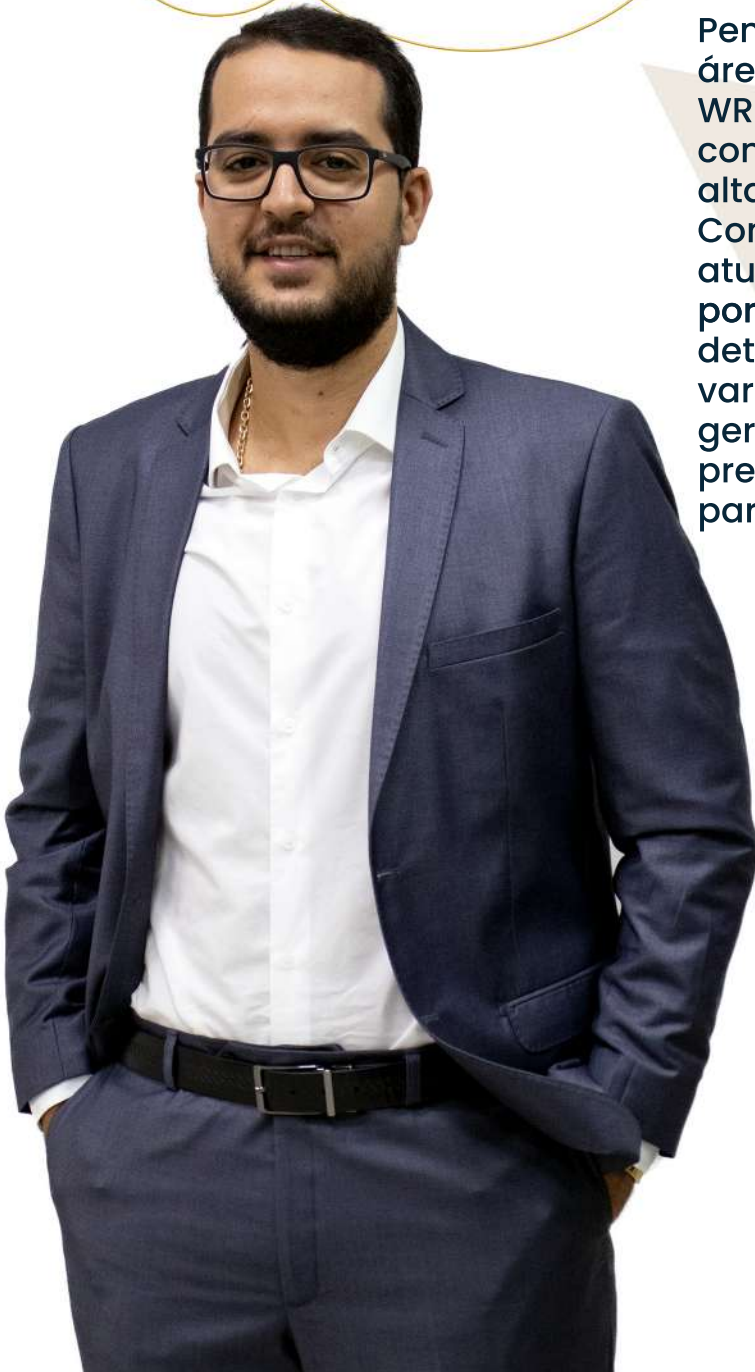
Dra. Carolina Rodrigues Parreira
CRM/GO: 20710 | RQE: 14452

Dr. Frederico Calegari Guizzetti
CRM/GO: 20.271 | RQE: 15061



Uma empresa do
Grupo WR

CONTABILIDADE CONSULTIVA O PRODUTOR RURAL



Pensando nas possibilidades dessa área e nos diferenciais necessários, a WR Contabilidade & Consultoria conta com um time de profissionais altamente capacitados para a Contabilidade Consultiva Rural, atuando de uma forma diferente. Isso porque o negócio é muito específico: detalhes como clima, mercado e variação do preço dos insumos pode gerar variáveis importantes, e é preciso que o contador esteja pronto para lidar com isso. E o nosso time de especialistas está pronto.



Contabilidade & Consultoria
Sua empresa, nosso negócio.

☎ (64)3431-0510
📱 (64)99329-2473



Contabilidade & Consultoria

O AGRO MERECE ATENÇÃO CONTÁBIL ESPECIAL

Em comparação à contabilidade de outros mercados, a movimentação financeira no agronegócio tem suas próprias particularidades e por isso a Contabilidade Consultiva é essencial para esse segmento.

Ela conta, por exemplo, com normas diferenciadas estabelecidas na legislação e é baseada em ciclos operacionais diferentes, contando com variáveis como a instabilidade na produção, culturas temporárias e permanentes, comercialização da safra e as mudanças climáticas.

A Contabilidade Consultiva Rural se dedica, como o próprio nome diz, ao estudo e atuação com foco no patrimônio rural, através da avaliação de ativos como terra, equipamentos, maquinários, caixa, sementes, fertilizantes e avaliação de passivos, como empréstimos e o próprio patrimônio líquido dessas empresas. Essa especialização é voltada especialmente para empresários de setores agrícolas, agropecuários, agroindustriais e zootécnicos.

A WR Contabilidade & Consultoria pode te ajudar a organizar a contabilidade do seu empreendimento rural. Podemos te auxiliar com o seu planejamento financeiro, registro de perdas, controle de custos, e outras atividades! Nós acreditamos no agro e por isso ofertamos a Contabilidade Consultiva Rural para o seu negócio ir sempre mais longe.

SAIBA MAIS



Matriz:

📍 Avenida Trindade, 911 – Centro. Itumbiara/GO

Filiais:

📍 Rua Brasil, 50 – Setor Bueno. Goiânia/GO

📍 Av. Meia Ponte, 10 – Inaciolândia/GO

📍 Av. Nicomedes Alves Dos Santos, 3600. Sala 310 Ed.

Gávea Bussiness – Morada Da Colina. Uberlândia /MG

HOSPITAL UNIMED

10

ANOS
CUIDANDO DE VOCÊ

*Há dez anos o nosso objetivo
é o mesmo: cuidar de*

VOCÊ.



21 de janeiro. Aniversário Hospital Unimed Regional Sul Goiás



PAVirtual

**Evite sair de casa.
Faça sua consulta**

on-line 

www.medilar.live

Aponte a câmera do seu celular para o QR CODE



Atendimento
das 6h a 0h



Atendimento
de urgências



Agendamento
100% on-line



Sem custo extra
e sem cobrança
de coparticipação



Emissão de atestado
médico, receituário
e exames



Receba orientação ou
direcionamento para
atendimento presencial
com especialistas
caso necessário

IMPORTANTE:



Para realização da Teleconsulta pelo celular,
é necessário baixar o aplicativo Zoom
na Play Store ou Apple Store.

Unimed 
Regional Sul Goiás

* Atendimento para beneficiários Unimed RSG com idade a partir de 5 anos.



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

Hospital Frei Anacleto
Rua Tietê, 534.
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.
(64) 3495-1220 | (64) 3495-1040

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



Dra. Caroline Teles
Pediatra
CRMGO: 11.052 | RQE: 14.576

Clínica Desenvolvimento do Ser
Rua Dr. Mário Guedes, 239.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
64 99302-0469
64 3404-1351



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

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



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

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



Dra. Andréia Marinho
Neurologista
CRM/GO: 22447 | RQE: 14752

Self Clínicas
Av. Brasília, 207.
Bairro: Alto da Boa Vista.
Itumbiara - GO.
(64) 3433-3004
(64) 3433-3000



Dra. Carolina Rodrigues Parreira
Pediatra
CRM/GO: 20710 | RQE: 14452

Alfa Saúde
Rua João Manoel de Souza, 881.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3430 1515



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 Schneider
Ortopedista
CRM/GO:13.434 | TEOT: 13215

Clínica COTI
Rua Paranaíba, 710.
Itumbiara - GO.
(64) 3404-7370

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



Dr. Frederico Calegari Guizzetti
Ortopedia e Traumatologia
CRM/GO: 20.271 | RQE: 15061
Teot: 17124

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



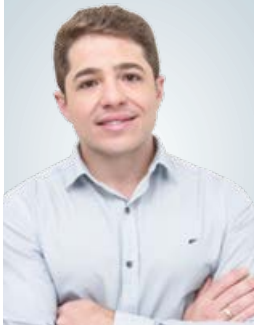
Dr. Marcelo Oliveira Lamberti
Neurocirurgião
CRM/GO: 28.236 | RQE: 15222

Alfa Saúde
Rua João Manoel de Souza, 881.
Bairro: Centro .
Itumbiara - GO.
Instagram: @neuro_lamberti_marcelo
(64) 98100-6691 | (64) 3430 1515



Dra. Natália Pacheco
Médica do Esporte e Nutróloga
CRM/GO 16.253 | RQE 12182

Alfa Saúde
Rua João Manoel de Souza, 881.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 99207-0500 | (64) 3430 1515



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. Valdemiro Fukuhara
Oftalmologista
CRM/GO: 2.975

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



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

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



Dr. Gleisson Pantaleão
Oftalmologista
CRM/GO: 13.493

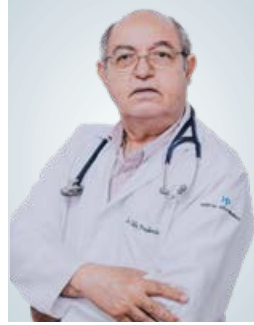
Hospital Frei Anacleto
Rua Tietê, 534.
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.
(64) 3495-1220 | (64) 3495-1040

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



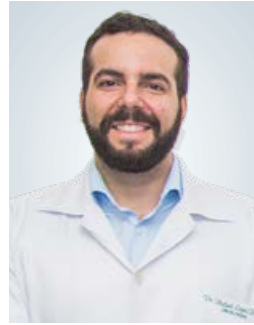
Dra. Mariana Araujo Vilela
Radiologia e diagnóstico por imagem
CRM: 27.266-GO | RQE: 14551

Ultra MedCenter
Rua Flauzino Domingos Silva, 20.
Bairro: Centro .
Itumbiara - GO.
(64) 3431-3111



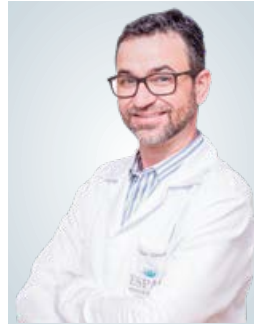
Dr. Odélio Vilarinho Prudencio
Geriatria | Clínica Médica
Medicina do Trabalho
CRM/GO: 23003 | RQE: 11709
Geriatria | RQE 13608

Hospital Odélio Prudêncio
Rua Mato Grosso, 1811.
Bairro: Centro.
Goiatuba-GO.
(64) 3495-5700



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. Wesley Santos Vinhadelli
Mastologia e Ginecologia
CRM/GO 12.654
RQE: 6224/6237

Clínica Espaço Médico e Odontológico
Rua: Dr. Valdivino Vaz, 48.
Bairro: Centro.
Itumbiara - GO.
(64) 3431-7588

Guia Médico

Fevereiro – 2022

PRINCIPAL META PARA 2022: + SAÚDE

Na noite do Réveillon costumamos fazer várias promessas e planos... Bom, já se passou o primeiro mês do ano, e como estão suas ações e estratégias para alcançar seus objetivos para 2022?

Se aumentar os cuidados com a saúde e qualidade de vida e/ou empreender e trazer crescimento para sua empresa ou ainda fazer bons negócios, estão entre suas metas, nossa edição de fevereiro vai te ajudar bastante nesses objetivos.

Muita informação, com conteúdos rigorosamente selecionados por profissionais altamente qualificados que atuam em nossa região, feita com muito carinho para você que é leitor de nossas edições mensais.

Vamos lá!!! Aproveite a leitura de nossas páginas e desfrute bastante de nosso conteúdo!

Os Diretores!

Realização

OR7

Editora e Marketing

Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins
Diretor Comercial: Onofre Neto
Fotos: Bruno Cardoso, Roover Almeida e João Victor Araujo
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. 99275-5299
Rua Floriano Peixoto, 212, sala 3
Centro | Itumbiara | GO | 75526-070
Revista Mais Saúde:
contato@rmaissaude.com
or7empresarial@gmail.com
www.rmaissaude.com
📷 📱 rmaissaude

Revista Stilo:
revistastilogoiatuba@gmail.com
www.revistastilo.com.br
📷 📱 stilo_revista



Sumário

10	ENTREVISTA	89	TRANSTORNO DO DÉFICIT DE ATENÇÃO COM HIPERATIVIDADE – TDAH
14	TRÍADE DA MULHER ATLETA E RED-S	92	ENTENDA POR QUE BANCOS CENTRAIS TÊM COGITADO USO DE MOEDAS DIGITAIS PELO MUNDO
17	O QUE É DOR PÉLVICA CRÔNICA?	97	CUIDADOS BASICOS PARA UM PASSEIO SEGURO COM SEU PET
18	EXAME DOS OLHOS TAMBÉM É COISA DE PEDIATRA	103	FIBROADENOMAS: O QUE SÃO?
20	ENTREVISTA	105	ANÁLISE DE PERFIL COMPORTAMENTAL PARA ORIENTAÇÃO DE CARREIRA
29	DISTURBIOS DO SONO COMUNS NA TERCEIRA IDADE	106	DESPIGMENTAÇÃO DE SOBRANCELHAS A LASER
33	O QUE É O MODELO DIR®/ FLOORTIME™ ?	109	A SAÚDE COMEÇA PELA BOCA
35	O PAPEL DA FISIOTERAPIA NA RECUPERAÇÃO DA CIRURGIA PLÁSTICA	114	CERATOCONE
39	LESÕES NO JOELHO: O QUE SABER SOBRE ELAS?	116	O QUE ESPERAR DO MERCADO IMOBILIÁRIO EM 2022
42	ADOLESCÊNCIA: A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE FÍSICA E MENTAL	120	GUSTAVO CERBASI: CASAIS SÓ TÊM A GANHAR AO PLANEJAR FINANÇAS JUNTOS
44	MULHERES QUE INSPIRAM	125	NOSSOS DENTES - SOB PERIGO POR TODOS OS LADOS
47	DICAS IMPORTANTES PARA QUEM VAI PEGAR A ESTRADA NAS FÉRIAS	128	GIGANTE CHINESA GREAT WALL MOTORS É A MAIS NOVA MONTADORA A SE INSTALAR NO BRASIL
53	COVID-19 CAUSA TROMBOSE CEREBRAL?	134	TODA DOR DE CABEÇA É UM TUMOR CEREBRAL?
56	VAMOS FALAR UM POUCO SOBRE A TÃO CONHECIDA CÓLICA DO LACTENTE?	136	ENTREVISTA EMPREENDEDORA PREMIUM
65	DOR		
69	VOCÊ SABE QUAIS SÃO OS SEUS DIREITOS NA UNIÃO ESTÁVEL?		
84	REPOSIÇÃO HORMONAL CAUSA CÂNCER?		

ENTREVISTA



**DRA. CAROLINA
RODRIGUES PARREIRA**

CRM/GO: 20710 | RQE: 14452
Pediatra.

**DR. FREDERICO
CALEGARI GUIZZETTI**

CRM/GO: 20.271 | RQE: 15061 | Teot: 17124
Médico;
Ortopedia e Traumatologia;
Membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e
Traumatologia;
Especialista em Pé e tornozelo.



Nessa edição trouxemos uma entrevista com o jovem casal de médicos Dr. Frederico Calegari Guizzetti, ortopedista e Dra. Carolina Rodrigues Parreira, pediatra. Eles falaram um pouco sobre a paixão pela profissão e tiraram algumas dúvidas de nossos leitores dentro de suas respectivas áreas.

Quando vocês decidiram seguir as respectivas áreas de atuações de vocês dentro da medicina e por quê?

Dr. Frederico - *Me formei na Universidade de Uberaba em 2015 e me especializei em Ortopedia e Traumatologia e, após, em Cirurgia do Pé e Tornozelo pela UFU (Universidade de Uberlândia). Sou membro da Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia desde 2020.*

Ao terminar o curso de Medicina, estava em dúvida diante das várias opções de carreira e confesso

que inicialmente tinha medo em fazer a residência de Ortopedia /Traumatologia devido a carga horária intensa. Sendo assim, trabalhei durante 1 ano e após esse período consegui entrar em uma boa residência e, hoje, sou realizado devido a isso.

Dra Carolina - *Me graduei em Medicina pela Universidade de Uberaba em 2015 e fiz residência médica em Pediatria pela Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto (FAMERP) por mais 3 anos.*

Dr. Frederico, você tem alguma especialização dentro da ortopedia? Fale um pouco sobre quais patologias e áreas ela atua.

Dr. Frederico - *Após terminar a residência em Ortopedia e Traumatologia, resolvi fazer sub especialização em Pé e Tornozelo, o qual cursei com grandes profissionais na área no Hospital das Clínicas de Uberlândia por 2 anos. Dentre as patologias mais*



conhecidas do pé e tornozelo estão: *Hálux Valgus (Joanete)*, dor no tornozelo, fascíte plantar / esporão, entorses de tornozelo, fraturas no pé em geral, pé plano, pé diabético e fratura por stress.

Qual as diferenças entre fascíte plantar e esporão, e respectivamente suas formas de tratamento?

12, Dr. Frederico - *A dor no calcâneo é uma condição comum na população e um dos principais motivos de atendimento ortopédico. Embora tenha causas diversas, as mais frequentes são a fascíte plantar e o esporão de calcâneo. Na fascíte plantar há uma alteração degenerativa no músculo que se estende do osso calcâneo aos dedos (fascia plantar), gerando processo inflamatório doloroso. No esporão de calcâneo há um crescimento ósseo (osteofito) próximo da fâscia plantar, motivado pela tração dos músculos*

flexores do pé.

Quem possui fascíte plantar também pode apresentar esporão de calcâneo e costuma sentir dor na parte posterior do pé (calcânhar), com irradiação para toda planta do pé (região que toca o solo). Já no esporão, é somente o calcânhar que dói. A dor surge logo nos primeiros passos do dia, ao levantar-se da cama, devido ao longo período em que os pés permaneceram em flexão plantar e relaxados, durante o sono. Há relatos de dor também durante a prática esportiva ou a permanência em pé por longos períodos.

Dra. Carolina, o que mais te encanta na pediatria?

Dra. Carolina - *Eu me encantei pela pediatria desde o primeiro contato que tive na faculdade. Foi fácil escolher o caminho que seguiria dali para fren-*



te, sem dúvidas. Nunca me vi frente a outras opções dentro do meu curso. É difícil falar o que mais me encanta dentro da pediatria, mas o contato com as crianças, a pureza delas, o carinho que recebo são fatores que me fazem ter a certeza do caminho que escolhi.

Qual seu posicionamento em relação a vacinação das crianças contra a covid19?

Dra. Carolina - Em relação a vacinação das crianças contra a Covid 19, enquanto pediatra sou totalmente a favor, assim como as Sociedades Brasileiras de Imunizações (SBIIm), Pediatria (SBP) e Infectologia (SBI). Já foi comprovado que os benefícios da vacinação na população pediátrica entre 5 e 11 anos, no contexto atual da pandemia superam qualquer eventual risco relacionado à vacinação.



De acordo com dados fornecidos pelo Ministério da Saúde, a carga da doença na população brasileira de crianças é relevante, incluindo muitos casos de hospitalização e até óbitos pela doença, além de sequelas graves como a Síndrome Inflamatória Multissistêmica Pediátrica (SIM-P).

Para você, qual o segredo para ser uma boa pediatra?

Dra. Carolina - Acredito que um bom pediatra é aquele que sabe se relacionar não só com a criança, mas com a família como um todo. É ter o cuidado em esclarecer as dúvidas e tentar aliviar as angústias dos pais ou responsáveis, assim como conhecer as peculiaridades de cada família. Isso ajuda a compreender melhor o que se passa com a criança.

Tríade da mulher atleta e RED-S

A deficiência de energia relativa no esporte corresponde a uma síndrome clínica decorrente de um desbalanço entre energia disponível e energia demandada. Em situações que a energia ingerida é gasta nos treinos e não é suficiente para manter o funcionamento do organismo de forma saudável, há risco de ocorrer complicações em órgãos e sistemas.

As primeiras alterações foram observadas em mulheres atletas e por isso denominada inicialmente de “Tríade da Mulher Atleta”. Tal síndrome é caracterizada por: baixa disponibilidade energética (podendo ou não vir associada a transtornos alimentares), irregularidade menstrual e baixa densidade mineral óssea.

Com o tempo observou-se que a deficiência relativa de energia também poderia acometer homens e outros órgãos e sistemas! Dessa forma, passou a ser denominado de RED-S (Relative Energy Deficiency in Sport)

Consequências:

- Alterações hormonais;
- Irregularidade menstrual;
- Perda de densidade mineral óssea;
- Anemia;
- Retardo no crescimento e desenvolvimento em crianças e adolescentes;
- Alterações cardiovasculares e gastrointestinais;
- Redução da imunidade;

- Distúrbios alimentares;
- Aumento no risco de lesões;
- Redução da coordenação e força muscular;
- Resposta diminuída aos treinos.

Esportes com biotipo magro e menor percentual de gordura como objetivo dos atletas para melhor performance tendem a ter maiores riscos. A menor ingestão de calorias não traz resultados melhores e mais rápidos, ao contrário esse déficit de energia pode ser perigoso tanto para a performance quanto para a saúde.

Atenção: Não são apenas atletas profissionais os acometidos, atletas recreacionais também têm risco e devem manter uma dieta que possa suprir as demandas do organismo além dos treinos.

É de extrema importância o acompanhamento nutricional adequado para que a demanda energética do treinamento seja atingida com a alimentação e, por vezes, suplementando! Qualquer desequilíbrio entre gasto energético e consumo pode ser prejudicial à saúde. É preciso ter cuidado com dietas de restrição calórica, ou restrição de alimentos como os carboidratos.



