

Ano 7. n.º 78. Janeiro/2024. Itumbiara - GO. Distribuição Gratuita
www.maisaude.com

revista

SAÚDE



Daniella David Silva
CRF / GO: 5623
FARMACÊUTICA

Thiago Figueiredo
CRF / GO: 5587
FARMACÊUTICO

Juliana Monteiro de Souza
CRF / GO: 8551
FARMACÊUTICA



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



Contábil, Tributário e Patrimonial

O PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO É O 1º PASSO PARA SUA EMPRESA CRESCER EM 2024

Essa estratégia de contabilidade é feita para reduzir a carga tributária de forma 100% legal. Isso significa menos impostos para sua empresa e mais dinheiro no seu caixa.

Não tem segredo! O **Planejamento Tributário** bem-feito e personalizado é essencial para o sucesso das empresas do Simples Nacional, Lucro Presumido e Lucro Real. Essa estratégia é realizada por um time de profissionais altamente capacitados, sempre atentos as particularidades do seu negócio. Não é mágica, é conhecimento fiscal, tributário e contábil a favor do seu negócio.

3 MOTIVOS PARA FAZER O PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO

1º - Economia Financeira Inteligente

Com o planejamento tributário você identifica oportunidades legais de redução de impostos, com estratégias de menor tributação ou até mesmo isenção, em algumas ocasiões.

2º - Competitividade de Mercado

A estratégia do planejamento tributário permite às empresas ajustarem seus preços, tornando-se mais competitivas no mercado. Afinal de contas se você

economiza em impostos, pode direcionar esse benefício para aumentar a lucratividade ou ofertar preços mais atrativos.

3. Segurança Jurídica e Compliance

Além de economizar na hora de pagar os impostos, o planejamento tributário bem executado evita riscos de autuações fiscais e problemas legais. Isso é um fato, com essa estratégia você vai estar sempre em conformidade com as leis tributárias, evitando multas e processos.



PLANEJAMENTO TRIBUTÁRIO PARA QUEM QUER PAGAR MENOS IMPOSTOS



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

FILIAIS

Matriz:
Itumbiara - GO
Avenida Trindade,
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

HOSPITAL UNIMED

12 ANOS

*escrevendo histórias com muito amor,
cuidado e comprometimento com a vida.*

ANS - Nº 205872



Unimed

Acesse nosso instagram:

@unimedregionalsulgoias



somos **coop** »

Unimed 
Regional Sul Goiás



CAMINHADA DA SAÚDE
UNIMED
2023



Em novembro, Itumbiara recebeu mais uma edição da 'Caminhada da Saúde Unimed'. Nossa tradicional caminhada beneficente voltou em grande estilo. Centenas de pessoas se juntaram a nós para cuidar da saúde, do bem-estar e para colaborar com um Natal mais feliz para diversas famílias. Confira as fotos do evento:



Guia Médico

Janeiro - 2024



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 Schineider
Ortopedista
CRM/GO:13.434 | TEOT: 13215

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

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



Dr. Alessandro Ribeiro
Pediatria
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

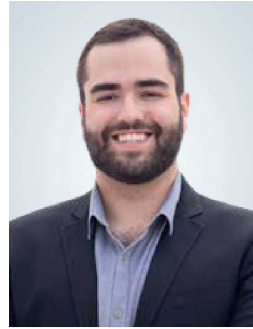
Centro da Visão
Av. Santa Cecília, 145
Alto da Boa Vista. Itumbiara - GO
(64) 3432 0070



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) 99256-7887

CEU Clínica
Rua C-196, 100 - Quadra 495.
Lote 23 - Jardim América, Goiânia - GO
(64) 99238-3550



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: Centro.
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



Editora e Marketing

8 ANOS

MAIS UM ANO SE INICIA E COM ELE ESPERANÇA E PERSPECTIVAS DE UM FUTURO MELHOR PARA TODOS!!!

Relembrando nossa trajetória agradecemos o carinho e a confiança de nossos leitores e parceiros, e com isso, visionando um futuro próspero que se inicia em 2024, reafirmamos nossos votos de continuar honrando com nosso propósito de trazer mensalmente a região sul de Goiás, editoriais de alto padrão, buscando sempre a excelência.

Temos orgulho de sermos hoje uma das principais Revistas de nossa região, além de ser o principal veículo de comunicação do seguimento SAÚDE da região sul de Goiás, onde nunca deixamos de atingir nosso objetivo principal, que é levar conteúdo que possa melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas.

Relacionamentos e amizades foram construídos por nós durante esse período, e termos profissionais da nossa região, trazendo informações sobre cuidados, tratamentos e prevenções, foram nosso principal pilar, para conquistarmos a credibilidade e confiança perante aos nossos leitores!!!

Em nome de nossa equipe, desejamos a você e sua família, que 2024 seja o melhor ano da sua vida!!!

Os diretores!!!



Expediente

Diretor Administrativo: Renato Martins
Diretor Comercial: Onofre Neto
Fotos: Náthia Fathicly, Roower 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

- | | | | |
|----|---|-----|---|
| 10 | ENTREVISTA | 70 | DESVENDANDO A ABDOMINOPLASTIA |
| 17 | HOSPITAL DA UNIMED AGORA REALIZA NEUROCIRURGIAS AVANÇADAS | 74 | ENTREVISTA MULHERES QUE INSPIRAM |
| 27 | OMBROS: QUAIS AS LESÕES MAIS COMUNS E COMO IDENTIFICÁ-LAS | 80 | OTOPLASTIA FECHADA - TÉCNICA INOVADORA PERMITE CORREÇÃO DE ORELHAS ABERTAS SEM CIRURGIA. |
| 29 | O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL EM FICAR ADIANDO TUDO. PROCRASTINAÇÃO! | 82 | AUTOCONTROLE E FORÇA DE VONTADE |
| 30 | SÍNDROME DE BURNOUT | 84 | ATIVIDADE FÍSICA NÃO TIRA FÉRIAS! |
| 34 | RECUPERE CLÍNICA DA COLUNA É ESPECIALIZADA EM TRATAMENTOS DE PATOLOGIAS RELACIONADAS À COLUNA VERTEBRAL, HÉRNIA DE DISCO E NERVO CIÁTICO. | 101 | CINOMOSE CANINA |
| 41 | HIDRATAÇÃO NOS MESES DE VERÃO | 102 | CIRURGIA REFRACTIVA |
| 59 | A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO PRECOCE EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) | 110 | COMPREENDENDO A INSÔNIA: BUSCAR AJUDA PARA NOITES TRANQUILAS |
| 63 | O QUE É CAD/CAM? | 111 | DESMISTIFICANDO ESTIGMAS NA SAÚDE MENTAL: BUSCAR AJUDA É UM PASSO CORAJOSO PARA O BEM-ESTAR |
| 67 | DOAÇÃO DO BEM DE FAMÍLIA PARA FILHO NÃO É FRAUDE À EXECUÇÃO FISCAL | 117 | SÍNDROME DE DE QUERVAIN |
| | | 118 | ENTREVISTA EMPREENDEDORA PREMIUM |
| | | 122 | ENTREVISTA |

ENTREVISTA

Juliana Monteiro de Souza

CRF /GO: 8551
FARMACÊUTICA

Thiago Figueiredo

CRF /GO: 5587
FARMACÊUTICO

Daniella David Silva

CRF/GO: 5623
FARMACÊUTICA



Nessa edição de janeiro, mês que celebramos o dia do farmacêutico trouxemos uma entrevista exclusiva com os farmacêuticos da Belafórmula Farmácia de Manipulação Thiago Figueiredo, Daniella David Silva e Juliana Monteiro de Souza.

Quais os principais desafios do Farmacêutico magistral?

Thiago Figueiredo - *O principal desafio é você fazer seu trabalho sempre com amor e saber até onde você pode atuar, já que o farmacêutico é por muitas vezes o primeiro profissional que a pessoa procura quando está com problema de saúde e é neste momento que ele deve atuar de forma humanizada e não meramente comercial. Saber até que ponto ele pode ajudar a resolver o problema da pessoa seja com orientação, com indicação de medicamentos permitidos por lei ao âmbito farmacêutico, seja encaminhando a pessoa ao profissional competente.*

Conte-nos um pouco da trajetória da Belafórmula que em 2024 irá completar 17 anos.

