

# revista SAÚDE



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



**Dr. Alessandro Ribeiro**  
PEDIATRA  
CRM/MG: 30.027

**Dra. Shirley Fernandes**  
PEDIATRA  
CRM/GO: 9.095

**Dr. Antônio Ricardo**  
ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA  
CRM/GO: 9.071

**Dra. Maricel Abdala**  
PEDIATRA  
CRM/GO: 6.401



Contabilidade & Consultoria



**Ranier Pereira de Lima**  
CRC-GO: 0016525/O

**Walter Simões de Lima**  
CRC-GO: 005262/O

**Rafael Pereira de Lima**  
CRC-GO: 022931/O

## É HORA DE CELEBRAR E PLANEJAR

2023 foi um período especial na história da WR Contabilidade & Consultoria. Abrimos nossa 5ª unidade física em Monte Carmelo-MG, ultrapassamos a marca dos 100 colaboradores especialistas e alcançamos o impressionante número de 1000 clientes atendidos e satisfeitos em todo o Brasil. Tudo isso, no período em que comemoramos nossos 15 anos de história.

Essas conquistas só foram possíveis graças a nossa busca incansável pela excelência, aperfeiçoamento constante e

lapidação do nosso diamante mais precioso: o relacionamento com as pessoas. São esses fatores que nos fazem levar resultados para os clientes.

2024 está chegando e com ele reforçamos a busca incansável da nossa missão: contribuir para o sucesso das empresas e para a qualidade de vida das pessoas.

Vamos juntos para um ano ainda mais surpreendente!



**A EQUIPE WR DESEJA A TODOS UM NOVO CICLO REPLETO DE PAZ,  
SAÚDE, AMOR, REALIZAÇÕES E PARCERIAS FORTALECIDAS.**

**UM BRINDE AO FUTURO PROMISSOR QUE NOS AGUARDA!**

*Boas Festas e Feliz*

**2024**



#### FILIAIS

**Matriz:**

Itumbiara - GO  
Rua Brasil,  
nº 911 - Centro  
(64) 3431-0510

**Goiânia - GO:**

Rua Brasil,  
nº 50 - Setor Bueno  
(62) 3922-3417

**Inaciolândia - GO:**

Avenida Meia Ponte,  
nº 10 - Centro  
(64) 3435-1393

**Uberlândia - MG:**

Gávea Business,  
sala 310 - 2º andar  
Alameda dos Pinhais,  
nº 3600 - Morada da Colina  
(34) 99645-0022

**Monte Carmelo - MG:**

Av. Brasil Leste,  
nº 1252 - Belo Horizonte  
(34) 99645-0022



# Boas Festas!

Desejamos que você e sua família tenham um final de ano fraternal, de muito amor e comunhão. Que 2024 seja marcado por momentos inesquecíveis, repletos de bem-estar e muita saúde.

somos  
**COOP**»

**Unimed**   
Regional Sul Goiás

# LABORATÓRIO UNIMED

Uma nova estrutura com a qualidade que você já conhece!

ANS - Nº 305472



Mais amplo e moderno para continuar cuidando bem de você e de sua família



Menor tempo de espera



Mais salas para coleta de exames



Coleta Domiciliar



Modernização da área técnica



Estacionamento próprio



Equipe técnica especializada

Rua: Tiradentes, nº 700, Setor Central  
Itumbiara/GO, Tel.: (64) 3432-2080

**Unimed**   
Regional Sul Goiás

somos  
**COOP** 

**FAÇA SEU CERTIFICADO DIGITAL ON-LINE,  
DE ONDE ESTIVER. TORNE-SE ÁGIL.**



**ENTRE EM CONTATO  
3495-3326 ou 64 99922-2036  
E APROVEITE!**



**UNIÃO QUE GERA CRESCIMENTO!**

Rua Mamoré, 537, Centro, Goiatuba-GO

# 10 VANTAGENS E BENEFÍCIOS PARA OS ASSOCIADOS

## 1. SPC CREDIÁRIO

Potencialize o seu poder de decisão para conceder crédito, utilizando os produtos do SPC Brasil, que trazem informações de abrangência nacional como Dados Cadastrais, Restrições SPC, Pendências Financeiras Serasa, Protestos Estaduais e Nacionais, entre outros;

Rentabilize os resultados do seu negócio, tomando decisões mais rápidas, com menor risco e maior assertividade.



## 2. CONVÊNIOS

Isso mesmo, ser associado ACIAG / CDL Goiatuba significa ter convênios com várias empresas que oferecem descontos especiais em produtos e serviços. Entre eles, convênios com:

- Faculdades;
  - Plano de saúde;
  - Plano de saúde odontológico;
  - Atendimento em medicina do trabalho;
- Entre outras.



## 3. LAZER

Associado ACIAG / CDL Goiatuba pode contar com descontos em espaços de lazer como SESI e AABB Goiatuba.



## 4. RH EMPRESA

A ACIAG / CDL Goiatuba possui banco de currículos para oferecer aos seus associados direcionamentos de recursos humanos especializado, bem como oferece cursos para capacitação de pessoal de acordo com a necessidade do mercado e associados.



## 5. NETWORK EMPRESARIAL E CAPTAÇÃO DE RECURSOS

A ACIAG / CDL Goiatuba proporciona um ambiente propício de negócios e oportunidades entre seus associados, permitindo a promoção de todos, além da busca de recursos e atuação junto a bancos de fomento, facilitando o investimento e crescimento dos seus associados.



## 6. CERTIFICADO DIGITAL

Associados ACIAG / CDL Goiatuba contam com desconto exclusivo na confecção do Certificado Digital.



## 7. ESPAÇO PARA LOCAÇÃO

A ACIAG / CDL Goiatuba possui auditório equipado, perfeito para eventos e conferências, local que fica a disposição dos associados com um super desconto.



## 8. COMUNICAÇÃO SOCIAL

Associados ACIAG / CDL Goiatuba tem a disposição vários canais de publicidade como redes sociais, rádio e outros a sua disposição.



## 9. ACIAG / CDL SOLIDÁRIA

Um dos valores da ACIAG / CDL Goiatuba é a atuação social na comunidade em que está inserida, tornando seus associados instituições socialmente atuantes, elevando sua credibilidade beneficente junto a seus públicos de interesse.



## 10. ACIAG / CDL COBRANÇAS E CONSULTORIA

A ACIAG / CDL Goiatuba oferece aos associados o sistema de cobrança humanizada, consultoria jurídica e trabalhista através de empresas especializadas e conveniadas.



**FALE COM A GENTE QUE VAMOS ATÉ A SUA EMPRESA  
TE APRESENTAR ESSE UNIVERSO DE VANTAGENS!**



**UNIÃO QUE GERA CRESCIMENTO!**

# Guia Médico

Dezembro 2023



**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. Antônio Ricardo**  
Endocrinologia e Metabologia  
CRM/GO: 9.071 | RQE: 4174

**Clínica São Lucas**  
Rua Paranaíba, 937.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara-GO.  
**(64) 3431-7800**



**Dra. Cláudia Araujo**  
Médica  
CRM/GO: 20.389 | RQE 17967  
CRM/RJ: 105.867-3

**Hospital Frei Anacleto**  
Rua Tietê, 534.  
Bairro: Centro. Goiatuba - GO.  
**(64) 3495-1040 (21) 99261-7618**



**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. Alessandro Ribeiro**  
Pediatra  
CRM/MG: 30.027

Av João Pinheiro, 300.  
3º Andar. Bairro: Centro.  
Uberlândia-MG.

**(34) 32357058**



**Dra. Andressa Borges de Faria**  
Médica  
CRM/GO: 22.022

**Qualiclin**  
Rua Guimarães Natal, 168.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara-GO.  
**(64) 99666-6907**



**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**



**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. 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**





**Dr. Jander Euqeres**  
Médico Cirurgião Plástico  
CRM/GO: 22623 | CRM/DF: 27300  
RQE GO 17501 | RQE DF 21862

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Sala 20 e 21. B.: Centro. Itumbiara - GO.  
**(64) 99252-7887**

**Linea Vitta**  
SGAS 610, Bloco 1, Sala 129  
Bairro: Asa Sul. | Brasília - DF.  
**(61) 99990-5002**



**Dr. João Pedro F. Galvão**  
Médico  
CRM/MG: 97305 | CRM/GO: 32635

**Clínica Galvi**  
Edifício Executivo, Sala 702  
Bairro: Centro. Itumbiara - GO.  
**(64) 99950-2555**

**New Life Clínicas**  
Av. Jk, 454. Bairro: Alto da Boa  
Vista. Itumbiara - GO.  
**(64) 99950-2555**



**Dra. Laise Guerino Vieira**  
Médica  
CRM/GO: 23523. | CRM/MG: 97223

**Clínica Galvi**  
Edifício Executivo, Sala 702  
Bairro: Centro. Itumbiara - GO.  
**(64) 99950-2555**

**New Life Clínicas**  
Av. Jk, 454. Bairro: Alto da Boa  
Vista. Itumbiara - GO.  
**(64) 99950-2555**



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

**Alfa Saúde**  
Rua João Manoel de Souza, 881.  
Bairro: Centro .  
Itumbiara - GO.  
Instagram: @iub.cerebrocolumnador  
**(64) 99297-1512**



**Dra. Maricel Borges  
Tavares Abdala**  
Pediatra e Alergia Respiratória  
Infantil  
CRM/GO: 6.401 | RQE: 3067

**Consultório Maricel Borges  
Tavares Abdala**  
Praça da República, 130.  
Sala 401 - Bairro: Bela Vista.  
Itumbiara-GO.  
**(64) 3431-6510**



**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**



**Dra. Shirley Fernandes  
Gomes Ribeiro**  
Pediatra  
CRM/GO: 9.095 | RQE: 4214

**Clínica São Lucas**  
Rua Paranaíba, 937.  
Bairro: Centro.  
Itumbiara-GO.  
**(64) 3431-7800**



**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**

**OR7**  
Editora e Marketing

# OR7

Editora e Marketing

8 ANOS

## FELIZ NATAL E PRÓSPERO 2024!!!

Encerramos 2023 com chave de ouro, com uma edição super especial, recheada de conteúdos selecionados com o que há de mais atual dentro da área da saúde e ainda diversos outros temas modernos e relevantes.

Este 2023 foi realmente um grande ano para a OR7 Editora e Marketing, nossa marcas Revista Mais Saúde e Revista Stilo se consolidaram como as mais respeitadas e admiradas pelo público da Região Sul de Goiás, atingindo leitores de todas as faixas etárias e conquistando cada vez mais parceiros e amigos, que nos ajudam diariamente a escrever as páginas de nossas edições.

A Revista Mais Saúde pelo segundo ano consecutivo, conquistou o Prêmio Mérito Lojista da CDL de Itumbiara, como destaque em mídia impressa na região.

Que 2024 seja de muito sucesso para todos de nossa região e nosso país, e juntamente com esse povo guerreiro que é o brasileiro, estaremos na luta pelo desenvolvimento e crescimento de nossa região, levando sempre a você leitor, notícias que agreguem qualidade de vida e saúde para você e sua família, além de noticiar também temas que ajudam no seu desenvolvimento pessoal, profissional e econômico.

Um Feliz Natal e um Extraordinário 2024, é o que a nossa equipe deseja a você e a sua família.

Os diretores!

## Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins

Diretor Comercial: Onofre Neto

Fotos: Náthia Fathicelly, Roover Almeida e Patrícia Lopes

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:

or7empresarial@gmail.com

www.rmaissaude.com

📷 📘 rmaissaude

Revista Stilo:

or7empresarial@gmail.com

www.revistastilo.com.br

📷 📘 stilo\_revista



# Sumário

13	ENTREVISTA	82	MICROPIGMENTAÇÃO
19	O QUE É O ESTUDO URODINÂMICO?	84	PORQUE OS DIABÉTICOS SÃO MAIS VULNERÁVEIS A AMPUTAÇÃO DE DEDOS, PÉS OU PERNAS
22	CATARATA		
27	DOENÇAS DO QUADRIL DA CRIANÇA: DISPLASIA DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRIL, SINOVITE, LEG-CALVE-PERTHES E EPIFISIOLISE.	86	ATITUDE
29	VOCÊ TEM TDAH?	101	A PREVENÇÃO DO ASSÉDIO MORAL NO TRABALHO E A PRODUTIVIDADE DO COLABORADOR.
34	OS PROBLEMAS LISTADOS PODEM SER A RAZÃO PELA QUAL SUA DOR NA HÉRNIA DE DISCO PERSISTE	111	QUANDO A ANSIEDADE SE TORNA UMA DOENÇA?
43	LIMPEZA DENTÁRIA: QUAL É A PERIODICIDADE IDEAL?	113	DISFUNÇÕES NEUROLÓGICAS EM BEBÊS PREMATUROS
64	UM GUIA COMPLETO PARA A TRANSFORMAÇÃO E HARMONIZAÇÃO FACIAL	117	HOSPITAL DA UNIMED AGORA REALIZA NEUROCIRURGIAS AVANÇADAS
76	HOMENS DE SUCESSO	124	LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE E REVISTA STILO
		126	ENTREVISTA

# A Clínica de Vacinas Santa Clara agora é Santa Clara Vacinas.

Com mais de 25 anos de experiência no mercado e mais de 30 unidades espalhadas pelo Brasil, oferece uma ampla variedade de serviços de vacinação.

Na Santa Clara Vacinas, você

encontra serviços de vacinação desde o recém-nascido até o idoso, vacinação empresarial e escolar, além de serviços de vacinação em domicílio para sua comodidade.

## **Dra. Shirley Fernandes**

Pediatra  
CRM/GO: 9.095

## **Dr. Antônio Ricardo**

Endocrinologia e Metabologia  
CRM/GO: 9.071

## **Dra. Maricel Abdala**

Pediatra  
CRM/GO: 6.401

## **Dr. Alessandro Ribeiro**

Pediatra  
CRM/MG: 30.027





Estamos em Itumbiara há 7 anos, localizados na Rua Paraíba 937, bem próximo à Praça Sebastião Xavier e Hospital São Marcos, com uma equipe altamente qualificada pronta para ajudá-lo a tomar as melhores decisões para proteger a saúde de sua família e colaboradores.

Vacinar é um ato de amor e nada melhor do que proteger quem se ama.

Na Santa Clara Vacinas estão disponíveis uma ampla variedade de vacinas, inclusive as novas vacinas contra Herpes Zoster, Dengue e doenças Pneumocócicas.

A vacina Shingrix® protege contra o Herpes Zoster, que é a





reativação do vírus da varicela no organismo, causando uma erupção dolorosa, e pode acometer os nervos causando neuropatia-pós herpética, que é uma das complicações graves que acomete pessoas acima de 50 anos, 30 vezes mais em comparação aos jovens. A vacina é feita em duas doses com intervalo de 2 meses entre elas.

A vacina Qdenga® também já está disponível para pessoas a partir de 4 até 60 anos de idade, realizada no esquema de duas doses com intervalo de 3 meses entre elas. É uma vacina tetravalente que protege contra os 4 tipos de Dengue. A imuni-



zação é uma importante aliada no combate à doença, uma vez que o Brasil registrou mais de 1,4 milhão de casos de dengue em 2022 e mais de 1.000 mortes, de acordo com o Ministério da Saúde.

A Pneumocócica 15-valente ou Vaxneuvance®, é a vacina que protege contra as doenças pneumocócicas, incluindo a Meningite Pneumocócica. Crianças a partir de 2 meses de vida já podem se beneficiar desse imunizante, assim como adolescentes, adultos e idosos.

Santa Clara Vacinas com o carinho e profissionalismo de sempre!



# 5 CUIDADOS BÁSICOS COM A SAÚDE PARA TER UMA VIDA PLENA

**Manter a saúde em dia é fundamental para ter uma vida feliz. Para isso é importante manter alguns pequenos cuidados diários. Comece hoje mesmo.**

Manter-se saudável e ativo é uma das grandes alegrias da vida. Afinal, sentindo-se bem é possível fazer todas as coisas pelas quais você tem vontade, participar de atividades familiares e estar ao lado das pessoas que ama. Porém, para manter a saúde é preciso cuidar dela diariamente. Pequenos cuidados farão com que seu corpo e mente permaneçam em equilíbrio por muito mais tempo.

## 1 – Beba água

Os especialistas dizem isso a todo momento. A água faz muito bem ao organismo, ela atua em todas as funções do corpo (circulação, digestão, excreção) e além de hidratá-lo permite também que a temperatura seja mantida. Segundo os conselhos médicos é fundamental que adultos bebam pelo menos 2 litros da água por dia para garantir um bom funcionamento de seu organismo.

## 2 – Alimentação

Comer é fundamental para manter a energia e saúde do corpo, no entanto, a ingestão de bons alimentos faz toda a diferença. O consumo diário de legumes e verduras precisa ser incentivado desde a infância, eles atuam de forma importante para manter o bom funcionamento do organismo. Os grãos, as carnes e as frutas também devem fazer parte das refeições. Eles fornecem nutrientes que o corpo precisa para funcionar corretamente. Outro fator fundamental é a moderação. Consumir moderadamente todos os alimentos pode fazer a diferença entre ter uma vida saudável ou não.

## 3 – Exercícios físicos

Gostar de praticar exercícios físicos não é unanimidade, infelizmente. No entanto, é preciso incluí-los nos hábitos diários de saúde. Já dizia o velho ditado: “É melhor prevenir do que remediar”. Sendo assim, mesmo que você não goste muito de praticá-los, faça isso pensando em sua saúde e bem-estar ao longo dos próximos anos. Procure auxílio de especialistas antes de sair prati-

cando exercícios, desta forma você estará amparado por profissionais que lhe indicarão como começar e quais os exercícios que serão mais indicados para você. O importante é adquirir o hábito de praticar exercícios sempre.