DRA. NATÁLIA PACHECO

CRM/GO 16.253 / RQE 12182

Médica do Esporte / Nutrologia Clínica e Esportiva;

Residência Médica em Medicina do Exercício e do Esporte pela Unifesp;

Pós Graduação em Nutrologia pela Associação Brasileira de Nutrologia;

Doutoranda em Ciências da Saúde, Unifesp;

Atuação em Campeonatos Mundiais pelo Comitê Paralímpico Brasileiro e também avaliação pré participação dos atletas da Federação Paulista de Futebol.

14,



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





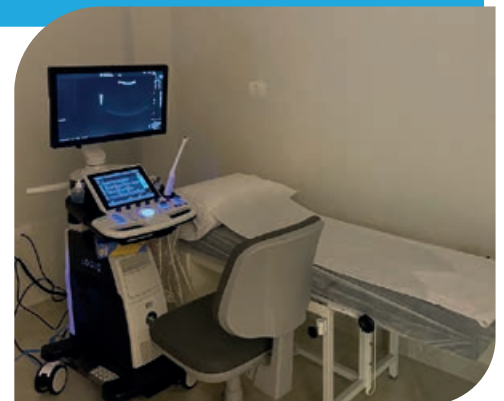
CHEGOU EM ITUMBIARA

A SUA NOVA CLÍNICA DE
ULTRASSONOGRRAFIA

- ✓ Excelência em diagnósticos
- ✓ Atendimento humanizado
- ✓ Qualidade dos serviços
- ✓ Equipe experiente
- ✓ Equipamentos de última geração

VENHA REALIZAR SEUS EXAMES DE ULTRASSOM COM A GENTE!

Ultrassom Geral • Ultrassom Medicina Interna • Ultrassom Ginecológico
Ultrassom Obstétrico • Ultrassom Musculoesquelético
Ultrassom com Doppler Colorido • Ultrassom Doppler Vascular



AGENDE SEU EXAME
SEM FILA E SEM ESPERA



(64) 3431-3111

WWW.ULTRAMEDCENTER.COM.BR

Rua: Flauzino Domingos Silva, 20 | ST. Central | Itumbiara/GO

RESPONSÁVEL TÉCNICO:
Dra. Mariana Araujo Vilela
Médica Radiologista Titular do CBR
CRM-GO 27266
RQE 14551



La Vitta

Saúde & Bem-Estar



Um Lindo Sorriso FAZ TODA A DIFERENÇA

A ORTODONTIA PREVINE PROBLEMAS SÉRIOS COMO: DORES NA MANDÍBULA E DE CABEÇA, ALÉM DE PROPORCIONAR UMA MELHORA ESTÉTICA. NÃO ESPERE PARA COMEÇAR O SEU TRATAMENTO.

TRATAMENTO ORTODÔNTICO COM FINALIZAÇÃO ESTÉTICA

O tratamento ortodôntico visa promover saúde e bem-estar ao paciente. Apresenta benefícios como melhora da estética, da autoestima e do desenvolvimento da correta função mastigatória, onde problemas de relacionamento entre as duas arcadas (maxila e mandíbula) podem estar presentes. Com o diagnóstico correto e um bom planejamento do tratamento, conseguimos excelentes resultados.

Na Clínica La Vitta Saúde & Bem-Estar, trabalhamos com todos os tipos de tratamento ortodôntico, desde o tratamento convencional até o uso da tecnologia mais avançada presentes no INVISALIGN (revolucionário aparelho ortodôntico, transparente, discreto, confortável e inovador).

A Odontologia estética é uma importante área da

odontologia, que tem como objetivo a harmonização entre os dentes, os tecidos bucais e a face de um modo geral, tornando todo o conjunto simétrico e com um visual agradável, devolvendo a autoestima do paciente.

A associação do tratamento ortodôntico para distribuição dos espaços dentais e a finalização estética com a confecção de restaurações dentais, para devolver as proporções dentárias corretas harmonizando o sorriso, nos traz um prognóstico bastante favorável para o tratamento como um todo, onde estética e função trabalham juntas.

Venha nos fazer uma visita e conhecer o melhor da Odontologia na Clínica La Vitta Saúde & Bem-Estar.

Dra. Luciana Salles Amadeu

Odontologia Estética CRO 8994 -GO

Dra. Julianne Mortoza Lacerda Moreira

Ortodontista (Invisalign Doctor) CRO 13835-GO



Rua Mato Grosso, nº 159.
Alto da Boa Vista
Clínica La Vitta Saúde
& Bem-Estar
Itumbiara-GO



La Vitta
Saúde & Bem-Estar



(64) 34339590



(64) 99966-0220

O que é dor pélvica crônica?



A doença pode acometer homens e mulheres e causa disfunção sexual em ambos.

A dor pélvica crônica tem um forte impacto negativo sobre a qualidade de vida integral dos indivíduos. É caracterizada por uma dor crônica localizada na pelve com duração maior que três a seis meses.

Os sintomas mais comuns no homem são dor ou desconforto no períneo, área suprapúbica, pênis e testículos, além de disúria (dor ao urinar) e dor ejaculatória. Pode haver também sintomas urinários obstrutivos como fluxo lento, intermitente e irritante, com aumento de frequência e/ou urgência. É comum a disfunção sexual em ambos os sexos.

“Após uma anamnese meticulosa, o tratamento costuma ser multidisciplinar”. Sistemicamente, os portadores de dor pélvica crônica apresentam mialgia (dor muscular), artralgia (dor articular) e fadiga inexplicada. Alguns pacientes têm uma variante de cistite intersticial (irritação ou inflamação da parede da bexiga) e/ou síndrome da dor vesical com desconforto predominante na bexiga associada a problemas de micção.

Nas mulheres, a síndrome pode ter CAUSAS GINECOLÓGICAS:

- Endometriose;
- Adenomiiose;
- Pólipo;
- Prolapso genital;
- Mioma uterino;
- Varizes pélvicas;
- Aderências pélvicas;
- Doença inflamatória pélvica.

E CAUSAS NÃO GINECOLÓGICAS:

- Síndrome do cólon irritável;
- Constipação crônica;

- Hérnias;
- Cistite intersticial;
- Litíase urinária (cálculo renal);
- Desordens psicológicas;
- Alterações musculoesqueléticas.

As mulheres se referem a uma dor na região do abdome inferior que pode se estender por toda a pelve. Após uma anamnese meticulosa, o tratamento costuma ser multidisciplinar. O impacto da dor e seu tratamento sobre a função sexual também precisa ser avaliado.

Tratamento: A fisioterapia pélvica trabalha com recursos terapêuticos manuais (relaxamento), liberação miofascial, reeducação postural global, massagem perineal, termoterapia, eletroterapia (TENS), cinesioterapia e biofeedback negativo, para:

- Normalizar o tônus muscular (estado de tensão) em repouso;
- Reeducar os músculos de assoalho pélvico para serem utilizados com força adequada;
- Educar padrões de movimento eficiente e a facilitação do retorno dos pacientes às atividades funcionais;
- Acrescentar uma terapia comportamental.



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



Exame dos olhos também é coisa de pediatra



Estamos acompanhando o drama vivido pelo Tiago Leifer e sua esposa Daiana Garbin, cuja filha foi diagnosticada com um câncer raro em ambos os olhos, o retinoblastoma.

Eles tem usado as redes sociais para abordar a necessidade dos exames de rotina, imprescindíveis para o diagnóstico precoce de doenças que acometem o olho.

O exame realizado de rotina para avaliação dos olhos é o Teste do Reflexo Vermelho ou teste do olhinho.

Através desse teste podemos detectar alterações no reflexo normal do olho, que nos ajudarão a detectar doenças como: catarata congênita, glaucoma congênito, retinoblastoma, leucoma, retinopatia da prematuridade, descolamento de retina e inflamações intraoculares.

Mas, o exame dos olhos e o teste do olhinho devem continuar sendo realizados de rotina nas consultas pediátricas.

A Sociedade Brasileira de Oftalmologia Pediátrica e a Sociedade Brasileira de Pediatria recomendam:

Avaliação pelo pediatra:

O teste do olhinho deve ser feito pelo pediatra nas primeiras 72h de vida ou antes da alta da maternidade.

Além disso, o teste deve ser repetido durante as consultas de rotina pelo menos 3 vezes ao ano nos 3 primeiros anos de vida.

Alterações percebidas ao exame ou a impossibilidade de visualização devem ser encaminhadas ao oftalmologista.

Avaliação pelo oftalmologista:

Dos 6 aos 12 meses deve ser realizado exame oftalmológico completo pelo oftalmologista;

Dos 3 a 5 anos (idealmente aos 3 anos) também deve ser realizado exame oftalmológico completo pelo oftalmologista.

A partir dos 5 anos recomenda-se visitas anuais ao oftalmologista.

É muito importante que a família fique atenta a sinais suspeitos como alteração no reflexo dos olhos - tipo “olho de gato”, alterações na movimentação do olho, de forma, coordenação, presença de estrabismo ou irritações.

O pediatra é o médico que terá contato mais próximo com a criança e sua família e o exame físico completo, incluindo avaliação ocular é fundamental.



Dra. Caroline Teles Pediatra

CRMGO: 11.052 | RQE: 14.576

Formação pela Universidade Federal de Goiás (UFG);

Membro da Sociedade Brasileira de Pediatria;

Consultoria de amamentação e laserterapia;

Dificuldades alimentares, sono e educação parental.

18,



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



Projeto Verão

Dê um play
no **verão dos
seus sonhos!**

Portobello
shop

Berliner Weiss

Boreal Natural

Sunset Rio



Acesse o QR Code
e conheça mais das
linhas Portobello Shop.

Portobello Shop Itumbiara
Rua Franklin Xavier, 285 - Centro | 64 | 99660.9334



ENTREVISTA

Adélia Cristina Fernandes Silva
Proprietária - Hum Cafézim

Hum Cafezim

Nessa edição trouxemos uma entrevista exclusiva com a empreendedora, professora universitária, bióloga, coordenadora do curso de medicina da Unicerrado e mãe coruja da pequena Ana Luiza

de 5 anos. Adélia Cristina Fernandes vem fazendo muito sucesso com a “Hum Cafezim” na cidade de Goiatuba, com um novo conceito em Cafeteria na região.

Como surgiu a ideia de empreender na cidade de Goiatuba, e qual o principal segredo do rápido sucesso do Hum Cafezim?

Adélia Cristina Fernandes - Goiatuba é a cidade em que nasci e cresci. Fiquei um tempo fora, para estudar e, assim que concluí meu pós-doc (2014) eu voltei em definitivo para morar aqui. Vejo que Goiatuba é uma cidade que tem um grande potencial para abrigar diversos segmentos que vemos somente nas capitais ou em cidades maiores. Frequentar cafeterias sempre foi um hábito pra mim. Em todas cidades que eu visitava, eu buscava por cafeterias no Google, Waze, Instagram, para que pu-

desse ir e conhecer. Adoro aquele ambiente, único das cafeterias, com seus cardápios próprios, que geralmente seguem uma linha comum. Sentar em um lugar agradável, ouvindo uma boa música de fundo, apreciando um bom café e uma boa comida, pra mim é algo incrível, não abro mão. Justamente por apreciar esses momentos, sentia falta de um ambiente assim, aqui na nossa cidade. Sempre pensava que alguém poderia abrir uma cafeteria aqui e, depois de pensar muito e amadurecer a ideia, resolvi empreender e tornar essa vontade em uma realidade. Foram quase dois anos planejando, estudando e executando o projeto. Em agosto de 2021, consegui abrir





as portas, tentando oferecer experiências únicas aos meus clientes. A ideia foi trazer para Goiatuba comidas e bebidas que, em sua grande maioria, temos a possibilidade de consumir somente quando visitamos grandes centros. O foco da cafeteria é trabalhar com cafés especiais que, em uma escala de classificação, representa o que há de melhor em qualidade de café. A Hum Cafezim é a primeira e única cafeteria de cafés especiais da região. Aqui oferecemos um café de excelente qualidade, com grãos selecionados, de uma torra adequada e moídos na hora do preparo. Além do café especial, também desenvolvemos um cardápio que prioriza a qualidade, sabor e autenticidade. Nossos produtos são, em sua maioria, produzidos na própria cafeteria, com receitas que foram desenvolvidas pela chefe de cozinha Fernanda Veloso ou mesmo por testes de receitas desenvolvidas pelas minhas funcionárias e por mim. Aqueles produtos que não são produzidos aqui, são desenvolvidos por empresas de excelência, como os croissants e pães, de fermentação natural, as quiches, esfirra de camarão, etc.

Conte-nos um pouco da sua história profissional.

Adélia Cristina Fernandes - Logo que me formei em Ciências biológicas, iniciei a docência no ensino fundamental e médio, em escolas aqui da cidade de Goiatuba. Paralelamente a carreira docente, continuei os estudos a fim de me especializar e poder exercer a docência no ensino superior. Em 2007, iniciei o mestrado na área de genética na UFG e também comecei a dar aulas na Fafich. Terminando o mestrado já emendei o doutorado, também na área de genética, na UFG, que durou 4 anos. Em 2013 fiz concurso e fui aprovada, passando a ser então servidora efetiva da UniCerrado, que na época ainda era Fafich. Pouco tempo depois, fui convidada para fazer pós-doutorado na Embrapa, o qual concluí em 2014. Nesse mesmo ano, após a conclusão do pós-doc, retornei para Goiatuba, vindo em definitivo. Assim, me dediquei exclusivamente a carreira docente. Em 2018 fui convidada para ser diretora adjunta do curso de Medicina, que iria abrir na UniCerrado. Desde então, tenho me dedicado a gerir o curso, lidando com desafios diários e tentando sempre dar o meu melhor. Além da direção do curso, ministro aulas na disciplina de Genética Geral.

Você além de empresária é professora universitária, coordenadora do curso de medicina da Unicerrado e, principalmente, mãe. Como dividir e obter sucesso em todas as áreas?

Adélia Cristina Fernandes - Não é fácil conciliar tudo. Muitas pessoas me perguntam como consigo lidar com muitas atividades, ao mesmo tempo. Posso dizer que, no começo, tudo tem suas dificuldades, pois você está se adaptando a nova realidade ou ao novo desafio. Acho que manejar seu tempo e planejar tudo que você tem que fazer ao longo do dia, das semanas, meses e anos, é a chave para conseguir conciliar tudo. E planejar, organizar e executar, com excelência, ao meu ver, é a chave para o sucesso. Além disso, é fundamental reconhecer suas dificuldades e fraquezas e buscar melhorar e evoluir. Não é possível ser bom em tudo, mas tentar ser o melhor naquilo que você se dispõe a fazer é imprescindível. Além de tudo, só consigo conciliar minhas atividades, por que tenho uma rede de apoio e equipes que são





fundamentais nesse processo. Na UniCerrado tenho uma equipe de coordenadores, professores e gestores, excelentes. Na cafeteria, minha equipe está apta para executar os processos mesmo na minha ausência. Minha família me dá um suporte essencial nos cuidados com minha filha. Então, manejar o tempo, planejar e executar bem suas atividades, ter uma rede de apoio e também equipes bem treinadas, permite que se execute várias tarefas nas diferentes áreas.

Quais os principais objetivos e metas da Hum Cafezim para esse ano?

Adélia Cristina Fernandes - Ao idealizar a Hum Cafezim, meu maior objetivo era oferecer experiências a quem ali frequentasse. Queremos que nossos clientes, que acabam se tornando nossos amigos, vivam momentos que vão além do cardápio. Nas nossas mesas, presenciamos amigos que se encontram para colocar a conversa em dia, profissionais de diferentes áreas falando sobre os negócios, famílias que tiram um tempinho para apreciar um café da tarde diferente do seu habitual de casa e até mesmo aqueles que vão sozinhos, para comer e beber algo de qualidade. Nosso objetivo maior é justamente esse, proporcionar encontros e momentos, acompanhados de um bom café, boas comidas e bebidas que só se vê aqui. Para esse ano, temos também como objetivos e metas, lançar novos itens no cardápio, expandir nas redes sociais, captar novos clientes e melhorar os pontos que ainda precisamos ajustar.



*Todo Dia é Dia de
Hum Cafezim*



Av. Presidente Vargas, 350. Sala 01. (Ao lado do Barrocos Hotel) - Goiatuba/GO

BURDZ

FOR MEN

Aberto

M O D A M A S C U L I N A
S O F I S T I C A D A E M O D E R N A






BURDZ

FOR MEN

Rua Minas Gerais, 411
Centro | Goiatuba | Goiás

 64. 99903 2124

 @burdzoficial

KING&JOE

FORUM

TOMMY
JEANS

ELLUS



HOSPITAL ODÉLIO PRUDÊNCIO

UMA GRANDE ESTRUTURA
PARA ATENDER VOCÊ
cada vez melhor.

**UM HOSPITAL
COM EXCELÊNCIA
EM ATENDIMENTO**

64. 3495 5700

Rua Mato Grosso, 1811
Centro
Goiatuba | Goiás

DISTURBIOS DO SONO COMUNS NA TERCEIRA IDADE



INTRODUÇÃO: O sono é necessário para a preservação de inúmeras funções biológicas relacionadas com o bem-estar físico e mental dos idosos. Quem não dorme bem tende a apresentar problemas de concentração, memória, relacionamento social, redução da qualidade de vida, incluindo incidência maior de distúrbios de ansiedade e depressão, além de risco maior de se envolver em acidentes automobilísticos, e até mesmo aumento da mortalidade geral para os que dormem menos de 5 horas. O envelhecimento humano traz modificações previsíveis nas funções cerebrais, na organização temporal dos ritmos biológicos e nas características do sono dos indivíduos normais, porém é errôneo acreditar que a pobre qualidade de sono é inerente ao envelhecimento e não pode ser evitada.

EPIDEMIOLOGIA: Os distúrbios do sono afetam mais da metade das pessoas acima de 65 anos de idade que vive na comunidade e 70% dos institucionalizados, a depender da região pesquisada (Mazzotti e cols., 2012).

ACHADOS CLÍNICOS: No envelhecimento ocorrem alterações fisiológicas na arquitetura do sono, como: Prolongamento da latência - o idoso demora mais para iniciar o sono; Redução da porcentagem do sono profundo, substituído pelos estágios superficiais; Aumento do número de mudanças dos estágios do sono durante a noite com superficialização do sono; Maior facilidade para despertar com pequenos estímulos ambientais e diminuição da eficiência do sono; Os despertares são mais frequentes e duradouros e o sono se torna fragmentado. Os movimentos periódicos dos membros são episódios repetitivos de movimentos estereotipados dos membros inferiores durante o sono.

DIAGNÓSTICO: Anamnese, exame físico, avaliação clínica, avaliação imediata do sono e acompanhamento diário do sono. Os exames complementares mais utilizados são a actigrafia e a polissonografia. A avaliação geriátrica ampla (AGA) auxilia bastante a análise clínica, devendo

ser dada atenção especial a distúrbios de ansiedade e humor, história medicamentosa, história familiar de insônia, condições sociais, sinais clínicos sugestivos de apneia do sono e parkinsonismo.

TRATAMENTO: O tratamento não farmacológico da insônia compreende: higiene do sono (evitar o uso de cafeína e álcool, controlar o isolamento acústico e a temperatura do quarto e evitar assistir TV na cama), terapias de relaxamento, controle de estímulos e restrição do sono. O tratamento farmacológico: Iniciar sempre pela dose mínima e ir progredindo de acordo com a eficácia do tratamento e os efeitos colaterais que por ventura apareçam. Os medicamentos devem ser utilizados pelo menor tempo possível, evitando o uso diário e reavaliando sua necessidade sempre que possível.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: Uma das queixas mais frequentes entre os idosos, a insônia se revela uma condição complexa, multifatorial e com diagnósticos e condutas bastante diferenciadas a depender da situação. Entender sua complexidade e conduzir o caso direcionando-se para o alvo correto do problema torna possível melhorar a satisfação do idoso e de seus familiares, além de promover menos iatrogenia.

Ref. Bibliog.: 1-Geriatria/ Organização Lucas Rampazzo e colaboradores Medbook, Rio de Janeiro-RJ, 2020
2-Ancoli-Israel S. Epidemiology of sleep disorders. Clin Geriatr Med. 1989; 5 (2): 347-62
3-Geriatria Prática Clínica/ organização Paulo de O. Duarte, José R. G. Amaral-1. Ed.-Barueri-SP: Manole, 2020.



**HOSPITAL
ODÉLIO PRUDÊNCIO**

Dr. Odélio Vilarinho Prudencio

CRM-GO: 23003 | RQE N°: 13608 | RQE N° 11709
Geriatria;
Medicina do Trabalho.





15 DE FEVEREIRO

*Dia Internacional de Luta
Contra o Câncer Infantil*

AMOR E DIAGNÓSTICO
PRECOCE PODEM SALVAR VIDAS!