Thiago Figueiredo - *Sou natural de Catanduva-SP e cheguei a Itumbiara em fevereiro de 2007, acompanhando minha esposa, que na época havia vindo a trabalho. Neste mesmo ano, no mês de junho, inauguramos a Belafórmula, com uma estrutura pequena, mas com o que tínhamos de mais moderno para aquele momento. Iniciamos nossas atividades com 3 colaboradores, muito trabalho e dedicação. Com o passar dos anos fomos crescendo e no ano de 2010 adquirimos o imóvel, e assim, fizemos uma grande expansão para aumentar tanto a área de atendimento quanto a área de produção, até atingirmos a marca de 40 colaboradores. Sempre buscamos trabalhar de maneira ética, seguindo todas as normas sanitárias e atendendo nossos clientes com muito respeito e carinho. Busco proporcionar um ambiente confortável e boas condições de trabalho aos nossos colaboradores e sou muito grato a todos que fizeram parte do*





nosso time. Agradeço muito à população de Itumbiara e região, sempre tão carinhosa com nossa equipe.

Comprar produtos e medicamentos em farmácia de manipulação possui, digamos, algumas vantagens. Fale um pouco sobre isso aos nossos leitores, para que possam entender mais sobre esse processo.

Thiago Figueiredo - *A manipulação traz algumas vantagens em relação ao medicamento industrializado, entre eles podemos citar: possibilidade de prescrição de medicamentos em doses e formas farmacêuticas não encontradas no mercado e a associação de vários medicamentos na mesma formulação (desde que sejam compatíveis), o que facilita a administração pelo paciente, além de gerar menor custo para sua aquisição.*

Daniella fale um pouco de como é a gestão de um laboratório de uma farmácia de manipulação, e sobre sua trajetória na Belafórmula.

Daniella David Silva - *Gerenciar um laboratório magistral é emocionante e desafiador, pois envolve a saúde do cliente, treinamento, acompanhamento dos colaboradores e do produto final até a sua entrega.*

Nos 14 anos de parceria com a Belafórmula só tenho



gratidão e orgulho por fazer parte dessa história, com a certeza de que podemos crescer mais, sempre priorizando a ética, o respeito e a qualidade no que fazemos.

Saber que nossa equipe de farmacêuticos é uma fonte confiável de conhecimento e aconselhamento para nossos clientes, torna nossa dedicação na profissão mais prazerosa.

Juliana conte-nos um pouco também de sua trajetória como farmacêutica da Belafórmula.

Juliana Monteiro de Souza - *Meu primeiro contato com a Belafórmula foi como estagiária em farmácia para conclusão do curso, após o término fui convidada a participar da equipe, onde trabalho desde 2011.*

No início realizava visitas médicas, onde desenvolvi um aprendizado profissional enorme. Atualmente realizo orientações e atendimento aos nossos clientes que me proporciona ter orgulho de ser uma profissional da saúde.

Ao longo desses 13 anos de parceria, sou grata por fazer parte da história de crescimento da Belafórmula, onde almejo continuar me dedicando na manutenção da saúde dos nossos clientes e no meu crescimento como farmacêutica.



RASTREAMENTO DO CÂNCER DE OVÁRIO E O PAPEL DA ULTRASSONOGRRAFIA TRANSVAGINAL

O DIAGNÓSTICO PRECOCE SALVA VIDAS

No Brasil, excluídos os tumores de pele não melanoma, o câncer do colo do útero é o terceiro tipo de câncer mais incidente entre mulheres. Para o ano de 2022 foram estimados 16.710 casos novos, o que representa um risco considerado de 15,38 casos a cada 100 mil mulheres (INCA, 2021). O câncer de ovário é a neoplasia ginecológica mais letal e a sobrevida global é inferior a 40% em cinco anos. Isto ocorre principalmente porque a maioria das pacientes apresentam estádios avançados no momento do diagnóstico. Quando diagnosticado precocemente, por outro lado, a sobrevida em cinco é superior a 90% e a cirurgia geralmente é o único tratamento necessário.

As mulheres a partir dos 50 anos estão na idade mais crítica de apresentar o câncer de ovário, logo, exames de rastreio como o marcador CA-125 e a ultrassonografia transvaginal deve fazer parte da rotina ginecológica anual.

O antígeno CA-125, colhido no sangue da paciente, é útil no rastreio de pacientes com maior risco para desenvolver a doença ovariana. Entretanto, o CA-125 pode estar anormalmente elevado em doenças benignas e comuns como a endometriose.



Janeiro Verde

Câncer de colo de útero

Sinais e sintomas

- Sangramento vaginal intermitente ou após a relação sexual;
- Secreção vaginal anormal;
- Dor abdominal associada a queixas urinárias ou intestinais;
- Dor durante ou após a relação sexual.

#JaneiroVerde

5 FATOS QUE VOCÊ DEVE SABER SOBRE CÂNCER DE OVÁRIO



250 MIL

mulheres diagnosticadas em todo o mundo.



Toda mulher corre o risco de ter câncer de ovário



O exame de Papanicolaou não detecta o câncer de ovário

Apesar de encontrar alterações pré-cancerosas nas células do útero, ele não encontra o câncer de ovário.

FIQUE ATENTA!



O descobrimento em fase tardia atrapalha o tratamento.

Conscientize-se e faça exames regularmente

90%

Quanto antes descoberto maiores as chances de sobrevivência. 90% das mulheres tem possibilidade de sobreviver por mais de 5 anos.



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

O exame de ultrassonografia transvaginal é uma das principais ferramentas que dispomos para o diagnóstico do câncer de ovário.

Por ser um método indolor, não invasivo e apresentar boa sensibilidade, a ultrassonografia transvaginal é o método de imagem inicialmente escolhido para detectar as alterações do aparelho reprodutor feminino. Este exame é capaz de analisar a morfologia do tumor (císticos ou irregulares) e através do uso complementar do Doppler colorido avaliar os vasos contidos no interior deste tumor.

O mais importante é realizar exames preventivos, na tentativa de fazer o diagnóstico mais precocemente possível para se instituir o tratamento adequado que permita as melhores taxas de sobrevida e qualidade de vida à paciente.

Consulte sempre seu médico ginecologista.