## 4 – Descanso

Ter momentos de relaxamento e um bom período de sono também auxilia no bom andamento da saúde. Porém, com a vida corrida que muitas pessoas levam, esses momentos ficam cada vez mais escassos. Como são muito importantes e devem fazer parte dos hábitos saudáveis, planeje tempo para eles. Para começar você pode ter uma hora para dormir. Estipule com base no seu tempo de sono. Procure respeitar esse horário para garantir boas horas de descanso. Separe pelo menos algum momento na semana para momentos de lazer. Eles são importantes para manter sua mente longe do estresse diário e lhe darão mais ânimo para enfrentar uma nova jornada. Passeie, encontre amigos, faça uma caminhada, vá ao cinema, enfim, faça algo que goste. Dê esse presente para você mesmo.

## 5 – Faça exames pelo menos uma vez por ano

Procure seu médico para exames de rotina pelo menos uma vez ao ano, desta forma você poderá também prevenir o aparecimento de algumas doenças. Defina um mês em sua agenda, e a cada ano, naquele mês definido, faça uma visita a seu especialista para um controle de sua saúde. Cuide de sua saúde, ela é indispensável para uma vida feliz!

Fonte: Família.com.br



**EXAMES DE RESSONÂNCIA DE SEGUNDA À SÁBADO DAS 7H AS 22H.  
COM HORÁRIO AGENDADO.**

64 3431-0047



64 9.9661-7590

AVENIDA SANTOS DUMONT, 373  
ITUMBIARA - GO



# Boas Festas

Que Jesus, a razão do Natal, nos inspire a sermos pessoas melhores e mais felizes.

A Clínica Radiológica de Itumbiara deseja a todos um Natal cheio de Paz e Harmonia e que 2024 seja pleno de alegrias.

São os votos da



**CRI**

CLÍNICA RADIOLÓGICA  
DE ITUMBIARA



## PLANEJAMENTO ANUAL DE GOVERNANÇA DA TI PARA A SAÚDE

A Tecnologia da Informação é indispensável para a gestão eficiente de clínicas e hospitais e é vital que os gestores estejam atualizados sobre as soluções necessárias para implantar. Além de oferecer alta disponibilidade dos serviços, a TI garante a segurança e proteção dos dados dos pacientes, cumprindo as regulamentações de privacidade e a LGPD.

O Grupo SSIT se destaca por oferecer soluções que otimizam processos, geram eficiência de desempenho e melhoram a qualidade do atendimento. Com nossa expertise em segurança da informação e experiência em alta disponibilidade, estamos prontos para auxiliar sua unidade de saúde a alcançar excelência em gestão e cuidados de saúde. Nossas entregas vão muito mais além de simplesmente resolver problemas, mas sim transformar o cenário através de uma governança de TI orientada por resultados.

### Segurança da Informação

1

Garantir a integridade, confidencialidade e disponibilidade das informações é crucial. Implementar políticas de segurança robustas, treinar colaboradores e investir em tecnologias de proteção são passos fundamentais para resguardar dados sensíveis e atender às regulamentações vigentes.

### Integração de Sistemas

2

A interoperabilidade entre sistemas é vital para uma gestão eficiente. Integrar os diferentes softwares utilizados na gestão hospitalar e clínica proporciona fluidez nas operações, reduzindo redundâncias, minimizando erros e melhorando a comunicação entre as áreas.

### Gestão de Riscos

3

Identificar e mitigar os riscos associados às operações de TI é essencial para evitar impactos negativos nos serviços de saúde. Desenvolver estratégias para gerenciar crises, realizar avaliações periódicas de vulnerabilidades e manter planos de contingência são práticas indispensáveis.

### Telemedicina como Componente Essencial

4

O ano de 2024 marca a consolidação da telemedicina como componente essencial dos serviços de saúde. Um Planejamento Anual eficaz deve abraçar essa transformação, investindo em plataformas de telemedicina, treinamento de equipe e estratégias para garantir a continuidade e aprimoramento dos serviços remotos, proporcionando maior acessibilidade aos pacientes.

No ambiente desafiador da saúde, um Planejamento Anual de Governança da TI é um diferencial estratégico para clínicas e hospitais. O Grupo SSIT, comprometido com a excelência, destaca os pontos acima como pilares essenciais para impulsionar a eficiência operacional e oferecer serviços de alta qualidade. Ao focar nesses aspectos, as instituições de saúde podem enfrentar os desafios contemporâneos e garantir um futuro sustentável e inovador.

Converse conosco e saiba como podemos ajudar a sua organização a implementar uma Governança da TI estratégica:



Quem confia no Grupo SSIT



## O QUE É O ESTUDO URODINÂMICO?

O “estudo urodinâmico”, também chamado de “avaliação urodinâmica”, é um exame que tem como objetivo demonstrar a função do trato urinário inferior. Em termos práticos, ele mostra se a bexiga consegue cumprir sua função: armazenar urina sob baixa pressão e proporcionar adequado esvaziamento (micção normal).

*”Em pacientes sem doença neurológica associada, a urodinâmica pode ser útil quando há dúvidas sobre a causa dos sintomas urinários ou quando há falha do tratamento conservador”*

Distúrbios da fase de armazenamento e/ou de esvaziamento da bexiga podem provocar alterações que se expressam através de diminuição do jato urinário (jato urinário fraco), retenção urinária, micções diurnas ou noturnas frequentes, incontinência urinária (perda involuntária de urina), dor ao urinar, etc.

A urodinâmica pode ser indicada em determinadas circunstâncias:

\* **Aumento da próstata** (avalia a presença de obstrução ao fluxo urinário pela próstata, bem como a força de contração da bexiga)

\* **Incontinência urinária na mulher** (determina a causa exata da perda de urina: se a incontinência está associada à urgência miccional/bexiga hiperativa ou se



ocorre secundariamente a esforços)

\* **Incontinência urinária no homem** (exemplo: incontinência urinária após cirurgia para remoção da próstata)

\* **Pacientes com lesões neurológicas** (“bexiga neurológica”)

\* **Crianças com meningocele**

A solicitação do exame deve ser feita pelo médico, com o objetivo de determinar com maior exatidão a causa dos sintomas urinários do paciente. Deve-se ressaltar que a urodinâmica é particularmente importante para pacientes com doenças neurológicas, em especial quando há doenças da medula espinhal.

Em pacientes sem doença neurológica associada, a urodinâmica pode ser útil quando há dúvidas sobre a causa dos sintomas urinários ou quando há falha do tratamento conservador.



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



# Dr. Luiz Umberto

## Um brinde aos 70

No dia 25 de Novembro foi comemorado o aniversário de 70 anos do empresário e Advogado Dr. Luiz Umberto. O evento contou com a presença de amigos e familiares confira as fotos.





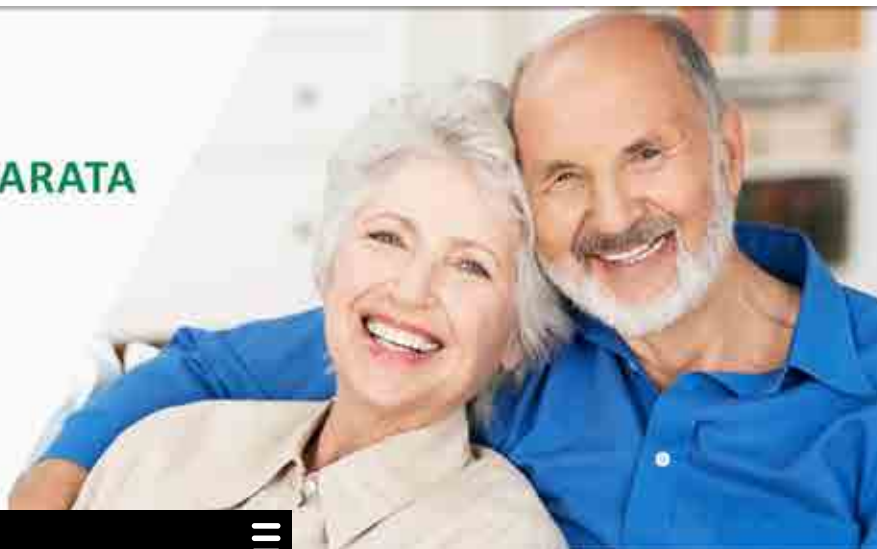
**Veneza** 46 Anos.

Acesse nosso site e confira nossas ofertas:  
[www.venezafiat.com.br](http://www.venezafiat.com.br)  
Itumbiara | Av. Afonso Pena, nº 1028 | 64 3431-8600  
Goiatuba | Rod. GO 320, nº 30 | 64 3495-7300



## CIRURGIA DE CATARATA

Volte a ver a vida com  
aquele brilho nos olhos!



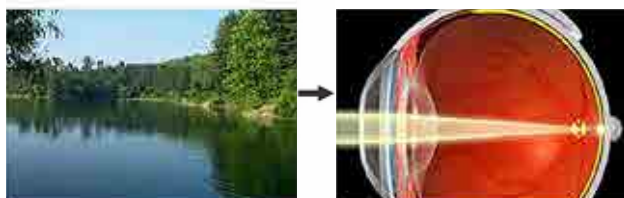
OFTALMOLOGIA



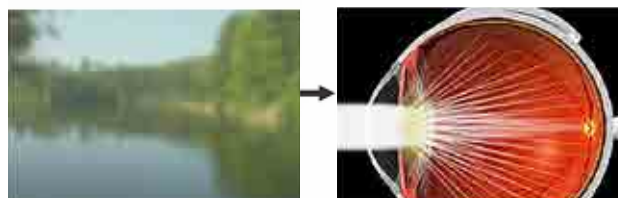
# CATARATA

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

Visão sem Catarata



Visão com Catarata



### Quais as causas?

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

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

### Quais os sintomas?

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

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

**Terei necessidade de usar óculos depois da operação?**

A melhora em qualidade de vida dos pacientes

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

Uma opção para não ser necessária a utilização de óculos de perto após a cirurgia é o implante de lente intra-ocular multifocal, que tende a diminuir a dependência dos óculos.

### Como descobrir se tenho catarata?

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

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

### Como é o tratamento de Catarata?

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



### LENTE MONOFOCAIS SIMPLES

São lentes implantadas por uma abertura de 2,75 mm. Proporcionam boa qualidade visual para longe, porém os pacientes geralmente necessitam usar óculos para as atividades de perto que exijam maior precisão visual, como leitura ou bordados. Ocasionalmente também são necessários óculos para longe após a cirurgia.



### LENTE MONOFOCAIS AS-FÉRICAS

As lentes esféricas são implantadas no olhos por uma microincisão de 2,0 a 2,4 mm, sendo menos provável a necessidade de pontos. A necessidade de óculos após a cirurgia é semelhante à das lentes monofocais simples, porém as lentes esféricas possuem um desenho diferenciado que proporciona uma qualidade visual superior, principalmente para visão noturna.



### LENTE TÓRICAS

São lentes dobráveis, indicadas para pacientes que apresentam astigmatismo, pois têm a capacidade de corrigi-lo. Para pacientes com astigmatismo que desejam independência dos óculos existem as lentes multifocais tóricas.



### LENTE MULTIFOCAIS

São as lentes mais modernas disponíveis atualmente e permitem boa visão para longe e para perto sem o uso dos óculos. Os pacientes com lentes multifocais podem dirigir, assistir TV, ler, praticar esportes e trabalhar sem óculos. Entretanto, é importante salientar que, principalmente durante o período de adaptação, pode haver dificuldades na visão para distâncias intermediárias, e é comum perceber brilhos e halos ao redor das luzes à noite. Aproximadamente 90% dos pacientes deixam de usar óculos após a cirurgia.

Atendimento:



[www.cvi.med.br](http://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 08, 09 E 10



O NATAL É UMA ÉPOCA DE CELEBRAÇÃO, ALEGRIA E GRATIDÃO.  
É UM MOMENTO DE REFLETIR SOBRE AS CONQUISTAS DO ANO QUE PASSOU E TRAÇAR  
NOVOS OBJETIVOS PARA O FUTURO.  
É UMA OPORTUNIDADE DE FORTALECER OS LAÇOS COM A FAMÍLIA, OS AMIGOS E OS  
COLEGAS DE TRABALHO, EXPRESSANDO O SEU APREÇO E RECONHECIMENTO.  
É TAMBÉM UMA OCASIÃO DE COMPARTILHAR O SEU TALENTO, O SEU CONHECIMENTO E A  
SUA GENEROSIDADE COM AQUELES QUE PRECISAM DE AJUDA E INSPIRAÇÃO.  
O NATAL É UM CONVITE PARA RENOVAR A SUA FÉ, A SUA ESPERANÇA E O SEU OTIMISMO,  
CONFIANDO QUE TUDO É POSSÍVEL COM DEDICAÇÃO E PERSISTÊNCIA.

## FELIZ NATAL!





# DESTAQUES DO ANO!



## PREMIAÇÃO ÁGUAS DO PARANAÍBA 2023

## PREMIAÇÃO MELHORES DO ANO 2023

### FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO



## PREMIAÇÃO DESTAQUE ITUMBIARA 2023



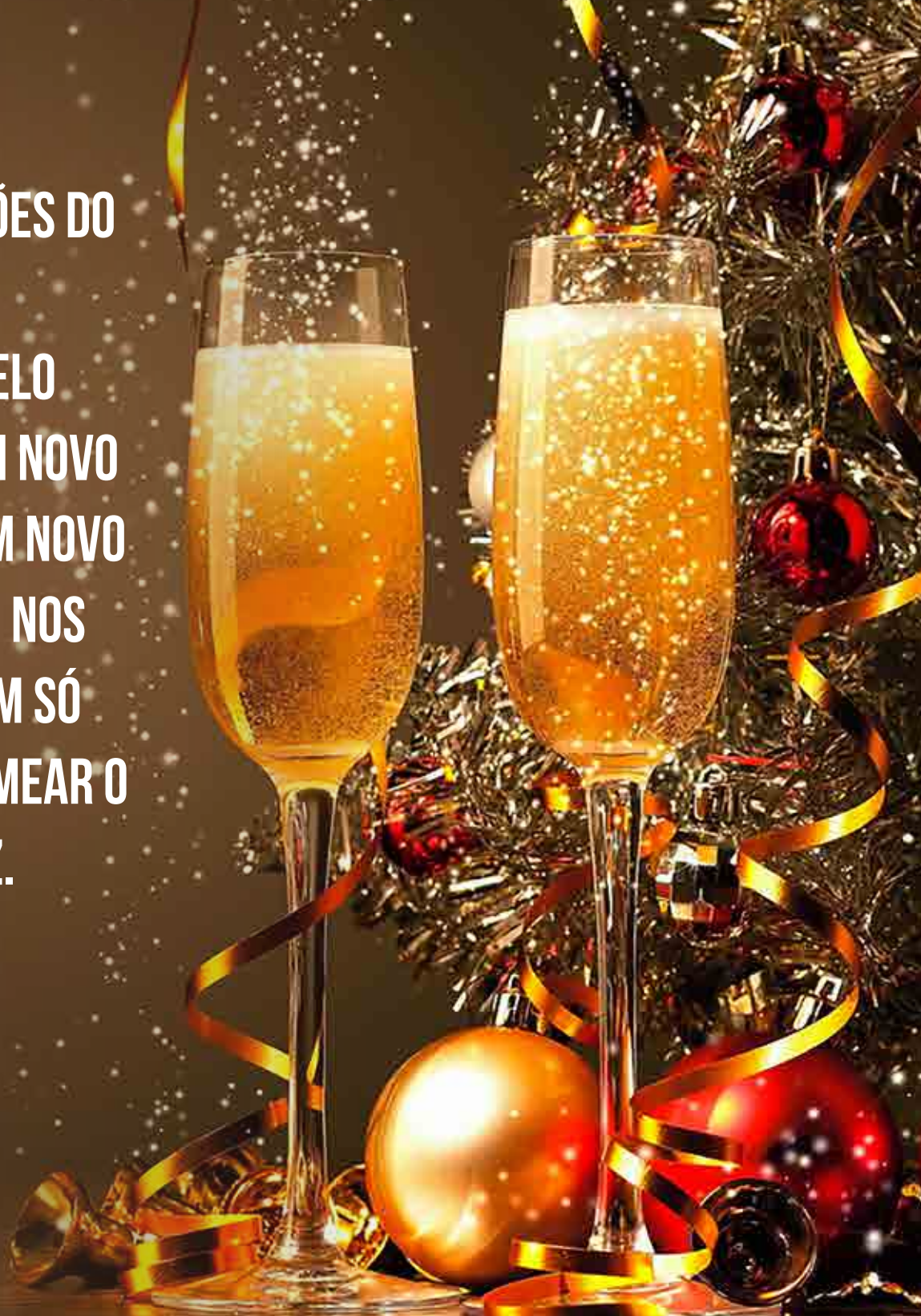
## PREMIAÇÃO TROFÉU IMPRENSA 2023

 **RAVENNA**  
FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM MEDICINA ESPORTIVA

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

QUE AS  
COMEMORAÇÕES DO  
NATAL SEJAM  
MARCADAS PELO  
DESEJO DE UM NOVO  
VIVER E DE UM NOVO  
CAMINHO QUE NOS  
CONDUZA A UM SÓ  
OBJETIVO: SEMEAR O  
AMOR E A PAZ.



(64) 3431-9080 / 98116-4672

Rua Padre Félix, 280, Centro - Itumbiara - GO  
[www.laboratoriomodelo.med.br](http://www.laboratoriomodelo.med.br)



## Doenças do Quadril da criança: Displasia do desenvolvimento do quadril, Sinovite, Leg-Calve-Perthes e Epifisiólise.

Sabe-se que muitas patologias do quadril começam a se desenvolver na infância, sendo de extrema importância o diagnóstico precoce destas alterações. Em algumas situações um diagnóstico precoce poderá - talvez - evitar uma seqüela futura. É muito importante que você procure por um ortopedista para uma avaliação de rotina de seus filhos ou sempre que suspeitar de alguma alteração.

As principais doenças do quadril da criança são:

### DISPLASIA DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRIL

A teoria mais aceita para esta patologia está na má posição intra-uterina do feto, que dificultaria o desenvolvimento adequado do acetábulo (“encaixe da bacia”), tornando a cobertura da cabeça do fêmur insuficiente. Possui vários graus de gravidade, desde alterações muito discretas até quadris completamente luxados (desencaixados) ao nascimento.