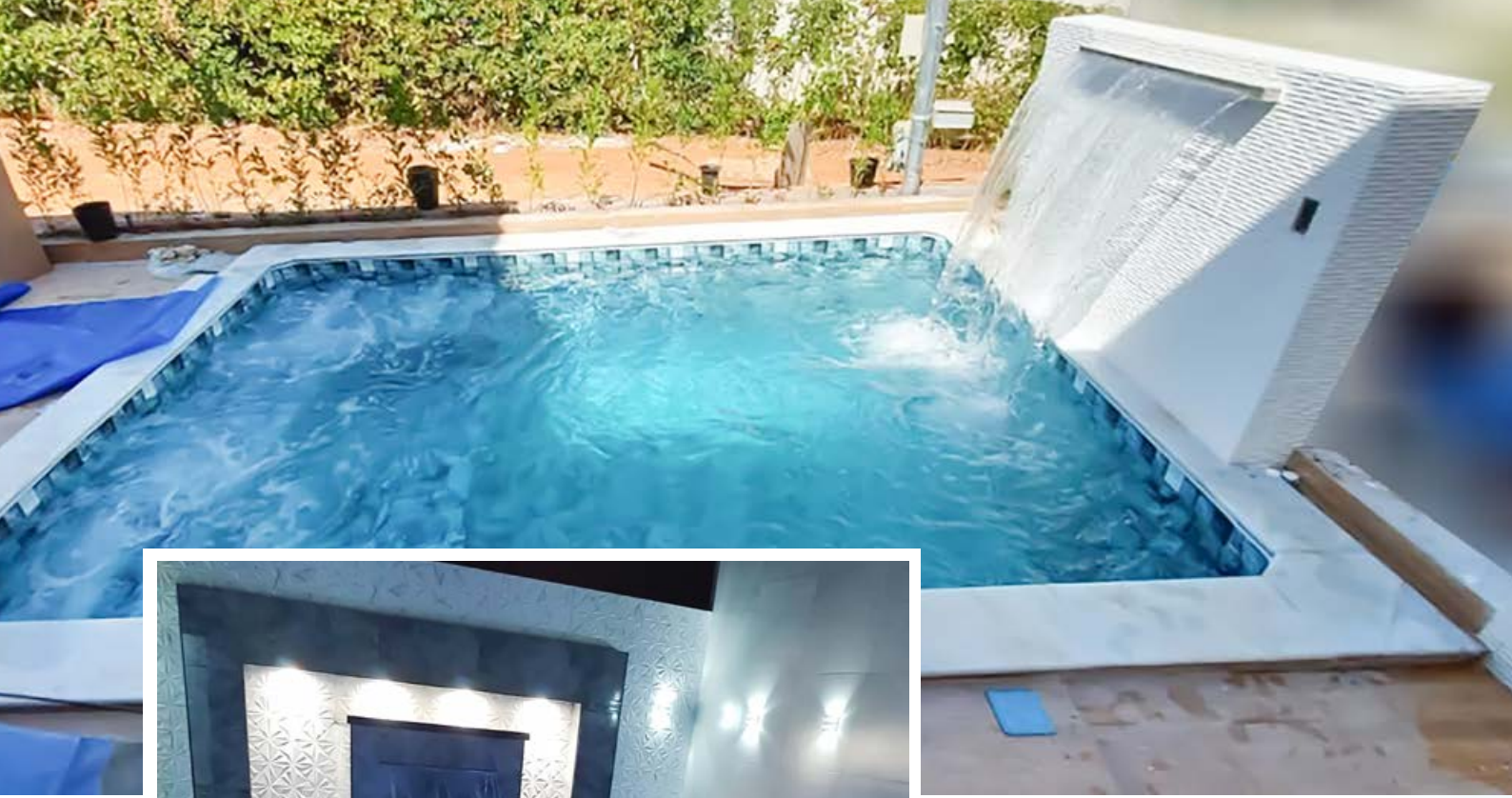
Revista
Stilo
& SAÚDE

revista
SAÚDE

Revista
CASA
Premium



OR7
Editora e Marketing



CRISTAL PISCINAS

Um novo conceito em piscinas

Distribuidor
Exclusivo



📍 Av. Presidente Vargas, 1717 - Goiatuba/GO
☎️ 64 | 3495 - 4567
🌐 www.cristalpiscinasgoiatuba.com.br

📍 Av. Afonso Pena, 1127 - Itumbiara/GO
☎️ 64 | 3404 - 1404

O QUE É O MODELO DIR®/FLOORTIME™ ?



O modelo DIR®/Floortime™ foi criado no final da década de 1980 por pesquisadores norte-americanos para ajudar as crianças a se desenvolver, principalmente as que estão no espectro do autismo. A sigla vem do inglês Developmental, Individual Difference, Relationship-based Model e significa “Desenvolvimento funcional emocional; diferenças individuais e de relacionamento”. Por isso, esse modelo terapêutico visa o desenvolvimento das crianças com alguma alteração no desenvolvimento da sociabilidade, como é o caso do autismo, respeitando as diferenças individuais e as suas relações interpessoais.

O objetivo é ajudar essas crianças a utilizar suas capacidades levando em conta a etapa do desenvolvimento em que se encontram. E também como processam as informações que recebem do meio em que vivem. Por isso, visa na formação das competências sociais, emocionais e intelectuais.

➤ **Como funciona?** Esse método é uma terapia baseada em relacionamento para crianças com autismo. A intervenção é chamada Floortime porque os pais ou terapeutas se sentam no chão com a criança para brincar e interagir em seu nível. O método DIR®/Floortime™ pode ser uma alternativa a Terapia ABA ou ser usado como complemento. O objetivo é que os adultos ajudem as crianças a expandir seus “círculos de comunicação”. Terapeutas e pais se envolvem nas atividades e nos jogos da criança.

O método DIR®/Floortime™ foca na criança como um ser único e respeita a sua individualidade e limitações. É uma forma de sistematizar a brincadeira com a criança e proporcionar sua progressão sobre as etapas do desenvolvimento. Pode ser aplicada por profissionais de diferentes áreas como psicólogos, fonoaudiólogos, pedagogos e terapeutas ocupacionais. Mas, a participação da família é fundamental para ser efetiva.

➤ **Algumas estratégias do modelo:** Os terapeutas ensinam aos pais a direcionar seus filhos para interações cada vez mais complexas. O método não funciona isoladamente em habilidades de fala, motoras ou cognitivas. Ele foca no desenvolvimento emocional e incentiva as crianças a se esforçarem ao máximo.

O Floortime é uma das estratégias e significa “tempo de chão”, onde o terapeuta ou professor segue os interesses emocionais da criança e a desafia a estimular suas capacidades sociais, emocionais e intelectuais. As sessões com o método incluem

treinamento para pais e cuidadores, bem como interação com a criança. Mas, ocorrem em forma de brincadeiras para promover o desenvolvimento ou a aquisição das habilidades. A criança lidera a interação e o terapeuta segue seus interesses e motivações. A interação é muito importante nesse processo. O autista e o terapeuta estabelecem uma relação que estimula a comunicação, mesmo que a criança ainda não fale. Podem ser realizadas interações por meio da música, movimento, arte, jogos ou até mesmo diálogos.

➤ **Seis marcos principais do método DIR®/Floortime™:** Há algumas habilidades importantes que as crianças precisam desenvolver. O método DIR®/Floortime™ se baseia nas seis fases do desenvolvimento que contribuem para o crescimento emocional e intelectual. São elas: **Autorregulação, atenção e interesse no mundo; intimidade ou envolvimento em relacionamentos; comunicação recíproca intencional; resolução de problemas de comunicação complexos; criação e elaboração de símbolos/ideias; construção de pontes entre os símbolos/ideias.**

➤ **Alguns benefícios do D.I.R.®/ Floortime™:** A criança autista passa a se manter calma e regulada; interage com os outros de forma espontânea; pode iniciar uma comunicação empática e consegue resolver conflitos sociais. Além disso, passa a assimilar, regular, responder e compreender sensações como o som, toque, e o planejamento e sequenciamento de ações e ideias. E por fim, melhora os relacionamentos da criança com seus pais, professores, terapeutas e colegas. Aprende também a ter mais autonomia.

➤ **Saiba mais sobre o assunto:** O modelo D.I.R.®/ Floortime™ foi criado por Stanley Greenspan e Serena Wieder nos EUA depois de anos de observações e estudos relacionados ao desenvolvimento infantil. Os pesquisadores unificaram o conhecimento de vários estudos e identificaram a importância e necessidade dos relacionamentos e do afeto para o aprendizado.

Referências: <http://www.icdl.com/floortime>
<https://www.autismspeaks.org/floortime-0>

Roberta Ferreira Ruguê

CRP: 09/7885

Psicóloga adulto e infantil;

Neuropsicóloga;

Especialista em Autismo e Desenvolvimento Infantil;

Terapeuta Dir Floortime em formação.

🏠 Rua Dr. Mário Guedes, 239, Centro, Itumbiara-GO

☎ (64) 3404-1351



"Esta cansado de pagar contas altas de energia elétrica e ver seu dinheiro ou parte do lucro da sua empresa ir embora com essa despesa mensal e que só aumenta? Na PH Consultoria temos a solução ideal para você **ECONOMIZAR** gerando sua própria energia elétrica."

FALE CONOSCO!



INVISTA NO SEU SONHO!

📍 Unidade 1 - Goiânia | Rua 11, nº 163, Qd 75 Lt 3E, Sala 3 - Setor Central
📞 62 3088-6404 📞 62 9.8118-3394

📍 Unidade 2 - Itumbiara | Rua Tiradentes, 112 - Centro
📞 64 3404-3249 📞 62 3088-6404 📞 64 9.9294-3506

📷 phconsultoria

📘 phconsultoriafinanceira

✉️ contato@consultoriaph.com.br

O papel da fisioterapia na recuperação da cirurgia plástica



Quando um paciente deseja melhorar algum aspecto do corpo por meio de um procedimento cirúrgico, ele precisa entender, também, a importância da **fisioterapia na recuperação da cirurgia plástica**. Isso se deve ao fato de que, após a cirurgia, é normal que apareçam efeitos colaterais, como a dor, os edemas, as equimoses e outros desconfortos provenientes do procedimento. É por meio da fisioterapia pós-cirúrgica que é possível minimizar as queixas e otimizar os resultados da cirurgia plástica, diminuindo o desconforto e os traumas na área operada. Cabe lembrar que a alta satisfação dos pacientes é, hoje, provavelmente, o critério mais importante na avaliação dos resultados dos procedimentos cirúrgicos. Daí vem a necessidade de os cirurgiões plásticos conhecerem os detalhes das técnicas fisioterapêuticas, para poder indicá-los como tratamento logo após uma cirurgia.

Tipos de fisioterapia na recuperação da cirurgia plástica: Podem ser utilizados vários tipos de fisioterapia na recuperação da cirurgia plástica, que vêm demonstrando eficácia e resultados positivos para a reabilitação do paciente. O tratamento pós-cirúrgico pode ser realizado no pós-operatório imediato ou tardio, tendo como objetivo prevenir: edemas; enfisema cutâneo; retrações cicatriciais; fibrose; lipoma; seroma; déficit de sensibilidade e contratura muscular.

Drenagem linfática manual: Algumas cirurgias plásticas pedem um tratamento complementar, que será de suma importância na recuperação mais rápida do paciente. A drenagem linfática manual é um procedimento recomendado em cirurgias plásticas como:

- lipoaspiração;
- abdominoplastia;
- ginecomastia;
- mamoplastia;
- blefaroplastia;
- ritidoplastia;
- lifting;
- dentre outros.

Ela é essencial no pós-operatório dessas cirurgias, pois ajuda na redução do inchaço causado pelos procedimentos, acelerando a regeneração da área. Outro grande benefício é a diminuição do processo inflamatório. Quando o organismo sofre um grande trauma, a tendência é que a área afetada retenha líquido. No caso de uma cirurgia plástica, o sangue, o soro fisiológico e as secreções são substâncias que podem se acumular.

Liberação tecidual funcional: A técnica de liberação tecidual funcional é um tratamento simples, indolor, não invasivo e de rápida resposta, que consiste na aplicação de uma pressão

suficiente para provocar um rearranjo na estrutura dos tecidos, orientando as fibras de cicatrização e de colágeno, prevenindo ou tratando, dessa forma, as fibroses e aderências.

Taping: A técnica de taping consiste na aplicação de fitas compressivas hipoalergênicas de algodão nas regiões operadas, de forma a mobilizar e orientar o processo cicatricial constantemente e em diferentes direções, modificando a estrutura do colágeno cicatricial. Age complementando os tratamentos manuais.

Cinesioterapia: Outra técnica utilizada dentro da fisioterapia é a cinesioterapia, que trabalha a parte funcional do corpo, com exercícios e alongamentos, caso haja alguma limitação de movimento, em função da cirurgia.

Ultrassonoterapia: Esta técnica utiliza a ultrassonografia (ondas sonoras) para exercer um efeito térmico ou atérmico sobre as células e tecidos da área operada. O mecanismo atua de diferentes formas no processo de cicatrização e/ou reparo de lesões. O efeito atérmico é indicado no pós-cirúrgico imediato, ou seja, na etapa da inflamação, que é uma fase dinâmica de reparo. Seu efeito tem uma importante contribuição na circulação sanguínea da área operada, facilitando a drenagem linfática. Todos os tratamentos fisioterapêuticos pós-cirúrgicos têm de ser realizados por uma equipe multidisciplinar e capacitada para exercê-los. A partir disso, as técnicas de fisioterapia têm muito a contribuir para o sucesso da cirurgia plástica e o bem-estar dos pacientes.

Fonte: <https://sbep-sc.org.br/artigos/o-papel-da-fisioterapia-na-recuperacao-da-cirurgia-plastica/>



Ananda Ribeiro

CREFITO: 331717-F

Fisioterapeuta UFG-Jataí;

Reabilitação Pós Cirúrgico;

Fisioterapeuta Intensivista;

Especialista Cardiopulmonar e Terapia Intensiva.

☎ 64 99281-4542

📷 @dranandaribeiro

✉ fisio.anandaribeiro@gmail.com



**HÁ 4 ANOS COMEÇAMOS A TIRAR DO PAPEL UM SONHO. QUE SÓ SE TORNOU POSSÍVEL GRAÇAS A SUA PARCERIA.
A EMPRESA EVOLUIU CONOSCO E NOS FEZ CRESCER DIARIAMENTE COMO PESSOAS. É, UM DESAFIO DIÁRIO, PORÉM EXTREMAMENTE PRAZEROSO.
POR ISSO, NO NOSSO QUARTO ANIVERSÁRIO AGRADECEMOS A TODOS OS NOSSOS CLIENTES E COLABORADORES POR MAIS UM ANO DE CONQUISTAS.**

RAVENNA
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

4 ANOS





FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM NUTRIÇÃO ESPORTIVA

RUA PADRE FÉLIX, 200 - CENTRO- ITUMBIARA-GO

(64) 3431-5566 | (64) 99665-5566 | www.ravenna.ind.br



SUPER VIRADA

U N I C R E D

A LINHA DE CRÉDITO
PARA AS SUAS DESPESAS
DO INÍCIO DO ANO.*

IPVA, IPTU, seguros e anuidade do conselho.

Fatura de cartões.

Material escolar e matrículas.

Viagens e muito mais.

Converse com o seu gerente.

64 3430-6819

Rua Dr. Valdivino Vaz Nº 10, Qd.45, Lt.10 - Centro - Itumbiara/GO

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

*Sujeito à análise de crédito

UNICRED 

Lesões no joelho: o que saber sobre elas?



Lesões no joelho são muito comuns e podem acontecer em pessoas de todas as idades. Existem diversos tipos de lesões no joelho, mas algumas são mais comuns do que as outras.

As lesões no joelho podem ser causadas por movimentos inadequados, quedas, pancadas e doenças preexistentes (ex.: a obesidade). É muito importante consultar o especialista assim que o paciente sentir algum sintoma, porque uma dor ignorada pode se transformar em algo maior e incapacitante. Procurar o atendimento médico especializado pode mudar o seu prognóstico!

• Rompimento do ligamento cruzado anterior (LCA)

A ruptura do LCA é a maior causa de cirurgia do joelho decorrente de traumas no esporte. Ela pode ocorrer por duas maneiras principais: com contato e sem contato. Na maioria delas, sem contato, o LCA rompe após a desaceleração abrupta durante um movimento de rotação do corpo, como num drible. Na lesão com contato, o LCA rompe após uma pancada, como após sofrer um “carrinho” no futebol. Em atletas, o tratamento é cirúrgico e consiste na reconstrução do LCA utilizando um enxerto de tendão retirado do próprio paciente.

• Condropatia patelar

Essa lesão é extremamente comum em mulheres. Muitas vezes, o paciente nem tem sintomas, e só vai descobrir quando a lesão está mais grave.

A patela é um osso sesamóide que tem o formato de uma roda, por isso ela também é chamada de rótula. Ela é superimportante no movimento de esticar o joelho. Por isso, quem tem condropatia patelar reclama de dor para movimentos que envolvem esticar o joelho, como subir e descer escada, levantar e correr.

A condropatia patelar é a lesão da cartilagem que protege o osso da patela. Na maioria das vezes, ela ocorre em virtude da sobrecarga diária do dia a dia. A lesão pode ocorrer também por conta de movimentos inadequados no esporte e por episódios de luxação da patela (i.e., quando a patela sai do lugar).

O tratamento não cirúrgico é o mais realizado, e envolve fisioterapia, viscosuplementação, plasma rico em plaquetas, entre outros. Para casos mais graves, com lesões grandes e profundas, pode ser necessário realizar transplante de cartilagem (ex.: mosaicoplastia, transplante homólogo), implante de condrócitos (i.e., células de cartilagem cultivadas em laboratório), implante de membranas de colágeno, osteotomias (cirurgias para corrigir deformidades) e artroplastias (cirurgia para implante de prótese de joelho).

• Lesão do menisco

O menisco é uma estrutura que serve para amortecer os impactos que o joelho sofre no dia a dia. Por conta disso, o menisco é constantemente sujeito a forças que o desgastam com o tempo, até o ponto que ele pode romper. Outra forma de se lesar o menisco é após algum trauma, que rasga o menisco.

As lesões por desgaste são normalmente tratadas sem cirurgia; i.e., com fisioterapia, viscosuplementação, plasma rico em plaquetas, etc. Já as lesões decorrentes de traumas frequentemente são tratadas com cirurgia, que pode ser sutura do menisco, meniscectomia ou transplante de menisco.

Se você já sentiu algum desses sintomas, não espere sua dor aumentar.

Faça uma visita ao médico especializado e realize o agendamento de exame para a certeza de que está tudo bem.



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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07





TREINOS COLETIVOS



UM LUGAR ONDE CORPO E MENTE TREINAM JUNTOS!

COACH
ROMÃO SOARES
Cref: 009463GO



@soulfenixcf

@romaosoares



64. 99308 9402

| 64. 3495 4258

Rua São Paulo, 758 – Centro – Goiatuba – GO

Adolescência: a importância da saúde física e mental



A maioria dos adolescentes consideram-se saudáveis. Contudo, muitos adolescentes, especialmente meninas, relatam frequentes problemas de saúde como dores de cabeça, dores de estômago, dores nas costas, nervosismo e cansaço, solidão ou desânimo. Esses relatos são comuns em regiões onde tende a ter um ritmo de vida mais acelerado e estressante.

Muitos problemas de saúde podem ser evitados e tem como causa o estilo de vida.

O exercício físico, ou a falta dele, afeta tanto a saúde física quanto a saúde mental. Os benefícios do exercício regular incluem maior força e resistência, ossos e músculos mais saudáveis, controle do peso e ansiedade e estresse reduzidos, bem como um aumento da autoestima, nas notas escolares e no bem-estar geral.

A privação do sono ente adolescentes tem sido chamado de epidemia. A privação do sono pode diminuir a motivação e causar irritabilidade, e a concentração e o desempenho escolar podem ficar afetados.

A boa nutrição é importante para sustentar o crescimento rápido dos adolescentes e para estabelecer hábitos alimentares saudáveis que vão persistir até a idade adulta.

O abuso de substâncias químicas é o uso prejudicial de álcool e/ou drogas. O abuso pode levar à dependência química, que pode ser fisiológica, psicológica ou ambas, e que provavelmente continuará na idade adulta.

A prevalência de depressão aumenta durante a adolescência. Uma média anual de aproximadamente 9% de adolescentes entre 12 e 17 anos experimentou pelo menos um episódio de depressão maior, e desses apenas 40% tinham recebido tratamento adequado.

Então é sempre importante ficarmos atentos, a adolescência é uma fase marcada por muitas mudanças e muitas delas podem ser difíceis de serem absorvidas. Nesse caso o recomendado é a procura por um profissional para ajudar na resolução desses problemas.



Caroline Oliveira

PSICÓLOGA
CRP - 09/15806

CRP: 09/15806

Psicóloga;

Atendimento Adulto e Infantil.



☎ (64) 99209-0860

✉ psicologacarolinesoliveira@gmail.com

Volte as Aulas

enxergando melhor




Antes das aulas levem as crianças para consulta de um oftalmologista.
A saúde ocular dos pequenos também merece atenção!

 **UNIÓTICA**
Uma nova visão do mundo!

 **64 3404.8103**
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)

Mulheres que Inspiram!

EMPREENDEDORISMO



Entrevista Mulheres que Inspiram

Fale um pouco sobre você.

Gisele Pinheiro - *Falar sobre a gente sempre é bem complexo, mas vamos lá: me chamo Gisele, sou casada há 14 anos, mãe de uma princesinha e de uma pet (risos)...sou graduada em Direito e Pedagogia. Trabalhei por 10 anos no Senac MG, entrei como auxiliar administrativa e lá fiz uma grande carreira, chegando a ser responsável pelo departamento comercial da instituição. No Senac aprendi tudo que sei, e agradeço a Deus por ter tido a oportunidade de fazer parte daquela instituição. Hoje me defino em 3 palavras: dedicada, exigente e atenciosa.*

Quando e como surgiu a ideia da Petra Calçados?

Gisele Pinheiro - *Em 2015 meu marido foi transferido para uma cidade chamada Pires do Rio, cidade bem pequena e sem muitas oportunidades de trabalho e nessa época eu era do setor comercial do Senac MG, atuando em diversas cidades de MG, mas residia em Uberlândia e com essa transferência precisei tomar uma atitude drástica, que foi deixar meu emprego e seguir meu casamento e assim fiz.*

44, *A ideia da Petra Calçados surgiu em 2016, quando já não aguentava mais ficar ociosa, pois sempre fui acostumada a trabalhar e lá eu ficava muito sozinha, então começamos a amadurecer a ideia de montar uma loja de calçados e já que meus pais tinham a fábrica nós começamos a idealizar nosso projeto. Nesse tempo meu marido foi transferido para Itumbiara, em março de 2017 nos mudamos, e dia 1 de abril de 2017 inauguramos a Petra*

Calçados. O nome da loja foi em homenagem a nossa filha de 4 patas, uma chowchow que sempre foi minha companheira nessa fase difícil.

Qual foi (ou é) o maior desafio que você encontrou ao longo dos anos dentro da empresa?