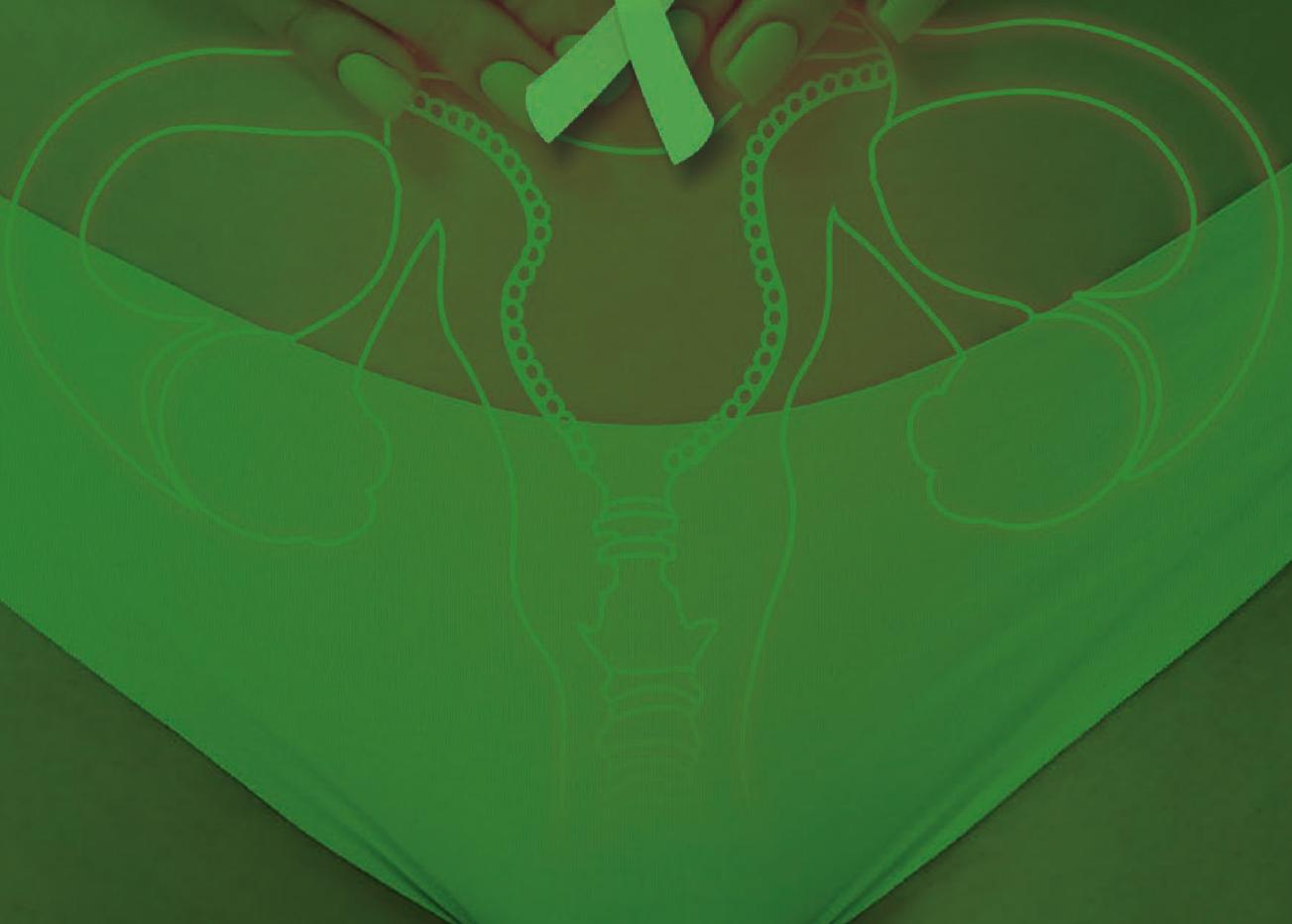


CRI

CLÍNICA RADIOLÓGICA
DE ITUMBIARA

JANEIRO VERDE

Previna-se contra o câncer
de colo de útero!



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.

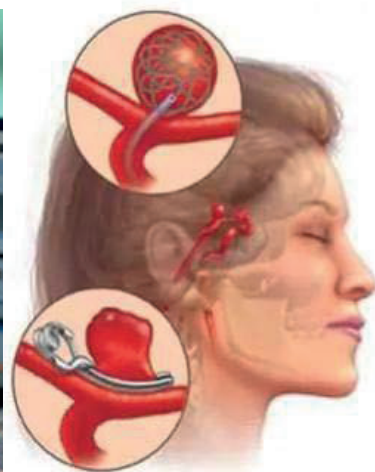
Converse conosco e saiba como podemos ajudar a sua organização a implementar uma Governança da TI estratégica:



Quem confia no Grupo SSIT



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;

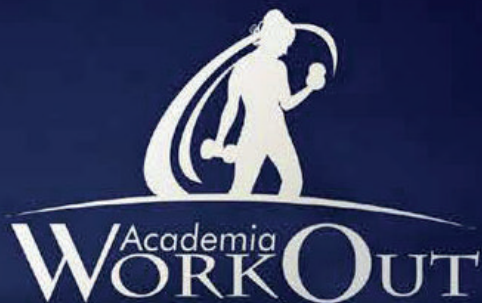
Formação pela Universidade Federal de Uberlândia e Hospital Israelita Albert Einstein - São Paulo.

 @neuro_lamberti_marcelo



ALFA saúde 

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 e 07



Neste novo ano, é hora de traçar um caminho de transformação, não apenas estético, mas principalmente focado na saúde e bem-estar. Na Academia WorkOut, compreendemos que a verdadeira mudança começa de dentro para fora, e estamos aqui para apoiar cada passo do seu percurso.

Sabemos que a busca por uma vida mais saudável vai além da estética. É sobre cuidar do seu corpo, fortalecer a mente e cultivar hábitos que impulsionam a vitalidade. Em 2024, convidamos você a entrar na Academia WorkOut, onde cada treino é uma oportunidade de investir em si mesmo.

Nossa equipe é composta por profissionais capacitados e apaixonados por promover saúde e bem-estar. Eles estão prontos para orientar, motivar e personalizar seus treinos de acordo com seus objetivos individuais. Seja você um iniciante ou um entusiasta fitness experiente, na Academia WorkOut, acreditamos que todos têm o poder de transformar suas vidas.

Então, se você está comprometido com uma vida mais ativa, saudável e cheia de energia em 2024, a Academia WorkOut é o lugar certo para começar. Sua jornada de transformação começa aqui, conosco. Descubra o potencial do seu corpo, cuide da sua saúde e celebre cada conquista. Sua vida nova começa aqui na Academia WorkOut!


Sua Vida Nova Começa Aqui.

Horário de Funcionamento:

Segunda a Sexta:
6h às 23h

Sábado: 8h às 13h

 **(64) 99677-3361**
(64) 3431-3361

 **Av. Itarumã nº 471**
B. Novo Horizonte



DICA DO CHEFF

Um clássico reinventado: **Parmegiana de Filé Mignon**, o sabor que transcende o comum! Descubra a nobreza da carne em cada mordida. Uma experiência única para paladares exigentes. Delicie-se com o melhor da gastronomia em cada camada de sabor. Esperamos vê-lo em breve para desfrutar dessa explosão de sabores e prazer!

SE LIGA NA RECEITA!



180g de filé mignon
(marinado, empanado e frito)

150ml de molho sugo artesanal

70g de muçarela

200g de arroz

150g de batata frita



ser

GIN
FÂN
CIA

Matrículas ●

2024



GABARITO
UNIDADE LICENCIADA

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

Contato: (64) 99246-7909

Feliz

2024

Que venham novas oportunidades e alegrias.



GABARITO

UNIDADE LICENCIADA

Volte as Aulas

enxergando melhor

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



UNIÓTICA
Uma nova visão do mundo!

☎ 64 3404.8103
Praça da República, 365
Centro - Itumbiara/GO

f uniotica.visaodomundo

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

📷 @oficauniotica

Você já ouviu falar sobre os benefícios do Pilates?

Essa é uma prática bem conceituada e com vários benefícios comprovados, que envolve a realização de movimentos para promover o fortalecimento e a reabilitação do corpo. É, portanto, muito importante para tratar e prevenir lesões de diferentes naturezas.

Confira algumas das vantagens da prática do Pilates.

1. Reduz o estresse

Faz com que o corpo produza substâncias associadas ao bem-estar, como a endorfina. Assim, na dosagem adequada, esse hormônio promove a sensação de conforto, alegria e prazer.

2. Melhora a postura

A atividade ajuda no fortalecimento muscular e, consequentemente, no alinhamento postural daqueles que o praticam.

3. Ajuda na respiração

Embora respirar seja algo involuntário, a verdade é que boa parte de nós não sabe como fazer isso da forma correta. Assim, podemos nos sentir cansados e ter sintomas como dores de cabeça. A prática do Pilates ajuda na consciência corporal e aprendizado da respiração adequada.

4. Melhora a flexibilidade

Promove um alongamento progressivo e uma consequente diminuição de dores por tensões, comuns em regiões como o pescoço e os ombros.

5. Ajuda no fortalecimento muscular

Ainda que o Pilates não seja uma prática de musculação, ele é excelente para ajudar a fortalecer os músculos a partir de atividades feitas em cada sessão. Assim, você ganha força, ainda que a hipertrofia não seja alcançada com essa atividade.

6. Previne lesões

Quando estamos bem alongados e fortalecidos, também ficamos menos propensos a

sofrer lesões. Isso é válido tanto para atletas e pessoas que praticam atividades físicas quanto para quem não tem o hábito de se exercitar. Afinal, todos estão suscetíveis a quedas e acidentes.

7. Melhora o desempenho físico

Apesar de não colaborar diretamente com a hipertrofia, o Pilates é uma ótima prática para quem faz outros tipos de atividades físicas. Ele ajuda na prevenção de lesões e faz com que os seus resultados sejam obtidos com mais rapidez, permitindo até que a amplitude dos movimentos seja melhorada.

8. Previne doenças crônicas

Outra vantagem do Pilates está na prevenção de doenças crônicas, dentre elas, a diabetes. Além disso, a sua prática frequente costuma ajudar bastante no tratamento desses problemas.