O tratamento deve ser precoce para estimular o crescimento do formato adequado do acetábulo, é importante muita atenção pois a Displasia pode ser inicialmente assintomática!

Todas as crianças recém-nascidas devem ser submetidas a exames clínicos para detecção precoce. Na idade adulta pode causar artrose precoce e limitações para marcha.

### SINOVITE TRANSITÓRIA

A Sinovite Transitória do Quadril é um problema inflamatório, autolimitado e não específico, que envolve a articulação do quadril - localizada entre a bacia e a coxa. Como o próprio nome diz, é transitório e se cura espontaneamente.

Sinais:

- A criança está mancando ou não consegue apoiar o membro inferior no solo.
- Sente dor localizada na face anterior (na parte da frente) do quadril e da coxa, podendo atingir o joelho.
- Frequentemente a doença ocorre durante ou após um quadro viral. Porém, algumas vezes, a dor no quadril aparece antes.
- Algumas doenças alérgicas também podem desencadear um processo inflamatório nas articulações, semelhantes à Sinovite Transitória.
- Geralmente a movimentação do quadril é acompanhada de dor.

Recomendações:

Mantenha a criança em repouso, na posição mais confortável, evitando ao máximo que ela sustente o peso do próprio corpo com os pés no solo. É possível que o médico solicite exames comple-



mentares para identificar a doença e descartar outros diagnósticos. A radiografia simples não identifica a Sinovite, porém pode afastar outras causas de dor no quadril da criança. Medicamentos podem ser prescritos - como analgésicos e anti-inflamatórios -, que devem ser utilizados conforme orientação médica. Para melhor acompanhamento, deve-se agendar retorno com seu ortopedista, levar os exames solicitados e realizar o acompanhamento.

### DOENÇA DE LEGG-PERTHES

Pode ocorrer dos 2 aos 16 anos aproximadamente.

Ocorre a perda da circulação de parte da cabeça femoral, chamada de epífise, levando à necrose óssea e a deformidade gradual. Inicialmente pode se manifestar com dor insidiosa ou crises de dor após exercícios.

Em alguns casos a dor pode ser irradiada ou referida no joelho. Causa limitação de mobilidade na evolução. Possui graus variados de gravidade.

Na vida adulta pode evoluir para artrose e dificuldade para marcha devido às alterações do formato do quadril.

### EPIFISIÓLISE

É o escorregamento da cartilagem de crescimento da parte superior da cabeça femoral, chamada de epífise. Ocorre exatamente ao nível da cartilagem de crescimento.

Geralmente acomete adolescentes obesos e altos. Pode ser assintomática ou apresentar-se como dor insidiosa, crônica. Eventualmente pode haver crise de dor aguda, quando o escorregamento é brusco.

Normalmente necessita de tratamento cirúrgico para fixação. Acredita-se que a Epifisiólise é a causa mais comum do que chamamos de Impacto Fêmoro-Acetabular, neste caso, a dor pode aparecer apenas na idade adulta, e também pode evoluir para Artrose.



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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 05, 06 E 07



# Planos de assistência familiar

- ✓ Atendimento especializado
- ✓ Pagamento facilitado
- ✓ Contrato sem burocracia

**Adquira já!**



**Pax Santa Rita**  
ASSISTÊNCIA FAMILIAR

☎ (64) 3433-7077  
📞 (64) 98403-0511

📍 RUA MANOEL ANTÔNIO  
DE SOUZA, 112 - ITUMBIARA, GO

t3

# VOCÊ TEM TDAH?



Todos nós temos dias em que nos sentimos distraídos, inquietos ou impulsivos. Mas, quando esses sentimentos se tornam uma parte constante de sua vida, pode ser hora de se perguntar: "Será que eu tenho TDAH?"

O Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) é uma condição que afeta crianças e adultos. Não é incomum que os sintomas passem despercebidos ou sejam mal compreendidos na fase adulta. No entanto, reconhecer o TDAH é o primeiro passo para uma vida mais equilibrada e produtiva.

Aqui estão 10 características que podem sugerir a presença do TDAH em adultos. Leia atentamente e reflita:

1. Dificuldade em se concentrar em tarefas longas.
2. Inquietação e impaciência constantes.
3. Esquecimento frequente de compromissos.
4. Dificuldade em organizar pensamentos e tarefas.
5. Impulsividade nas decisões.
6. Problemas em manter a atenção em conversas.
7. Dificuldade em iniciar ou concluir tarefas.
8. Sensação de estar sempre sob pressão.
9. Tendência a procrastinar.
10. Dificuldade em ouvir e seguir instruções.

Se você se identificou com várias dessas características!

O próximo passo é agendar uma consulta com um médico especializado em distúrbios de atenção e hiperatividade.

É **IMPORTANTE** uma avaliação detalhada, que pode incluir entrevistas clínicas, questionários e testes específicos para TDAH. Com base nessa avaliação, será determinado se você tem TDAH e, em caso afirmativo, será recomendado um plano de tratamento.

Agora é a sua vez de agir. Aproveite esta oportunidade para entender melhor a si mesmo e tomar o controle de sua vida.



QUALICLIN

**Dra. Andressa Borges de Faria**

CRM/GO: 22.022



CONFORTO E CHARME  
COM PERSONALIDADE.



 **TOK DE MARCENARIA**

64 99279-1175  
RUA GUARANI 318, BAIRRO AFONSO PENA  
ITUMBIARA /GO

# CHOCOLATES **BRASIL** **CACAU**

O MELHOR PRESENTE PARA DEIXAR O  
**Natal Delicioso.**



**ifood**

📍 Rua Santa Rita, 108 - St. Central, Itumbiara - GO

📞 64 99677-1100

📷 [brasilcacau\\_itumbiara](#)

# Coquetel para Arquitetos e Designers de Interiores realizado pela

## DEXCO

deca

portinari

Hydra

duratex

ceusa

duraflor







**19**  
ANOS

*Juntos com você*



**SÓ BRITAS**  
acabamentos

64 | 99243-4729  
f /sobritasacabamentos

**(64) 3431-8599**

Av. Anhanguera, 191  
Itumbiara-GO



## OS PROBLEMAS LISTADOS PODEM SER A RAZÃO PELA QUAL SUA DOR NA HÉRNIA DE DISCO PERSISTE

Você sente que a dor causada pela hérnia de disco está persistindo, mesmo com esforços para aliviá-la? Identificar certos comportamentos pode ser a chave para romper com esse ciclo de desconforto. Vamos explorar quatro problemas comuns que podem estar sabotando seus esforços em busca do alívio duradouro.

**AUTOMEDICAÇÃO CONSTANTE:** Se você está sempre buscando alívio temporário com analgésicos sem tratar a raiz do problema, a dor persistirá.

**MANUTENÇÃO DE HÁBITOS LESIVOS:** Continuar com hábitos prejudiciais, como posturas mantidas por longos períodos no padrão flexor da coluna, falta de exercícios específicos, pode agravar a condição da hérnia de disco.

**PROCRASTINAÇÃO NA BUSCA POR AJUDA PROFISIONAL:** Adiar a procura por um fisioterapeuta especializado impede o início de um tratamento adequado, prolongando o sofrimento.

**IGNORAR SINAIS DE ALERTA DO SEU CORPO:** Desconsiderar outros sintomas associados, como formigamento ou fraqueza, pode indicar complicações que exigem atenção imediata.

Se você se identificou com algum desses problemas ou está em busca de soluções personalizadas, não hesite em procurar um fisioterapeuta especialista em coluna vertebral.



### RECUPERE

CLÍNICA DA COLUNA  
FISIOTERAPIA AVANÇADA

## Dra. Lucciana Pereira

CREFITO 137629-F  
Fisioterapeuta especializada em coluna.

 (64) 9.9242-9608

 @recupere.clinicadacoluna

 Rua Rui de Almeida 748G - Itumbiara-GO



**Desejamos que neste Natal o seu coração encha de esperança e amor. Que seus planos sejam realizados. Cuide do seu corpo, pois ele é o seu maior bem.**

## **PRATIQUE HÁBITOS SAUDÁVEIS VENHA PARA O STUDIO TEASER**



### **Kissy Urbanski**

CREFITO 201649F  
Especialista em Pilates;  
Especialista em RPG (Reeducação Postural Global);  
Mestre em Fisioterapia;  
Especializando em Exercícios Específicos para Escoliose (S4D, e colete);  
Especialista em Postura.

### **Louise Silva Fernandes**

CREFITO 374084F  
Fisioterapeuta;  
Especialista em Pilates;  
Pós Graduanda em Fisioterapia Traumato-Ortopedia e Desportiva;  
Especialista em Liberação Miofascial.





### “Celebrando 1 ano de Cores e Estilo: DecorColors brilha em seu Primeiro Ano!”

Em novembro, a loja DecorColors completou 1 ano de sucesso, repletos de tendências e designs inovadores. Desde o seu início, a DecorColors tem sido mais que uma loja; tornou-se um destino para quem busca transformar espaços com personalidade e estilo. Durante este ano incrível, a DecorColors conquistou corações, inspirou lares e elevou o conceito de decoração a novas alturas. Os clientes encontram não apenas produtos excepcionais, mas uma experiência única, guiada por uma equipe apaixonada por design. Nossa jornada foi marcada por parcerias significativas, eventos especiais e, é claro, pelas histórias de cada cliente que nos escolheram para fazer parte dos seus lares. Agradecemos a todos que fizeram deste primeiro ano um capítulo tão memorável!”





(64) 9 9661-0811



decorcolors.Itumbiara



Avenida Afonso Pena, 247 C  
Centro - Itumbiara/GO



**decorcolors**  
Itumbiara

ESTIMA- SE QUE DE 10 A CADA 100 PESSOAS SENTIRÁ FADIGA FÍSICA, MENTAL, CRÔNICA, OU NORMAL POR MAIS DE 6 MESES AO LONGO DE SUA VIDA. A MAIORIA DESSAS PESSOAS TERÁ SUA ATIVIDADE GERAL BASTANTE PREJUDICADA DESENCADEANDO DEPRESSÃO MESMO QUE EM NÍVEIS DISCRETOS, SONOS INSATISFATÓRIOS E DIFICULDADE EM LIDAR COM SITUAÇÕES DE ESTRESSE.

NO ÂMBITO CORPORATIVO POR EXEMPLO O DESGASTE EXCESSIVO É MUITO COMUM. FATORES COMO USO INADEQUADO DE MEDICAÇÕES, ÁLCOOL, CAFEÍNA CONTRIBUEM PARA A FALSA SENSACÃO DE BEM-ESTAR DESENCADEANDO ALTERAÇÕES DO SONO, HORMONAIIS E EMOCIONAIS.

PENSANDO NO BEM-ESTAR DO TRABALHADOR E NA CONSEQUENTE MELHORIA DE SUAS ATIVIDADES LABORAIS A TMS (TIZZO MENTORIA E SEGURANÇA DO TRABALHO) OFERTA O CURSO DE FADIGA EM CARGA HORÁRIA REDUZIDA E DINÂMICAS APROPRIADAS AOS MAIS DIVERSOS SEGUIMENTOS.



(64) 99253-3210

EMPRESA VOLTADA PARA CAPACITAÇÃO EM NORMAS REGULAMENTADORAS COM ÊNFASE NA SEGURANÇA E SAÚDE DO TRABALHADOR

 [tms.seguranca](https://www.instagram.com/tms.seguranca)



### W Musculação X Cargas Pastoris

Wagner de Souza, professor de educação física, explica a importância da musculação para quem pratica o esporte. Ele destaca que a musculação ajuda a melhorar a performance, a prevenir lesões e a manter o corpo saudável. Segundo ele, é importante seguir as orientações do profissional responsável para evitar acidentes e garantir os melhores resultados.

### Ritmo no Mito das Migrações e Distâncias

Este artigo aborda o impacto das migrações e das distâncias na rotina dos atletas. O autor discute como a mudança de ambiente pode afetar o desempenho físico e mental, e oferece dicas para lidar com esses desafios de forma saudável e produtiva.

### Treinamento Funcional São Bernardo

Este artigo apresenta o treinamento funcional realizado no município de São Bernardo do Rio de Janeiro. O texto descreve os benefícios desse tipo de treino, que combina exercícios de força, resistência e flexibilidade, promovendo uma melhoria geral na saúde e no condicionamento físico.



**ritmo**  
ACADEMIA  
Leandro Figueira Neto  
Filiado



**ritmo**  
ACADEMIA  
Nubia Cristina Santos Pereira  
Filiada



**ritmo**  
ACADEMIA  
Helena Oliveira  
Filiada



**ritmo**  
ACADEMIA  
Leandro Ferreira de Oliveira  
Filiado

# 2023 FOI UM ANO DE MUITA PARTILHA E CRESCIMENTO ENTRE NÓS!

Que no próximo ano possamos permanecer unidos em harmonia e paz!

# A FAMÍLIA RITMO DESEJA UM FELIZ NATAL PARA TODOS!



### O sucesso está nas mãos das pessoas certas em experiências

Este artigo fala sobre a importância de ter profissionais qualificados e experientes para garantir o sucesso em qualquer atividade. O autor enfatiza que a experiência e a dedicação são fatores-chave para alcançar os objetivos e proporcionar uma boa experiência para todos envolvidos.

### Exercício físico e o tempo

Este artigo discute como otimizar o tempo para incluir o exercício físico na rotina diária. O autor oferece dicas práticas para quem tem pouco tempo disponível, mostrando que é possível manter uma rotina saudável mesmo com uma agenda muito cheia.

### Afinal, qual é o melhor exercício físico para o tratamento da dor nas costas?

Este artigo aborda o tratamento da dor nas costas através do exercício físico. O autor explica que certos tipos de exercícios podem ajudar a fortalecer a musculatura das costas e aliviar a dor, desde que sejam realizados corretamente e sob orientação profissional.

### A importância da academia como espaço para qualquer esporte

Este artigo defende a importância da academia como um espaço seguro e equipado para a prática de diversos esportes. O autor destaca que a academia oferece condições ideais para o desenvolvimento físico e a promoção da saúde através da atividade regular.



**ritmo**  
ACADEMIA  
Caterine Alves Oliveira  
Filiada



**ritmo**  
ACADEMIA  
PATRICIA ARRUDA DA SILVA  
Filiada



**ritmo**  
ACADEMIA  
Leandro Ferreira de Oliveira  
Filiado



**ritmo**  
ACADEMIA  
Silvius Moraes Crociani  
Filiado



# PROMO NATAL

*Acompanhe nossas  
redes e descubra as  
ofertas especiais  
para o Natal!*







ATÉ  
**50%**  
OFF  
CASHBACK  
**15%**  
PARA COMPRAS  
EM JAN/24

A marca que te  
**IDENTIFICA**

Visite nossa Loja ou chame pelo Whatsapp

 **64 99235-5888**

Av. Goiatuba, 1501 | Bairro Social | Itumbiara/GO

Compre pelo site:

**FULLHORSESTORE.COM.BR**

# Dezembro

## O Seu Verdurão

*O melhor para sua família!*

mês inteiro repleto de ofertas  
para você e sua família!



@oseuverdurao



64.3404 2413

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

## LIMPEZA DENTÁRIA: QUAL É A PERIODICIDADE IDEAL?

Além da escovação após as refeições, os cuidados com os dentes devem envolver visitas regulares ao dentista e a realização de limpezas profissionais. Apesar dessa recomendação, muita gente tem dúvida em relação à periodicidade dessas visitas e os reais benefícios que a limpeza traz ao sorriso.

Para esclarecer essas dúvidas, vamos explicar tudo sobre a limpeza dentária, seus benefícios e quando é importante realizá-la aqui neste post. Confira:

### • O que é a limpeza dentária?

A limpeza dentária, ou profilaxia dentária, é um procedimento de limpeza realizado em consultório odontológico que previne doenças periodontais e deixa a saúde bucal em dia.

### • Como a limpeza dentária é diferente da escovação em casa?

A limpeza realizada pelo dentista é mais completa e utiliza produtos diferentes dos disponíveis para uso caseiro.

Geralmente, o dentista limpa dente por dente, realizando raspagem do tártaro com curetas e tiras de aço. Ele também costuma polir os dentes com jatos de bicarbonato ou pastas profiláticas, removendo o restante da placa bacteriana e aplica flúor em gel.

### • A limpeza dói?

Durante o procedimento há uma sensação de incômodo que não chega a ser descrita como dor. Se os dentes já forem sensíveis, no entanto, esse incômodo pode ser maior.

### • Por que a limpeza dentária é tão importante?

A limpeza é importante por dois componentes distintos: a prevenção e o diagnóstico de patologias dentárias.

Em relação à prevenção, a remoção do tártaro, o polimento e a aplicação do flúor reduzem a incidência de cáries, gengivite, periodontite, mau hálito e a formação de placas bacterianas.

Já para o diagnóstico, o exame de cada dente individualmente permite a identificação de falhas dentárias, cáries e alterações nas restaurações, nas gengivas e na boca como um todo.

Tudo isso deixa os dentes mais bonitos e previne a chance de um dente ser perdido por alguma alteração mais avançada.

### • Com que frequência a limpeza deve ser realizada?

A recomendação oficial é que ela seja realizada, em média, a cada seis meses. Esse intervalo permite o diagnóstico precoce de qualquer alteração e impede o acúmulo excessivo de tártaro em pessoas com uma boa saúde bucal.

No entanto, se a pessoa está realizando outros tratamentos odontológicos, usa aparelho ou tem propensão ao acúmulo de placa bacteriana e tártaro, o mais recomendado é que as limpezas sejam realizadas em um intervalo menor, a cada três meses.

Da mesma forma, se a pessoa não tem propensão alguma ao acúmulo de tártaro e realiza a higiene bucal caseira da forma correta após cada refeição, as limpezas profissionais poderão ser realizadas com um intervalo maior, uma vez a cada ano, por exemplo.

### • Como descubro a periodicidade ideal da limpeza para os meus dentes?

Essa recomendação só pode ser feita por um cirurgião-dentista após a avaliação da saúde dentária e dos hábitos de higiene bucal, já que só esse profissional é qualificado para realizar a limpeza dentária.