Gisele Pinheiro - *Desafio é o que não faltou na minha história. Na verdade, tudo é complicado para o pequeno empreendedor. Na medida em que a empresa cresce, tendo um pouco mais de escala, as coisas ficam mais fáceis. A questão da credibilidade é muito séria para qualquer empreendimento prosperar. Para mim, abrir uma conta no banco era difícil, quem diria conseguir financiamentos. Não tinha capital para fazer uma loja grande ou para decorá-lo como gostaria, não tinha crédito em valores suficientes em bancos ou financeiras, não tinha verba para publicidade, mas isso não nos impediu de prosperar. Usamos todas as economias no nosso primeiro negócio e nosso sucesso se fez no boca a boca. Mas, desde o início nosso diferencial sempre foi um atendimento inovador e soluções pensadas a partir da necessidade de nosso público-alvo – tudo isso somado a muita criatividade. As dificuldades nunca fizeram com que desistisse do nosso sonho, pelo contrário. Sempre buscava um meio de solucionar o problema da maneira mais criativa e eficiente.*

Como você enxerga esse cenário atual, em que a mulher vem empreendendo muito e cada vez mais se destacando neste mercado tão competitivo?

Gisele Pinheiro - *O Brasil conta atualmente com 20*



milhões de mulheres em média empreendendo. A maioria delas começou pela necessidade de aumentar uma renda, alcançar a independência financeira ou como uma medida de combate ao desemprego. Contudo, empreender não é uma tarefa fácil, além dos desafios diários que todo empreendedor precisa lidar, existem obstáculos que mulheres empreendedoras enfrentam, como o preconceito – menos de 20% das empresas lideradas por mulheres recebem investimento externo – e ainda sem contar a dupla jornada. Hoje, também precisamos encarar mais um impasse, a pandemia gerada pela COVID-19.

É certo que a economia brasileira sofreu impactos significativos devido ao novo coronavírus, e a classe que empreende também sentiu fortemente o reflexo desta crise. Para sobreviver em meio ao caos atual, reinventar, adaptar e remodelar fizeram parte das ações a serem tomadas dentro deste cenário de incertezas.

Qual conselho você deixa para as mulheres que buscam a realização profissional?

Gisele Pinheiro - 1º) Primeiramente entenda por que você quer empreender

“É por que você tem um produto ou serviço muito bom, é por que você tem uma habilidade pra isso... Entender por que você tomou essa decisão. E isso está totalmente ligado ao autoconhecimento. Ao identificar as habilidades que você tem e que não tem, você pode adotar caminhos que complementem as suas habilidades.”

2º) Estude o mercado no qual você pretende trabalhar
“ Nos dias atuais 90% das mulheres que começam a

empreender chegam sem nunca ter feito um mapeamento. Então, é importante estudar o mercado onde você quer se inserir. Existe alguma coisa que o mercado não faz dentro dessa área que você quer trabalhar? Quando você consegue identificar esse gap, a chance de conseguir um produto ou serviço que atenda essa população descoberta de forma estratégica pode ser um diferencial.”

3º) Planeje o seu negócio em cima disso

“Por planejar, eu digo definir objetivos, metas a curto, médio e longo prazo. Procurar informações disponíveis na internet sobre o empreendedorismo — o Senac, Sebrae Empreendedor está vindo aí com muitas informações gratuitas pra ajudar a trabalhar. Então, é possível passar por essa fase de compreensão de forma que você não gaste um real.”

Dado esse cenário, os grandes desafios das mulheres empreendedoras estão muito ligados à confiança, seja da sociedade para com elas, seja de si para consigo mesmas. Para mudar isso, elas precisam provar para si mesmas que são capazes de coisas grandiosas e, tendo em mente a própria capacidade, precisam mostrar isso para o mundo. É assim que elas inspirarão outras mulheres ao seu redor.

O mundo precisa saber que as mulheres estão chegando no mundo dos negócios para ficar, e essa é a única coisa que não é negociável! Então, você precisa acreditar e mostrar para outras mulheres que elas não estão sozinhas nas dificuldades que encontram na vida profissional e, principalmente, que é possível superar todos os obstáculos.

SEGURO AUTO

PROTEÇÃO COMPLETA PARA SEU VEÍCULO.

TRANQUILIDADE E CONVENIÊNCIA PARA VOCÊ.



ROSA TAVARES

CORRETORA DE SEGUROS

O SEGURO MAIS SEGURO

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

☎ 64 3431 5900

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!!!



Os dias começam, agora, a ter um sentido diferente.

Os melhores encontros renascem. A alegria da pergunta ressurgue.
E o fascínio pela resposta passa a preencher a vida com diferentes tons.

Porque das salas de aula de nosso colégio, do pátio, dos corredores,
ressurgue o sentido maior do cotidiano de todos nós, pois a educação
volta a brilhar nas ações de nossos funcionários, professores e alunos.

Começa a nossa vida, o nosso ano, começa o novo ano letivo.




Agora, esse espaço de saber e de construção do futuro vibra com o
reencontro de nossos alunos com seus amigos e professores queridos.



**BOAS-VINDAS AO
NOVO ANO
LETIVO.**

**VENHA
PARA O ZÊNITE.**

 **Colégio
Zênite**
Seriedade em Educação.

 www.colegiozenite.com.br |  [colégiozeniteitumbiara](https://www.facebook.com/colégiozeniteitumbiara) |  [colégiozenite](https://www.instagram.com/colégiozenite)

UNIDADE 1: (64) 3431-8286 | Rua XV de Novembro, 128 | Itumbiara-GO Cep: 75503-030

UNIDADE 2: (64) 3404-5324 | Av. Rogelina Maria de Jesus, 259 | Itumbiara-GO, Cep: 75524-345





Realize seu *Sonho*



☎ (64) 99664-0050

📍 ICF Negócios Imobiliários Ltda

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

🏠 Avenida Osvaldo Cruz, 4126 - Itumbiara-GO


CARMIM

Justo for you

Ótica Santa Luzia

Visão ao seu alcance

ATENDENDO GOIATUBA E REGIÃO

Sempre com lindas armações em óculos receituários e solares. Preço justo e qualidade.

 64. 98413 0337

 @oticasantaluziagtba

Rua Tietê, 544, Goiatuba | Goiás | Próx. ao Hospital Frei Anacleto

COVID-19 causa trombose cerebral?



A relação entre a COVID-19 e trombose cerebral vem desencadeando muitas dúvidas, uma vez que ainda não se sabe com clareza como a doença atua no organismo humano. Há 6 vários tipos de COVID e devemos nos atentar aos seus estágios para entender melhor possíveis sintomas.

A Neurologista Dra. Claudia Soares, Mestre em Neurologia e professora titular de Neurologia da UEG, explica que a trombose venosa é o desenvolvimento de um coágulo dentro de uma veia. No caso da TVC (trombose venosa cerebral), isso acontece em uma veia dentro do cérebro. Ultimamente vem sendo observado um crescente número de casos de pacientes diagnosticados com COVID-19 que apresentaram quadros de trombose.

→ O que é trombose venosa cerebral (TVC)?

É uma doença cerebrovascular rara, com múltiplas manifestações clínicas que causam a obstrução total ou parcial dos vasos. O TVC acomete diretamente na circulação que acontece nas veias do cérebro e é a principal causa de AVC em jovens.

→ Quais os sintomas da trombose cerebral?

Os sintomas mais comuns do TVC são:

- Dificuldade para enxergar;
- Sonolência;
- Perda de força em algum lado do corpo;
- Convulsões;
- Confusão mental;
- Dor de cabeça.

Esses sintomas podem progredir em 48 horas em 28% a 54% dos casos. Em cerca de 25% a 30% há evolução em período superior a 30 dias, na maioria das vezes como síndrome pseudotumoral.

→ Coronavírus pode piorar o quadro de trombose?

COVID-19 é uma doença de comportamento síndrômico, uma das consequências é a pneumonia, doença que se mostra profundamente trombogênica. Segundo a especialista, a doença se manifesta de diferentes maneiras e muitos pacientes morreram por fenômenos vasculares como trombose e embolia.

Para o tratamento da doença, já estão sendo usados anticoagulantes em pacientes que se encontram na fase moderada ou aguda.

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.





**O QUE ERA BOM...
VAI FICAR
MUITO MELHOR**





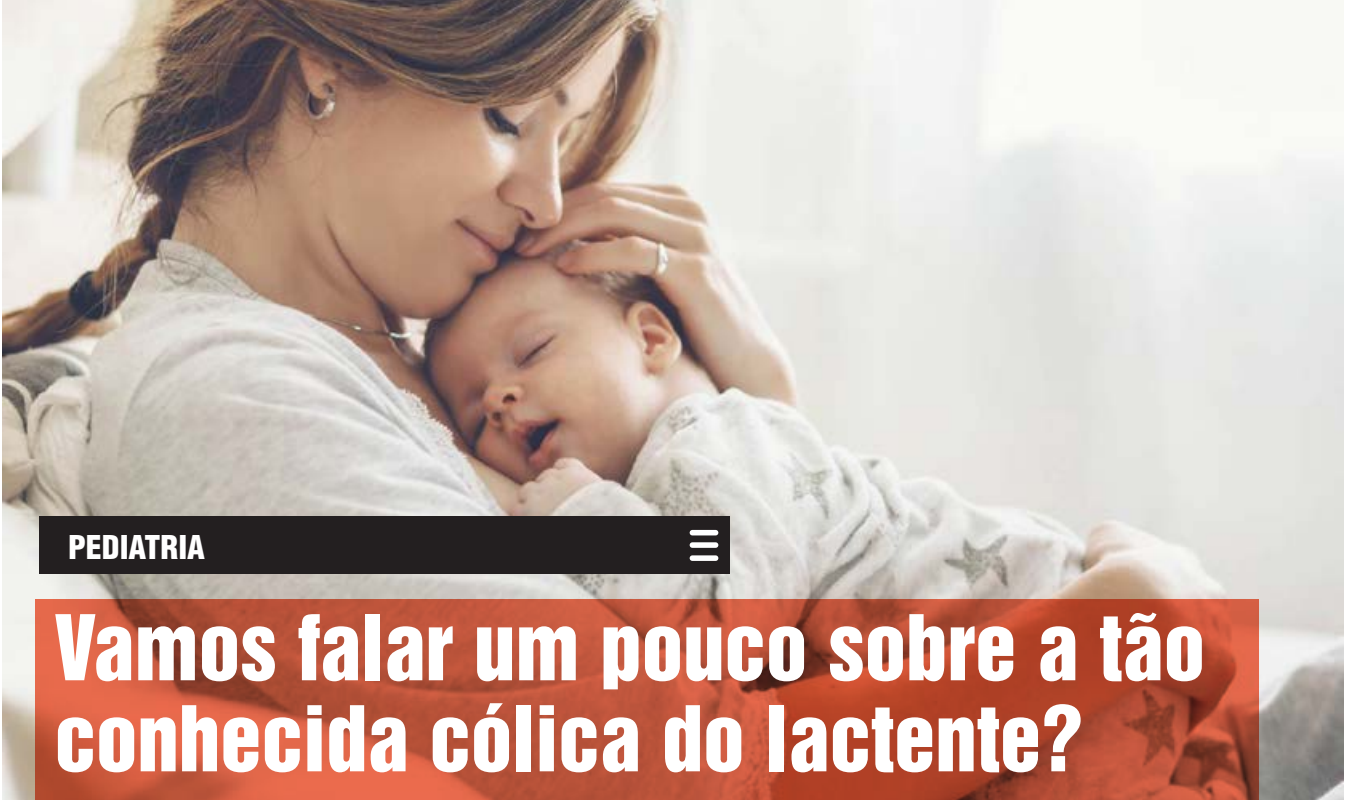
+ **AMPLA**
+ **LINDA**
+ **VARIEDADES**
EM BREVE
UMA NOVA
HAPPY DAY
PRA VOCÊ!!!



happy day
festas

 **(64) 3495-7911**  **(64) 98132-1006**

**RUA JURUÁ N° 605-A, ESQUINA COM RUA MINAS GERAIS
CENTRO - GOIATUBA GO**



PEDIATRIA



Vamos falar um pouco sobre a tão conhecida cólica do lactente?

A definição teórica para cólica do lactente mais aceita na literatura é a de Wessel, que descreve esta síndrome como paroxismos de irritabilidade, agitação ou choro, durante pelo menos três horas por dia, mais de três dias na semana em pelo menos três semanas, em crianças saudáveis. O lactente chora de forma inconsolável, geralmente ao anoitecer, sem uma causa identificável e com exame físico normal. Esse problema usualmente surge na segunda semana de vida, intensifica-se entre a quarta e a sexta semana e gradativamente alivia, desaparecendo até o terceiro mês de vida.

A cólica costuma deixar os pais bem angustiados. A causa ainda é incerta, acredita-se que seja multifatorial. Podem estar relacionadas à imaturidade do intestino do recém-nascido, a flora intestinal ainda não está estabelecida, enfim, as cólicas do lactente são frequentes, mas benignas. O pediatra irá orientar os pais sobre o manejo dessa situação.

Não existem remédios milagrosos, existem intervenções pontuais como exemplo probióticos e analgésicos que podem, segundo vários estudos clínicos, reduzir horas de choro.

Diante deste momento de choro inconsolável, que traz

aos pais um sentimento de frustração e impotência, o mais importante é manter a calma e ter muita paciência para poder ajudar o bebê a passar por esse período. Algumas intervenções comportamentais podem ser eficazes no manejo das cólicas: aconchegar a criança para junto do corpo, banho de banheira, exercícios de massagem no abdome, manter o lactente em um ambiente tranquilo sem barulho, assim como o próprio aleitamento materno.

Procure sempre o seu pediatra para que, juntos, possam chegar ao melhor resultado possível para o seu bebê.



56,


Dra.
Carolina Rodrigues Parreira
Pediatra

CRM/GO: 20710 | RQE: 14452
Pediatra.

ALFAsaúde 

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07




Mais importante que nossas modernas instalações,

são os nossos pacientes.

ALFA saúde 

CONTE COM A EXPERIÊNCIA DOS NOSSOS PROFISSIONAIS
PARA MANTER A SUA SAÚDE EM DIA.

 (64) 3430-1515  [alfasaude__](#)

 Rua João Manoel de Souza, 881 - Centro, Itumbiara - GO



OPEN MARINA RIO CLUB DE BEACH TENNIS



MARINA
RIO CLUB

Aconteceu nos dias 14, 15 e 16 de janeiro o 2º Open Marina Rio Club de Beach Tennis, o evento foi um sucesso, confira aqui as fotos dos campeões do torneio.







**VENHA
CONHECER
NOSSA
NOVA
LOJA!**



**Rua Leopoldo de Bulhões, 140
Centro - Itumbiara-GO**

☎ 64.99211-8501

A mais completa da região


NOVA LOJA INOVA

A SUA PREFERÊNCIA É O QUE NOS MOTIVA
A TRABALHAR PARA OFERECER O MELHOR PRODUTO.



Residencial • Corporativo • Comercial

Os melhores acabamentos para cada ambiente!

 @inova_acabamento

Av. Presidente Vargas, 523 | Goiatuba | Goiás

 64 99216 5533

 64 99257 0901

Laboratório

IDESG



**INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO
ESPECIALIZADO DE GOIATUBA**

**CREDIBILIDADE, TRADIÇÃO
E QUALIDADE COMPROVADA!!**

**SINÔNIMO DE QUALIDADE,
COMPETÊNCIA E CONFIABILIDADE.**

PLANTÃO 24 HORAS

- Bioquímica
- Hematologia
- Uroanálise
- Parasitologia
- Bacteriologia
- Hormônios
- Micologia
- Citopatologia
- Microbiologia
- Sorologia
- Teste de Paternidade
- Toxicológico

PATOLOGIA CLÍNICA E CITOPATOLOGIA



Laboratório

IDESG

**DRA. TAMIRES
CRISTINA SOUSA**

Especialista em Análise Clínicas
CRBM - 12607

**RODRIGO FREITAS
CUNHA**

Diretor administrativo

PLANTÃO: 64. 98454 8581

64. 3495 3600 | 64. 98407 1010 | Rua Tapajós, 627 | Centro | Goiatuba | Goiás
64. 99321 0153 | Av. 7 de Setembro | 689 | Centro | Joviânia | Goiás

CUIDAMOS DOS DETALHES DOS
PROJETOS DE PAISAGISMO

Residenciais e Corporativos



Itumbiara Gramas
Viveiro e Floricultura

  ITUMBIARAGRAMAS

 (64) 99667-9002

 AV. REAL, N°125 - PARQUE IMPERIAL, ITUMBIARA - GO

FISIOTERAPEUTA

DOR



Dor crônica é uma dor contínua de duração mínima de três meses, um alerta para o corpo que muitas vezes, tem causa incerta, e pode não desaparecer com os tratamentos e procedimentos convencionais. É a causa de incapacidades prolongadas até mesmo de atividades cotidianas. Se você tem uma dor que perdura por mais de 3 meses, atrapalhando seu convívio social, sua relação com a família, no seu trabalho e até mesmo das suas conquistas e sonhos é porque chegou a hora de você procurar ajuda.

Vou dar algumas dicas que podem te ajudar no controle da dor.

- Primeiro entenda que a dor não é sua culpa! A sensação desagradável da dor é produzida pela excitação de terminações nervosas sensíveis a esses estímulos;
- No dia a dia, busque controlar o estresse;
- Tente identificar os gatilhos por trás desse inco-

modo. São lesões? Traumas? São outros problemas de saúde?

- Tem alguma atividade que alivia a sua dor? A ideia é estimular os gatilhos positivos (caminhada, momentos de lazer, família);
- Tente criar uma conexão positiva com o seu corpo, com mais cuidado, respeito e amor próprio.

E é muito importante buscar apoio especializado (médico/fisioterapia/ psicólogo). Entendo que a dor crônica precisa ser tratada de forma integral, multidisciplinar e humanizada, olhando para o corpo e para a mente como se fosse um só. Agende uma avaliação e vamos juntos trabalhar para melhorar o seu bem-estar!

Bem-Estar
centro da saúde

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.

📞 (64) 9.9663-9803

☎️ (64) 3404-8464

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



1,65

Olá meu nome é Leandro Ferreira, sou professor de Funcional Kids na Academia Ritmo.

Gostaria de convidar todos os papais a trazerem seu(s) filhos(as) para participarem do nosso treininho funcional



Você sabe o que é um treino Funcional Kids?!

() sim () não



Se não souber, não tem problema que eu te explico rapidinho.



O Treino Funcional Kids tem como objetivo desenvolver e aprimorar as qualidades físicas com um método seguro e efetivo de condicionamento para crianças com várias necessidades, metas e capacidades.

Diante do surgimento de novos hábitos de vida que ocasionaram o crescimento da obesidade infantil dentre outras patologias, o Funcional Kids é uma aula onde a criança realiza exercícios baseados no dia a dia, tais como: correr, pular, empurrar, dentre outros.

POSSUI OS SEGUINTE BENEFÍCIOS:

- ✓ Reduz lesões em esportes e atividades de recreação;
- ✓ Desenvolvimento motor e aprendizagem motora;
- ✓ Alto gasto calórico;
- ✓ Regulação do sono e apetite;
- ✓ Fatores importantes como desenvolvimento sócio afetivo.

E aí, gostaram?



Então convido todos vocês a fazerem esse super treino comigo!



ritmo
ACADEMIA

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

☎ (64) 3431-1199

📷 @OLIVEIRA_LEANDRO21

📱 @OLIVEIRA_LEANDRO21

FUNCIONAL k i d s



Toda terça e quinta



Às 18:15h



Início 25 de Janeiro



Vagas limitadas!

Com o professor:
Leandro Ferreira



PRESENTEIE COM CALÇADOS PETRA!



QUALIDADE E PREÇO JUSTO!

**TRABALHAMOS COM
NUMERAÇÕES ESPECIAIS 40 AO
44 EM ALGUNS MODELOS**

Rua Marechal Deodoro, 58, Itumbiara-GO

 **64 98100-3177**

64 3433-7192



Você sabe quais são os seus direitos na união estável?



A união estável ocorre quando há um relacionamento público e com objetivo de constituição de família, não é necessário um documento particular ou público para que tenha efeitos e nem há um prazo mínimo regulamentado.

Também, não há necessidade de que o casal esteja residindo na mesma casa, pois o requisito primordial é que haja estabilidade entre os companheiros, ou seja, uma convivência duradoura.

A declaração de união estável oficializa o relacionamento e nesse documento podem ser decididas algumas regras, como regime de bens. Mas, caso não tenham feito esse documento, ainda assim é possível comprovar o relacionamento, porém, demanda um conjunto probatório mais amplo.

Em regra tudo que o casal adquirir dentro do pe-

ríodo da união estável é dividido em caso de dissolução da união, podendo ser tratados assuntos como pensão alimentícia, separação de bens e guarda dos filhos e em caso de falecimento, partilha de bens e dependência do segurado da previdência social.

Caso você precise de uma orientação a respeito, procure um advogado de sua confiança que irá esclarecer os seus questionamentos. É importante que seja feita uma análise minuciosa do seu caso.

CMP | CARDOSO
MELO &
PRADO
ADVOGADOS

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

✉️ ledyane.adv@outlook.com


📷 @cmpadvogados

Ledyane Munique Rosa de Melo

OAB/GO 38.062

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






*Sua gestão
de pessoas
agora terá
**resultados
efetivos!***

RH CONT4R

Desenvolvimento do Potencial Humano

Dr. Valdivino Vaz, 353 - St. Central, Itumbiara - GO

 64 3431-3198

METADE DAS EMPRESAS DE ITUMBIARA SÃO MEIs.

De acordo com dados da Receita Federal, Itumbiara-GO conta atualmente com 11.430 CNPJ, sendo que 5.966 são de Microempreendedores Individuais (MEI). Apesar dessa informação mostrar o sucesso desse programa nos preocupa que a grande maioria ainda não estão regularizados. O SEBRAE estima que no Brasil mais de 4,4 milhões de empreendedores — cerca de um terço do total de inscritos —, estão inadimplentes e correndo o risco de terem o CNPJ cancelado, deixando-se de ser segurado do INSS, além da inscrição em dívida ativa que trará dificuldade na obtenção de financiamentos e empréstimos.