9. Proporciona sensação de bem-estar

Todos querem se sentir bem, não é mesmo? Então, fazer qualquer tipo de atividade física é sempre uma boa pedida. Nesse caso, o Pilates não decepciona e também é uma ótima forma de garantir que substâncias benéficas sejam liberadas em sua corrente sanguínea, promovendo mais felicidade.

10. Previne problemas emocionais

O Pilates (assim como as atividades físicas, em geral) ajuda na liberação de neurotransmissores (dopamina, serotonina e endorfina, por exemplo), que colaboram com a prevenção de questões como a depressão e a ansiedade. Além disso, a prática é muito vantajosa para quem já lida com essas condições e busca algo para complementar o tratamento medicamentoso e psicoterápico.

11. Aumenta a disposição

O último benefício do Pilates sobre o qual falaremos diz respeito ao aumento da disposição. Ainda que o cansaço crônico seja causado por diversas causas, é importante salientar que a falta de exercícios e movimentação é uma das principais. Então, se você se sente desmotivado, vale a pena tentar.

Quem pode praticar Pilates?

Todas as pessoas, independentemente da idade, podem praticar. O único ponto de atenção é que, caso apresente alguma condição especial, o profissional que está orientando a atividade deve ajustar a prática para a necessidade do paciente.

Como fazer para iniciar a prática?

O primeiro passo para iniciar o Pilates é, sem dúvidas, buscar um profissional qualificado para ajudar nessa tarefa. Ele deve ter uma formação adequada e experiência no assunto.

O acompanhamento do profissional é fundamental para orientar a execução correta dos movimentos a fim de evitar lesões, ajustar as variáveis como intensidade, duração e intervalo de acordo com o perfil do praticante, garantindo segurança e resultados.

Além disso, essa é uma atividade sem impactos, ou seja, que pode ser praticada por qualquer pessoa. Então, independentemente de qual seja a sua idade, sexo, peso, grau de preparo físico e situação de saúde, o Pilates é para você.

Outra dica é: por ser uma atividade prioritariamente de fortalecimento, o Pilates deve ser realizado, no mínimo, duas vezes por semana. Ainda assim, ela ressalta que qualquer quantidade é mais importante do que ficar parado. Então, não fique de fora dessa!



Juliana Vieira

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

☎ (64) 3432 0122 / (64) 98106 4314

📷 @funcionalipilates 📘 funcionalipilates

🏠 Rua Guimarães Natal Centro, 556, Itumbiara-GO

Aconteceu no dia 29 de novembro o Book Signing e Graduation Ceremony. O evento é o encerramento de mais um ciclo muito importante para nossos alunos onde eles são autores da suas próprias histórias, encerra-se um ciclo, se inicia uma nova jornada.



**EM MATRÍCULAS
ABERTAS**

Para maiores informações
Aponte a camera celular
para QRCODE e sabia mais



/culturainglesaitumbiara



R. Antônio Marquês, 184 - Centro, Itumbiara - GO

Piticas

Em 2024 continuaremos vestindo o seu lado fã!



Felipe
2024!



Para Mais Informações
Aponte a câmera do celular
para o **QR Code** e Saiba Mais.



📍 piticas.itumbiara 📱 Piticas Itumbiara 📞 (64) 9668-2003

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



CONFORTO E CHARME
COM PERSONALIDADE.



TOK DE MARCENARIA
Móveis Planejados

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

Ombros: quais as lesões mais comuns e como identificá-las



As lesões no ombro são frequentemente causadas por atividades atléticas que envolvem movimento excessivo e repetitivo, como natação, tênis, arremesso e levantamento de peso. Lesões também podem ocorrer durante as atividades cotidianas, tais como lavar paredes, pendurar cortinas e jardinagem.

▪ Sinais de uma lesão no ombro

Se você estiver sentindo dor no ombro, faça a si mesmo estas perguntas:

1. Seu ombro está rígido? Você pode girar seu braço em todas as posições normalmente?
2. Parece que o seu ombro pode sair ou deslizar para fora da articulação?
3. Você não tem força em seu ombro para realizar suas atividades diárias?

Se você respondeu "sim" a qualquer uma dessas perguntas, você deve consultar um cirurgião ortopédico para obter ajuda no diagnóstico do problema.

▪ Lesões comuns nos Ombros

A maioria dos problemas no ombro envolve os músculos, ligamentos e tendões, em vez dos ossos. Atletas são especialmente suscetíveis a problemas nos ombros. Neles, os problemas do ombro podem se desenvolver lentamente por meio de rotinas intensivas e repetitivas de treinamento.

Algumas pessoas tendem a ignorar a dor e postergar a procura médica, o que só agrava a condição e pode causar mais problemas. As pessoas também podem subestimar a extensão de sua lesão porque a dor constante, a fraqueza no braço ou a limitação do movimento articular se tornarão normais para elas.

Os cirurgiões ortopédicos agrupam os problemas do ombro nas seguintes categorias.

• Instabilidade

Às vezes, uma das articulações do ombro se move ou é forçada a sair de sua posição normal. Essa condição é chamada de instabilidade e pode resultar em um deslocamento de uma das articulações do ombro. Indivíduos que sofrem com instabilidade vão sentir dor ao levantar o braço e também podem sentir como se o ombro deles estivesse saindo do lugar.

• Impacto

O impacto é causado pela fricção excessiva dos músculos do ombro contra a parte superior da omoplata, chamada de acrômio.

Problemas de impacto podem ocorrer durante atividades que exigem movimento excessivo do braço. É recomendado que, em casos de inflamação no ombro, procurem cuidados médicos imediatamente para evitar uma lesão mais grave.

• Tratamento de Lesões no Ombro

A detecção precoce é a chave para prevenir lesões graves no ombro. Mas, muitas vezes, o cirurgião ortopédico irá prescrever uma série de exercícios destinados a fortalecer os músculos do ombro. Em alguns casos, o tratamento é feito com medicação anti-inflamatória para reduzir a dor e o edema.

É muito importante procurar um médico assim que sentir quaisquer sintomas. Quanto antes fizer isso, maiores são as possibilidades de tratamento.



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

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



PAX SANTA RITA

TEMOS PLANOS PARA QUEM
ACREDITA QUE PLANEJAMENTO
É A BASE PARA UMA VIDA
TRANQUILA!

Conheça os melhores
planos Pax Santa Rita,
é garantia de tranquilidade
nas horas certas!

Fale conosco!



Pax Santa Rita
ASSISTÊNCIA FAMILIAR

 (64) 3433-7077

 (64) 98403-0511

 RUA MANOEL ANTÔNIO SOUZA,
112 - ITUMBIARA-GO

t3



O impacto na saúde mental em ficar adiando tudo. Procrastinação!

Às vezes, a procrastinação não é apenas sobre adiar tarefas. É sobre adiar sonhos, adiar auto-cuidado e, infelizmente, adiar a saúde mental.

Se você já sentiu aquela angústia de ter deixado algo importante para depois, saiba que não está sozinho. A procrastinação não é apenas uma questão de gestão de tempo; ela também se infiltra silenciosamente em nossos pensamentos e emoções, afetando profundamente nossa saúde mental.

Adiar constantemente tarefas pode criar uma espiral de ansiedade, autocrítica e até mesmo depressão. O ciclo de adiamento incessante pode minar a confiança em nossas habilidades, alimentando sentimentos de inadequação. A dor psicológica da procrastinação vai além da simples preguiça; é um fardo emocional que carregamos, muitas vezes sem perceber.

A procrastinação pode se tornar uma armadilha sutil, levando-nos a evitar atividades que são cruciais para o nosso bem-estar mental. Se deixarmos a procrastinação persistir, ela pode transformar pequenos desafios em montanhas aparentemente intransponíveis. A ansiedade aumenta, a autoestima diminui, e o ciclo de procrastinação ganha força, prejudicando nossa saúde mental de maneiras que nem sempre são visíveis.



Mas não desanime! Que tal transformar a procrastinação em pequenos passos gerenciáveis? Quebre as tarefas em pedaços menores, celebre cada conquista e lembre-se de que o progresso, por menor que seja, é motivo de celebração.

Todos nós procrastinamos de vez em quando, e isso não nos define. Aprender a perdoar a si mesmo é fundamental para superar esse hábito.