É comum ainda que, ao iniciar o acompanhamento com o dentista, as limpezas sejam realizadas com uma frequência maior e, à medida que as alterações são resolvidas e o paciente vai seguindo as recomendações de higiene caseira, esses procedimentos se tornem mais espaçados.



CRO/GO: 13.116

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

☎ (64) 99344-1066

✉ drasamararesende@yahoo.com

🏠 Ed. Flamboyant, 34 Sl. 01 - Pça. Sebastião Xavier  
Centro - Itumbiara-GO

Convênio:  UNIODONTO









O PLANEJADO PERFEITO, DO JEITO QUE VOCÊ SONHOU.



**Linear**  
Planejados

 (64) 9.8167-5180

 Rua João Manoel de Souza, 1254,  
St. Santa Inês, Itumbiara-GO





# A DEFESA DA INTEGRIDADE FÍSICA E MORAL DO MÉDICO EM EXERCÍCIO PROFISSIONAL.

Os registros de ocorrências contra a vida e honra dos médicos em exercício regular de sua profissão são extensos. Contudo, mesmo que sejam rotineiras estas notícias, as atividades legislativas para tutelar a proteção aos direitos dos profissionais da área médica, envolvendo a proteção física e moral, não são divulgadas.

Comumente, os casos de violação da integridade física e moral de profissionais da saúde são motivados por agressões de toda sorte, oriundas do inconformismo pela perda de entes queridos, de divergências relacionadas ao diagnóstico, bem como da demora ou não atendimento do paciente, por falta de estrutura, insumos, equipamentos e materiais e inexistência de profissional específico na rede hospitalar e postos de saúde.

Observa-se uma lacuna do conhecimento sobre a produção de investigações em relação à violência contra profissionais de saúde, que em certo momento é representado como herói e outrora

vilão, sem ao menos buscar o devido direito de defesa e contraditório assegurado ao profissional.

Em que pese, a situação demonstrada, viola os direitos fundamentais do profissional, abalando a honra e colocando em xeque a atuação especializada. Os médicos e profissionais da área da saúde merecem proteção do Estado, pois sofrem com a falta de segurança e lutam pela vida das pessoas, muitas vezes sem terem condições de trabalho.

Ressalta-se, que o ordenamento jurídico brasileiro prevê respaldos protetivos em favor do profissional da saúde, contudo, não de maneira específica. Não se vislumbra a individualidade à proteção dos profissionais de saúde em atuação como há a tutela de outras profissões.

Assim, além das medidas que estão sendo tomadas pelos Conselhos Regionais da área da saúde junto às secretarias de segurança de cada estado, se fazem urgentes e necessárias, alterações na legisla-

ção penal de modo a proteger à integridade física e psicológica dos médicos e profissionais da saúde.

Nesse desiderato e em questão, no atual cenário normativo brasileiro, a Câmara dos Deputados analisa o Projeto de Lei 6749/16, do deputado Goulart (PSD-SP), com o propósito de alterar o Código Penal (Decreto-Lei 2.848/40), para aumentar em 1/3 as penas para os crimes contra a honra, de lesão corporal, de ameaça e de desacato, quando cometidos contra médicos e demais profissionais da área de saúde no exercício da profissão.

Ao Projeto de Lei (PL) 6749/16, foram pensados outros dispositivos que visam tutelar os profissionais da saúde, como o PL 7269/2017 e 3449/2020, propondo a qualificação da conduta de agressão e do homicídio praticado contra a classe, e ainda, os PL (s) 2255/2020 e 3443/2020, 3446/2020, 3447/2020, 3448/2020 com o objetivo de aumentar as penas de lesão praticada contra os profissionais em tempos de pandemia ou sob decreto de calamidade pública na saúde, no combate ao Covid-19; do delito de incitação ao crime quando praticado contra profissionais da área de saúde e estabelecimentos destinados à prestação de serviços de saúde; bem como dos crimes de ameaça de constrangimento ilegal, de lesão corporal praticados contra profissionais da área da saúde.

Contudo, mesmo ante à realidade tão cruel e injusta com os profissionais de saúde e com a apresentação de vários Projetos de Lei, que se mostram convenientes e oportunos, ainda há a inércia do Poder Legislativo para a aprovação da Lei. O PL 6749/16 está na mesa para votação desde dezembro de 2021.

A certeza que vigora, em face da irresolução legislativa, é a imprescindibilidade da assessoria advocatícia especializada, com mecanismos jurídicos materiais e processuais capazes de blindar a prática médica, conferindo segurança à atuação e garantindo o acesso à justiça e a defesa dos direitos dos profissionais da saúde que são violentados no trabalho, resultando em uma gama de consequências relacionadas à sua saúde.



**DIÊGO VILELA**  
SOCIEDADE DE ADVOGADOS

## Diêgo Vilela

Advogado;  
Especialista em Direito do trabalho, Direito Tributário,  
Direito Público e Direito Agrário;  
Sócio do escritório Diêgo Vilela Sociedade de Advogados;  
Gerente Jurídico da Alca Foods;  
Procurador da SMS de Niquelândia;  
Autor do livro "O controlador";  
Comendador.

(64) 3431-3254  
facebook/diegovilelasociedadeadv  
instagram/diego\_vilela  
Rua Getúlio Vargas, 51 - Itumbiara, GO





Neste Natal, celebremos a vida, a esperança e a solidariedade, que nos fazem irmãos e irmãs. Que o espírito natalino nos ilumine a compartilhar a paz e o amor com todos os que precisam. E que não falte o pão de cada dia nas mesas de nossas famílias.


*Feliz Natal!*



**TO  
GO**  
CONGELADOS

 (64) 99966-0202

 @togoitumbiara

 Rua Marechal Deodoro, 278  
Centro. Itumbiara-GO





| GRANITOS | MÁRMORES | PEDRAS INDUSTRIALIZADAS | QUARTZITO |  
PRODUTOS E SERVIÇOS DE ALTA QUALIDADE E AGILIDADE NO ATENDIMENTO

A MARMORARIA  
**VJS**  
*Mármore e Granito*

ADMINISTRAÇÃO: **VITALINO**

 **(64) 98128-0314**

RUA JOÃO HENRIQUE SOARES,  
AV. SANTOS DUMONT, 650, ITUMBIARA - GO




CONDOMÍNIO PARIS PARK, ARAPORÃ / MG




**CONSTRUA NOVOS ESPAÇOS PARA NOVAS HISTÓRIAS!**  
ICF CONSTRUTORA, SUA CASA DO SEU JEITO!

 64 99233-1745

 construtora.icf

 Avenida Osvaldo Cruz, 1426 - Itumbiara-GO




Neste final de ano, queremos expressar nossa gratidão a todos os nossos amigos, colaboradores e clientes que nos apoiaram e confiaram em nosso trabalho. Vocês são a razão do nosso sucesso e da nossa motivação para continuar crescendo e inovando. Desejamos a todos um

*Feliz Natal e um Próspero Ano Novo!*  
CHEIO DE PAZ, SAÚDE E ALEGRIA.



TRANSFORMANDO CASAS EM LARES E  
CLIENTES EM AMIGOS

 64 3431-4500  64 9.8151-5900  
 64 9.9666 4500  [www.locarimoveis.com](http://www.locarimoveis.com)

 Av. Afonso Pena, 332  
St. Central, Itumbiara - GO

 [aluguellocarimoveis@outlook.com](mailto:aluguellocarimoveis@outlook.com)  
[atendimento.locarimoveis@outlook.com](mailto:atendimento.locarimoveis@outlook.com)



# CONTABILIDADE COM

*Eficiência!*



*É CONFIANÇA*

**HÁ MAIS DE**

**40** *Anos*

**DE PROFISSIONALISMO E DEDICAÇÃO  
COM A SUA EMPRESA!**

**MATRIZ - ITUMBIARA**

**Filiais: Caldas Novas | Goiânia | Catalão**

# ATS CONTABILIDADE ITUMBIARA



A mais de 40 anos a ATS Contabilidade vem prestando excelentes serviços na área contábil à população de Itumbiara e Região. Trata-se de uma empresa que proporciona qualidade, segurança e agilidade nos serviços prestados aos seus clientes. Para tanto, conta com profissionais qualificados, treinados e capacitados no desempenho de suas funções. E também possui softwares e equipamentos tecnológicos de última geração.

Ao final de mais um ano, agradecemos a parceria de todos os clientes e amigos pela confiança e aos nossos colaboradores que sempre buscaram o melhor resultado para a sua empresa!



*Desejamos a todos um Feliz Natal e um ótimo Ano Novo.  
Que ele seja marcado pela alegria e prosperidade!!!*

# ATS CONTABILIDADE CATALÃO



Há 11 anos a filial da ATS Contabilidade em Catalão/GO, vem desenvolvendo um trabalho seguindo os Padrões Técnicos, Operacionais e Éticos de sua Matriz em Itumbiara. Responsabilidade, Confiabilidade e Agilidade nos Processos, são a Marca da nossa história! Sabemos que toda história é feita de detalhes e, sendo assim, nós primamos pela Excelência no atendimento, cumprimento dos prazos estabelecidos para entrega dos serviços realizados e busca por melhores resultados a cada um de nossos clientes!

Finalizando mais um ano, agradecemos imensamente a todos os nossos Colaboradores, filiais e matriz, pelo empenho e dedicação pela busca constante de melhorias dia após dia e, aos nossos Clientes e Amigos, Gratidão por confiar suas empresas à ATS Contabilidade e aos nossos serviços!

Que todos tenham um Natal e Ano cheio de prosperidade, realizações, saúde e proteção Divina!!



*Sucesso ainda maior em 2024!*

# ATS CONTABILIDADE CALDAS NOVAS



Nós, do ATS Contabilidade unidade Caldas Novas, estamos sempre em busca de modernização e acompanhando as exigências impostas pela necessidade tecnológica. Temos consciência de que 2023 foi um ano cheio de turbulência as quais conseguimos superar com maestria e competência. Em 2024, sabemos que virão novos desafios e novas etapas porém, o ATS Contabilidade está e sempre estará atento a todas as mudanças para informar e orientar o melhor caminho as seus clientes. Desejamos a todos os nossos clientes, amigos, colaboradores, turistas e toda população de Caldas Novas e região, um feliz natal e um próspero ano novo. cheio de realizações e bons resultados.



*Que 2024 seja cheio de realizações  
e bons resultados.*



# ATS CONTABILIDADE GOIÂNIA



Há mais de 30 anos, a ATS Contabilidade tem sido a referência em serviços contábeis em Goiânia, proporcionando segurança e eficiência para nossos clientes. Nosso compromisso com a excelência transcende números; é a chave para o sucesso dos nossos parceiros de negócios.

Obrigado pela confiança, parceria e apoio pois é tempo de traçar novas metas, de transformar desejos em ações e aproveitar as novas oportunidades.

Um agradecimento a todos os nossos Clientes, Amigos e Colaboradores que fizeram parte da nossa história neste ano que se chega ao fim.



É CONFIANÇA

*Um Feliz Natal e um prospero ano novo é o  
que desejamos para todos vocês!*





DOCTHOS

**GEMEOS**

MODA MASCULINA

ITUMBIARA-GO  
Rua Rui de Almeida, 548,  
Centro  
☎ 64 9.9988-3207

RIO VERDE-GO  
Av. Presidente Vargas,  
272, Centro  
☎ 64 9.9987-4377

CALDAS NOVAS-GO  
Rua José Borges, Q. 19, SALA - 6,  
Esquina, Centro  
☎ 64 99988-3199

CATALÃO-GO  
Av. José Marcelino,  
140, Centro  
☎ 64 99988-3196

📷 @gemeosmoda



Jóias com materiais nobres e design exclusivo,  
perfeitas para demonstrar o seu afeto e carinho neste

*Natal!*



**CORDEIRO 24K**

*Sofisticação em Jóias*

IMPÉRIO DAS ALIANÇAS

📍 Rua Prefeito Antônio Joaquim Silva, 149 - Centro

☎ (64) 3404-1888

📱 @cordeiro24k

📘 @cordeirofoiheados24k



## 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 utilizarem suas capacidades, levando em conta a etapa do desenvolvimento em que se encontram e 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 objetivo é que os adultos ajudem as crianças a expandirem 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 direcionarem 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/ideia;
- 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 e aprende também a ter mais autonomia.



AGENDE SUA CONSULTA

64 9.8154-8054

64 3404.1351

Rua Dr. Mario Guedes, nº 239- Centro - Itumbiara-GO

# ENCONTRO DE PARCEIROS

**bela**formula  
farmácia de manipulação



**bela**formula  
farmácia de manipulação

**A FÓRMULA  
DOS CAMPEÕES**

📞 (64) 9 8144-0033

☎️ (64) 3430-1144

📍 Rua Santa Rita, Centro, Itumbiara-GO

# CONFRATERNIZAÇÃO

**belaformula**  
farmácia de manipulação



**belaformula**  
farmácia de manipulação

**A FÓRMULA  
DOS CAMPEÕES**

📞 (64) 9 8144-0033

☎️ (64) 3430-1144

📍 Rua Santa Rita, Centro, Itumbiara-GO

# CHEIRO DE NATAL



Família reunida, ceia caprichada, amigo secreto, presentes, longas conversas, reencontros... Essas e outras coisas tornam o Natal uma das datas mais especiais do ano para muitas famílias, inclusive para a minha.

Você já percebeu que quando a data vai se aproximando temos a sensação de que até o cheiro dos ambientes anunciam essa proximidade? Isso acontece porque ao iniciarmos as decorações natalinas e começarmos a inserir os pratos natalinos em nossa rotina os perfumes que marcam a data começam também a serem exalados.

Sabe aquele cheirinho inconfundível do panetone? Pois é, esse cheirinho que associamos diretamente à data e muitos outros, contêm ingredientes que também estão presentes no perfume que estamos apresentando a você hoje.

Nosso **Perfume Sinos** foi desenvolvido para que você possa perfumar seus ambientes com o cheirinho do Natal e intensificar ainda mais aquela sensação gostosa de que dias bons e alegres estão se aproximando.

O **Sinos** contém uma **fragrância cítrica especiada** que contém **canela mandarina, ameixa, folhas de canela, musk, baunilha e fava tonka**. Essa combinação coloca dentro do frasco todos os sentimentos que os melhores Natais que vivemos podem evocar.

Eu, Ana Teodoro, tenho um carinho especial pela data e quero que ela represente para você muito do que ela representa para mim: **amor, união, muita alegria e fé**. Por isso, ao desenvolver a fragrância, escolhi cuidadosamente cada detalhe e cuidei para que ela transmitisse o melhor do espírito natalino.

Com o nosso perfume você pode perfumar seus ambientes, seus objetos de decoração e tudo o mais que conseguir absorver e exalar a fragrância. O perfume **Sinos** irá encantar e envolver ainda mais sua família, amigos, clientes e todos aqueles que frequentarem os ambientes perfumados por ele.



**VAMOS JUNTOS FAZER O NATAL MAIS  
CHEIROSO DE NOSSAS VIDAS!**

Para conhecer nosso perfume, adquirir e tornar seu Natal ainda mais especial, entre em contato conosco através do WhatsApp: (64) 99241-9802.





**BrasilMedSaude**

SUA FAMÍLIA. NOSSA PROTEÇÃO.

*Expressando gratidão a todos que participaram dessa jornada conosco neste ano que se encerra. Desejamos a todos um feliz Natal e um próspero Ano Novo!*



**BrasilMedSaude**

SUA FAMÍLIA. NOSSA PROTEÇÃO.

64 3432-1112

64 99677-1116 

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

Obs.: Brasil Med Saúde não é plano ou seguro de saúde, trata-se de cartão de desconto em serviços de saúde.

# Rinoplastia:

## Um Guia Completo para a Transformação e Harmonização Facial



A rinoplastia, conhecida como a cirurgia plástica do nariz, é uma intervenção que vai além da estética, oferecendo aos pacientes a oportunidade de transformação e harmonização facial. Nesta publicação, exploraremos o que é a rinoplastia, seus benefícios, quem pode considerar esse procedimento e as considerações importantes ao decidir por essa jornada de aprimoramento facial.

### O Que é a Rinoplastia?

A rinoplastia é uma cirurgia plástica que visa remodelar ou reparar o nariz, seja para fins estéticos ou funcionais. Este procedimento é personalizado para atender às necessidades individuais de cada paciente, podendo envolver a redução do tamanho do nariz, correção de desvios, ajustes no formato da ponta ou eliminação de irregularidades no dorso nasal.

### Benefícios da Rinoplastia:

#### Harmonização Facial:

A rinoplastia é uma poderosa ferramenta para alcançar a harmonização facial, ajustando o nariz de forma a complementar as características únicas do rosto do paciente. O objetivo é criar uma estética equilibrada e natural.

#### Correção Funcional:

Além dos benefícios estéticos, a rinoplastia pode corrigir questões funcionais, como desvios septais que podem causar dificuldades respiratórias. A abordagem integrada visa não apenas a beleza, mas também a saúde nasal.

#### Aumento da Confiança:

Muitas vezes, a insatisfação com a aparência do nariz pode afetar a autoconfiança. A rinoplastia oferece aos pacientes a oportunidade de se sentirem mais confiantes e satisfeitos com sua imagem facial, resultando em benefícios psicológicos significativos.

#### Personalização do Procedimento:

Cada rinoplastia é única, adaptada às características faciais individuais e às metas específicas do paciente. Isso permite uma abordagem personalizada que respeita a identidade única de cada pessoa.

#### Quem Deve Considerar a Rinoplastia?

#### Insatisfação com a Estética do Nariz:

Indivíduos que estão insatisfeitos com o tamanho, forma ou proporções do nariz podem considerar a rinoplastia.



tia para alcançar uma estética mais equilibrada e harmoniosa.

#### **Dificuldades Respiratórias:**

Aqueles que enfrentam dificuldades respiratórias devido a desvios septais ou outras questões funcionais do nariz podem se beneficiar tanto esteticamente quanto funcionalmente com a rinoplastia.

#### **Busca por Harmonização Facial Global:**

Pacientes que buscam uma transformação facial completa, com o nariz complementando as demais características, podem encontrar na rinoplastia uma solução eficaz.