Mesmo que a empresa não ultrapasse o limite de faturamento permitido como MEI, pode ter desenquadramento automático se constatado o exercício de atividade não contemplada na categoria. Em casos de omissão de receitas, poderá ser intimado para retificar os dados declarados, levando em conta as divergências observadas pela Receita Federal, através das notas de entrada de fornecedores, vendas por boleto ou cartão de crédito/débito e sobre as próprias notas emitidas. Nestas situações o imposto devido é incidido pesada multa de 75% a 250%.

Por esses e outros motivos, é importante que o seu registro como MEI esteja regularizado. Além do desenquadramento, infrações do MEI podem gerar um impacto financeiro considerável para uma empresa de seu porte, algo que deve ser evitado a todo custo. Conte com a Contar para auxiliá-lo nesse processo de maneira direta, simples e sem burocracia. Entre em contato e se informe.



Edvanio Junio

Contador perito, especialista em Gestão Tributária e Benefícios Fiscais;
Consultor Empresarial;
Palestrante e Diretor do Grupo Contar.

Gisele Félix

Contadora;
Pós-graduada em auditoria e Perícia;
Diretora do Grupo Contar.

CONTAR
CONTABILIDADE
Consultoria Empresarial

Rua Valdivino Vaz, 353, Itumbiara-GO / (64) 3431-3153

contarcontabilidade.com |   @contar.contabilidade

UM NOVO CONCEITO
DE WHEY PROTEIN:

Clean Whey Hydrolysate Classic

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

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



Clean
Whey

**No secret,
protein only.**



91% DE CONCENTRAÇÃO
PROTEICA

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

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



SEM
SABOR



SEM
AÇUCAR



SEM ADOÇANTES
ARTIFICIAIS



SEM
ESPESSANTES



CERTIFICADO
ANTIDOPING



SEM
GLÚTEN



SEM
CORANTES



SEM
CONSERVANTES



SEM
EDULCORANTES

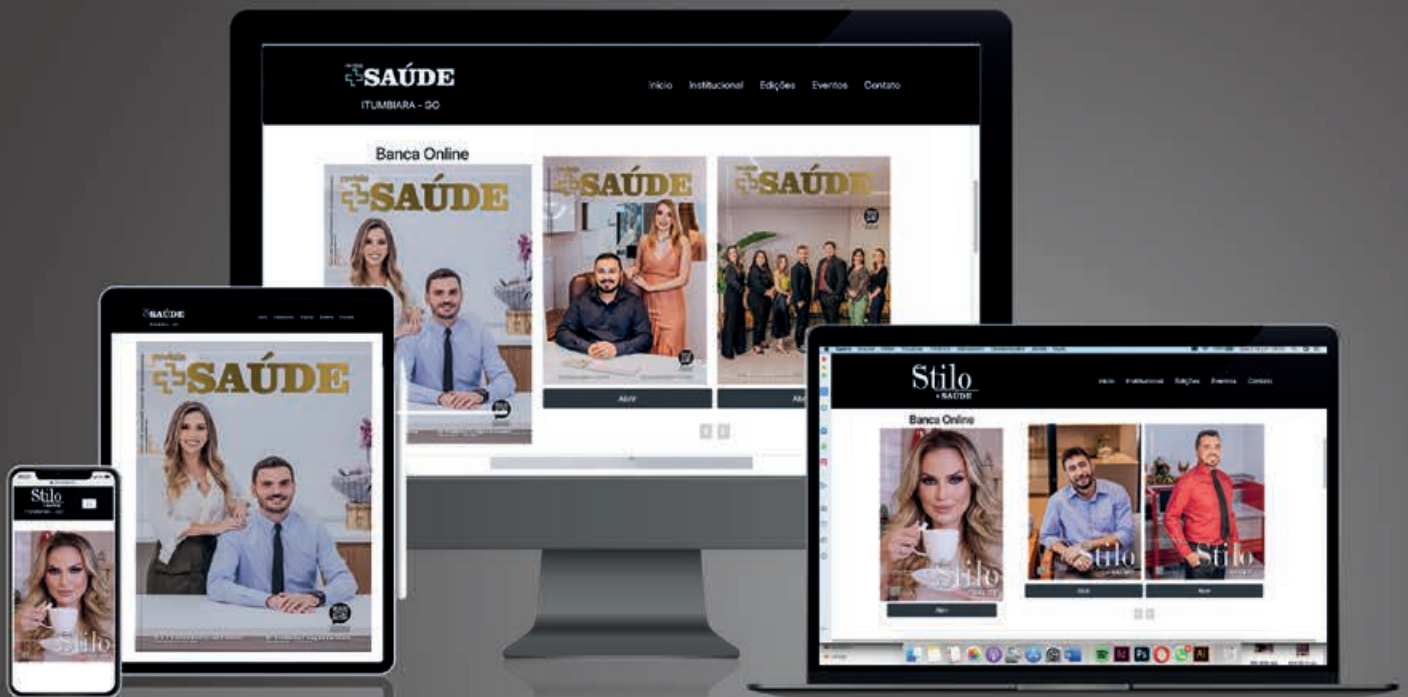


SEM
TRANSGÊNICOS

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

belafarmula
farmácia de manipulação

ANUNCIE AQUI.



DIVERSOS CANAIS DE LEITURA

Anúncios e Matérias:

☎ 64 99275 5299

☎ 64 99202 4160

OR7

Editora e Marketing



Revista
Stilo
& SAÚDE

@ www.revistastilo.com.br/

Instagram [stilo_revista](https://www.instagram.com/stilo_revista)

revista
SAÚDE

@ www.rmaissaude.com

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

Compre exclusivamente pelo site:
www.kipasso.com.br
Aqui tem ofertas imperdíveis!

FRETE GRÁTIS
PARA COMPRAS ACIMA DE R\$100

**Itumbiara
e Araporã**




KIPASSO

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

Método Pilates no Tratamento de Artrose



Quando o Dr° Rivalino nos procurou com o diagnóstico de ARTROSE (uma degeneração da cartilagem e do osso, podendo gerar dor e rigidez articular) em várias partes do corpo, ele tinha várias limitações no movimento, fraqueza muscular e dores.

Através do Método Pilates, inicialmente demos ênfase em trabalhar exercícios e mobilidade articular, pois com a doença as articulações vão ficando cada vez mais rígidas e sem ADM (amplitude de movimento) fazendo com que o paciente deixe de fazer suas AVD's (atividades da vida diária), e por essa falta de ADM o paciente tem mais dores, mas com o trabalho de mobilidade podemos proporcionar ao paciente acometido como foi no caso do Dr° Rivalino, melhorias no quadro de dor e manutenção da função articular. Posteriormente trabalhamos com exercícios de alongamento e flexibilidade em que mantivemos a elasticidade dos músculos. E por fim, trabalhamos força muscular que é de extrema importância para recuperação do paciente e para melhor resultado damos ênfase aos grupos musculares ao redor da articulação envolvida, diminuindo assim o atrito entre as superfícies ósseas, e por consequência a dor e pressão intra-articular.

Com a prática do Pilates o Dr° Rivalino fez com que o próprio movimento aumentasse a lubrificação das articulações, diminuindo a dor e por consequência teve a melhora da qualidade dos movimentos que antes eram limitados.

DEPOIMENTO:

Tenho 62 anos e sou portador de artrose crônica desde os 40 anos, hoje está presente em ambos os joelhos, quadril e coluna lombar, onde resultou numa limitação importante de movimentos, sempre acompanhado de muitas dores.

Até que em julho de 2019, indicado por um fisioterapeuta deveria praticar pilates e assim fui apresentado ao Estúdio de Pilates da Dra. Juliana, após verificar meu histórico, ela diagnosticou; prognosticou e elaborou uma planilha de exercícios específicos, para uma eventual obtenção de resultados positivos.

Hoje continuo com as atividades no Estúdio Pilates e tive melhora extraordinária na amplitude dos movimentos e eliminação total das dores, graças a competência e dedicação da Dra. Juliana, aliado a equipamentos modernos e específicos.

Deixo aqui meus sinceros agradecimentos a Dra. Juliana e colaboradores, pelos resultados obtidos.

Rivalino Antônio Rosa
Farmacêutico; Bioquímico;
Proprietário Laboratório São Judas Tadeu.



FUNCIONAL I
ESTUDIO DE PILATES

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



Última década foi a mais quente já registrada no Brasil, segundo Inmet

Levantamento realizado pelo Instituto indicou que a temperatura está acima da média desde 1990

78, O Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet) publicou nesta sexta-feira (28), uma análise da elevação da temperatura no Brasil e constatou que a última década foi a mais quente já registrada no país. Foram utilizados dados da temperatura média do ar das estações meteorológicas pertencentes ao órgão e

espalhadas por todo território nacional.

O levantamento analisou o período de 1961 até 2020 e separou os números por décadas. A pesquisa mostrou os desvios, que são momentos em que a temperatura se afasta de uma média específica que, no caso do Brasil, é de 24° C.



O Inmet observou que os anos de 1961 a 1980, estavam $-0,5$ abaixo da média, ou seja, $23,5^{\circ}$ C. Já nos anos de 1981 a 1990, esta média foi para $23,7^{\circ}$ C. De 1991 a 2000, a média se manteve em 24° C. A partir da década de 2000, porém, a temperatura começou a subir. De 2001 a 2010, o Brasil alcançou a marca de $24,3^{\circ}$ C como temperatura média e, de 2011 a 2020, $24,5^{\circ}$ C.

Segundo a meteorologista Danielle Ferreira, responsável pela Seção de Pesquisa Aplicada do INMET, as temperaturas no país estão acima da média histórica desde a década de 1990. Ela ressaltou que o aumento desses números pode gerar uma série de consequências sérias para o país.

“O Brasil, por ter uma dimensão considerável, não poderia ficar de fora das consequências do aquecimento global. À medida que a temperatura aumenta, é possível que tenha uma intensificação de eventos extremos, como chuvas mais volumosas em um curto período, secas mais severas e ondas de calor mais intensas”, afirma a meteorologista.

Embora o ano de 2021 tenha sido um dos sete mais quentes, segundo a Organização Meteorológica Mundial (OMM), ele ficou em 12^a no ranking dos maiores valores de desvios de temperatura média do ar no Brasil feito pelo INMET. Entre os colocados, 2015 ficou em primeiro lugar, com quase um grau

acima da média.

Temperatura para o fim de semana

A chegada da Zona de Convergência do Atlântico Sul (ZCA), responsável por um período prolongado de chuva frequente e volumosa sobre parte das Regiões Norte, Centro-Oeste e Sudeste, deixará o fim de semana com muita chuva. Segundo o Climatedio, essa frente fria chegará ao estado de São Paulo, sul de Minas Gerais, em Mato Grosso do Sul, no Rio de Janeiro e no leste do Paraná. Os temporais podem ocasionar transtornos como alagamentos, deslizamentos de terra, transbordamento de rios e córregos e até mesmo falhas na distribuição de energia elétrica.

Neste sábado (29), a chuva ocorrerá de maneira persistente e volumosa a qualquer momento do dia. As pancadas se intercalam com períodos de céu nublado, com poucas aberturas de sol, e as temperaturas irão cair. No Rio de Janeiro, a máxima para o fim de semana é de 31° C, com muitas nuvens durante o dia. Já em São Paulo, a máxima é de 23° C com potencial de chuva durante o dia e à noite.

No domingo, a ZCA mantém um padrão de tempo encoberto e chuvoso com todos os riscos de transtornos voltado a mau tempo nos mesmos locais. Já em Mato Grosso e Mato Grosso do Sul, a chuva vem em forma de pancadas com trovoadas e volumes pontualmente elevados.

PERFIL

AUTOMOTIVA E CAMINHÕES

A SOLUÇÃO COMPLETA
NO REPARO DO SEU AUTOMÓVEL



SEU CARRO MERECE
OS MELHORES PROFISSIONAIS



Mecânica



Martelinho de ouro



Funelaria e Pintura



Reparos Rápidos



Higienização



Estética de Pintura

64 3495 1370

64 98401 4609

Av. Presidente Vargas, 251 | Setor Imperial | Goiatuba | Goiás

www.perfilautomotiva.com.br

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



AREZZO

TRAÇOS QUE TRAZEM MODERNIDADE AOS LOOKS

☎ 64 99346-0013



[arezzo.itumbiara](https://www.instagram.com/arezzo.itumbiara)



Av. Afonso Pena, 50 - Itumbiara-GO

Não Sofra mais de **Calvície**



- ✓ Manter os cabelos bonitos e saudáveis é uma preocupação muito antiga na nossa sociedade.
- ✓ Para nos ajudar com essa tarefa, podemos contar com os benefícios da Terapia Capilar.
- ✓ Trata-se de um procedimento desenvolvido dentro da Tricologia – especialidade que estuda novas técnicas para prevenção e tratamento de doenças do couro cabeludo e dos fios.
- ✓ A Terapia Capilar consiste em métodos de prevenção e de tratamento de doenças relacionadas aos cabelos e ao couro cabeludo, na tentativa de minimizar agressões externas e corrigir eventuais desequilíbrios causados por procedimentos químicos.
- ✓ Conheça mais sobre esse procedimento!
- ✓ Agende agora a sua consulta e venha ser tratado de forma Exclusiva e Personalizada!


Diego Melo Borges


CRF 26.694
FARMACÊUTICO ESPECIALISTA
EM SAÚDE ESTÉTICA AVANÇADA

REFERÊNCIA NACIONAL EM TERAPIA CAPILAR AVANÇADA.

idades de atendimento:

UBERLÂNDIA UBERABA SACRAMENTO SÃO PAULO ITUMBIARA

agendamento de consultas:

 (34) 9 9160-1078



Reposição hormonal causa câncer?



Não é novidade para ninguém que vivemos em uma sociedade onde reina a HIPOCRISIA. É comum vermos indivíduos tecerem críticas aos outros quando na verdade o que lhes falta é autocrítica.

Também vivemos em uma sociedade cercada de paradigmas. E a afirmação “Hormônios causam câncer” é um desses paradigmas. Seria muito mais correto afirmar que **HORMÔNIOS NÃO CAUSAM CÂNCER!**

Pois o que temos na verdade são situações específicas e pontuais, como é o caso do câncer de mama, por exemplo, que pode ter sua incidência aumentada com a terapia de reposição hormonal feminina ou uso de anticoncepcionais, porém esse grau de associação permanece controverso. Entretanto, os benefícios da reposição hormonal na menopausa, são inúmeros, e certamente superam esse possível risco. Dentre os benefícios podemos listar:

- Melhora da qualidade de vida, bem estar, sono, ansiedade, libido, lubrificação vaginal e atividade sexual;

- Melhora da qualidade de pele, cabelos e redução do envelhecimento cutâneo;

- Melhora de massa óssea e massa muscular, prevenindo osteoporose e fraturas;

- Diminuição do risco de demência, Alzheimer, doença cardiovascular (AVC e Infarto), Diabetes, gordura no fígado, ganho de gordura abdominal, que levam a inflamação e estresse oxidativo, aumentando o risco da grande maioria das doenças crônicas que conhecemos;

- Diminuição do risco de câncer de intestino;

- Testosterona não causa câncer de próstata;

- GH não causa câncer;

- A imensa maioria dos cânceres não tem relação nenhuma com hormônios.

Por outro lado sabemos com certeza que sobrepeso, obesidade, sedentarismo e alimentação rica em embutidos e ultra processados estão ligados diretamente com o câncer e o que mais vemos, são indivíduos que estão vivendo nessa situação, criticarem outros que se cuidam, estão no peso ideal, praticam exercícios regularmente e fazem reposição hormonal, com o argumento que hormônios causam câncer, um verdadeiro contrassenso!!!



Acesse Agora!

www.megamotosgo.com.br



A MAIOR LOJA DE PEÇAS PARA MOTOS DA REGIÃO

OFICINA MECÂNICA E PEÇAS

Acessórios;

Adesivos;

Alarmes;

Bancos;

Relação;

Coxim e Borrachas;

Descanso;

Cabos;

Carburadores;

Carenagens;

Cavaletes;

Direção;

Escapamentos;

Injeção Eletrônica;

Cabos;

Carburadores;

Carenagens;

Cavaletes;

Filtros;

Freios;

e muito mais.



MEGA MOTOS

BAIXE NOSSO APP:



RUA BOA VISTA, 415

| AV. AFONSO PENA, 1299
ITUMBIARA-GO

| AV. SAUDADE, 101

 64 3430-5906

 64 3430-5909

 MEGAMOTOS.IUB

 MEGAMOTOSITUMBIARA

SICOOB COM VOCE



**AGRO
PECUÁRIA**

A PRODUTIVIDADE CRESCE QUANDO CRIAMOS JUNTOS.

O **agropecuarista** tem na **Sicoob Unidades** a parceria para aumentar a produtividade, melhorar os rendimentos e segurança do seu rebanho em todos os momentos!

FALE COM SEU GERENTE SICOOB UNIDADES.



Agência Goiatuba

Rua Minas Gerais esq. c/ Avenida Amazonas
Nº 527, Qd. 61, Lt. 4B, Centro - Goiatuba / GO

Telefone: 64. 3495-6278

Produtividade com:

- Custeio Pecuário;
 - Seguro Rural;
 - Consórcios;
 - Capital de Giro Rural;
- e muito mais.

**O SICOOB
DA SUA
CIDADE É
UNICIDADES.**



segue lá



sicoobunicidades

sicoob.com.br/sicoobunicidades

 **SICOOB**
Unidades

Ação socioambiental & sustentabilidade!

Em celebração aos **91 anos de Goiatuba**, a cooperativa **Sicoob Unicidades**, considerando o momento da pandemia do COVID 19, promoveu uma Ação Ambiental e Social com plantio de **91 árvores nativas do cerrado**, em ato simbólico pelo aniversário do município e “Manutenção da (APP) Área de Preservação Permanente do Setor Juca da Luiza”, no dia 20 de Janeiro de 2022.

A participação e apoio foram fundamentais para esse dia tão

APOIO:



Se fizeram presentes, o Vice prefeito: Valdir Cardoso Martins, o secretário do meio ambiente: Syller Buzain, o engenheiro ambiental: Wendel Pereira Alves, o engenheiro agrônomo: José Augusto Borges de Souza, a gerente do Sicoob Unicidades de Goiatuba: Sandra Caetano e sua equipe.

Transtorno do déficit de atenção com hiperatividade – TDAH

É um transtorno neurobiológico de causas genéticas, caracterizado por sintomas como falta de atenção, inquietação e impulsividade. Aparece na infância e pode acompanhar o indivíduo por toda a vida.

→ Sintomas em crianças e adolescentes:

Agitação, inquietação, movimentação pelo ambiente, mexem mãos e pés, mexem em vários objetos, não conseguem ficar quietas (sentadas numa cadeira, por exemplo), falam muito, têm dificuldade de permanecer atentos em atividades longas, repetitivas ou que não lhes sejam interessantes, são facilmente distraídas por estímulos do ambiente ou se distraem com seus próprios pensamentos. O esquecimento é uma das principais queixas dos pais, pois as crianças “esquecem” o material escolar, os recados, o que estudaram para a prova. A impulsividade é também um sintoma comum e apresenta-se em situações como: não conseguir esperar sua vez, não ler a pergunta até o final e responder, interromper os outros, agir sem pensar. Apresentam com frequência dificuldade em se organizar e planejar o que precisam fazer. Seu desempenho escolar parece inferior ao esperado para a sua capacidade intelectual, embora seja comum que os problemas escolares estejam mais ligados ao comportamento do que ao rendimento. Meninas têm menos sintomas de hiperatividade e impulsividade, mas são igualmente desatentas.

→ Sintomas em adultos:

Acredita-se que em torno de 60% das crianças e adolescentes com TDAH entrarão na vida adulta com alguns dos sintomas de desatenção e hiperatividade/impulsividade, porém em menor número. Os adultos costumam ter dificuldade em organizar e planejar atividades do dia a dia, principalmente determinar o que é

mais importante ou o que fazer primeiro dentre várias coisas que tiver para fazer. Estressa-se muito ao assumir diversos compromissos e não saber por qual começar. Com medo de não conseguir dar conta de tudo acabam deixando trabalhos incompletos ou interrompem o que estão fazendo e começam outra atividade, esquecendo-se de voltar ao que começaram anteriormente. Sentem grande dificuldade para realizar suas tarefas sozinhos e precisam ser lembrados pelos outros, o que pode causar muitos problemas no trabalho, nos estudos ou nos relacionamentos com outras pessoas.

→ Tratamento:

O TDAH deve ser tratado de modo múltiplo, combinando medicamentos, psicoterapia e fonoaudiologia (quando houver também transtornos de fala e ou de escrita); orientação aos pais e professores e ensino de técnicas específicas para o paciente compõem o tratamento.

Fonte: <https://bvsm.sau.gov.br/transtorno-do-deficit-de-atencao-com-hiperatividade-tdah>

Dra. Andréia Marinho

CRM/GO: 22447 | RQE: 14752

Médica, formada pela Universidade Federal de Goiás (UFG);
Residência Médica em Neurologia;
Pós-graduação em Psiquiatria.



VOCÊ DEIXARIA O SEU DOCUMENTO DE IDENTIDADE E CPF COM UM DESCONHECIDO?

Certamente NÃO, correto?

E caso precisasse deixar os seus documentos com uma empresa, iria querer saber se aqueles documentos estariam protegidos o suficiente para que outras pessoas não tenham acesso a eles, ou seja, aos seus dados, não é mesmo?

Foi com o propósito, de garantir a segurança dos dados dos clientes, fornecedores e funcionários, e mais que isso, proteger as instituições parceiras de sanções que podem chegar a **multas** no valor de até **R\$ 50 Milhões** ou até a **paralisação das atividades** da sua empresa que a **MasterSys** firmou a parceria com a **HDPO**.

A **HDPO** é uma consultoria especializada na implantação do processo de gestão de dados que deixa a sua instituição em conformidade com as diretrizes da **Lei Geral de Proteção de Dados – LGPD**.

A **LGPD** é a lei que garante sigilo aos dados que são confiados à sua instituição, e prevê sanções e multas em caso de vazamento de dados ou até mesmo se as informações coletadas por seu hospital ou clínica estiverem armazenadas incorretamente.