Vamos desafiar a procrastinação juntos! Escolha uma tarefa que vem adiando e divida-a em etapas menores. A cada pequena vitória, sinta a diferença na sua mente, construa hábitos mais saudáveis e promova um ambiente mental positivo!



QUALICLIN

Dra. Andressa Borges de Faria

CRM/GO: 22.022

SÍNDROME DE BURNOUT

A Síndrome de Burnout é um distúrbio psicológico relacionado ao estresse crônico no ambiente de trabalho, caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e redução da realização pessoal.

A terapia cognitivo-comportamental (TCC) é uma abordagem terapêutica eficaz para ajudar as pessoas a lidar com o Burnout.

Aqui estão algumas estratégias da Terapia Cognitivo-comportamental:

1. Avaliação cognitiva: O terapeuta pode ajudar o cliente a identificar e desafiar pensamentos negativos e distorcidos sobre si mesmo, sobre o trabalho e sobre sua capacidade de lidar com o estresse.

2. Treinamento em habilidades de enfrentamento: O terapeuta pode ensinar ao cliente técnicas de enfrentamento eficazes para lidar com o estresse, como a resolução de problemas, a gestão do tempo e a comunicação assertiva.

3. Mudança de comportamento: O terapeuta pode ajudar o cliente a identificar padrões de comportamento que contribuem para o Burnout e a desenvolver estratégias para mudar esses padrões.

4. Relaxamento e gestão do estresse: O terapeuta pode ensinar ao cliente técnicas de relaxamento, como a respiração profunda, a meditação e o relaxa-



mento muscular progressivo, para reduzir a ansiedade e o estresse.

5. Estabelecimento de metas realistas: O terapeuta pode ajudar o cliente a definir metas realistas e alcançáveis no trabalho, evitando o perfeccionismo e a sobrecarga.

6. Promoção do autocuidado: O terapeuta pode encorajar o cliente a cuidar de si mesmo, incluindo a prática regular de exercícios, a alimentação saudável e a busca de atividades de lazer.

É importante ressaltar que a abordagem terapêutica deve ser adaptada às necessidades individuais de cada cliente. Além disso, o terapeuta cognitivo-comportamental pode trabalhar em colaboração com o cliente e, se necessário, com outros profissionais de saúde, para oferecer um plano de tratamento abrangente.



30,

Karyna Santos Almeida Brito

CRP: 09/012471

Especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental.

Consultório Plenitude

☎ 64 992164060

🏠 Rua Alfeu Neves Pires 468 - Centro - Itumbiara-GO



Feliz 2024!
Um ano novo repleto de
SORRISOS

*É tempo de renovar os sentimentos
e reescrever os planos.*



Fale com **nossos**
consultores



uniodonto® 
Sul Goiano

Itumbiara

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

Caldas Novas

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

Joviânia

Rua Ademar Luiz de Miranda,
Qd.17, Lt.1 - Nº 212 - Casa-1
(64) 99302-8245

Vicentinópolis

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

Morrinhos

Rua Pará, nº 763
(64) 3413-3977

Catalão

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

Goiatuba

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

Bom Jesus

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

**NO
VI
DA
DE**

Bendita seja a data
que nos une numa
conspiração de amor
Feliz.

natal

**TI
TO LOOK**

**PRESENTES
PERSONALIZADOS**

QUADROS PARA DECORAÇÃO



**TUDO EM PERSONALIZADOS
VOCÊ IMAGINA, NÓS CRIAMOS!**

📞 64 99660-2841

🌐 tolook.personalizados

📍 Rua Franklin Xavier, 272

olhar
m i d i a v i s u a l

**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

ALMOÇO

Já aproveitaram a nossa super novidade???



*Venha conhecer
nossos pratos
executivos!
Um prato
daquele que
só o
O Sertanejo tem!*



*Ambiente único, boa música, comidas e
bebidas que vão conquistar o seu paladar.*

Te espero no O Sertanejo!

O SERTANEJO
Bar & Petiscaria

O SERTANEJO
Bar & Petiscaria

64 99999-3676



osertanejo_iub



RUA FRANKLIN XAVIER 272, CENTRO, ITUMBIARA-GO



RECUPERE CLÍNICA DA COLUNA É ESPECIALIZADA EM TRATAMENTOS DE PATOLOGIAS RELACIONADAS À COLUNA VERTEBRAL, HÉRNIA DE DISCO E NERVO CIÁTICO.

Nosso tratamento funciona da seguinte forma. Primeiro é realizada uma consulta, onde através de uma avaliação detalhada, conseguimos identificar o que está causando os sintomas e a partir daí, indicar um tratamento adequado para cada caso. Oferecemos aos nossos pacientes o que há de mais moderno e eficaz no tratamento de hérnia de disco e patologias da coluna vertebral no Brasil.

A sua avaliação e todo o tratamento será realizada por um fisioterapeuta especializado no diagnóstico de hérnia discal e toda patologia relacionada à coluna vertebral.

Hérnia de disco tem tratamento SEM CIRURGIA e sem medicamentos! Através do método utilizado por

nós é possível aliviar suas dores e até regredir a hérnia dependendo do caso. Entre em contato com a RECUPERE.



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



MAIS UM ANO COMEÇANDO!



**E VOCÊ ESTÁ FAZENDO MUITOS PLANOS?
QUE TAL COMEÇAR MUDANDO HÁBITOS DE VIDA E CUIDANDO DA SUA SAÚDE?
AQUI NO STUDIO TEASER E NA CLÍNICA RECUPERE CUIDAMOS DA SUA COLUNA
E DE VOCÊ COM MUITA RESPONSABILIDADE E CARINHO!
COMECE O ANO DA MELHOR FORMA.
CUIDANDO DE VOCÊ MESMO!
VENHA FAZER SUA AVALIAÇÃO!**



📞 (64) 99662-8508
📱 @studioteaser
🏠 Rua Rui de Almeida
748G - Itumbiara-GO

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 Graduada em Fisioterapia Traumatolo-Ortopedia e Desportiva;
Especialista em Liberação Miofascial.





TRANSFORME O VISUAL DA SUA CLÍNICA!

É com **@grupobem.iub!**

Do começo ao fim da sua obra.



RENOVE O VISUAL DA SUA EMPRESA PARA RECEBER O ANO NOVO!

É com **@grupobem.iub!**

Do começo ao fim da sua obra.



**REFORMAS RÁPIDAS PARA SEU ESCRITÓRIO OU CONSULTÓRIO!
COMECE O ANO NOVO DIFERENTE!!!**

E garanta a **melhor qualidade** de tinta com a **@grupobem.iub!**



64. 99665-1414



/grupobem.iub

Av. Afonso Pena, 247C, Centro, Itumbiara-GO



**COM
INFILTRAÇÃO**



**SEM
INFILTRAÇÃO**



Sofrendo com Infiltração?

TINTA

**Solução Total
Resolve**



PREVINE E COMBATE
MICROFISSURAS
E INFILTRAÇÃO



REDUZ
A TEMPERATURA



ISOLANTE TÉRMICO
E ACÚSTICO



PREVINE E COMBATE
ALGAS, MOFOS
E FUNGOS



HIDRORREPELENTE
E IMPERMEÁVEL



ALTO RENDIMENTO
E PERFORMANCE



RESISTENTE A
MARESIÀ, SOL
E CHUVA

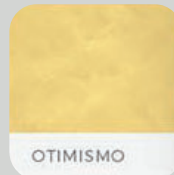


NANO
TECNOLOGIA

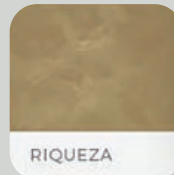
**A DECOR COLOR ITUMBIARA
TEM PROFISSIONAIS
ESPECIALIZADOS PARA
APLICAÇÃO DOS PRODUTOS
EM SUA CASA.**

QUAL SEU
DESEJO PARA O
ANO NOVO?

DESCUBRA NA LEGENDA
O NOME DA COR IDEAL
PARA VOCÊ!