#### **Considerações Finais:**

A decisão de realizar uma rinoplastia é pessoal e requer uma cuidadosa consideração. Como cirurgião plástico dedicado ao aprimoramento estético

e funcional, tenho a satisfação de oferecer procedimentos personalizados, incluindo a rinoplastia. Com vasta experiência e compromisso com os mais altos padrões de segurança e excelência cirúrgica, estou apto a compreender as necessidades individuais de cada paciente. Meu objetivo é proporcionar resultados que não apenas atendam às expectativas estéticas, mas também respeitem a harmonia facial única de cada indivíduo. A rinoplastia é uma jornada de autoconhecimento e aprimoramento estético, e, quando realizada com cuidado e precisão, pode resultar em uma transformação significativa, elevando a confiança e a satisfação estética do paciente. Estou à disposição para fornecer orientações detalhadas, esclarecer dúvidas e colaborar no caminho para a realização dos objetivos estéticos e funcionais desejados.



**DR. JANDER EUQUERES**  
CIRURGIÃO PLÁSTICO

CRM GO/22623 | CRM DF/27300  
RQE GO 17501 | RQE DF 21862  
Cirurgião Geral - UFU;  
Médico Cirurgião Plástico - HFA;  
Mestrado - UFU.

Acesse o QR code abaixo e agende uma consulta para tirar suas dúvidas.





## Hemodinâmica Itumbiara

# Excelência em Hemodinâmica em Itumbiara: Atendimento de Qualidade à Sua Disposição, Equiparado aos Grandes Centros

A cidade de Itumbiara tem se destacado cada vez mais na área da saúde, oferecendo serviços médicos de alta qualidade que rivalizam com os grandes centros urbanos. Um dos pontos mais notáveis desse avanço é a Hemodinâmica Itumbiara, um centro médico para diagnóstico e tratamento de doenças cardiovasculares. Com tecnologia avançada e profissionais altamente capacitados, a Hemodinâmica Itumbiara tem garantido que os moradores locais não precisem se deslocar para cidades maiores, como Goiânia e Uberlândia, em busca de cuidados médicos especializados.

Agora Itumbiara, não ficam atrás dos oferecidos em centros médicos maiores. Investimos em equipamentos de última geração, permitindo que diagnósticos sejam feitos com precisão e tratamentos sejam realizados com eficiência.

Os nossos profissionais são altamente qualificados e estão comprometidos em proporcionar o melhor atendimento possível aos pacientes. Com formação sólida e experiência em instituições renomadas, esses profissionais trazem consigo o conhecimento e as habilidades necessárias para lidar com uma ampla gama de casos cardiovasculares complexos.

É importante ressaltar que essa evolução na área da saúde em Itumbiara não apenas beneficia os moradores locais, mas também contribui para a descentralização dos serviços médicos. Com tecnologia avançada e profissionais capacitados disponíveis na cidade, há uma redução na necessidade de deslocamento dos pacientes para centros médicos maiores. Isso não apenas economiza tempo e recursos, mas também fortalece a confiança na capacidade dos serviços médicos locais.

Com investimentos inteligentes em tecnologia e profissionais dedicados, a Hemodinâmica Itumbiara prova que a qualidade da assistência médica não conhece fronteiras geográficas!

# Tratamentos e Procedimentos

**Cardiologia Intervencionista**  
**Neurologia Intervencionista**  
**Cirurgia Vascular e Endovascular**  
**Eletrofisiologia e Marcapasso**



Conheça a Hemodinâmica Itumbiara e tenha acesso aos mais avançados tratamentos e exames para doenças vasculares, neurológicas e cardíacas. Nossos serviços são realizados com tecnologia de ponta e segurança, para que você possa ter tranquilidade e confiança em seus exames. Não deixe para depois, agende já o seu procedimento e mantenha-se saudável!



**Hemodinâmica**  
**Itumbiara**

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

Av. Dr. Celso Maeda, 655 - Hemodinâmica,  
Itumbiara - GO, 75513-175

[contato@hemodinamicaitumbiara.com.br](mailto:contato@hemodinamicaitumbiara.com.br)

@hemodinamicaitumbiara

Fale conosco:

**(64) 3430-3090**

**+55 64 99665 3090**



# DONA CATITA:

## UM BRECHÓ NO CENTRO DE ITUMBIARA

Os brechós, no Brasil e no mundo nos últimos anos, ganharam destaque em função da moda ecológica. Alinhando-se aos princípios de um tempo em que é necessário reutilizar e recriar, as roupas usadas passaram a se configurar como uma possibilidade de as pessoas terem peças exclusivas e autorais. Roupas, acessórios e sapatos são datados de um tempo e podem ser renovados em função do estilo de cada pessoa. Não é uma questão apenas de uma peça ou outra estar na moda, estar ou não na tendência, acreditamos que o sofisticado é cada um se encontrar no seu próprio estilo, criar o seu próprio estilo. Isso, sim, é ser chique! Valorizando esse modo de pensar a moda, criamos em Itumbiara o Brechó "Dona Catita", um espaço em que acolhemos as pessoas no seu estilo e tentamos nos conectar aos gostos de cada um. Do clássico ao descontraído, do casual ao formal, aqui, você pode se encontrar e decidir usar aquilo que te faz bem! Compreendemos que uma roupa é um modo de nos expressarmos, de compreendermos o mundo e sermos aquilo que quisermos ser!

### E de onde surgiu essa ideia?

Nós duas, Nayara Borges e Virgínia Borges, somos filhas de Itumbiara e sempre queríamos ter o próprio empreendimento. O "Dona Catita"

surgiu de uma ideia de criarmos um espaço com uma pegada colorida, vintage, com alto astral e sustentável. Um lugar que além de vendermos roupas, sapatos e acessórios, também nos encontramos com as pessoas e vibramos com a possibilidade de poder fazer circular peças que estavam escondidas em diversos guarda-roupas.

### E por que o nome "Dona Catita"?

Catita era o apelido da nossa avó. Ao buscarmos o seu significado, descobrimos que Catita significa elegância. Estava nessa palavra nosso modo de pensar o nosso Brechó: sofisticação e um ambiente em que as pessoas se sentissem bem, como se estivessem em casa.

### E o que você encontra no "Dona Catita"?

Encontra peças de todos os gostos e tamanhos, pensadas para todo mundo! No Brechó vocês acham variadas possibilidades de pensar um look para o dia a dia ou para um evento. Priorizamos vender uma roupa em excelente estado, tratada artesanalmente para entregar ao cliente, peças baratas e com todo requinte que você merece!

Venha conhecer o nosso espaço que fica na Rua Floriano Peixoto n.º 79 e siga a nossa página no instagram @donacatitabrechó!



64 98158-2496



donacatitabrecho



Rua Floriano Peixoto, 79  
Centro - Itumbiara-GO

*Dona Catita*

BRECHÓ



lancheonete  
**Bom Lanche**

tem o prazer de celebrar o seu aniversário de

**10**  
ANOS

**VENHA SABOREAR O NOSSO DELICIOSO CAFÉ, SORVETES, OS NOSSOS SALGADOS VARIADOS E AS NOSSAS BEBIDAS REFRESCANTES.**



☎ 64 3431-4407

☎ 64 99665-9898

📱 @lanchonetebomlanche

Dimas Ferreira do Amaral, 129A (Anexo ao supermercado Reis) Itumbiara-GO



VOCÊ JÁ CONHECE NOSSO

*protocolo  
de verão?*

PREPARE-SE PARA O VERÃO

**Importante ressaltar que o paciente deve associar a prática da atividade física e o cardápio nutricional ao tratamento. Todo protocolo é personalizado e desenvolvido após a Consulta.**

**PROTOCOLO COM ENFÂSE EM:**

- Quebra da Gordura Localizada;
- Definição Abdominal;
- Ozonioterapia para o Tratamento da Celulite;

- Sessão de Relaxamento e Neuromodulação;
- Hidratação e Nutrição da Pele;
- Melhora da Textura da Pele;
- Fotoprotetor;
- Spray de Planta Carnívora para Redução de Medidas;
- Acelerador Metabólico.



*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



Natal é a celebração do nascimento de Jesus, a luz que ilumina nossos corações e nos conecta em harmonia. Nós da S.E. Elétricos e Hidráulicos, desejamos que a energia da esperança e amor inundem seu lar. Que cada conexão seja fortalecida, assim como o vínculo divino que nos une. Que nosso Senhor Jesus seja a ponte para transformar sonhos em realidade e que os fios da fé se entrelacem à grandeza da vida.

— **Feliz Natal** —

 **ELÉTRICOS  
E HIDRÁULICOS®**

Faz a diferença na sua vida.



# ALUGUE NOSSO ESPAÇO PARA EVENTOS



2 QUADRAS DE AREIA  
2 CAMPOS SINTÉTICOS  
VESTIÁRIOS

ARENA SOCIETY E BEACH  
AV. TRINDADE, 6 CENTRO, ITUMBIARA /GO

MAIORES INFORMAÇÕES  
(64) 99291-4056



FUNCIONAIS, PRODUTOS COM E SEM AÇÚCAR, CONSERVAS, MOLHOS, PATÊS, TEMPEROS E EMPÓRIO



Referência em Alimentos Saudáveis desde 2002.  
VARIEDADE EM PRODUTOS NATURAIS PRODUZIDOS A MÃO POR MULHERES.



VOCÊ ENCONTRA NO



RUA JAIME ROSA SOARES, 125 - ST. BRASÍLIA, ITUMBIARA (64) 3431-1855



## DIVÓRCIO PELA LEI MARIA DA PENHA

O divórcio com base na Lei Maria da Penha pode ser solicitado por qualquer mulher vítima de violência no momento da denúncia. Entretanto, a separação não é vinculada à medida protetiva, devendo também ser expressamente solicitada.

“Solicitar o divórcio não significa ter a medida protetiva. São mecanismos distintos que não são condicionantes. É possível divorciar sem acionar a proteção, porém não é recomendável, uma vez que a medida protetiva proíbe o agressor de ter acesso e contato com a vítima, seja pessoalmente, mensagem ou ligação, evitando ameaças e novas agressões”.

A lei Maria da Penha prevê como uma das medidas protetivas de urgência à mulher a imediata separação de corpos. Assim, esta medida tem como intuito procurar evitar a recorrência de novos casos de violência doméstica e também do feminicídio. As medidas protetivas também são estendidas aos dependentes da vítima.


Portanto, a lei prevê que o agressor seja afastado do convívio familiar para que a vítima e seus dependentes possam ser reconduzidos ao domicílio. Assim, através da denúncia será

garantida a adoção de todas as medidas protetivas cabíveis para a vítima. Além disso, é importante que você procure orientação de um advogado para que este possa auxiliar, informar e orientar sobre seus direitos e, ainda, sobre como proteger-se judicialmente.



**PAULA FLAUSINO**

ADVOCACIA

 (64) 9.8122-7277

 paulaflausino.adv

*Feliz Natal!*



 64. 99661 1316 | 3431 5535  
Rua Marechal Deodoro, 279 - Centro | Itumbiara-GO



ENTREVISTA



# HOMENS de Sucesso

**DR. MARCELO ROBERTO  
DOS SANTOS MATEUS.**

*Na coluna homens de sucesso do mês de dezembro trazemos uma entrevista exclusiva com o cirurgião dentista, técnico em Prótese Dentária, Especialista em Prótese Dentária, Especialista em Implantes Dentários, com Pós-graduação em odontologia digital CAD CAN e Pós Graduação em Implantes pela universidade de Gothenburg – Suécia, Dr. Marcelo Roberto dos Santos Mateus. Casado com Graziela e pai de Marcelo Roberto Santiago Mateus que também exerce a mesma profissão, ele nos conta um pouco de seus 29 anos de sucesso no mercado odontológico.*

*grandes mudanças, e agora com o mundo digital estamos com várias transformações, tanto na entrega como no diagnóstico mais preciso. A evolução trouxe um mundo de excelência e previsibilidade.*

*Nestes anos de profissão, houve algum momento crítico em que foi preciso superar barreiras?*

*Dr. Marcelo - Barreiras existem todos os dias!!! Elas podem estar na busca de conhecimentos, no planejamento de um trabalho ou na tentativa de atender um mercado cada dia mais exigente e conhecedor do que se deseja.*

76,

*Qual é a sua opinião sobre o mercado de trabalho atual da odontologia?*

*Dr. Marcelo - A Odontologia vem passando por*

*Quando falamos em aperfeiçoamento, estamos nos referindo a um foco ou a um conjunto de habilidades e ferramentas que precisam ser*

dominadas. Para o senhor, quais são essas ferramentas?

*Dr. Marcelo - O que o mercado quer que os profissionais ainda não estão entregando?*

*Sem dúvidas o digital é um grande divisor de águas da odontologia, tanto na busca de conhecimentos, como para o trabalho do dia a dia. Com um mercado cada vez mais competitivo e mudando a cada dia, a busca de conhecimento é de extrema importância para se entregar uma odontologia de excelência.*

*Como você diferencia o Dr. Marcelo de hoje com o Dr. Marcelo de quando começou a exercer a profissão?*

*Dr. Marcelo - O Dr. Marcelo de hoje é o mesmo de 29 anos atrás, apaixonado pela profissão e grato por tudo que ela proporcionou até hoje, buscando proporcionar aos clientes o que existe de mais atual possível!!*

*Qual ou quais perspectivas o senhor vislumbra para os futuros profissionais da área? Quais os requisitos básicos para quem deseja entrar neste setor? Que conselhos daria a essas pessoas?*

*Dr. Marcelo - Disciplina e perseverança, entregar um trabalho de excelência, sem pensar só no financeiro, saber lidar com pessoas, gostar de gente!!!*



☎ 64 3431-8703  
Rua Sete de Setembro,  
92 | Alto da Boa Vista  
Itumbiara - GO



**NATAL E ANO NOVO SÃO MOMENTOS DE UNIÃO,  
HARMONIA E PAZ, ONDE PODEMOS AGRADECER PELAS BÊNÇOS RECEBIDAS  
E RENOVAR NOSSAS ESPERANÇAS PARA O FUTURO.  
QUE NESTE FIM DE ANO, POSSAMOS COMPARTILHAR ALEGRIA, CARINHO E GRATIDÃO!**

**FELIZ NATAL E**

*Boas Festas!*



**Itumbiara Gramas**  
Viveiro e Floricultura

  ITUMBIARAGRAMAS

 (64) 99667-9002

 AV. REAL, Nº125 - PARQUE IMPERIAL, ITUMBIARA - GO

Chegamos ao final desde ano com a certeza de que demos o nosso melhor.  
 Fizemos o que estava ao nosso alcance e estamos prontos para o próximo.  
 Se o coração deseja um novo tempo e o momento de fazer acontecer!  
 Obrigado, meu Deus, pela oportunidade de reescrever nossa história.  
 É hora de lembrar do ano que passou com gratidão, alegrar-se  
 com o presente e encarar o futuro sem medo!



beleza e saúde capilar

64 3404-0151 Rua Marechal Deodoro, 249  
 64 98160-1071 Centro - Itumbiara/GO

  
**EMPÓRIO**  
**CAIXETA**  
Sabores

**PROCURANDO UM PRESENTE ESPECIAL  
PARA AS FESTAS DE FIM DE ANO?**

**DESCUBRA A NOSSA SELEÇÃO DE PRODUTOS E ENCONTRE OS MELHORES KITS, CESTAS, CAIXAS, VINHOS E ESPUMANTES PARA SURPREENDER A SUA FAMÍLIA. VENHA CONFERIR!**



- KITS E CESTAS PARA PRESENTES;
- CARNES NOBRES;
- QUEIJOS ESPECIAIS;
- CHOCOLATES ARTESANAIS E IMPORTADOS;
- CERVEJAS ESPECIAIS;
- CASTANHAS;
- WHISKY;
- VODKA;
- E OS MELHORES VINHOS.

Rua Tiradentes, 25 - Setor Central, Itumbiara - GO

 64 98113-0571 | 64 3404-7171

 [emporiocaixeta](#)





# DICA DO CHEFF

Para você que é amante de macarrão, chegamos com uma super novidade para você! Agora o seu macarrão tem o sabor da sua panelinha preferida! Escolha sua massa e o molho e venha se deliciar com essa novidade.

Opções de massa:

- Espaguete
- Talharim

Opções de molho:

- Branco
- Sugo
- Rose

**SE LIGA NA RECEITA!**



- 200g massa (espaguete ou talharim)
- 50g frango
- 50g lingüicinha defumada
- 50g milho
- 50g de tomate em cubinhos
- 30g de azeitonas
- 30g pequi em conserva
- Sal e tempero a gosto
- 300ml de molho sugo, branco ou rose a sua escolha

- Para finalizar um leve toque de parmesão.



# Micropigmentação

A micropigmentação de sobrancelhas é uma técnica em que os pelos finíssimos são desenhados na pele com uma máquina como a de tatuagem e já é febre entre os fashionistas e amantes da beleza. Agora, a técnica se expandiu para outros lugares do rosto, e promete realizar o sonho de muitas mulheres: o de já acordar maquiada.

A técnica pode ser feita nos lábios, para uma aparência saudável, e nos olhos, na região da pálpebra móvel, no lugar do delineador, e sob os cílios inferiores. Não é aconselhável fazer em outras regiões do rosto, como nas bochechas, por causa da mudança de pigmentação da pele de acordo com a exposição ao sol.



A técnica não tem nada em comum com a maquiagem definitiva, febre nos anos 1990, que não saía e mudava de coloração conforme o tempo. “Muita gente associa, mas não é a mesma coisa”. “A micropigmentação é feita com pigmentos específicos, que não mudam de coloração conforme o tempo, mas vão ficando mais claros até desaparecerem completamente.”

**STANGE**  
CENTRO DE ESTÉTICA



**JUCELIA STANGE**

MICROPIGMENTAÇÃO  
E ESTÉTICA

82,

Especializada em laserterapia;  
Peeling químico; Preenchimento; Botox  
Fios de PDO;  
Micropigmentação de sobrancelhas, olhos e lábios;  
Depilação a laser; Jato de plasma; Skin Booster;  
Radiofrequência; Microagulhamento;  
Remoção a laser de micropigmentação e tatuagens.