A Lei está em vigor desde agosto de 2021, mas agora em 2022 a Autoridade Nacional de Proteção de Dados – ANPD irá intensificar as fiscalizações.

A escolha pela HDPO se deu por ser uma consultoria completa que conta com:

Equipe multidisciplinar de profissionais sêniores com ampla experiência em direito e proteção de dados;

Conta com uma plataforma própria de gestão da LGPD que acelera o processo de adequação;

A única com um portal de ensino corporativo que dissemina a cultura em segurança e privacidade exigidos pela LGPD.

SAIBA AGORA COMO PROTEGER A SUA EMPRESA DAS SANÇÕES DA LGPD.



Acesse o site ou o QR - Code

bit.ly/mastersys-hdpo



Se preferir, entre em contato via Whatsapp

(31) 9 8208-9292

Cuidamos de você com

CONVÊNIO



DR. FRANCISCO OTAVIO MAIA SANTOS
CRM/GO: 12.368 | RQE: 8.771 | RQE: 8.846



DR. ELTON FERREIRA FRANCO
CRM/GO: 19.608 | RQE: 13.027

FΣRRANCO

SERVIÇOS MÉDICOS LTDA

UM NOVO CONCEITO DE CLÍNICA ESPECIALIZADA

(64) 9.9645-7228 9.9999-6474 3404-4365 - Praça Sebastião Xavier 443



MERCADO



Entenda por que bancos centrais têm cogitado uso de moedas digitais pelo mundo

Dentre os 91 países que já exploram a tecnologia, 43% pesquisam sobre o assunto e 10% já lançaram a moeda digital

O dinheiro digital entrou no radar de bancos centrais de todo o mundo recentemente, inclusive do brasileiro.

Também chamado de CBDC (Central Bank Digital Currency ou moeda digital do banco central, na tradução livre), o ativo tem o mesmo valor do dinheiro físico.

No caso do Brasil, a tecnologia está em fase de estudos pelo Banco Central. A instituição anunciou neste mês, por meio da Federação Nacional de Associações dos Servidores do Banco Central (Fenasbac), a criação de um laboratório para avaliar possibilidades para uma versão brasileira do CBDC, que seria chamada de real digital.

O projeto — chamado de “LIFT Challenge” — visa receber ideias práticas para a sua implementação no país. Os testes devem começar até o fim do ano.

A expectativa é que o lançamento seja feito por aqui em 2024, segundo Rodrigo Henriquez, líder de inovações financeiras da Fenasbac, em entrevista ao CNN Brasil Business.

92, Segundo o especialista, os bancos centrais estão buscando digitalizar moeda de cada país para dar mais eficiência às economias locais.

A visão é a mesma para Carlos Eduardo Gomes, Head de Research da Hashdex. “A digitalização torna os processos burocráticos mais eficientes e traz produtividade. E ‘bem ou mal’ lidar com papel é muito custoso, como o uso de carros fortes e maquinário

para a emissão das notas”, diz.

“Com o dinheiro digital, os BCs conseguem gerenciar as transações de forma mais prática e econômica, e acaba por ter um controle muito mais imediato e transparente”.

O que muda?

Num primeiro momento, a implantação do real digital não traria mudanças radicais na rotina das pessoas, explica Henriquez, da Fenasbac. Isso porque, segundo ele, os brasileiros já estão acostumados a fazer transações digitais. “(o uso do real digital) seria parecido com o que já fazemos com o Pix”, diz.

O Banco Central disse ao CNN Brasil Business que o real digital tem como foco pagamentos online, inclusive do dia a dia, por isso seu impacto sobre a demanda por papel-moeda não deve ser relevante, a princípio.

“Futuramente podem surgir outras oportunidades”, comenta Eduardo Gomes, como empréstimos em aplicativos de celular e a otimização de contratos digitais. “Ou qualquer outro tipo de transação financeira, usufruindo de blockchain, moedas digitais e finanças descentralizadas, vai depender da decisão de cada governo”.

O BC brasileiro, ao comentar o real digital, já disse que os clientes teriam carteiras tecnológicas em suas contas bancárias, em que o ativo seria depositado. Desta forma, os brasileiros poderão usar o montante para realizar compras e pagamentos de forma

digital, sem poder sacar o valor em papel-moeda.

“O mundo já é totalmente digital, e cada vez mais intermediado por tecnologias, não teria o porquê o setor financeiro ser diferente”, declara Henriques.

Contudo, os especialistas afirmam que é difícil definir com exatidão como as moedas digitais vão impactar a sociedade e as economias locais, pois as estruturas dos projetos pelo mundo ainda são novas.

O que os BCs ganham com isso

O interesse dos BCs nas moedas digitais não está ligado somente à modernização do sistema. Há motivos “mais profundos” envolvidos nesse processo, segundo Fernando Nogueira Costa, professor titular do Instituto de Economia da Unicamp e ex-vice-presidente de finanças e mercado de capitais da Caixa Econômica Federal.

“Os bancos centrais buscam soberania nacional, e um dos mecanismos para chegar nesse resultado é o monopólio da emissão de papel-moeda”, diz.

No Brasil, a Casa da Moeda atende toda a demanda do Banco Central. É assim também nas principais economias do mundo. Em alguns países, no entanto, é preciso importar parte do papel-moeda usado pela população.

Uma descentralização da produção, segundo especialistas, pode enfraquecer o sistema financeiro local, já que a entrega do dinheiro físico corre riscos, como instabilidades pontuais no país produtor, desvios e outros fatores que fogem do controle do BC.

Além disso, Nogueira explica que a moeda digital, independentemente do país onde é usada, terá a função de aprimorar o controle de fiscalização dos BCs sobre as economias locais. “O controle das transações digitais amplia o controle dos bancos centrais sobre a economia de seus países”, diz.

“Quando acontece a apreensão de armas nas favelas, por exemplo, a aquisição criminosa, muito provavelmente, não foi feita com dinheiro possível de ser monitorado pelo Banco Central, mas com criptomoeda ou moedas privadas, que não passam pela instituição”, diz.

Moedas digitais pelo mundo

Cerca de 91 países, da Arábia Saudita à China, já estudam a tecnologia, de acordo com pesquisa do Atlantic Council. O levantamento revela que, desse montante, 17% já estão desenvolvendo a tecnologia, 16% estão com projetos pilotos e 10% já lançaram a moeda digital.

A Nigéria foi o último país a lançar um CBDC, o e-Naira, em outubro. A China também já lançou projetos pilotos da moeda digital, e já foram realizadas transações que totalizaram mais de 2 bilhões de yuans digitais (US\$ 300 milhões).

O presidente do Banco do Povo da China (PBoC, o BC chinês), Yi Gang, disse recentemente que a instituição vai continuar avançando “prudentemente” no desenvolvimento de um yuan digital e aperfeiçoar

seu design.

Contudo, o vice-presidente do banco central chinês, Fan Yifei, afirmou que problemas em suas regras de transação e sistema de pagamento ainda precisam ser resolvidos.

Ao mesmo tempo, o Fed (Federal Reserve, banco central dos EUA, país que ocupa o posto de maior economia do mundo), listou na última semana os riscos e benefícios da tecnologia.

“Embora uma CBDC possa fornecer uma opção de pagamento digital segura para famílias e empresas à medida que o sistema de pagamentos continua a evoluir e possa resultar em opções de pagamento mais rápidas entre países, também pode haver desvantagens”, escreveram autoridades do Fed em relatório divulgado em 20 de janeiro.

Riscos de desafios

Os desafios, segundo o Fed, incluem manter a estabilidade financeira e garantir que o dólar digital “complemente os meios de pagamento existentes”, disse o Fed. O presidente da instituição, Jerome Powell, declarou que “o documento não pretende avançar em nenhum resultado, nem sinalizar que o BC tomará decisões sobre a emissão de uma CBDC”.

Os EUA entram no levantamento da Atlantic Council, como um dos países que estuda lançar um CDBC.

Já o Banco Nacional Suíço informou também na semana passada que não vê nenhum benefício na emissão de uma moeda digital.

“Acreditamos que os riscos superam os benefícios”, declarou integrante da diretoria do BC da Suíça Andrea Maechler, em conferência financeira realizada em Frankfurt, dizendo que uma moeda digital implica que os bancos centrais assumam os riscos do setor privado e que possa existir um aumento do risco de corridas bancárias.

“Isso não significa que o SNB (BC suíço) não esteja interessado na CBDC, mas nosso foco é analisar o papel que as CBDCs podem desempenhar”, afirmou Maechler, referindo-se ao uso em transações entre instituições financeiras como bancos.

Analistas do Atlantic Council apontam vários desafios para a implementação das moedas digitais, e diz que cada país precisa de uma consideração cuidadosa antes de lançar uma CBDC.

“Os cidadãos podem retirar muito dinheiro dos bancos de uma só vez e comprar CBDCs, desencadeando uma corrida aos bancos; centralizar, por meio do governo, um sistema projetado para ser privado pode gerar reação dos usuários e criar riscos de segurança cibernética; e os processos regulatórios não são atualizados para lidar com as novas formas de dinheiro e precisam ser mais robustos antes de adotar essa tecnologia”, diz.



Vem aí a 6ª Edição da
REVISTA CASA PREMIUM

Fevereiro
NOVA
edição

Revista

CASA

Premium



  /revistacasapremium
www.revistacasapremium.com

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

OR7
Editora e Marketing

Caminhe com

Todo Cuidado
que seu
Amigo Merece!



Precisão, seriedade e rapidez, em um só lugar!

AVENIDA AFONSO PENNA, 1952, BAIRRO AFONSO PENA - ITUMBIARA-GO (AO LADO DA ITADIESEL)

64 3404-1586 | PLANTÃO: 64 99290-4500  | 64 98148-7015

CUIDADOS BASICOS PARA UM PASSEIO SEGURO COM SEU PET



Qualquer tipo de exercício é de extrema importância para seu animal de estimação, uma vez que, além de ser essencial para a saúde do seu pet, também é responsável por diminuir seu stress, aumentar sua socialização com outras pessoas e animais, e ainda garantir momentos únicos de lazer entre o cão e seu dono.

• Evite o Sol forte

Diferente de nós, os cães não possuem glândulas sudoríparas para liberar o calor e transpiram através da salivação. Por isso, nada de torturar seu animal com sol forte, afinal de contas eles ainda podem queimar as patinhas no asfalto quente por conta do calor. Evite passear entre 10h e 16h, que é o horário em que a temperatura está mais elevada.

• Percurso curto ou longo

O tamanho da caminhada depende muito de cada animal. Cachorros ativos precisam de caminhadas mais longas para gastar energia, enquanto que para cães idosos e sedentários é recomendável um percurso mais enxuto.

• Hidratação é tudo

Um detalhe essencial para o passeio com o cachorro ser prazeroso é sempre levar água para ele se hidratar.

• Coleira neles

Deixar seu cachorro solto durante uma caminhada pode ser perigoso para seu animal. Certifique-se que o modelo usado pelo seu cão é o correto e jamais escolha uma pela beleza e sim pela funcionalidade. Os cães de algumas raças são obrigados por lei a usar focinheiras.

Dra. Daphine Azevedo Magalhães

CRMV/GO: 9.321

Graduação em Medicina Veterinária em 2018 pela UNIUBE/MG

Dr. Celso Borges de Almeida Junior

CRMV/GO: 5.355

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. Cristhellem Mayara de Souza Pinto

CRMV/GO: 10.024

Graduação em medicina veterinária em 2014;

Saúde pública e clínica médica de cães e gatos.

• Leves saquinhos para o cocô

Muitos animais aproveitam a caminhada para fazer suas necessidades. Não se esqueça de levar saquinhos para recolher as fezes do seu animal.

• Passeie em locais com sombras

Na hora de escolher o local por onde passear com seu cachorro prefira regiões arborizadas como parques e praças. As sombras garantem temperaturas mais amenas e, portanto mais agradáveis para seu animal.

• Fique atento ao seu redor

Nunca se sabe quando um cachorro irá estranhar outro animal ou uma pessoa. Por este motivo é recomendável ficar atento a sua volta.

• A hora certa de parar

Um sinal de que é a hora certa de parar a caminhada é quando o cão se nega a continuar andando e fica mais tempo com a boca aberta e a respiração ofegante. Neste momento evite usar a força, dê uma pausa para seu cachorro se recuperar e leve-o calmamente para casa.



☎ 64 3404-1586

📞 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

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







Com projetos exclusivos tudo fica no seu lugar com muito mais beleza e sofisticação!

PROJETO



GISELLY GRACIANO
ARQUITETURA E INTERIORES


ALIANÇA MOVEIS PLANEJADOS
Uma aliança de qualidade e compromisso

  /alianca_movéis
64 3495 2087

 64 98402 1516

Rua Tietê, 934 | Centro
Goiatuba | Goiás



CONTABILIDADE PARA POSTOS DE COMBUSTÍVEIS

A CONTÁBIL EMPRESARIAL é um escritório contábil que possui especialidade para postos de combustíveis. Temos o compromisso de estar sempre a frente de todas as novidades relacionadas à legislação e obrigações para o setor. Possuímos uma equipe qualificada, dinâmica e constantemente atualizada, pronta para atender todas as solicitações e cumprir com rigor os prazos determinados.

Nossa assessoria em contabilidade para postos de combustíveis inclui toda assistência nas áreas: fiscais, contábeis, trabalhistas e legalizações junto as repartições públicas. Nossos funcionários realizam visitas presenciais a todos os clientes, para realização dos lançamentos e classificações das contas contábeis em sua própria empresa, com sistema integrado e exportação de dados online, sempre procurando atender de forma coerente, rápida e precisa.

• CONTABILIDADE ONLINE DOS SISTEMAS E CÁLCULOS TRIBUTÁRIOS

Realizamos análise em seu sistema de automação e orientamos com as informações fiscais para cadastro e geração dos arquivos SPED FISCAL ICMS (com os blocos 1300 LMC e 1600 cartões) e SPED CONTRIBUIÇÕES PIS/COFINS para atendimento às exigências fiscais. Quando acabam de fazer os

lançamentos contábeis e coletas das informações fiscais, nossos consultores apresentam mensalmente uma DRE - Demonstração do Resultado Contábil, onde você poder acompanhar de perto o resultado do seu Posto, bem como as provisões dos impostos.

Veja algumas das facilidades: canal de atendimento online com seu escritório contábil, para solicitação de serviços, envio e recebimento de todos os documentos, minimizando o fluxo de ligações telefônicas; controle de todas as solicitações enviadas para a contabilidade por dia, horário, responsável e status da mesma.

• CADASTRO DE FUNCIONÁRIOS PELA WEB

Nosso sistema de atendimento online facilita o processo do cadastro de novos funcionários, permitindo maior agilidade no envio de dados e simplificando a operação. Além disso, a automatização dos processos facilita o seu dia a dia, bem como o do escritório contábil para a chegada do e-Social. Também poderão ser solicitados pela web os lançamentos de eventos da Folha como horas extras e faltas, aviso de férias, rescisões, etc.

Estamos conveniados com sistemas nacionais de grande suporte, para orientação e engajamento para que seu posto de combustível. Venha ter uma assessoria contábil, orientando e economizando impostos!



OLAVO JUNIOR

Graduado em ciências contábeis



JOSINEY MATEUS

Graduado em direito e ciências contábeis

CONTÁBIL
EMPRESARIAL
Contabilidade & Consultoria

DESDE 1984

CRC/GO 1017/0

(64) 3431-6397

Agende uma visita ou esclareça suas dúvidas pelo nosso whatsapp

Rua Rui de Almeida, 180 - Centro - Itumbiara/GO

Em breve: Filiais em Goiatuba/GO e Uberlândia/MG



BioCEL

LABORATÓRIO CLÍNICO

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

BOM CORAÇÃO

campanha

BOM CORAÇÃO



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

PRA VOCÊ QUE É LOUCO POR CHOCOLATE!

20% de
cacau



64 2103 4222

AlcaFoods
Cereais Matinais

@alca_foods



FIBROADENOMAS: o que são?

É normal que as mulheres se preocupem com o aparecimento de nódulos nas mamas ou sinais de anormalidade nos seios. De fato, esse é um sinal que causa temor e ansiedade, e que sempre precisa ser investigado. No entanto, antes de qualquer desespero, é importante saber que nem sempre esses nódulos são tumores malignos ou indicam alguma doença preocupante. O ideal é sempre que possível investigar os nódulos mamários, seja por meio de exames de imagens ou biópsias, a fim de obter um diagnóstico preciso e também para que cessem os motivos de preocupação.

É importante lembrar que boa parte das mulheres em idade reprodutiva irão sentir, em algum momento, a presença de nódulos nos seios. Isso porque os estímulos hormonais naturais do nosso corpo podem formar essas ondulações ou cistos nas mamas.

Mas, em alguns casos, é possível que se diagnostique um tumor benigno. Quando isso ocorre, algumas pessoas podem confundir-lo com câncer de mama, porém, existem diferenças fundamentais entre o tumor de mama considerado benigno e o tumor que indica câncer de mama. Compreenda melhor:

• Fibroadenoma

Trata-se de um tipo de tumor de caráter benigno e seu desenvolvimento é mais comum em pacientes jovens, com menos de trinta anos ou em mulheres que já passaram por cirurgias de mama. Quando realizado o exame das mamas, frequentemente, o fibroadenoma aparece como um tumor móvel, facilmente palpável, com tamanho médio de 2 a 3 centímetros, apresentando massa e contornos bem definidos, sem aderência aos tecidos que o circundam.

Ele pode chegar a causar desconforto e dor em algumas pacientes. Além disso, o fibroadenoma pode apresentar alterações de tamanho devido à resposta aos estímulos hormonais, podendo crescer consideravelmente, principalmente no período menstrual.

A única maneira de distinguir o fibroadenoma do câncer de

mama é por meio do diagnóstico médico com a realização de mamografia e biópsia do nódulo.

Existem diversas possibilidades de tratamentos para esse tipo de tumor. Se ele não estiver causando nenhum tipo de desconforto, pode ser acompanhado clinicamente, sem a necessidade de remoção. No entanto, se o tamanho e a localização causar à paciente dor e sensibilidade nas mamas, é indicada a cirurgia para retirada do nódulo. É importante ressaltar que a existência de fibroadenomas não possui potencial evolutivo para vir a se tornar um câncer de mama e nem indicam aumento de risco para desenvolvê-lo futuramente.

• Câncer de mama

A principal diferença do câncer de mama para o fibroadenoma consiste nas características do nódulo. Geralmente, o câncer de mama se apresenta com formato irregular bordas e massa mal definidas e com aderência aos tecidos circundantes da mama, além de não serem maleáveis, estando fixos ao local.

Os tumores malignos costumam ser indolores e nem sempre são encontrados somente com a palpação dos seios, portanto o exame de mamografia se torna imprescindível para o seu diagnóstico. Na grande maioria dos casos, somente com o exame de mamografia consegue-se detectar a presença dele.

Há outros sintomas que podem indicar a existência de um câncer de mama, tais como: secreção dos mamilos, assimetria nos seios, retração ou inchaço de alguma parte da mama, mas em diversos casos o câncer de mama é uma doença que se manifesta de forma silenciosa no início.

É importante estar atento às diferenças existentes entre um diagnóstico e outro, e, independentemente do tipo de nódulo que for encontrado, é necessário conversar com seu médico e tomar as medidas adequadas para cada caso. Se você perceber qualquer alteração na mama, procure um médico para ter o diagnóstico e tratamento adequado o quanto antes.



Dr. Wesley Santos Vinhadelli

CRM/GO 12.654 | RQE: 6224/6237

Graduado em Medicina pela Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto FMRP-USP;

Residência Médica em Ginecologia e Obstetrícia pelo Hospital das Clínicas de Ribeirão Preto;

Residência Médica em Mastologia pelo Hospital Pérola Byington em São Paulo;

Pós-Graduação em Reconstrução Mamária pelo Hospital Araújo Jorge em Goiânia;

Título de Especialista em Ginecologia e Obstetrícia;

Título de Especialista em Mastologia;

Sócio Titular da Sociedade Brasileira de Mastologia.



Escolha a semente certa para sua colheita.



Agro seeds
QUALIDADE EM ANÁLISES

NOSSA ANÁLISE É SUA SEGURANÇA.



Equipe Agro seeds



64. 98447 5966 | 64. 3495 6461  @agroseeds

Av. Amazonas, 320 | Centro | Goiatuba | Goiás

Análise de perfil comportamental para orientação de carreira



Hoje vamos falar de uma utilidade fundamental da Análise de Perfil. Tenho atendido jovens confusos com relação a carreira que devem seguir. Alguns insatisfeitos com a carreira que estão e outros que até trancaram a matrícula na faculdade, quando perceberam que o curso não correspondia as expectativas. Os pais se sentem angustiados com a indecisão dos filhos.

Muitas vezes a pessoa escolhe uma carreira levando em consideração somente o aspecto financeiro, ou quer seguir a carreira de alguém da família. Mas “na hora do vamos ver”.... a realidade é bem diferente e aí começam os problemas.

Existem 4 (quatro) tipos de perfis distintos (teoria DISC) e cada um de nós se enquadra em um ou dois perfis. São os perfis: DOMINANTE, INFLUENTE, ESTÁVEL e CONFORME.

Cada um desses perfis tem competências e habilidades diferentes. Cada um tem aptidão e facilidade para coisas distintas. E percebo muitas vezes que o jovem decide sua carreira sem levar em consideração

o seu perfil, e no meio do caminho se depara com atividades que não gosta, frustrações e insatisfações. Muitas vezes é até confundido com depressão e Síndrome de Burnout. E isso se dá porque a pessoa se sente tão insatisfeita com a atividade ou curso que vem exercendo que é levada a exaustão. Se não bastasse ainda se sente perdido (a) sobre outra carreira que poderia assumir.

A Análise de Perfil Comportamental revela quais são as principais habilidades e aptidões daquele perfil e com isso é possível selecionar áreas de atuação e carreiras que mais se encaixam naquele perfil.