OTIMISMO



RIQUEZA



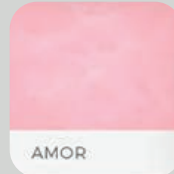
SEGURANÇA



PAIXÃO



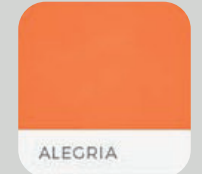
CALMA



AMOR



RESPEITO



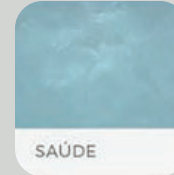
ALEGRIA



SUCESSO



PAZ



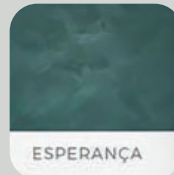
SAÚDE



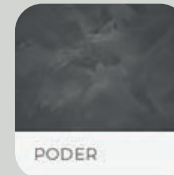
MATURIDADE



INTELIGÊNCIA



ESPERANÇA



PODER



decorcolors
Itumbiara



(64) 9 9661-0811



decorcolors.Itumbiara



Avenida Afonso Pena, 247 C
Centro - Itumbiara/GO







Projeto Arquitetônico: Mariana Domingues

MAIS DO QUE CONSTRUIR,
NÓS CRIAMOS SOLUÇÕES PARA O SEU BEM-ESTAR

 64 99233-1745

 construtora.icf

 Avenida Osvaldo Cruz, 1426 - Itumbiara-GO

Exercício Físico e Diminuição dos Níveis de Ansiedade e Depressão



Os transtornos de ansiedade e depressão já se tornaram comuns mundialmente, com dados epidemiológicos assustadores, tendo mulheres como principais alvos. Estimativas apontam que 970 milhões de pessoas sofrem por transtornos mentais, sendo que a população feminina é a mais afetada, apresentando cerca de 52,4%. O número total estimado de pessoas com transtorno de ansiedade e depressão é de 301 milhões e 280 milhões, respectivamente, visto que a maior parte são mulheres, representando aproximadamente 187 milhões para ansiedade e 170 milhões para depressão. (WHO, 2022; IHME, 2019).

Os transtornos de ansiedade apresentam quatro grandes grupos de sinais e sintomas: reações somáticas ou fisiológicas, incluindo taquicardia, sudorese ou tontura; reações cognitivas; reações emocionais, como irritação, desespero, excesso de preocupação e de responsabilidade; alterações comportamentais, como o retraimento social ou a diminuição no rendimento escolar ou profissional (APA, 2000).

Em uma análise, Barry et al. (2014), mostraram que o treinamento físico é uma estratégia eficaz para melhorar qualidade de vida e estado emocional de saúde, além de poder diminuir morbidades associadas à obesidade, como depressão e sintomas de ansiedade. Souza et al. (2011) observaram que a aptidão física está inversamente associada aos sintomas de depressão em idosas. Em indivíduos com epilepsia, Vancini et al. (2015) demonstraram que baixos níveis de potência aeróbica

máxima prejudicaram o humor perfil do estado. Além disso, Becofsky et al. (2015) observaram que um nível baixo de exercício está mais fortemente associado ao aparecimento de sintomas depressivos elevados.

Sendo assim o pilates e a musculação apareceram como tratamento não medicamentoso, para a diminuição dos níveis de ansiedade e depressão e melhora na qualidade de vida dos praticantes, e na Academia Ritmo contamos com toda a estrutura e suporte necessário para receber esses alunos, sendo desde a avaliação física até as aulas de pilates e musculação, trabalhando em conjunto no objetivo de trazer mais saúde e qualidade de vida para o praticante.

A preocupação com a saúde é de extrema importância, busque uma vida fisicamente ativa e cheia de Ritmo, melhorando sua qualidade de vida. Cuide-se!!!!

Referências:

- American Psychiatric Association (APA). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM – IV-TR). 4 ed. Porto Alegre/RS: Artes Médicas, 2000.
- BARRY, V.W et al. Fitness vs. fatness on all-cause mortality: a meta-analysis. *Prog Cardiovasc Dis.*, vol. 56, n. 4, p. 382-90, 2014.
- BECOFSKY, K.M et al. A prospective study of fitness, fatness, and depressive symptoms. *Am J Epidemiol.*, vol. 181, n. 5, p. 311-20, 2015.
- Institute for Health Metrics and Evaluation. GBD Results Tool. in: Global Health Data Exchange [website]. Seattle: IHME, 2019. Acessado em: 20/05/2023. Disponível em: < <https://vizhub.healthdata.org/gbd-results?params=gbd-api-2019-permalink/77aacfc396c304b83777251475603e7> >
- SOUZA, D.B; SERRA, A.J; SUZUKI, F.S. Atividade física e nível de depressão em idosas. *Rev Bras de Ciên Saúde*, vol. 16, n. 1, 2011.
- VANCINI, R.L et al. Low levels of maximal aerobic power impair the profile of mood state in individuals with temporal lobe epilepsy. *Arq Neuropsiquiatr.*, vol. 73, n. 1, p.7-11, 2015.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION. World Mental Health Report: Transforming Mental Health for all. Geneva: WHO, 2022. Acessado em: 20/05/2023. Disponível em: <<https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>>

ritmo
ACADEMIA

Felipe Gabriel Ferreira de Souza

Graduando Educação Física

Professor Academia Ritmo

Instagram: @fegabriel_2



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

☎ (64) 3431-1199

📷 ACADEMIARITMO

📱 RITMOACADEMIAOFICIAL

UM PARA AGORA,

Leve grátis 1 tigela exclusiva do Leo.

Grátis

Corn Sugar

2 EM 1

Bolinhas de milho sabor chocolate

Choco Boli

Peso Líquido **300g**

AlcaFoods CEREALS MATINAIS

Peso Líquido **200g**

AlcaFoods CEREALS MATINAIS

Cereal de milho sabor chocolate. Calorico e hipocalorico. Contem amido e sementes de milho e cacahuete. Cereal matinal base de transgênicos.

OUTRO PARA DEPOIS.



HIDRATAÇÃO NOS MESES DE VERÃO

A ingestão de líquidos em abundância já é fato bem estabelecido para prevenção da formação de cálculo renal, porém essa orientação é ainda mais importante nos meses quentes de verão. Alguns estudos apontam um aumento de até 30% nos atendimentos para cálculo na via urinária nesta época do ano.

Com a elevação da temperatura, principalmente em locais de maior umidade, há maior perda de líquidos pelo suor. A urina, caso não haja reposição de líquidos, torna-se muito concentrada em minerais como o cálcio, o que aumenta o risco de esses minerais se concentrarem em forma de cálculos.

Há uma orientação e crença de que se deve ingerir aproximadamente 2 litros de água por dia; entretanto, o mais importante é a quantidade de líquido que é eliminada em forma de urina!

Esse fato é ainda mais importante no verão, quando o risco de desidratação é maior. Uma dica simples ajuda muito os pacientes com cálculo: a coloração da urina. O paciente deve sempre eliminar urina bem clara, o que representa que a hidratação está suficiente.

Outra dúvida frequente é qual o melhor líquido a ser ingerido. Todos são saudáveis, porém alguns são



mais apropriados para pacientes portadores ou com risco de formação de cálculo urinário.

A ingestão acentuada de chá, por exemplo, é benéfica quanto à hidratação, mas pode ser perigosa em pacientes com litíase de oxalato, visto que essa bebida é muito rica nesta substância.

A ingestão de sucos de laranja e limão é uma boa fonte de citrato, que impede a agregação dos cristais; entretanto esses sucos trazem consigo o risco da ingestão aumentada de açúcares.

O mais importante é ter orientação médica suficiente e provavelmente o melhor líquido a ser ingerido é aquele melhor aceito para o gosto pessoal do paciente.



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





Feliz ano novo!

O Seu Verdurão

O melhor para sua família!

Desejamos muita luz e
alegria para você e sua família
nesse ano novo que
está começando!



@oseuverdurao



64. 3404 2413

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



O início de um novo ano é uma oportunidade para refletir sobre o que passou e planejar o que virá. É um momento de renovar as esperanças, os sonhos e os objetivos. Que este ano seja repleto de realizações, saúde e felicidade para você e sua família.

Feliz Ano Novo!



Samara Resende

Cirurgiã Dentista

CRO/GO: 13.116

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

📞 (64) 99344-1066

✉️ drasamararesende@yahoo.com

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

Convênio:  UNIODONTO

IDENTIFICAR, DESENVOLVER E PROMOVER

TALENTOS

ARENA

SOCIETY E BEACH



ARENA SOCIETY E BEACH, DESDE 2009 LEVANDO MAIS ESPORTE E SAÚDE PARA AS CRIANÇAS DE ITUMBIARA E REGIÃO.