☎ 64 98134-6979 | 64 3404-1737

📍 Rua Padre Felix, 412 - St. Central, Itumbiara - GO,

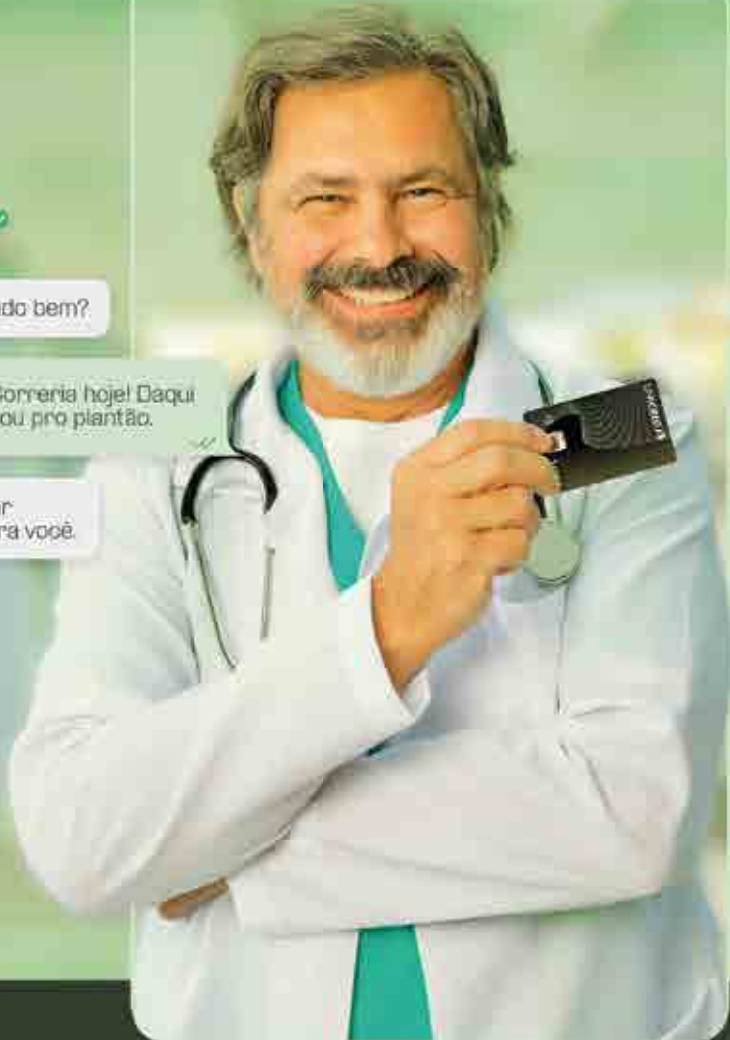




Bom dia, Dr! Tudo bem?

Correria hoje! Daqui vou pro plantão.

O que precisar resolvemos pra você.



Cuidar dos outros exige dedicação constante. Você sabe. A gente, também.

Por isso, temos o mesmo cuidado quando se trata do seu dinheiro.

**Neste Dia do Médico, conte com quem faz a vida financeira dos profissionais da saúde prosperar.**

# Quem é da saúde, sabe.

A UNICRED É UMA INSTITUIÇÃO FINANCEIRA COOPERATIVA ESPECIALISTA NA ÁREA DA SAÚDE, FEITA PRA QUEM SE DEDICA À VIDA TODOS OS DIAS.

**Seja um cooperado.**

\*Verifique os requisitos de associação descritos no Estatuto Social da Cooperativa da sua região.



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



@unicredalianca

**UNICRED**

A SUA INSTITUIÇÃO FINANCEIRA COOPERATIVA.

## PORQUE OS DIABÉTICOS SÃO MAIS VULNERÁVEIS A AMPUTAÇÃO DE DEDOS, PÉS OU PERNAS

Os diabéticos são mais vulneráveis a amputação de membros inferiores, pois o Diabetes Mellitus é uma doença metabólica crônica e se caracteriza por uma variedade de complicações, entre as quais se destaca o pé diabético, considerado um problema grave e com consequências muitas vezes devastadoras diante dos resultados das ulcerações, que podem implicar em amputação de dedos, pés ou pernas.

Úlceras de pés e amputação de extremidades são as complicações mais graves. Sua prevenção primária visa prevenir neuropatia e vasculopatia. O monitoramento de um conjunto de fatores que eleva o risco de úlcera e amputação de extremidades, tornando sua prevenção mais custo-efetiva. Para tanto, os seguintes pontos são fundamentais:

1. Avaliar os pés dos pacientes anualmente quanto a:
  - História de úlcera ou amputação prévia, sintomas de doença arterial periférica, dificuldades físicas ou visuais no cuidados dos pés.
  - Deformidades dos pés (pé em martelo ou dedos em garra, proeminências ósseas) e adequação dos calçados; evidência visual de neuropatia (pele seca, calosidade, veias dilatadas) ou isquemia incipiente; deformidades ou danos de unhas.
2. Discutir a importância dos cuidados dos pés como parte de programa educativo para prevenção de úlcera e amputação.
3. Negociar um plano de cuidado baseado nos achados clínicos e da avaliação de risco.
4. Oferecer apoio educativo para cuidados dos pés de acordo com as necessidades individuais e o risco de úlcera e amputação.



### Dra. Dalila Rodrigues

Coren GO 246411  
 CRP 09/008098  
 Enfermeira;  
 Especialista em tratamento de feridas e curativos;  
 Laserterapia;  
 Habilitada no Tratamento de Feridas com Matriz de Fibrina Leocoplaquetária Autóloga  
 Método PCO;  
 Psicóloga especialista em Neuropsicologia  
 Atendimento Home Care (domiciliar).

Instagram @cicatriza\_home\_care

WhatsApp 64 99268-2421      Telefone 64 99666-0010

Rua Floriano Peixoto, 276, Itumbiara-GO

## 5 GRAUS DA LESÃO DO PÉ DIABÉTICO



5. Avaliar o risco do paciente de acordo com os achados clínicos.

6. Planejar intervenções baseadas nas categorias de risco.
 

Classificação de risco do pé diabético

  - Sem risco adicional: sem perda de sensibilidade; sem sinais de doença arterial periférica, sem outros fatores de risco.
  - Em risco: presença de neuropatia; um único outro fator de risco.
  - Alto risco: diminuição da sensibilidade associada à deformidade nos pés ou evidência de doença arterial periférica; ulceração ou amputação prévia (risco muito elevado).
  - Com presença de ulceração ou infecção: ulceração presente.

### PÉ DIABÉTICO O AUTOCUIDADO FAZ TODA DIFERENÇA!



## Faça seu evento na Pirandello!

Espaço climatizado | Brinquedoteca com monitora |  
Não cobramos taxa de serviço.

Faça sua reserva: (64) 99668-2424

Av. Beira Rio, 783 - Alto da Boa Vista



 *Ofertas Exclusivas no Delivery* 

Faça seu pedido pelo  
App ou Site e ganhe  
Cashback de 4%

Baixe e faça seu pedido!  
[www.pizzariapirandello.com.br](http://www.pizzariapirandello.com.br)





COACHING



# ATITUDE

Podemos definir atitude como uma postura em relação a algo seguida da disposição interna que influencia nosso comportamento, transformando essa postura em ação.

Muitas vezes para você essa atitude pode ser positiva e para quem vê sob outro ângulo, pode ser negativa, isso vai depender de como vemos a situação ou evento.

Normalmente nossas atitudes sofrem influência de experiências que já vivemos, de nossos valores, de nossa cultura, de nossas crenças e principalmente de nossas expectativas.

Considerando esses fatores mencionados acima, sua ATITUDE poderá ser POSITIVA

caso você seja uma pessoa otimista e receptiva, conseqüentemente o resultado será uma maior motivação e bem-estar, te dando forças para encarar novos desafios.

Baseado nos mesmos motivos mencionados acima, sua ATITUDE NEGATIVA tem relação com pessimismo, uma mente fechada e bastante resistente. O resultado nesse caso, causa um sentimento de frustração, falta de esperança e até raiva diante dos desafios.

Em meio a essa análise, é muito bom ressaltar que caso sua identificação seja com atitudes negativas, isso é possível ser trabalhado e modificado com o tempo a partir de uma análise de autoconsciência, descobrin-

do seus pontos de melhoria e treinando novos hábitos, ressignificando crenças que você tonou como verdades absolutas e podem ser questionadas e consequentemente os resultados serão tão positivos que serão suficientes para causar vontade de continuar na busca de sua nova versão


Tudo na nossa vida é questão de ATITUDE, ou seja, escolher qual caminho seguir desde as mais simples e básicas ações de nosso dia a dia.




## IZABEL TONETTO COACH

Treinadora Comportamental & Coach;  
Professional & Self Coach com formação pelo IBC Instituto Brasileiro de Coaching;  
Leader Coach;  
Analista comportamental;  
Life Coach;  
Hipnose conversacional com Tomas Corrêa;  
Atuando no Business Coaching e Life Coaching (transformando a vida das pessoas através do Coaching).

 [izabeltonetto.lifecoach](https://www.instagram.com/izabeltonetto.lifecoach)

 (64) 98115.5211

 Clínica Qualiclin - R. Guimarães Natal,  
168 - Sala 3, Itumbiara-GO

Uma única ATITUDE sua pode te levar ao céu ou ao inferno, pode te tornar um vencedor ou um perdedor e essa luta é de você com você mesmo.

Busque se conhecer, entender seus comportamentos – AUTOCONHECIMENTO e desenvolva seus pontos de melhoria, potencialize os pontos positivos, isso com certeza te tornará uma pessoa com grande potencial de ATITUDES POSITIVAS e consequentemente, de melhores RESULTADOS.



**A LADO Z, UMA DAS MAIORES  
REDES DE COSMÉTICOS DO PAÍS,  
ACABA DE INAUGURAR SUA PRIMEIRA FILIAL EM  
ITUMBIARA, GOIÁS.**









A loja oferece produtos de qualidade, preços competitivos e atendimento diferenciado aos clientes. Venha conhecer a Loja Lado Z e aproveite as ofertas especiais de lançamento.



**LADO Z**

 64 99999-0086

 ladozitumbiara

R. Antônio Joaquim da Silva,  
15 D, St. Central,  
Itumbiara - GO



# Agro seeds

QUALIDADE EM ANÁLISES

NESTE NATAL, DESEJAMOS QUE TODAS AS FAMÍLIAS POSSAM  
CELEBRAR COM ALEGRIA, PAZ E GRATIDÃO. QUE NÃO FALTE  
ALIMENTO NA MESA, NEM AMOR NO CORAÇÃO.

*Feliz Natal!*



64. 98447 5966 | 64. 3495 6461



@agroseeds

Av. Amazonas, 320 | Centro | Goiatuba | Goiás



# Mundo mágico

Brinquedos

**DESEJAMOS A TODOS  
NOSSOS CLIENTES E AMIGOS UM**

**Feliz Natal e  
Próspero Ano Novo!**

 (64) 3431-3384

 (64) 99236-0984

 mundomagicobrinquedo

 R. Padre Florentino, 55A - Centro, Itumbiara - GO

# O PRESENTE DE NATAL QUE VOCÊ SEMPRE QUIS



# 50%

# DE DESCONTO NO SEGUNDO ÓCULOS DE SOL

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

PROMOÇÃO VÁLIDA DE 1º ATÉ 31 DE DEZEMBRO DE 2023, OU ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES. NA COMPRA DE ÓCULOS DE SOL, GANHE 50% DE DESCONTO NO SEGUNDO ÓCULOS DE SOL. DESCONTO VÁLIDO PARA O MESMO CLIENTE E SOMENTE NA MESMA COMPRA E MESMO CUPOM FISCAL. O DESCONTO SERÁ APLICADO OBRIGATORIAMENTE NA PEÇA DE IGUAL OU MENOR VALOR. FORMAS DE PAGAMENTO: EM DINHEIRO OU NOS CARTÕES DE DÉBITO/CRÉDITO. PARA COMPRAS NOS CARTÕES DE CRÉDITO, CONSULTE AS BANDEIRAS DISPONÍVEIS ANTECIPADAMENTE E AS POSSIBILIDADES DE PARCELAMENTO. ALGUMAS LOJAS ÓTICAS DINIZ, POR RAZÕES BUROCRÁTICAS, PODEM NÃO OFERECER TODAS AS BANDEIRAS DE CARTÃO DE CRÉDITO. CONSULTE AS LOJAS PARTICIPANTES. PROMOÇÃO EXCLUSIVA PARA COMPRAS REALIZADAS NAS LOJAS FÍSICAS DAS ÓTICAS DINIZ E PARA ATENDIMENTO DINIZAP. PROMOÇÃO NÃO VÁLIDA PARA COMPRAS REALIZADAS POR MEIO DO E-COMMERCE DAS ÓTICAS DINIZ. EVENTUAIS ERROS TÊM PRESERVADO O DIREITO DE RETIFICAÇÃO. IMAGENS MERAMENTE ILUSTRATIVAS. PROMOÇÃO NÃO CUMULATIVA COM OUTRAS PROMOÇÕES DA REDE ÓTICAS DINIZ.

ÓTICAS  
**DINIZ**  
Pra ver você feliz.





# AuZcultura:

## CONVERSAS NA PODOSFERA MÉDICA

*O podcast da Faculdade Zarns Itumbiara nasceu com ideia de promover discussões e diálogos relevantes dentro da área da medicina com foco em todos os públicos*

A Faculdade Zarns Itumbiara está sempre em busca de inovação. Nesse caminho, surgiu mais uma aposta da instituição que reforça uma das suas principais diretrizes: promover discussões e diálogos relevantes dentro da área da medicina. Foi com esse objetivo que nasceu o AuZcultura - o podcast oficial da Zarns Itumbiara.

O nome "Auzcultura" é uma homenagem à própria faculdade, mantendo o "z" para representar a Zarns e o termo auzcultura vem de auscultação, do verbo latino auscultare "escutar".

A auscultação é um técnica usada na medicina para a escuta dos sons internos do corpo, normalmente usando um estetoscópio. Já o slogan principal foi fixado na frase "Conversas na podosfera Médica", refletindo o objetivo principal da ferramenta.

Em um estúdio inovador localizado dentro da própria faculdade, a base do AuZcultura foi projetada com o objetivo de se tornar um espaço multifuncional para o ensino, pesquisa e extensão na formação médica. Nele, diversas atividades podem ser desenvolvidas, como entrevistas com profissionais renomados, mesas redondas com especialistas, bate-papos informais com estudantes e docentes, tudo sempre com um foco central na melhoria da formação médica.

"Um dos aspectos mais interessantes deste projeto é a sua abrangência. O estúdio Auzcultura não se limita ao ambiente acadêmico, mas busca ampla divulgação. Os episódios gravados no estúdio são disponibilizados no Spotify e no YouTube, tornando-os acessíveis ao públi-

co em geral, incluindo estudantes, profissionais da saúde e curiosos interessados em aprender mais sobre o mundo da medicina”, destaca o prof. Herbert Cristian, coordenador do curso de Medicina da Faculdade Zarns Itumbiara e um dos idealizadores principais do projeto.

O podcast já contou com a participação de nomes importantes da medicina na região e já discutiu importantes temas como a saúde da mulher, câncer de mama, doação de órgãos, pesquisa e educação continuada, gestão em saúde, campanhas de saúde, perspectivas sobre a carreira médica, e muito mais.

Para o diretor da faculdade, Ronaldo Campos, o podcast é uma importante ferramenta de educação. “Ele possibilita que nós possamos levar a informação a nível nacional e internacional. É uma forma também de conectar alunos com estudantes de outras regiões. Com isso, conseguimos também intensificar a internacionalização. Além disso, os alunos desenvolvem muito sua capacidade de se comunicar e se posicionar durante uma apresentação e/ou uma discussão”, ressalta.

Para acessar o podcast, os interessados podem acessar o canal oficial da Faculdade Zarns Itumbiara no YouTube ou acessar o perfil oficial da Instituição no aplicativo de música, Spotify.



Ambulatório próprio com mais de 40 consultórios



Maior Centro de Simulação Realística da América Latina

[www.imepacitumbiara.com.br](http://www.imepacitumbiara.com.br)  
f @ imepacmed



Faculdade  
**ZARNS**  
**IMEPAC**  
ITUMBIARA

NOTA 5  
★★★★★  
Conceito máximo do MEC



**MELHOR  
OPÇÃO PARA SEU**  
*Filho*



# Matrículas

## *Abertas 2024*



**CRER  
MONTESSORI**

**Arielle Vidal Santos**  
Diretora Crer Montessori

 [cramontessori](#)  64 99224-1946

 Rua Dâmaso Marquês, 126, Centro, Itumbiara - GO





FÉRIAS CHEGANDO, CRIANÇAS OCIOSAS, MAIOR PARTE DO TEMPO EM CASA, PAPAIS CANSADOS, CRIANÇAS FRUSTRADAS ESTRESSADAS...

ENTÃO QUE TAL LEVAR SEUS FILHOS, NETOS, SOBRINHOS, AFILHADOS PARA UM DIA RELAXANTE NO SPA?



Vamos falar sobre os benefícios da massagem para crianças:

Melhora o sistema nervoso, reduz tensões, acalma e fortalece o sistema imune. O que faz com que as crianças fiquem menos doentes e se recuperem mais rapidamente. Mas não é só isso, os movimentos também são capazes de aumentar a tonificação da pele.

Alivia os incômodos e dores musculares;

- Alívio do estresse;
- Ajuda nos

problemas de gases e cólicas;

- Melhora na qualidade do sono;
- Alivia a

ansiedade.



Spa Vida

Por Nay Flausino

SAÚDE · MASSOTERAPIA · ESTÉTICA · TERAPIA

NÃO SABE O QUE DAR DE PRESENTE PARA O AMIGO SECRETO?

OU QUER ALGO DIFERENTE PARA PRESENTEAR A PESSOA QUE VOCÊ AMA?

TEMOS VOUCHER DE PASSAGENS, E DAY SPA AQUI TAMBÉM!