Caso ainda persista indecisão e incerteza, é possível fazermos um processo de Orientação de Carreira, onde se pode chegar a uma decisão precisa e segura sobre os destinos da sua carreira.

Se o assunto te interessa, fale conosco!



KAREN KADRI
MASTER COACH

Master Coach e Analista de Perfil Comportamental

🏠 Rua Geraldo de Paiva Vieira nº 185,
Bairro Sonho Verde - Itumbiara-GO

☎ 64 99654-1338

📷 @karenkadri





Despigmentação de sobrancelhas a laser

Quando a gente se depara com algum procedimento de Micropigmentação de sobrancelhas, olhos ou lábios que não ficou como o esperado, a primeira reação é imaginar que vamos ter que viver com isso e não tem solução. Mas isso já não é mais verdade há algum tempo. A Despigmentação a laser veio para nos salvar e corrigir completamente qualquer trabalho mal feito que possa prejudicar a nossa autoestima. Por isso listamos aqui tudo o que você precisa saber Sobre a Despigmentação a Laser para te deixar mais tranquila:

• É seguro o tratamento?

Sim, hoje o procedimento a laser é uma das maneiras mais seguras e eficazes de remoção, sendo raros os casos de cicatrizes e quelóides que podem ocorrer, porém isso varia de acordo com o organismo (histórico do cliente) e também não seguir rigorosamente as recomendações do pós-procedimento, se expondo ao sol.

• Remove Totalmente?

Sim, irá remover total ou parcialmente, porém isso poderá variar de acordo com o número de sessões que dependerá para o desaparecimento do pigmento.

• Sai em uma única sessão?

Essa é uma pergunta muito comum. Teremos que deixar claro que em nenhum procedimento comum a ser realizado pode se garantir a remoção total do pigmento em uma única sessão, a não ser em procedimentos cirúrgicos. Porém já obtemos excelen-

tes resultados em que em uma única sessão ocorreu a remoção completa do pigmento. Isso ocorre porque varia o tempo que a tinta está na pele, a profundidade que se encontra e que tipo de pigmento que foi utilizado.

• Causa queda de pelos?

O pelo não cairá e não prejudicará o seu posterior crescimento, o que pode ocorrer durante a sessão é a descoloração/despigmentação deste pelo, mas o mesmo no período de recuperação de trinta dias voltará a sua melanina natural e tudo estará normalizado, durante esse período, e se precisar ser disfarçado poderá ser utilizado “rímel”.

• Como ficará logo após o procedimento?

Esse é um fator que varia de acordo com a pele de cada um, mas de uma forma geral pode ocorrer edema (inchaço) e eritema (vermelhidão) e nas peles mais claras isso é mais visível, podendo variar e perdurar geralmente de três dias a 4 dias após a sessão, sendo que depende também dos cuidados que o cliente receberá e deverá realizar.

• Tempo entre um procedimento e outro e os cuidados que se devem tomar?

Esse tempo de uma forma geral é de 30 dias entre as sessões, durante os primeiros três dias no máximo o paciente deverá fazer a aplicação de gelo local, variando de sessões de 15 minutos no máximo no caso de aparecimento de edema (inchaço). E em todos os casos deverá ser feita a ingestão de água ao longo do dia para auxiliar o sistema linfático na remoção. Outro cuidado importante é a exposição a luz solar que deve ser evitada, devendo ser feita a aplicação de filtro solar conforme orientação no dia do procedimento.

• Posso pintar/disfarçar?

Após o terceiro dia do procedimento realizado poderá ser utilizado lápis hipoalergênico, para um possível disfarce, lembrando que o quanto mais natural estiver na recuperação melhor será.

No caso de descoloração do pelo poderá ser utilizado “rímel” para o disfarce, sendo aplicado apenas no pelo e não na pele.



Angélica Nery Arantes Freitas

Credito 11 nº 82233F

Fisioterapeuta.

Clínica Neriah - Estética e Medicina Integrada

🏠 Av. Adoniro Martins de Andrade,
66, Centro - Itumbiara-GO

☎ (64) 3404-4433

📞 (64) 9.9999-3078

📷 📱 neriahclinica



Suplementos e Produtos Naturais a Granel



**ENÉRGICA
SAÚDE**

Av. Trindade 15b, Centro - Itumbiara - Goiás

☎ (64) 3048-0930

📞 (64) 981218639



CENTRO DE ESTÉTICA E PODOLOGIA

- Onicocriptose (unha encravada);
- Onicomucose (micose na unha);
- Frieiras, Calos, Calosidades;
- Reflexologia Podal;
- Alta Frequência;
- Verruga Plantar (olho de peixe);
- SPA dos Pés (Massagem Podal, Hidratação, Esfoliação e etc.);
- Órteses para correção Ungueal;
- Retirada de Queloides.





Cláudia Rodrigues Aguiar

Técnica Responsável;
Técnica em podologia - formada SENAC
Araçatuba-SP 2007-2009;
13 anos de formação;
Especialização em onicotrapia -
Instituto IMAP Brasil / Chile / Espanha / Argentina.

 @upesteticapodologia

 Claudia Aguiar

 64 98152-0954

 Rua Jacinto Brandão, n° 493,
Centro. Itumbiara-GO



A SAÚDE COMEÇA PELA BOCA



Muitas vezes os tutores notam que os animais estão com um “bafinho”, porém acreditam que o cheiro forte é da natureza do pet, e acabam não dando tanta importância para esse problema. Contudo, o mau hálito pode ser um indício de que a saúde dele não vai bem.

Uma boca não saudável pode gerar infecções na boca e em outros órgãos, como no coração e nos rins. O mais comum é uma inflamação crônica, onde mediadores inflamatórios vão para a corrente sanguínea e, conseqüentemente para outras partes do corpo. Essa inflamação crônica por ser silenciosa é muito perigosa e prejudicial aos animais ao longo dos anos.

→ O que causa o mau hálito?

O mais comum é a falta de escovação, pois assim como nós, os animais quando se alimentam acumulam resíduos na boca e quando esses restos permanecem mais tempo do que deveriam na cavidade oral começam a formar placas bacterianas, gerando o mau cheiro.

→ Como acabar com o bafinho?

• Escovação: ela retira os resíduos presentes nos dentes, e atrapalha o desenvolvimento das substâncias

da placa dentária. Por isso a escovação deve ser diária.

• Atendimento veterinário: Se o cão já está com acúmulo de tártaro, placas bacterianas e gengivite, somente a escovação não é suficiente para limpeza dos dentes. Sendo assim, é necessário realizar a limpeza através de um procedimento cirúrgico, pois assim como nós vamos ao dentista fazer limpeza nos dentes, nossos animais também precisam passar por tal procedimento odontológico.

• Há petiscos e brinquedos feitos para limpar os dentes dos pets, os quais ajudam a fortalecer a gengiva, assim como há alguns produtos veterinários para manter a boca do seu amigo sempre cheirosa. Esses produtos nos auxiliam na prevenção, mas sem descartar a escovação, pois essa é fundamental para a saúde bucal dos nossos pets.

• Muitos tutores acreditam que se o animal come ração ele não tem problemas dentários, porém isso é um mito, já foi comprovado através de vários estudos que cães com dieta natural e cães que se alimentam de ração tem a mesma probabilidade de formar tártaro e gengivite, entre outros problemas odontológicos.



Monnifer Oliveira Prata

CRMV-GO: 09942

Médica Veterinária.

☎ (64) 3495-6654

☎ (64) 98404-8879

📷 @latemiagtba

📘 petshoplateemia

🏠 Rua São Paulo, 622, Centro, Goiatuba-GO



INOVAÇÕES 2022

BIBLIOTECA



SALAS FUNDAMENTAL I



QUADRA DE ESPORTES



SALAS EDUCAÇÃO INFANTIL

APROVADOS 2022

APROVADA



IMEPAC
3ª Série

Roberta Mujarkch P. Guimarães
MEDICINA



APROVADA



UNICERRADO

Laura Fabiany G. Rodrigues
MEDICINA



APROVADA



IMEPAC

Ana Júlia Masson
MEDICINA



APROVADO



UniCerrado
3ª série

Lucas de Medeiros Baldini
AGRONOMIA



APROVADO



UFU
3ª série

Alexandre Arantes S. de Oliveira
NUTRIÇÃO



APROVADA



UNIFASC
3ª série

Lara Oliveira Pereira
ODONTOLOGIA



APROVADA



UFU
1ª série

Ana Júlia Antonelli Gotardo
CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



APROVADA



PUC
3ª série

Evelyn Sarah Pereira de Souza
ARQUITETURA



APROVADA



UFU
1ª série

Maria Clara Oliveira Faria
CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



APROVADA



UFU
3ª série

Laura Rangel Oliveira Moraes
CIÊNCIAS BIOLÓGICAS



MATRÍCULAS ABERTAS



CASA EM FASE DE CONSTRUÇÃO

EM BREVE DISPONÍVEL PARA VENDA

Residencial Beira Rio 1



PROJETO DE ARQUITETURA
André Rafael Fernandes Borges
Arquiteto e Urbanista / CAU No A156684
RESPONSÁVEL TÉCNICO EXECUÇÃO
Luiz Umberto Alves Filho
Eng. Civil / CREA 1019099771D-GO



PROJETO MODERNO

3 QUARTOS (1SUITE), SALA E COPA AMPLA COM PÉ DIREITO ALTO, CASA TODA NO PORCELANATO, COZINHA/ÁREA GOURMET COM CHURRASQUEIRA INTEGRADA COM CHURRASQUEIRA, GARAGEM PARA **4** CARROS, PISCINA COM BANHEIRO EXTERNO, ESPAÇO EXTERNO AMPLO, LAVABO, LAVANDERIA COM DESPENSA

TERRENO **360 M²** | **178,49 M²** ÁREA CONSTRUÍDA



CASA EM FASE FINAL DE ACABAMENTO

DISPONÍVEL PARA VENDA

Residencial Beira Rio 2



PROJETO DE ARQUITETURA
André Rafael Fernandes Borges
Arquiteto e Urbanista / CAU Nº A1566849
RESPONSÁVEL TÉCNICO EXECUÇÃO
Luiz Umberto Alves Filho
Eng. Civil / CREA 1019099771D-GO



PROJETO MODERNO

3 QUARTOS (1SUITE), COZINHA/ÁREA GOURMET INTEGRADA, SALA AMPLA COM PÉ DIREITO ALTO
GARAGEM PARA **4** CARROS
ESPAÇO EXTERNO AMPLO

TERRENO **250 M²** | **142,39 M²** ÁREA CONSTRUÍDA

📞 64 9.9202-4160 | 📞 64 9.9287-0427

📷 @jdr_incorporadora

CERATOOCONE

Ceratocone é uma doença não inflamatória da córnea na qual a baixa rigidez do colágeno corneano permite que a área central ou paracentral assumam forma cônica, tornando-se progressivamente mais fina e irregular. Essa irregularidade, na maioria dos casos, causa baixa visual não recuperável com óculos, mas pode ser corrigida com uso de lentes de contato rígidas ou gelatinosas especiais.

O ceratocone geralmente aparece na adolescência ou em adultos jovens e progride até 35 a 40 anos de idade. A progressão normalmente é lenta, mas pode haver períodos em que a piora é rápida.



Em mais de 90% dos casos o ceratocone acomete os dois olhos, entretanto, um dos olhos geralmente é mais afetado que o outro. Homens e mulheres são afetados na mesma proporção.

As causas específicas ainda não são conhecidas, mas a origem mais provável é a genética. Os pacientes que apresentam predisposição e tem o hábito de coçar os olhos, geralmente vão ter uma doença mais precoce e mais avançada.

EXAMES Ceratoscopia Computadorizada (Topografia).



A topografia computadorizada é um excelente instrumento para confirmar o diagnóstico de ceratocone, mesmo quando

os sinais característicos ainda não são observados. Os topógrafos computadorizados, se baseia no princípio do Disco de Plácido, que utiliza a córnea como um espelho refletor, projetando uma série de anéis sobre ela. Esses anéis são captados, analisados e codificados em cores, gerando mapas de curvatura.

Tomografia Corneal – Orbscan II

O Orbscan II faz o diagnóstico diferencial entre ceratocone e distorção de córnea. O mapa de elevação

Normal

Ceratocone



posterior e o mapa paquimétrico são importantes para confirmar o diagnóstico precoce do ceratocone porque não somente a curvatura anterior, mas também a posterior são afetadas nessa doença.

Paquimetria Ultra-sônica

A paquimetria ultra-sônica tem como objetivo medir a espessura corneana, que normalmente está diminuída nos casos de ceratocone.

TRATAMENTOS

Lentes de Contato

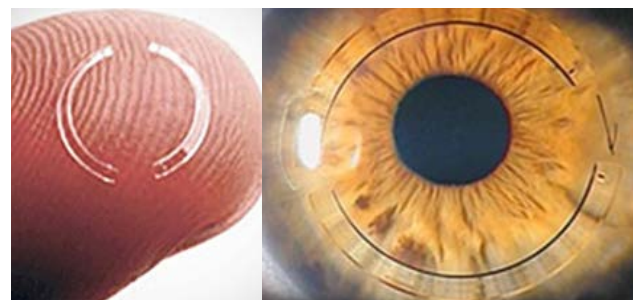
Na fase inicial da doença, quando o astigmatismo irregular é pequeno, a correção visual pode ser feita com óculos. Para outros estágios, indicam-se lentes de contato (LC). As LC substituem a superfície irregular da córnea por outra regular, permitindo melhora da visão, mesmo nos graus avançados da doença, mas não evitam a sua progressão.

Existem muitos desenhos e tipos de lentes para adaptação em ceratocone. O modelo ideal é determinado de acordo com a forma do cone, evolução da doença e os testes com lentes de prova, podendo ser rígidas corneanas, esclerais ou gelatinosas especiais.

Anel Intraestromal corneano

Os anéis intraestromais são indicados para pacientes com ceratocone que apresentam dificuldade visual com o uso de óculos e lentes de contato. Tem a função de regularização da córnea, com diminuição do astigmatismo e/ou da curvatura corneana. São recomendados apenas para alguns tipos e graus de ceratocone, em córneas transparentes.

O implante de anéis pode e deve ser associado ao Crosslinking caso o ceratocone esteja em evolução.



Crosslinking

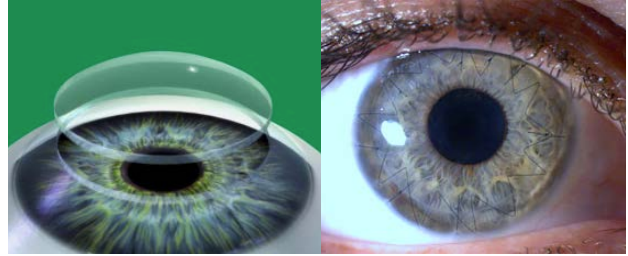
O Crosslinking do Colágeno Corneano é indicado para evitar a progressão do ceratocone. O tratamento consiste em desepitelizar a córnea após anestesia tópica (colírio), instilar riboflavina (vitamina B2) e aplicar luz UVA controlada. Tem como finalidade aumentar o número de ligações covalentes entre as fibras de colágeno para fortalecer a córnea e estabilizar a doença.



Transplante de Córnea

Indicado quando a córnea apresenta cicatrizes ou para ceratocones avançados quando não se obtém boa visão com LC e não tem mais indicação de implante de anel intraestromal ou Crosslinking.

A finalidade do transplante é substituir a porção central da córnea doente por uma córnea sadia doadora.



CENTRO DA VISÃO
Itumbiara

www.cvi.med.br

**Dr. Gleisson
Pantaleão**

CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro
Fukuhara**

CRM/GO: 2.975

**Dr. Augusto
Treme**

CRM/GO: 15.698



MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07



MERCADO



O que esperar do mercado imobiliário em 2022

2021 foi marcado pela alta da Selic depois de cerca de quatro anos em queda. Para 2022, a previsão é passar por novas altas e atingir, ao final do ano, a mediana de 11,50%, segundo projeção do Relatório de Mercado Focus, do Banco Central — o que consequentemente impacta o mercado imobiliário. Isso porque, se a Selic seguir em elevação, o valor da taxa de financiamento de imóveis e aluguéis aumenta.

Apesar disso, para Kristian Huber, co-fundador e vice-presidente de negócios da Loft, “a demanda por compra e venda de imóveis seguirá sendo uma forte tendência em 2022”, diz em entrevista à Casa Vogue. O motivo? “O mercado imobiliário é um investimento sólido, é uma classe de ativos consolidada e o imóvel residencial no Brasil sempre foi uma reserva de valor. Ou seja, se houver uma crise muito grande, o imóvel estará lá”, afirma.

A previsão de Huber vai ao encontro dos dados de 2021 em que as vendas de imóveis novos registraram aumento de 46,1% no primeiro semestre, de acordo com balanço divulgado pela Câmara Brasileira da Indústria da Construção (CBIC). “O mercado imobiliário foi o que se recuperou mais rapidamente dos reflexos da pandemia nesses quase dois anos. Então nossa expectativa é de que, em 2022, tenhamos a continuidade desse movimento, com novos empreendimentos sendo lançados”, conta José Augusto Viana Neto, presidente do conselho regional de corretores de imóveis de São Paulo.

O que considerar na compra de imóveis em 2022

Quem pretende sair do aluguel e investir em um imóvel em 2022 precisa estar atento a uma série de fatores decisivos na compra.

Escolher a casa nova não é uma tarefa fácil, tendo em vista a quantidade de detalhes que precisam ser levados em consideração, como o espaço e a estrutura

do imóvel. Porém, é necessário pensar além das particularidades da construção. A localização é igualmente importante e precisa ser escolhida de forma minuciosa, de modo a evitar futuras decepções.

É preciso traçar um paralelo entre o bairro e o imóvel. O ideal é não ter que optar por um ou por outro, é essencial ter cautela e verificar se o imóvel corresponde à expectativa e também se o local está de acordo com o esperado.

No quesito localização, é importante buscar por bairros que estão em constante expansão, observando fatores indispensáveis, como infraestrutura bem planejada, ruas asfaltadas e bem sinalizadas.

Além disso, é preciso observar se o imóvel oferece fácil acesso aos locais frequentados pela família, como escola e trabalho, por exemplo. “Ao escolher a região é interessante verificar o fluxo do tráfego e se oferece acesso rápido às principais vias, no caso de quem precisa se deslocar para fora do bairro com frequência”, ressalta Fabbriani.

Quanto ao imóvel em si, uma série de fatores precisam ser observados. Primeiramente é importante avaliar o próprio orçamento e, a partir disso, buscar algo que se encaixe com a receita e as necessidades da família. De forma geral, algumas características estruturais precisam ser consideradas antes de fechar negócio, como planta, acabamento, layout e idade da construção.

Imóveis antigos, apesar do charme, tendem a precisar de mais reparos, então ao optar por uma casa usada é preciso estar consciente de que algumas reformas e atualizações serão necessárias. Portanto, ao fazer a negociação, é importante observar se a relação custo-benefício vale realmente a pena.

IMPLANTE DENTÁRIO É NA SORRIFÁCIL ITUMBIARA

Na maior rede de clínicas próprias do Brasil, você realiza seu implante dentário com profissionais especializados, tecnologia e segurança.

Conheça a Sorrifácil Itumbiara e receba um diagnóstico completo da sua saúde bucal e ainda conte com especialistas que irão ajudá-lo a realizar o sonho de um sorriso mais bonito.



RT Rubem Jade Fraga Ramos Gomes CRO/GO 13651 EPAO 769

SORRIFÁCIL ITUMBIARA

Rua Franklin Xavier, 17
Bairro Central (anexo a Farmácia Vegeton)
64 3432.1771 | 64 99661.7205
@sorrifaci_itumbiara
www.sorrifacil.com.br

sorrifácil 
sorrir é uma
conquista.

VENHA COM A CONAFER PRODUZIR A NOVA AGRICULTURA FAMILIAR.

A **Confederação Nacional dos Agricultores Familiares e Empreendedores Familiares Rurais, CONAFER**, trabalha pela agricultura familiar por todo o país. Suas secretarias, coordenações, sindicatos e federações, levam informação, capacitação, produtos e serviços a todas as categorias de agricultores. Somos defensores da agroecologia, da bioeconomia, dos saberes tradicionais, da riqueza cultural das comunidades rurais e das ações de sustentabilidade. Nossa parceria com a Previdência Social oferece o INSS Digital à terceira idade. Emitimos a DAP, e pelo Banco do Brasil, acessamos o Pronaf para financiar a produção. Criamos o maior programa de melhoramento genético do campo, o +Pecuária Brasil, uma revolução genética em estados e municípios. Atuamos na valorização do empreendedor rural, integrando novas tecnologias e projetos produtivos. Somos multidiversos, mas sem diferenças, pois atuamos como parceiros, lado a lado com os nossos associados. Venha trabalhar junto com a gente. Estamos empenhados em fazer a diferença na vida dos agricultores familiares brasileiros.



A MARCA AGROFAMILIAR BRASILEIRA.



FINANÇAS



Gustavo Cerbasi: casais só têm a ganhar ao planejar finanças juntos

Consultor e autor do livro 'Casais inteligentes enriquecem juntos' dá dicas sobre como planejar os investimentos da vida a dois

120,

Casais que unem forças para planejar a vida financeira têm mais chances de obter êxito nas finanças e na vida a dois. A afirmação é de Gustavo Cerbasi, consultor financeiro e escritor de livros como “Casais inteligentes enriquecem juntos” que, inclusive, inspirou o filme “Até que a sorte nos separe”.

Para Cerbasi, mesmo que as contas correntes ou de investimentos sejam separadas, afinal, ambos tra-

balham e precisam organizar sua rotina, as corretoras estão cada vez mais optando por contas individuais, é preciso ter um planejamento conjunto.

“Planejar as finanças juntos não significa dividir as contas da casa meio a meio, mas sim definir o que o casal quer conquistar ao longo da vida, quanto direcionará de esforços financeiros para realizar os so-



nhos individuais e juntos."

Gustavo Cerbasi

O escritor afirma que o planejamento deve ser minucioso, ou seja, ele deve estabelecer metas e calcular o quanto cada um precisará investir para que seus sonhos aconteçam.