VENHA FAZER PARTE DESTES TIMES!

TURMAS DIVIDIDAS POR CATEGORIAS E IDADES DE 3 ANOS E MEIO A 11 ANOS.

MATRÍCULAS ABERTAS 2024

SEGUNDAS E QUARTAS-FEIRAS

17H

SUB 11
2013 - 2012

18H

SUB 7
2017 - 2016

19H

SUB 9
2015 - 2014

TERÇAS E QUINTAS-FEIRAS

16H30

SUB 9
2015 - 2014

17H30
18H15

SUB 5
2020 - 2019 - 2018

19H

SUB 7
2017 - 2016



NOVIDADE PARA 2024:

TURMAS NO PERÍODO MATUTINO. CONSULTE HORÁRIOS!

AULAS EXTRAS AOS SÁBADOS.

(64) 99216-3870


arenasocietybeach

Avenida Trindade, 6 - Setor Central - Itumbiara - Goiás

PROPORCIONAR MOMENTOS INESQUECÍVEIS É A NOSSA ESPECIALIDADE.

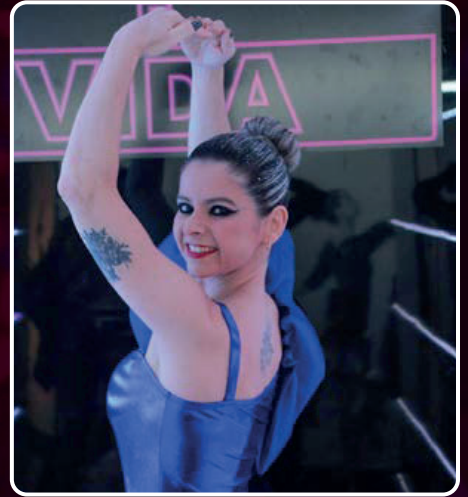


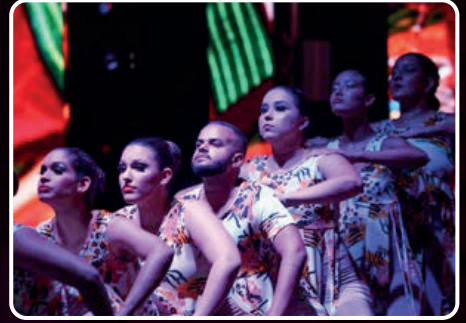
ESTÁ SIM FAZ A DIFERENÇA.

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

ESPETÁCULO PALCO É VIDA

Aconteceu nos dias 02 e 03 de dezembro no Teatro Municipal Maria Pires Perilo o tradicional espetáculo PALCO É VIDA! O stúdio Corpo e Movimento nos apresentou com um show sensacional, confira as fotos do evento!







NESTE VERÃO, VOCÊ PRECISA PROTEGER SEUS OLHOS DOS RAIOS UV.

VENHA CONFERIR NOSSOS ÓCULOS DE SOL PARA TODOS OS GOSTOS E OCASIÕES.



ÓTICA SOL

 @oticasolgoiatuba

 (64) 3495-1665

 Av. Presidente Vargas, nº 705

(esquina com a Mamoré) - Goiatuba-GO



PRODUTOS E SERVIÇOS DE ALTA QUALIDADE E AGILIDADE NO ATENDIMENTO



| GRANITOS | MÁRMORES | PEDRAS INDUSTRIALIZADAS | QUARTZITO |

A MARMORARIA
VJS
Mármore e Granito

ADMINISTRAÇÃO: **VITALINO**

 **(64) 98128-0314**

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



ATENÇÃO ARRENDADOR E ARRENDATÁRIO! SABIAM QUE O CONTRATO DE ARRENDAMENTO TEM UM PRAZO MÍNIMO ESTABELECIDO EM LEI?

Efetivamente, esse tipo de acordo contrato agrícola é regulamentado pelo Estatuto da Terra, Lei n.º 4.504 de 1964, pela Lei n.º 4.947 de 1966 e pelo Decreto n.º 59.566 de 1966. Nesse cenário, o


arrendador (proprietário de um imóvel rural) cede a outro, o direito de explorar seu imóvel rural, para atividades agrícolas, sendo elas: pecuária, agroindustrial, extrativista ou mista, mediante um pagamento pré-determinado entre ambas as partes. Estabelece-se, ainda, um prazo que pode ser determinado ou indeterminado, sujeito às disposições legais.


Cabe às partes a prerrogativa de definir um prazo considerado viável para a manutenção do arrendamento, respei-



MURILLO LLOBET

OAB/GO 34.392

 (62) 9.8126-8943

 murillo@llobetlobianco.adv.br

tando, contudo, os prazos mínimos determinados pela lei, conforme exposto abaixo:

- ✓ 3 anos para exploração de lavoura temporária ou pecuária de pequeno e médio porte;
- ✓ 5 anos para exploração de lavoura permanente ou pecuária de grande porte (cria, recria, engorda ou extração de matéria-prima de origem animal);
- ✓ 7 anos para exploração florestal.

Mesmo com os prazos mínimos legais, podem surgir circunstâncias alheias à vontade das partes, como atrasos na colheita devido a eventos de força maior comprovados. Nessas situações, o arrendatário tem o direito de solicitar a prorrogação do prazo até a conclusão da

colheita, com o intuito de preservar os investimentos realizados na terra.

Outro aspecto relevante é a precificação do arrendamento. O artigo 95, XI, “a”, do Estatuto da Terra proíbe ajustar um preço fixo para o arrendamento baseado na quantidade de produtos obtidos. Portanto, é imperativo que o contrato estabeleça de maneira clara o valor acordado entre as partes, expresso em termos monetários, podendo o pagamento do valor ajustado ser realizado em produto.

Por essas e demais razões, a redação do contrato de arrendamento demanda a expertise de um profissional especializado, que observará minuciosamente a legislação em vigor, visando prevenir prejuízos para ambas as partes contratantes.




 @llobetlobianco


 Av. Anhanguera - St. Oeste,
Itumbiara - GO

 64 3433-1600

PAULO VITOR M. LOBIANCO

OAB/GO 34.786

 (64) 9.9214-2809

 paulovitor@llobetlobianco.adv.br





QUERIDO CLIENTE, VOCÊ NOS MOTIVA A
SERMOS MELHORES E A EVOLUIR
DIARIAMENTE.
OBRIGADO PELA CONFIANÇA EM NOSSA
EMPRESA E EM NOSSO TRABALHO.
CONTAMOS COM O CRESCIMENTO
CONSTANTE DE NOVAS PARCERIAS, COM
INVESTIMENTO MACIÇO EM SEGURANÇA E
GARANTIA DE UM AMBIENTE DE TRABALHO
SAUDÁVEL E SEGURO PARA TODOS.



LHES DESEJA UM ANO NOVO DE
MUITAS REALIZAÇÕES!

(64) 99253-3210 📞

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

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



Que neste novo ciclo possamos valorizar ainda mais a nossa família, que é o nosso maior tesouro fortalecendo os laços de amor, respeito e união entre nós.

DESEJAMOS A TODOS UM

Feliz Ano Novo!


cheio de saúde, paz e prosperidade.



TRANSFORMANDO CASAS EM LARES E CLIENTES EM AMIGOS



 64 3431-4500

 64 9.8151-5900

 64 9.9666 4500

 www.locarimoveis.com



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



aluguellocarimoveis@outlook.com
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

ATENÇÃO PRODUTOR RURAL!

Se você é produtor rural e está obrigado a apresentar a declaração de ajuste anual do imposto de renda dois mil e vinte e quatro, ano base dois mil e vinte e três, deverá providenciar toda documentação relativa à sua atividade tais como: notas fiscais de venda da produção, notas fiscais de compras de insumos, máquinas, implementos e demais despesas com manutenção da propriedade rural, contratos de financiamentos, empréstimos bancários. I

PRODUTOR RURAL,
fique atento ao Imposto de Renda!

ATENÇÃO EMPRESÁRIO!