E NÓS DO SPA VIDA DESEJAMOS A VOCÊS

Um Feliz Natal e ano novo, com muitas bênçãos, luz, prosperidade e muita massagem!!!



☎ 64 99222-4101

📷 @spavidanayflausino

📍 Rua Lídia Rosa Leal

📍 Bairro Jardim Morumbi-Itumbiara-GO

Conte conosco  
para cuidar da  
pessoa mais  
importante  
da sua  
vida:  
**VOCÊ!**

Aproveite o  
fim de ano  
e dê um  
presente  
para  
Seu  
**futuro**



REFERÊNCIA EM  
TECNOLOGIA E  
QUALIDADE



AGENDE SUA COLETA  
DOMICILIAR!

 (64) 9.8436-0079 / (64) 3404-1833

Rua Rio Verde, 97, Centro - Itumbiara-GO



01 / 12 / 23

Querido Papai Noel,

O senhor sabia, que lá na **Kipasso** tem presente para **toda a minha família**? Aham, pode acreditar! Eu achei isso o máximo! E como sei que o senhor tem muitas crianças para presentear, vou te ajudar um poquinho esse ano, tá bom? Pode comprar meu presentão lá na **Kipasso** mesmo, eu sei que vou amar. **Ah!** E se não for pedir muito, aproveita e pega um para minha **mamãe** e o meu **papai** também, eles vão pular de alegria!!!

Um super beijo, tenha um **Feliz Natal** e um próspero **Ano Novo!**



AV. MODESTO DE CARVALHO,1421

 @kipassobr

(64) 3404-3100 | (64) 99660-2976



---

# O QUE É O MÉTODO RUSSO PARA AS UNHAS ?

---

## **Procedimento 100% indolor**

O método russo de cuidado com as unhas não utiliza instrumentos de corte (alicate ou tesoura) para a remoção de cutículas.

Todo o processo é feito com o uso de fresas, que não causa dor ou ferimentos. Trata-se do meio menos invasivo e mais seguro na atualidade, para a retirada de cutículas e polimento de calosidades das mãos ou pés.



## **Menos cutícula a cada sessão**

Como não há corte no momento da remoção da cutícula, a defesa do sistema imunológico não recebe estímulos e, conseqüentemente, não acelera a produção de uma nova camada de cutículas. Isso significa que após algumas sessões, será possível notar uma diminuição considerável na quantidade de cutículas, eliminando a necessidade de remoções semanais.

Somos pioneiras neste método em Itumbiara - GO, contamos com uma equipe qualificada para lhe oferecer a melhor experiência em cuidado com as unhas.



(64) 9 9297 - 5769



@isanailsbrasil



Rua Franklin Xavier 328, Centro  
Itumbiara -GO

# TRABALHO EM FERIADOS: ENTENDA AS NOVAS REGRAS PREVISTAS PARA O COMÉRCIO

Primeiramente, destaco que a regra geral é a de que os empregados não trabalham em domingos e feriados, uma vez que todo empregado tem direito ao descanso semanal remunerado e ao descanso em feriados civis e religiosos.

As exceções são as atividades que por exigências técnicas ou por conveniência necessitam estar abertas em domingos e feriados, como, por exemplo, os restaurantes e os hospitais.

Pois bem, para melhor entendimento das mudanças trazidas pela recente Portaria do Ministério do Trabalho e Previdência, destaco resumidamente a evolução da legislação que trata sobre o assunto.

A Lei 605, de 1949, regulamentada pelo Decreto n. 10.854, de 2020, disciplina que todo empregado tem direito ao repouso semanal remunerado de vinte e quatro horas consecutivas, preferentemente aos domingos e, nos limites das exigências técnicas das empresas, nos feriados civis e religiosos, de acordo com a tradição local.

Por sua vez, o referido decreto dispõe que será editada uma Portaria definindo quais as atividades possuem autorização permanente para o trabalho em domingos e feriados.

Por sua vez, a Lei 10.101, de 2.000, a qual define os trabalhos nos domingos para o comércio, dispõe que é permitido o trabalho nos feriados nas atividades do comércio em geral, desde que autorizado em convenção coletiva do trabalho, que é o acordo formulado entre o sindicato das empresas e o sindicato dos trabalhadores, observada a legislação municipal, nos termos do artigo 30, inciso I, da Constituição Federal.

Foi editada uma Portaria do Ministério do Trabalho e Previdência no ano de 2021, a qual trouxe as atividades com autorização permanente para trabalho em domingos e feriados, ou seja, atividades em que

basta a comunicação do empregador aos empregados que o estabelecimento abra e escala de trabalho, respeitando os direitos de folga.

A nova e tão discutida Portaria, a qual altera a Portaria anterior, não proíbe o trabalho nos feriados, mas, para que diversos setores do comércio possam abrir as portas nessas datas, vai ser preciso que haja autorização em convenção coletiva de trabalho, observada a legislação municipal.

Essa exigência afeta supermercados, varejistas de peixe, carnes, frutas e verduras, aves e ovos, e farmácias, por exemplo. Por sua vez, não afeta restaurantes, padarias e feiras livres, entre outros setores.

Segundo o Ministro do Trabalho e Emprego, Luiz Marinho, a Portaria nº 3.665 apenas corrigiu uma ilegalidade e em nada alterou o que acontece hoje com o trabalho aos domingos, apenas confirmando o que diz a Lei nº 10.101, a qual regulamentou o trabalho no comércio em geral nos domingos, permitido o trabalho em feriados nas atividades do comércio em geral, desde que autorizado em convenção coletiva de trabalho e observada a legislação municipal.



**SAMARA CARVALHO**

Advocacia & Assessoria Jurídica

**SAMARA CARVALHO SILVA FRANCESCHI**

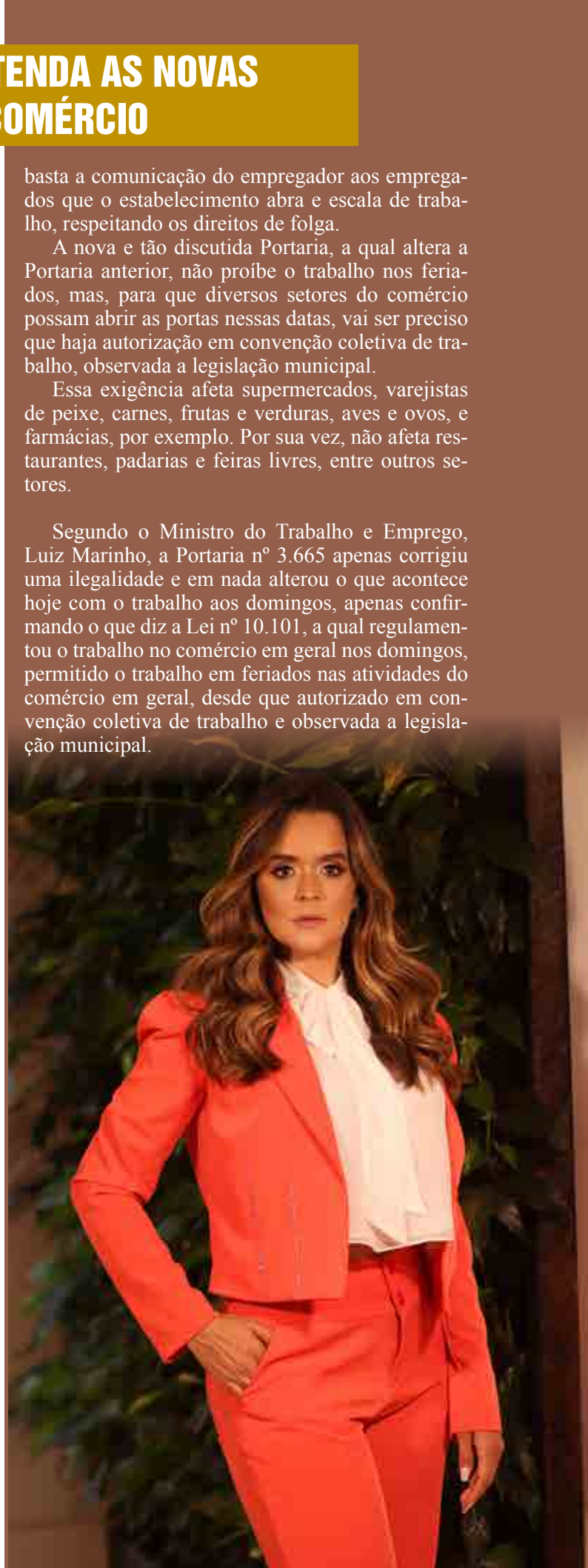
OAB/GO 27479

Pós-Graduada em Direito Público;

Pós-Graduada em Direito do Trabalho e Processo do Trabalho.

✉ [advocacia@samaracarvalho.adv.br](mailto:advocacia@samaracarvalho.adv.br)

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



HUMMMM!

UM PARA AGORA,



Grátis

**Corn Sugar**

**2 EM 1**

Leve grátis 1 tigela exclusiva do Leo.

Bolinhas de milho sabor chocolate

**Choco Boil**

AlcaFoods CEREJAS MATINAIS

Peso Líquido 300g

Peso Líquido 200g

AlcaFoods CEREJAS MATINAIS

AlcaFoods CEREJAS MATINAIS

HUMMMM!

OUTRO PARA DEPOIS.







KAMILLA VITÓRIA  
ARQUITETURA & INTERIORES

**Kamilla Vitória**  
Arquiteta

 62 99626-6147

Av. Presidente Vargas,  
300, Sala 04 -  
Goiatuba GO

 kamillarquitetura@hotmail.com

 arq.kamillavtr

- Projeto arquitetônico; - Projeto de interiores; - Consultorias on-line; - Reformas; - Acompanhamento de obras.

*Almoço*

**TEMOS CONVÊNIOS EMPRESARIAL.**



**VENHA EXPERIMENTAR NOSSO CARDÁPIO VARIADO! PRATO EXECUTIVO E MARMITA.**

**AQUI VOCÊ ENCONTRA TUDO O QUE HÁ DE MELHOR EM UM SÓ LUGAR, HAPPY HOUR CHEIO DE PROMOÇÕES, BOA COMIDA, BOA MUSICA, CHOPP GELADO, DRINKS MARAVILHOSOS, GENTE FELIZ E UMA EXPERIÊNCIA INESQUECÍVEL !**



**DESEJAMOS A TODOS NOSSOS CLIENTES UM**

*feliz Natal e um Próspero Ano Novo!*

**CONTAMOS COM TODOS NESTE NOVO ANO QUE SE INICIA!**

**O SERTANEJO**  
Bar & Petiscaria

**O SERTANEJO**  
Bar & Petiscaria

64 99999-3676

osertanejo\_iub

**RUA FRANKLIN XAVIER 272, CENTRO, ITUMBIARA-GO**



**NO  
VI  
DA  
DE**

Bendita seja a data  
que nos une numa  
conspiração de amor

Feliz.

*natal*

## QUADROS PARA DECORAÇÃO



TUDO EM PERSONALIZADOS  
VOCÊ IMAGINA, NÓS CRIAMOS!

# TI TO LOOK TE

**PRESENTES  
PERSONALIZADOS**

☎ 64 99660-2841

📧 tolook.personalizados

📍 Rua Franklin Xavier, 272

**VENHA CONHECER  
OS NOSSOS SERVIÇOS**

**FACHADAS**

**BANNERS**

**ADESIVOS**

**SERVIÇOS  
GRÁFICOS**

**CORTE E GRAVAÇÃO LASER**



**FAÇA SEU ORÇAMENTO:  
(64) 99316-4800**

📧 @olharmidiavisual

📍 Rua Ranulfo Carneiro Guimarães, nº 190,  
Esq / Guimarães Natal - Centro



No dia 14 de novembro a Clínica Veterinária Faro Animal completou 10 anos de sua existência, onde foi comemorado com um Happy Hour de muita musica e diversão. Tivemos presença de clientes, amigos e familiares. Agradecemos a confiança de todos nossos depositados a nossa empresa nesses 10 anos de muita historia, e claro salvando muitas vidas.





**PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS  
EM CÃES E GATOS.**

**CIRURGIAS | VACINAS | EXAMES | INTERNAÇÃO**

**64 3404-1586**

**PLANTÃO: 64 99290-4500**

**64 98148-7015**



**AVENIDA AFONSO PENNA, 1952,  
BAIRRO AFONSO PENA - ITUMBIARA-GO**



ser

GIN  
FÂN  
GIA

Matrículas ●


2024



**GABARITO**  
UNIDADE LICENCIADA

Rua Angico, 276, St. Beira Rio I - Itumbiara-GO

Contato: (64) 99246-7909

A young child with curly hair, wearing a red and black striped jacket, is smiling and hugging Santa Claus. Santa Claus is wearing a red suit with white fur trim, a red hat with white fur, and glasses. He has a white beard and is smiling warmly at the child. The background is a warm, orange-toned setting with blurred lights, suggesting a festive indoor environment.

**Que neste Natal, todas as crianças possam sentir o calor de um abraço, o carinho de um beijo, o conforto de um lar. Que possam brincar, aprender, crescer e se desenvolver. Que neste Natal, todas as crianças sejam felizes!**

*Feliz Natal!*



**GABARITO**  
UNIDADE LICENCIADA

Rua Angico, 276, St. Beira Rio I - Itumbiara-GO      Contato: (64) 99246-7909

Que os sorrisos iluminem seu **Natal!**

**uniodonto**   
Sul Goiano

Fale com **nossos consultores** 

**Itumbiara**

Rua Rui de Almeida, nº 519  
(64) 3431-7146

**Morrinhos**

Rua Pará, nº 763  
(64) 3413-3977

**Caldas Novas**

Rua Ciro Palmerston  
Qd: 23, Lt 09, Sala 01, Centro  
(64) 3453-8692

**Catalão**

Av. Farid Miguel Safatle, nº 509  
(64) 3411-4858

**Joviânia**

Rua Ademar Luiz de Miranda,  
Qd.17, Lt.1 - N° 212 - Casa-1  
(64) 99302-8245

**Goiatuba**

Av. Presidente Vargas nº 515  
(64) 3495-5671

**Vicentinópolis**

Av. Eng. Claudio Neves Cardoso,  
Qd. 31, Lt.05 B, S/N, - C-4  
(64) 99222-1833

**Bom Jesus**

Av. Goiás, nº 868, sala 02  
(64) 3608-3983

## Quando a ansiedade se torna uma doença?

Olá, leitores! É sempre uma satisfação para nós podermos publicar artigos sobre assuntos que enfatizam a importância da saúde emocional por aqui.

Neste mês trouxemos um tema, bem como, uma reflexão muito relevante para todos nós.

Iniciamos a nossa reflexão com a seguinte pergunta: Quando a ansiedade se torna uma doença? Em outras palavras, quando a ansiedade se torna patológica e prejudicial em nossas vidas? Você sabia que muitos autores já consideram que estamos vivendo um período definido como a Idade da Ansiedade? Você sabia que o Brasil é considerado um dos países mais ansiosos do mundo?

No decorrer de sua existência, o ser humano experimenta maiores ou menores graus de ansiedade, de preocupação, de raiva ou de medo, dependendo das circunstâncias vivenciadas em determinado período da vida, como por exemplo, antes de uma prova muito importante, de um primeiro encontro ou de uma entrevista de emprego.

Nestes casos, trata-se de uma característica normal da vida dos indivíduos, ou seja, diante das situações difíceis, importantes ou novas é normal as pessoas apresentarem diferentes graus de ansiedade. Contudo, as constantes mudanças ocorridas no mundo e as pressões atuais vêm influenciando diretamente na vida das pessoas e desencadeando diferentes emoções negativas, em especial, a ansiedade.



Todavia, é preciso considerar que a ansiedade faz parte da herança biológica das pessoas, tratando-se de uma resposta normal e comum na vida de todos. Entretanto, esta reação normal a certas situações pode evoluir para um transtorno mental que vem acometendo constantemente os indivíduos, causando sofrimento psíquico e prejuízos funcionais para a sua vida pessoal e profissional.

A psicoterapia tem sido considerada um dos recursos mais indicados e efetivos no tratamento do transtorno de ansiedade, e é indicada para qualquer pessoa que esteja passando por problemas emocionais. A chave está em buscar apoio profissional!



📍 Psiquê Saúde - Rua Tiradentes, n. 481,  
Centro - Itumbiara/GO  
☎️ (64) 99319-0139

### Karine Araújo

Psicóloga e sócia fundadora da Psiquê Saúde  
CRP 09/010396

Atendimentos clínicos;

Abordagem psicanalítica;

Atendimentos em adolescentes a partir de 14 anos, adultos, casais e idosos;

Palestras.

📷 @psicologa\_karinearaujor

☎️ 64 99939-0377 | 64 99319-0139

✉️ psico.karinearaujor@gmail.com



### Marina Carvalho

Psicóloga e sócia proprietária da Psiquê Saúde  
CRP 09/010753

Atendimentos clínicos (Presencial e Online);

Abordagem Psicanalítica;

Atendimentos infantil, adolescentes, adultos e idosos;

Modalidades de atendimento:

Individual, familiar, casal e grupo;

Palestras;

Especialista em Gestão de Pessoas.

📷 @psimarinacarvalho

☎️ 64 98427-5236 | 64 99319-0139

✉️ marinarvalho\_psico@hotmail.com





DESEJAMOS A VOCÊS UM FELIZ FIM DE ANO,  
CHEIO DE PAZ, ESPERANÇA E AMOR.

*Feliz Natal!*



📞 64 3404.8103  
Praça da República, 365  
Centro - Itumbiara/GO  
🌐 uniotica.visaodomundo

📞 64 3433.8900  
Av. Santa Cecília, 149  
Alto Boa Vista - Itumbiara/GO  
📷 @oficauniotica



# Disfunções neurológicas em bebês prematuros



Uma das consequências da **prematuridade** é o recém-nascido apresentar disfunções neurológicas, envolvendo coordenação motora fina e grossa, postura, equilíbrio, reflexos e distonias.

A criança que nasce abaixo de 37 semanas de gestação pode apresentar tais disfunções, uma vez que o desenvolvimento neurológico intrauterino foi interrompido. Nesse sentido, demanda cuidados especiais.