“A tendência é de que o planejamento financeiro fortaleça o relacionamento do casal porque os dois se conhecerão melhor, entenderão o tamanho do sacrifício que cada está disposto a fazer para conquistar os próprios sonhos, os do outro e o da família. Afinal, os três devem ser considerados no planejamento.”

Para o especialista, é fundamental ter bem definido os três sonhos para um não atropelar o outro.

“Algumas famílias projetam apenas os sonhos de família: ‘quando vamos nos aposentar’, ‘quando nós teremos filhos’. Esse comportamento tende a matar a individualidade de cada um e afetar o relacionamento.”

O contrário também acontece e não é positivo para os casais, de acordo com Cerbasi.

“Quando casal é muito moderninho, cada um tem o seu dinheiro e não tem esta conversa sobre o nós, pode ser que individualmente eles são bem sucedidos, mas, em algum momento sentirão falta da força familiar ou vão perceber que existe um rico e um pobre vivendo sob o mesmo teto. E isso tende a acabar com o relacionamento também.”

É aí que entra o planejamento financeiro a dois: para equilibrar o relacionamento e trazer a harmonia para o casal.

“É mais fácil para organizar as finanças, duas cabeças pensam melhor do que uma, a concentração de mais capital proporciona o acesso a investimentos melhores... tudo isso fará com que o casal tenha maior eficiência na conquista da riqueza, além do fortalecimento do relacionamento.”

<http://noticias.r7.com/economia/economize/gustavo-cerbasi-casais-so-tem-a-ganhar-ao-planejar-financas-juntos-18032021>

LIQUIDA

CARNAVAL

DINIZ

ARMAÇÕES E
ÓCULOS SOLARES

COM
ATÉ



50%



DE DESCONTO

ÓTICAS
DINIZ

Para ver o mundo como você sempre quis.

30
anos

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

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



Pliz, fala
com a **Diniz.**



Com muito
amor

levamos saúde para sua mesa!

O Seu Verdurão

o melhor para sua família!

 **64.3404 2413**

Av. Santos Dumont, 1137 -B. Santos Dumont - Itumbiara - GO
Av. Equador, 300 - B. Dona Marolina - Itumbiara - GO



Nossos dentes - Sob perigo por todos os lados



temente sob ataque. Apenas com a mastigação de alimentos é exercida uma força de até 30 kg sobre os dentes, inúmeras vezes ao dia.



Fortes e bem ancorados

Os dentes têm funções diferentes: os incisivos ajudam a segurar e cortar os alimentos. Os caninos são usados para dilacerar e perfurar - são os dentes mais fortes, com as raízes e “coroas” mais longas. Os pequenos dentes posteriores (pré-molares) seguram a comida e a maceram, enquanto os grandes molares posteriores têm a tarefa de cortar, esmagar e triturar os alimentos completamente. Eles precisam suportar as maiores pressões da mastigação e estão ancorados por um número de ramificações e raízes. Os dentes naturais são muito bem formados. O esmalte, a camada mais externa do dente, é constituída por substâncias minerais do corpo humano. Os componentes principais são o fosfato de cálcio e o bicarbo-

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

As pessoas normalmente têm 32 dentes. Cada um deles trabalha duramente e está constan-

nato de cálcio, que alcançam a sua dureza especial com a incorporação do flúor. A gengiva protege o colo do dente sensível e segura o dente no maxilar.

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



frutas são neutralizados pela saliva. Por isso faz sentido esperar cerca de 30 a 60 minutos após a ingestão de alimentos e bebidas para escovar os dentes - até que a saliva tenha realizado sua tarefa.

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

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

Vulnerabilidade Os dentes podem ser facilmente atacados. O açúcar é o principal problema. As bactérias existentes na placa metabolizam os açúcares e produzem ácidos que dissolvem os minerais do esmalte dos dentes. No entanto, é importante lembrar que os ácidos provenientes de alimentos, tais como sucos de

Dra. Samara Resende
Cirurgiã Dentista

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



DECORE SUA CASA DE ELOGIOS



ESSENCIAL
DECORAÇÕES & INTERIORES

R. Leopoldo de Bulhões com a Natal Vasconcelos, 96 Setor Central - Itumbiara-GO
64 99321-6179

Av. Professor José do Nascimento, 375 Setor Oeste - Morrinhos-GO
64 99344-6190

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



MERCADO



Gigante chinesa Great Wall Motors é a mais nova montadora a se instalar no Brasil

Depois de adquirir as instalações da Mercedes-Benz em Iracemápolis (SP), a gigante chinesa Great Wall Motors (GWM) chegou oficialmente no Brasil com investimentos na casa de R\$ 10 bilhões e planos muito ambiciosos. Serão dois ciclos de investimento na sua fábrica em Iracemápolis, em São Paulo: cerca de R\$ 4 bilhões entre 2022 a 2025 e R\$ 6 bilhões entre 2026 e 2032. O foco são carros híbridos, híbridos plug-in e elétricos, por isso, a GWM irá ajudar a ampliação de eletropostos, com parcerias locais ou operação direta nos principais capitais até 2025. O primeiro veículo, um SUV, deve chegar importado apenas no final do ano. Em três anos serão 10 lançamentos entre SUV e picapes, das marcas Haval, focada em SUVs urbanos, Tank, especializada em modelos off-road, e Poer, dedicada a picapes e a Ora, modelos elétricos pre-

mium. Efetivamente, o primeiro carro produzido no interior de São Paulo chegará no segundo trimestre de 2023.

Os veículos com motorização híbrida vão unir sustentabilidade e o prazer de dirigir com opções de configuração que variam de 230 cv a 430 cv de potência e 410 Nm a 762 Nm de torque. Na prática, esses números se traduzem em aceleração de 0 a 100 km/h de 7,2 segundos a apenas 4,8 segundos e consumo de combustível de 75 km/l a inacreditáveis 208 km/l no uso combinado do motor elétrico com o motor a combustão como apoio. Esses valores de consumo só são possíveis porque a GWM vai oferecer no Brasil o híbrido plug-in com a maior autonomia elétrica do mundo, de 200 quilômetros. Esse modelo ainda é capaz de recarregar 80% da sua bateria em apenas 30 minutos, promete a nova marca.



Enquanto os carros não chegam, a Autotech foca em pesquisas e desenvolvimentos de novas tecnologias, tendo o etanol como fonte de geração de hidrogênio para veículos com célula de combustível. A GWM enfatiza que a revolução tecnológica está alicerçada em quatro pilares: veículos movidos a energia limpa, conectividade, inteligência artificial e condução autônoma. “Ou seja, ter um carro que ofereça muito mais que uma central multimídia. É preciso em maior inteiração, inclusive com acionamento do motor com o escaneamento facial, sem a necessidade de chave”, explica Oswaldo Ramos, Chief Commercial Officer (CCO) da GWM Brasil, dizendo que, “aqui no interior, fabricaremos carros com qualidade, tecnologias globais, com foco no público mais jovem”, afirma.

O objetivo, segundo a montadora, é ter 60% de nacionalização em seus veículos até 2025. Para isso, a GWM deve contratar um verdadeiro exército, com a geração de 2.000 empregos diretos até 2025 e outros 8.000 indiretos, segun-

do cálculos da empresa. Para isso, a GWM quer contar com a ajuda de universidades, principalmente as de tecnologia. Para que não conheça, a Great Wall Motors é a maior fabricante privada da China e está presente em mais de 60 países. Vendeu ano passado 1,28 milhão de veículos ao redor do mundo. Conta com 19 fábricas e oito centros de Pesquisa e Desenvolvimento em países como Estados Unidos, Canadá, Áustria, Alemanha e Coreia do Sul. O Brasil será a base de exportação para toda a América Latina.

Fonte: <https://www.minutomotor.com.br/gigante-chinesa-great-wall-motors-e-a-mais-nova-montadora-a-se-instalar-no-brasil/>



**SINÔNIMO DE QUALIDADE,
COMPETÊNCIA E CONFIABILIDADE.**

**CLÍNICA MÉDICA
AZARIAS PEREIRA**
MEDICINA DO TRABALHO, PERÍCIA E AUDITORIA

**CLÍNICA MÉDICA
AZARIAS PEREIRA**
MEDICINA DO TRABALHO, PERÍCIA E AUDITORIA
EMPURRE

Advan Miranda Rezende

Clinico e Cardiologista | CRM 17306 GO

Antônio Mendes Prudente

Clinico Geral | CRM 932 GO

Waldir Paulo Chaves

Médico do Trabalho, Clínico Geral e
Ginecologista | CRM 3618 GO

Suzy Rodrigues Lemes

Radiologista | CRM 24319 GO

Luciano Lucas de Freitas

Angiologista | CRM 11012 GO

Tati Ane Junqueira

Especialista em Dentística (Estético) e
Pós-Graduada em Endodontia | CRO 6238 GO

Natália L. Marson

Psicóloga | CRP 09/011963

Lorena Rosa de Sousa Prado

Fonoaudiólogo | CRFa 7982 GO

Beatris Donisete Nagel Silva

Nutricionista | CRN 6277 GO

Renato Cesar Borges

Radiologista | CRM 24320 GO



@cmapgtba

64. 3495 7587 | 64. 3495 4655 | Rua Minas Gerais, 1430, Goiatuba | Goiás




ALPHA
I M A G E M

Exames de ultrassom com Excelência.

- ULTRASSONOGRAFIA MEDICINA INTERNA;
- ULTRASSONOGRAFIA OBSTÉTRICA;
- ULTRASSONOGRAFIA GINECOLÓGICA;
- ULTRASSONOGRAFIA MUSCULOESQUELÉTICA;

- ULTRASSONOGRAFIA DE ESTRUTURAS SUPERFICIAIS;
- DOPPLER VASCULAR;
- DOPPLER COLORIDO GERAL.

 (64) 9.9335-3143

 (64) 3495-7587

 contato@alphaimagem.com.br

 alphaimagem.com.br

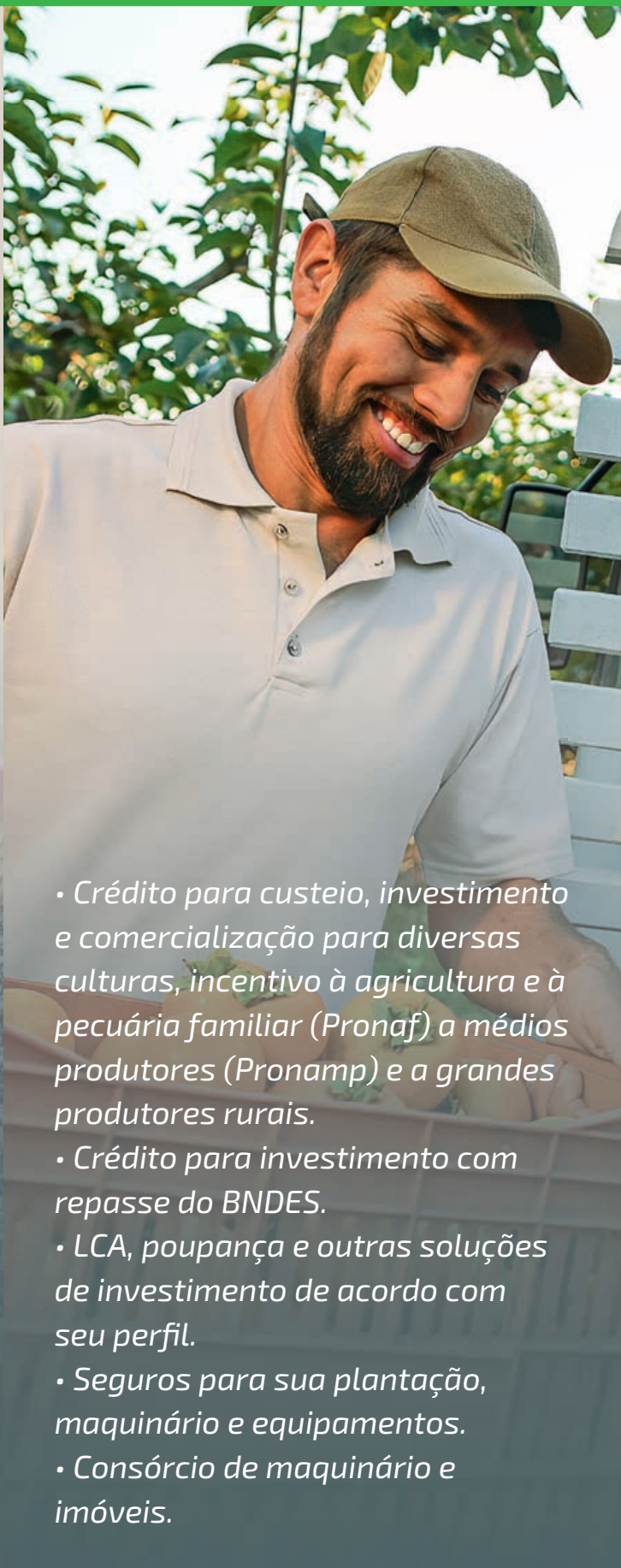
 Rua Minas Gerais, 1430 | Goiatuba | Goiás

Pessoa Física

Agro



- Cartões de crédito e débito
- Cheque especial
- Crédito pessoal, crédito de veículos, antecipações e mais
- Poupança
- Seguros
- Consórcios
- Previdência
- Investimentos em renda fixa e fundos de investimento, de acordo com seu perfil de investidor
- Pix
- Câmbio e Comércio Exterior



- Crédito para custeio, investimento e comercialização para diversas culturas, incentivo à agricultura e à pecuária familiar (Pronaf) a médios produtores (Pronamp) e a grandes produtores rurais.
- Crédito para investimento com repasse do BNDES.
- LCA, poupança e outras soluções de investimento de acordo com seu perfil.
- Seguros para sua plantação, maquinário e equipamentos.
- Consórcio de maquinário e imóveis.

Pessoa Jurídica

O Sicredi é para todos.

Somos a alternativa que gera um futuro mais próspero para você e para a comunidade.

No Sicredi, você é mais do que cliente: é associado e faz parte do negócio.

Somos a primeira instituição financeira cooperativa do Brasil e acreditamos que as melhores escolhas são aquelas que trazem resultados para todos.

Oferecemos soluções financeiras adequadas para você e geramos impacto positivo nas regiões e comunidades onde atuamos, usando a força da cooperação para crescermos juntos.

Visite nossa agência:

*Av. Presidente Vargas, nº 440,
Centro de Goiatuba.*

- *Cartões*
- *Crédito*
- *Máquina de Cartões*
- *Seguros*
- *Consórcios*
- *Pagamentos*
- *Recebimentos*
- *Investimentos*
- *Previdência*
- *Pix*



Toda DOR DE CABEÇA é um Tumor Cerebral?



▪ O que é tumor cerebral?

Um tumor cerebral nada mais é do que um aglomerado de células mutadas que se prolifera de forma errática e incontrolada pelo sistema nervoso. Pode acometer o parênquima cerebral, suas meninges, os nervos cranianos, os ossos, as glândulas (como a pineal ou a hipófise) e até mesmo a coluna vertebral.

Geralmente são classificados em alto grau ou baixo grau, de acordo com suas características de invasão tecidual e crescimento, evitando utilizar o termo "benigno" ou "maligno", pois se comportam diferente do resto do corpo.

▪ Quais são as causas de tumor cerebral?

Não se sabe, exatamente, o que é capaz de desencadear a formação de um tumor cerebral. No entanto, acredita-se que pode haver uma predisposição genética nos pacientes que o desenvolvem.

Em outros casos, o tumor cerebral pode ter acontecido devido à metástase de um câncer localizado em outra parte do corpo do paciente, como o câncer de mama, de pulmão, de pele, etc.

▪ Quais são os tipos de tumor cerebral?

Os tipos de tumor cerebral variam de acordo com o tipo de célula afetada pelo crescimento acelerado e errático que caracteriza o tumor cerebral.

▪ Quais são os sintomas de tumor cerebral?

Podem ocasionar dores de cabeça, convulsões, alterações de equilíbrio, perda de audição, alterações psiquiátricas, mudanças de humor e personalidade, perda de força ou alteração de sensibilidade, alterações visuais, crises convulsivas, dentre outros.

▪ Como é o tratamento de tumor cerebral?

O tratamento de tumor cerebral depende de sua localização, do tipo e até mesmo de seu grau de avanço e comprometimento do cérebro. Atualmente, o tumor cerebral pode ser tratado por meio de procedimentos cirúrgicos, quimioterapia, radioterapia e até mesmo de terapia-alvo.



Enfim, nem toda dor de cabeça é tumor cerebral. Tudo começa com o diagnóstico correto, que sempre deve ser o mais precoce possível. Para isso, o Neurocirurgião deve sempre ser consultado.





Joias e Semijoias que Seguem as Tendências da Moda.

*Manistela
Joias*

☎ (64) 3431 6795

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

Rua Prefeito Antônio Joaquim da Silva, 143 - Centro, Itumbiara



EMPREENDEDORISMO



Entrevista Empreendedora Premium

Na Coluna empreendedor Premium dessa edição vamos trocar experiência com Thaís Lourenço, empresária, formada em Letras, pedagogia e pós-graduada em Gestão e Organização da Escola e Processos Gerenciais.

Thaís bateu um papo com nossa equipe e falou um pouco sobre a tradicional empresa de sua família, a Maristela Joias.

Conte-nos um pouco da sua história e quais os diferenciais da Maristela Joias no mercado?

Thaís Lourenço - *Minha história de vida está totalmente ligada com o nosso trabalho em família na joalheria.*

Sou a filha do meio. Tenho um irmão mais velho, Thiago, e uma mais nova, Thaline.

Quando eu nasci, minha mãe, Maristela, tinha sonhos de comprar brincos, pulseiras, e nos dar uma vida melhor, mas não tinha condições financeiras para isso, então decidi vender joias, como "sacoleira". Ia de casa em casa, conquistando os clientes. Foram muitos desafios e dificuldades. Mas ela nunca desistiu.

Com este trabalho, ela conseguiu formar os três filhos, juntamente com o meu pai, que na época, era serralheiro.

Minha irmã é formada em Psicologia, eu sou formada em Letras e Pedagogia e meu irmão formou em administração, onde idealizou e colocou em prática a empresa Maristela Joias!

Foram quase 15 anos trabalhando, nós 5 juntos, até que um dia, meu irmão, foi morar em outra cidade, Rio Verde, e montou uma joalheria para ele, a Status Joias.

Eu conciliava o meu trabalho de professora com as vendas na loja. Com a mudança de cidade do meu irmão, passei a dedicar somente o meu trabalho na Maristela Joias.

Sempre busquei ideias inovadoras e estratégias financeiras e de vendas para o crescimento da nossa joalheria.

Na sua opinião, quais são as habilidades e conhecimentos essenciais para um empreendedor de sucesso?

Thaís Lourenço - *Um empreendedor de sucesso é quem está sempre inovando na empresa onde atua, identificando problemas, oportunidades e investindo em recursos que causam impacto positivo para a empresa e a sociedade.*

Muitas iniciativas, hoje, bem-sucedidas, começaram com pessoas apaixonadas que transformaram ideias em produtos ou serviços.

O mundo está em constante transformação e enfrenta grandes desafios. Acredito que são os empreendedores que encontram soluções para esses problemas.

A Maristela Joias é considerada uma empresa familiar onde



há uma direção dos pais com as filhas. Como vocês dividem o trabalho entre vocês? E qual o principal segredo para o sucesso da relação de vocês?

Thais Lourenço - Na Maristela Joias dividimos o trabalho da seguinte forma:

A proprietária Maristela, minha mãe, é responsável pela direção e compras de mercadorias, ou seja, todas as joias, semi-joias, relógios e demais produtos são escolhidos a dedo e com muito carinho por ela.

Já, o Lindomar, meu pai, é o nosso relojoeiro, responsável pela manutenção e consertos de relógios dos clientes. Ele também atua dando suporte em todos os setores da joalheria.

Thaline, minha irmã, é responsável pelo marketing da Maristela Joias e também auxilia nas compras de mercadorias. Tem um bom gosto indiscutível!

Eu sou quem administro a Maristela Joias, auxilio no marketing e sou responsável pelo financeiro.

Eu diria três segredos para o sucesso da nossa relação: cumplicidade, constância e fé em Deus! Sem esses três não existiria a Maristela Joias!

2022 chegou, e com ele várias expectativas de crescimento na economia, qual sua visão para o cenário econômico desse ano que inicia?

Thais Lourenço - Apesar do cenário de incertezas gerado pela Pandemia da Covid-19, a minha visão quanto ao cenário econômico desse ano que se inicia é boa para o Brasil, já que a economia daqui é muito influenciada pelo que acontece lá fora. Basta não termos medo de investir e "ir à luta" todos os dias!



220·K

ENERGIA SOLAR

QUE TAL ECONOMIZAR ATÉ

95%

NA SUA CONTA
DE ENERGIA
E AINDA
AJUDAR O
PLANETA?

FINANCIAMENTOS
100%
SEM ENTRADA

**COMECE A
ECONOMIZAR
HOJE!**

**PARECE BOM DEMAIS
PARA SER VERDADE?**

A 220K TE AJUDA!

220k.com.br

f @energia220k

☎ 0800 567 2000

📍 Av. Minas Gerais, nº 1427, Centro,
CEP 75.600-000, Goiatuba-GO

220·K
ENERGIA SOLAR



opyt

É Opyt, é fibra é a melhor, se liga!

sempre conecta

opyt.net.br

4013 3030
0800 737 3030



SUPER VIRADA

U N I C R E D

A LINHA DE CRÉDITO
PARA AS SUAS DESPESAS
DO INÍCIO DO ANO.*

IPVA, IPTU, seguros e anuidade do conselho.

Fatura de cartões.

Material escolar e matrículas.

Viagens e muito mais.

Converse com o seu gerente.

64 3430-6819

Rua Dr. Valdivino Vaz Nº 10, Qd.45, Lt.10 - Centro - Itumbiara/GO

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

*Sujeito à análise de crédito

UNICRED 