## Mas o que vêm a ser essas disfunções neurológicas?

São alterações que impedem o cérebro de desempenhar sua capacidade plena esperada para cada idade. Em cada período da gestação ocorre a multiplicação, migração e organização de estruturas específicas do cérebro. O nascimento prematuro interrompe essa evolução normal, interferindo no desenvolvimento e no crescimento cerebral do bebê. Além disso, o cérebro imaturo está mais susceptível a sofrer lesões cerebrais, como hemorragia peri-intraventricular devido a fragilidade de seus vasos sanguíneos. Como consequência, o bebê terá um fator de risco maior para apresentar disfunções cerebrais em relação ao bebê que nasce na idade gestacional entre 37 e 41 semanas e 6 dias.



**DRA. CLÁUDIA ARAUJO**

Dra. Cláudia Araujo  
Médica Pediatra  
CRM/GO: 20.389 | RQE 17967 | CRM/RJ: 105.867-3  
Título de Especialista pela SBP/AMIB;  
Medicina na Universidade Iguazu/RJ;  
Pós Graduação Lato Sensu em Pediatria pela Faculdade Global do Rio Grande do Sul;  
Pós Graduação Lato Sensu em Psiquiatria pela PUC - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro;  
Especialização em Psiquiatria da Infância e Adolescência pela Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro/PUC - Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro.

 @draclaudia.araujo

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO  
GUIA NAS PÁGINAS 08, 09 e 10

As disfunções neurológicas do prematuro podem repercutir a curto e longo prazos, sendo as principais a alteração motora (atraso na execução de atividades motoras esperadas para cada idade), cognitiva (dificuldade de aprendizagem) e fala. As sequelas podem ser temporárias ou permanentes, de acordo com o grau da lesão neurológica.

**Acompanhamento** – As dificuldades apresentadas pelas lesões permanentes, podem ser minimizadas através de um acompanhamento multidisciplinar. Existem outras sequelas que não são permanentes e têm o seu prognóstico diretamente relacionado à assistência, ao cuidado que a criança recebe na primeira infância.

O diagnóstico das disfunções é clínico, ou seja, elas são identificadas pelo pediatra e pela equipe multidisciplinar que acompanha a criança. Para avaliar estruturas cerebrais, o especialista pode solicitar exames, quando necessário.

**Janela para o tratamento** – O desenvolvimento do cérebro infantil é um processo dinâmico. Através da construção, aquisição e interação de novas habilidades ocorre a remodelação cerebral, conhecida como plasticidade cerebral. Em razão desse dinamismo específico da faixa etária, devemos atuar de forma multidisciplinar com o bebê prematuro para aproveitarmos essa ‘janela de oportunidade’ da primeira infância, ou seja, quanto antes cuidarmos do cérebro do prematuro de forma individualizada, melhores serão os resultados.

O tratamento é multidisciplinar, cuja equipe deve ser formada de maneira a atender a cada criança de acordo com suas necessidades específicas, pois cada bebê tem suas particularidades. Durante todo esse processo os pais estão presentes e merecem toda a atenção também da equipe médica, e, em algumas situações, um auxílio psicológico, aos pais, também pode ser necessário.

Fonte: <https://portalmedicinaesau.de.com/disfuncoes-neurológicas-em-bebes-prematuros/>



# Piticas

# NATAL ÉPICO

Vista-se com estilo nesse    
Natal com a **Piticas Itumbiara!**



**Aqui você encontra os  
melhores presentes!**



**Para mais Informações**  
Aponte a câmera do celular  
para o **QRCode** e saiba mais.



 [piticas.itumbiara](https://www.instagram.com/piticas.itumbiara)  [Piticas Itumbiara](https://www.facebook.com/PiticasItumbiara)

 **Rua Padre Félix, 412 - St. Central, Itumbiara/GO**



*Eleita a melhor Escola  
de idiomas no Prêmio  
Mérito Lojista*

Matriculas  
Abertas

**50%**  
de Desconto  
no Curso!

**Intensivo**  
*de Férias*  
1 Semestre em 1 Mês



**Para mais Informações**  
Aponte a câmera do celular  
para o **QRCode** e saiba mais.



*Celebre o mês do Natal com Descontos exclusivos em nosso intensivo de férias*

*Acreditamos e investimos na evolução de cada estudante através  
de ferramentas tecnológicas e soluções inovadoras.*

f @ /CULTURAINGLESAITUMBIARA

📍 R. ANTÔNIO MARQUÊS, 184 - CENTRO, ITUMBIARA - GO

# ÁGUA

Vivemos um momento de nossa evolução onde as inovações tecnológicas, juntamente com a ampliação do conhecimento sobre nutrição e o desenvolvimento de medicamentos e tratamentos mais eficientes nos proporcionaram níveis de qualidade de vida e de longevidade nunca antes vivenciados.

E quando o assunto é **ÁGUA**, não poderia ser diferente.

Mas, se neste mundo altamente tecnológico, você ainda acha que todas as águas são iguais, ou que ainda não despertou para a importância da qualidade da água e seu impacto em nossa saúde, você vai se surpreender.

Convido-o a conhecer a **ÁGUA KANGEN**® - e suas 5 propriedades muito diferenciadas – produzida pela

mais avançada, segura e certificada tecnologia em **ELETROLÍSE** de água existente no mundo – os **IONIZADORES** da Enagic-Japan™.

- Rica em Hidrogênio Ativo – Antioxidante;
- Eletrolizada – carregada de elétrons;
- Estrutura Molecular expandida – maior poder de hidratação, nutrição e de desintoxicação;
- Levemente alcalina – combate a acidez do organismo;
- Pureza incomparável.

Entre em contato e terei imensa satisfação em compartilhar artigos acadêmicos, minha história com essa tecnologia, demais detalhes técnicos e como a **Água Kangen** pode beneficiar imensamente sua saúde e de sua família.

**Alessandro Rodrigues**  
Consultor Enagic-Kangen



## ÁGUA KANGEN

*Mude sua Água. Mude sua Vida !*



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

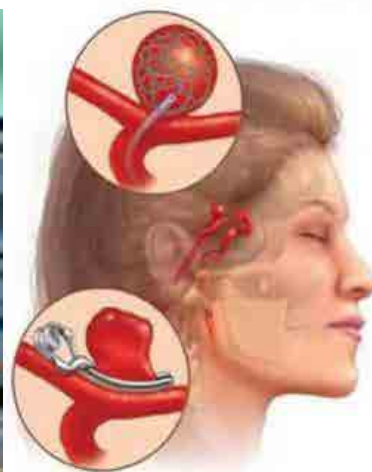


@tudosobreaguakangen



64 99616 5564

# HOSPITAL DA UNIMED AGORA REALIZA NEUROCIRURGIAS AVANÇADAS



Hospital da Unimed, em Itumbiara, agora realiza cirurgias extremamente avançadas, tais como tumores cerebrais e aneurismas cerebrais.

Com tecnologia de ponta, contamos também com setor de UTI e Hemodinâmica no auxílio aos procedimentos.

Realizamos também cirurgias minimamente invasivas endoscópicas de cérebro e coluna, não necessitando mais de deslocar nenhum paciente para fora de nossa cidade para o tratamento de coluna e doenças do cérebro.

Venha marcar sua avaliação com Dr. Marcelo Lamberti, Neurocirurgião, na Clínica Alfa Saúde.

O Neurocirurgião é o médico responsável por tratar as patologias do cérebro e da coluna vertebral.

E Deus vai guiando nossas mãos!

## Dr. Marcelo Oliveira Lamberti

CRM/GO: 28.236 | RQE: 15222

Neurocirurgião;

Formação pela Universidade Federal de Uberlândia e Hospital Israelita Albert Einstein - São Paulo.

 @neuro\_lamberti\_marcelo





## PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO: CONHEÇA EM 10 PERGUNTAS E RESPOSTAS

### **O que é planejamento previdenciário?**

O planejamento previdenciário é uma estratégia financeira que visa otimizar os benefícios da Previdência Social, garantindo uma aposentadoria mais sólida e adequada às necessidades individuais.

### **Quem pode se beneficiar do planejamento previdenciário?**

Qualquer pessoa que contribua para a Previdência Social pode se beneficiar do planejamento previdenciário, independentemente da idade ou do estágio da carreira.

### **Quais são os principais objetivos do planejamento previdenciário?**

Os objetivos incluem maximizar o valor dos benefícios previdenciários, minimizar o impacto tributário, antecipar ou adiar a aposentadoria conforme necessário e assegurar uma renda estável durante a aposentadoria.

### **Como o tempo de contribuição afeta o benefício previdenciário?**

O tempo de contribuição é um fator crucial.

Quanto mais tempo uma pessoa contribui para a Previdência, maior tende a ser o valor do benefício. O planejamento visa otimizar esse tempo para obter os melhores resultados.

### **Quais são as opções de aposentadoria disponíveis e como escolher a mais adequada?**

Existem diferentes tipos de aposentadoria, como por idade, por tempo de contribuição e por invalidez. O planejamento previdenciário analisa as opções disponíveis e ajuda a escolher a mais adequada com base nas circunstâncias individuais.

### **Como o planejamento previdenciário lida com questões de tributação?**

O planejamento previdenciário considera estratégias para minimizar o impacto tributário dos benefícios previdenciários, buscando opções que possam reduzir a carga fiscal sobre a renda de aposentadoria.

### **Quais são os riscos envolvidos no planejamento previdenciário?**

Os riscos podem incluir mudanças na legislação

previdenciária, variações na expectativa de vida e condições econômicas. O planejamento proativo visa mitigar esses riscos.

### **Como o planejamento previdenciário pode se adaptar a mudanças na legislação?**

O planejamento previdenciário deve ser flexível para se adaptar a alterações na legislação previdenciária. Isso envolve revisões periódicas para garantir que as estratégias permaneçam alinhadas com as leis vigentes.

### **Quais são os benefícios do planejamento previdenciário antecipado?**

O planejamento previdenciário antecipado permite otimizar as contribuições, explorar

opções de investimento a longo prazo e garantir que a aposentadoria seja bem-sucedida, mesmo em situações imprevistas.

### **Como um profissional pode ajudar no planejamento previdenciário?**

Profissionais especializados podem oferecer orientação personalizada, analisar opções de investimento, considerar estratégias tributárias e fornecer informações atualizadas sobre regulamentações previdenciárias, contribuindo para um plano previdenciário eficaz e adaptável.

Para saber mais sobre planejamento previdenciário procure um advogado especialista.



**Carolina Ponciano**  
OAB/GO 60.475

**Délio Roberto Lima do Amaral**  
OAB/GO 28.436

**Rodrigo Barbosa**  
OAB/GO 25.331

**Emerson Paião**  
OAB/GO 29.900

**Cíntia Alves Carvalho**  
OAB/GO 48.803



**BARBOSA & PAIÃO**  
ADVOGADOS

**17**  
anos

**DEFENDER SEU DIREITO É A NOSSA MISSÃO.**

 [barbosaepiaoadvogados](#)

 [barbosaepiaio](#)

 [barbosa\\_piaio](#)

 64 99248-4450

 (64) 3404-6738

 Rua Paranaíba, nº 632 - Centro, Itumbiara - GO



Imagem meramente ilustrativa



**Abra sua conta.**

SAC - 0800 774 7720 / Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 774 0525 / Divulgação - 0800 646 2519



Não é só ter um cartão  
aceito no mundo todo.  
É ter com quem contar.

Ana Castela, cantora.

Segurança, praticidade e uma série de vantagens para o seu dia a dia. Ter um Cartão Sicredi é poder fazer suas compras pelo smartphone e organizar a sua vida financeira com as principais carteiras digitais do mercado, além de contar com a segurança dos cartões virtuais em todas as transações online.

Não é só dinheiro.  
É ter com quem contar.

Peça seu Cartão Sicredi.







Que neste período de festas, vocês possam celebrar com seus familiares e amigos, com muita paz, harmonia e gratidão. Que não falte amor e saúde para vocês e seus entes queridos.

Agradecemos pela confiança que vocês depositaram em nós e em nossa equipe durante este ano. Foi uma honra cuidar da saúde de nossos pacientes e contribuir para o bem-estar de todos. Esperamos continuar essa parceria no próximo ano, sempre buscando o melhor para vocês.

Que o ano que se inicia traga muitas bênçãos, realizações e felicidade.

# Feliz Natal e um Próspero Ano Novo!

**Dr. João Pedro F. Galvão**

Médico  
CRM/MG: 97305 | CRM/GO: 32635

**Dra. Laise Guerino Vieira**

Médica  
CRM/GO: 23523. | CRM/MG: 97223



o último dia 10 de novembro aconteceu na Veneza Veículos o coquetel de lançamento da 76ª edição da Revista Mais Saúde, e da 06ª edição da Revista Stilo Itumbiara, com a presença de clientes e amigos.





LANÇAMENTO REVISTA MAIS SAÚDE E REVISTA STILO



## ENTREVISTA

*Elisângela Rodrigues*  
*Proprietária Lolo Case*

# LOLO CASE

*Nessa edição trazemos uma entrevista exclusiva com Elisângela Rodrigues. Ela que administra a Lolo Case nos conta um pouco da sua história e como conseguiu expandir em um curto espaço de tempo sua empresa.*





Hoje você está à frente de uma empresa que cresceu muito em um curto espaço de tempo! Nos conte um pouco de como surgiu a Lolo Case.

*Elisângela Rodrigues - A Lolo Case surgiu após uma pesquisa de mercado, no qual enxergamos uma carência em produtos e acessórios para celular, dessa maneira notamos uma oportunidade em oferecer algo novo.*



*Assim, surgiu uma loja sonhada, planejada e estruturada para oferecer uma nova experiência ao cliente, com produtos diversificados e de qualidade, atrelados a um preço justo. Além disso, buscamos oferecer um atendimento único e exclusivo buscando a satisfação individual.*





Quando falamos em novidades, como você consegue oferecer uma gama tão alta de produtos, e sempre inovando e encantando todos os tipos de clientes?

*Elisângela Rodrigues - Nós conseguimos oferecer uma alta gama de produtos, através de uma parceria com excelentes fornecedores, que nos mantém diariamente atualizados e abastecidos com todas as novidades presentes no mercado. Dessa forma, entregamos qualidade e excelência aos nossos clientes. Além disso, os nossos produtos são pensados e selecionados para satisfazer os mais variados desejos e anseios dos nossos consumidores.*

Como você enxerga o mercado do varejo hoje? Ele já foi diferente do atual? O que mudou?

*Elisângela Rodrigues - Acreditamos que o mercado atual está cada vez mais desafiador, pois o acesso a informação tem proporcionado um alto nível de exigência do público. Deste modo, a mudança constante gera uma necessidade de adaptação dos empreendedores para se manterem em nível competitivo.*

Na sua opinião, quais as principais características e habilidades são essenciais para que uma empresária consiga expandir sua empresa e ter sucesso em um mercado tão competitivo?

*Elisângela Rodrigues - Para mim, a coragem de investir aliada a criatividade e inovação são fundamentais para a consolidação de um negócio. Além disto, ter a habilidade para selecionar uma equipe qualificada que entregue uma excelência no atendimento é indispensável para solidificar uma empresa. Também enxergo ser necessário fazer uma gestão humanizada, transformando o ambiente de trabalho em algo agradável e prazeroso para os colaboradores. Com isso, é possível quebrar as barreiras que impedem o crescimento de um empreendimento.*

Para finalizar quais conselhos você daria para as pessoas que se inspiram em você, se inspiram na Lolo Case e desejam construir uma carreira, uma empresa de sucesso?

*Elisângela Rodrigues - Um conselho que eu daria é que não existe sucesso sem esforço e dedicação. Acredito também, que a resiliência e a constância façam parte de valores que devem ser atribuídos diariamente, pois o sucesso consiste em superar desafios sem perder o entusiasmo. Assim, carregando consigo todos esses princípios, a antes pequena "lojinha de cases" vem crescendo e se tornando referência em Itumbiara. "No que diz respeito ao empenho, ao compromisso, ao esforço e à dedicação não existe meio termo. Ou você faz uma coisa bem feita ou não faz." – Ayrton Senna.*



Laboratório

**IDESG**

**INSTITUTO DE DIAGNÓSTICO ESPECIALIZADO DE GOIATUBA**

**QUALIDADE EM  
PRIMEIRO LUGAR!**

**FAÇA UMA ROTINA DE EXAMES MANTENHA A SAÚDE EM DIA**

**FAÇA UMA ROTINA DE EXAMES**

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



**PLANTÃO  
24 HORAS**

**(64) 98454-8581**

**RODRIGO FREITAS CUNHA**

Diretor administrativo

**FERNANDA T. L. DE QUEIROZ RIBEIRO**

CRBIO - 080476/04-D



64. 3495 3600 | 64. 98407 1010 | Rua Tapajós | 627 | Centro | Goiatuba | Goiás

64. 99321 0153 | Av. 7 de Setembro | 689 | Centro | Joviânia | Goiás

Natal é tempo de celebrar o amor, a união e a esperança com a família.  
Que neste dia especial, possamos compartilhar alegria, paz e gratidão uns com os outros.

*Feliz Natal!*



Laboratório

**IDESG**

## Serviços de Hemodinâmica:

- ✓ Cardiologia Intervencionista
- ✓ Angiorradiologia
- ✓ Neurologia Intervencionista
- ✓ Cirurgia Endovascular

**Marcapasso • CDI • Cateterismo  
Implante de stents • Angiografia • Arteriografia  
Eletrofisiologia • Entre outros**

**24h**  
pronto  
atendimento

**Precisão e tecnologia a serviço da vida.**

 **Hospital Unimed**



# Hemodinâmica Itumbiara

Instituto de Cardiologia Intervencionista  
Regional Sul de Goiás - ICRES

 Av. Dr. Celso Maeda 655 - Hemodinâmica, Itumbiara - GO, 75513-175  
 [contato@hemodinamicaitumbiara.com.br](mailto:contato@hemodinamicaitumbiara.com.br)  [@hemodinamicaitumbiara](https://www.instagram.com/hemodinamicaitumbiara)

Fale conosco:

**(64) 3430-3090 (64) 99665 3090**

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



Acesse nosso website