Opção pelo simples Nacional para 2024

Para as empresas já em atividade, mas não enquadradas, a solicitação de opções poderá ser feita neste mês de janeiro, até o último dia útil, e se for deferida retroagirá a primeiro de janeiro. Para as empresas já optantes não precisa fazer nova opção. Em ambos os casos, antes de optar pelo simples nacional é preciso um planejamento detalhado, capaz de levar em consideração todas as variáveis e particularidades de cada empresa. Vale lembrar também que a opção pelo o simples nacional e irretratável, ou seja, não é possível desistir do regime no ano em curso, exceto se a empresa cair em alguma situação sujeita a exclusão do regime no ano corrente, como por exemplo, excesso de faturamento ou atividade impeditiva.

EMPRESÁRIO,
fique atento ao Imposto de Renda!



Aleilimar Teixeira Silva
Presidente ATS Contabilidade

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



donacatitabrechó



Rua Floriano Peixoto, 79
Centro - Itumbiara-GO

Dona Catita
BRECHÓ





VENHA CONHECER O NOSSO NOVO ESPAÇO, COM MAIS CONFORTO E COMODIDADE PARA VOCÊ ESCOLHER O SEU ESTILO.



QUE ESTE ANO SEJA UMA OPORTUNIDADE PARA REALIZAR SEUS SONHOS E PROJETOS.

Desejamos a todos um Feliz 2024!

CHEIO DE SAÚDE, PAZ E PROSPERIDADE.

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



Aqui você encontra as melhores opções de anéis, brincos, colares, pulseiras e outros materiais nobres.

Jóias de qualidade!



CORDEIRO 24K

Sofisticação em Jóias

IMPÉRIO DAS ALIANÇAS

📍 Rua Prefeito Antônio Joaquim Silva, 149 - Centro

☎ (64) 3404-1888

📷 @cordeiro24k

📘 @cordeirofolheados24k

A IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO PRECOCE EM CRIANÇAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)



Junto com o diagnóstico, sempre vem a preocupação dos pais: qual a idade certa para começar as intervenções?

É comum achar que a criança ainda é muito nova e que é possível esperar mais um pouco para fazer as avaliações e começar as terapias. Mas, quanto mais nova é a criança, maiores são os ganhos terapêuticos em termos de aprendizagem e manutenção de habilidades básicas.

Por isso, a resposta para essa dúvida é iniciar a intervenção o mais cedo possível, de preferência, assim que forem percebidos os atrasos de desenvolvimento.

A INTERVENÇÃO PRECOCE COMO PILAR PARA O DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS COM TEA

Atualmente existe um consenso entre clínicos e pesquisadores indicando que quanto mais cedo a intervenção junto a criança, mais recupera-se atrasos no desenvolvimento. Ou seja, quanto mais precocemente uma criança é estimulada, melhores são os resultados a longo prazo.

Isso porque, quanto mais nova é a criança, maior a neuroplasticidade, ou seja, mais conexões podem ser moldadas no cérebro dela para aprender coisas novas com mais rapidez e facilidade.

Assim sendo, quanto mais rápidos os traços de TEA forem identificados, mais rapidamente será iniciada a intervenção e mais efetivos serão os ganhos no desenvolvimento global.

JANELAS DE OPORTUNIDADES

O período do zero aos seis anos de idade (primeira infância) é considerado crítico para a estimulação de habilidades na criança. A janela até os três anos (primeiríssima infância) é considerada um período em que a criança

aprende com mais facilidade.

Por isso, é preciso ficar atento se o período de cada etapa do desenvolvimento motor, linguagem e social, estão sendo alcançados dentro do padrão do esperado, de acordo com escalas de desenvolvimento infantil validadas internacionalmente e nacionalmente.

Existe uma idade mínima e máxima considerada adequada para iniciar as primeiras palavras e as primeiras intenções de comunicação. Caso a criança não emita as palavras dentro desse prazo esperado, poderá considerar um atraso, sendo importante a busca pela investigação e possível intervenção.

Por meio da intervenção precoce, profissionais especializados nas áreas de Psicologia, Fonoaudiologia, Terapia Ocupacional e Educação podem estimular a criança, trabalhando habilidades ainda não adquiridas para evitar que esse atraso se transforme em dificuldades no futuro, tais como:

- Dificuldade de contato visual;
- Habilidades de imitação;
- Seguimento de instruções;
- Fazer pedidos de forma funcional;
- Nomear pessoas e objetos, entre outras.

É importante se atentar para o fato de que a intervenção precoce contribui para aproveitar o momento que a criança aprende com mais facilidade, por isso ela é indicada, todavia, não significa dizer que em outros momentos não exista a possibilidade de aprendizagem.

Outro ponto importante de destacar é que o resultado ideal é diferente para cada criança, mas o objetivo é sempre o mesmo: aumentar a capacidade da criança em adquirir maior independência.



Roberta Ferreira Ruguê

CRP: 09/7885

Psicóloga infantil;

Neuropsicóloga;

Especialista em Autismo e Desenvolvimento Infantil;

Terapeuta Dir Floortime em formação.

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

☎ (64) 3404-1351 / (64) 9.8154-8054



MARKETING OLFATIVO



ANA TEODORO

Nós criamos uma atmosfera particular, acolhedora e inesquecível para ambientes profissionais, domiciliares, eventos e tudo o mais que for perfumável!

“MUITO MAIS QUE UM CHEIRO”

A fragrância deve simbolizar os valores da empresa e identificar a marca... É preciso sentir o perfume e conseguir visualizar a marca!

“A ANA TEODORO OFERECE”

- Marketing olfativo para empresas, residências, marcas e eventos;



- Tecnologias de perfumação profissional;
- Um variado portfólio de fragrâncias;
- Criação de identidades olfativas (fragrâncias exclusivas);
- Linhas perfumadas e acessórios personalizados para promover sua marca através do Marketing Olfativo.

“BENEFÍCIOS DE TER UM AMBIENTE PERFUMADO”

- Ambientes perfumados melhoram o humor das pessoas;
- Os perfumes mudam o cheiro do ambiente, tornando-o mais agradável, mais calmo ou mais estimulante;
- Os cheiros têm efeitos profundos no bem-estar do corpo, mente e emoções;
- Ambientes perfumados têm mais chance de fidelizar clientes, pois, gera confiança;
- Lojas perfumadas aumentam o fluxo e a permanência de clientes na loja.



AFINAL, VOCÊ JÁ PENSOU QUAL O CHEIRO DA SUA MARCA?

Entre em contato e te apresentaremos um mundo de opções que agregarão diferenciais em sua empresa.



ANA TEODORO

05 motivos para realizar preenchimento facial.

Nos dias atuais temos observado muitas pessoas tirando seus preenchimentos faciais, porém vale ressaltar que o preenchimento quando bem feito, com quantidade pontual e no local adequado melhora e muito nosso rosto, impactando diretamente em nossa autoestima e felicidade.

Lembre-se: É o Exagero que passa do belo para a vulgaridade e/ou aberração. O preenchimento é muito bem indicado quando:

- 1-Repara o contorno facial, dando simetria e rejuvenescimento;
- 2-Melhora a aparência de olheiras profundas;



3-Aumenta o volume e hidratação dos lábios (porém, com uso moderado!);

4-Harmoniza o formato do nariz e/ou do queixo (harmonizando, também, a face toda, pois muitas vezes preenchendo o queixo podemos tratar aquela papadinha que insiste em permanecer).

5-Melhora nossa proporção facial, volumizando malar e mandíbula quando bem indicado.

Não tenha medo de fazer preenchimento pois o trabalho quando é bem feito melhora muito e fica difícil de apontar onde foi feito.

Marque sua consulta que terei o prazer em deixar você mais linda!



Dra Stefânia Amaral
Farmacêutica Esteta

Farmacêutica Esteta;
Ortomolecular;
Especialista em Engenharia de Bioprocessos;
Especialista em Manipulação
Magistral Alopática CRF-5096.

(64) 99292-4364

Rua Jorge Simões de Lima, 405, Bairro Santa Inês
Espaco Kenia Coelho - Itumbiara-GO



Até quando você vai passar por isso com a sua equipe?



Baixo rendimento

Transmissão de doenças na equipe

Faltas por motivo de doença

Queda na produtividade

vacina da
GRRIPE
2024

A melhores condições para reserva antecipada!

Preços vantajosos conforme o
número de doses contratadas.

1

ESCOLHA SEU PLANO:

- Empresa paga valor total
- Empresa e funcionário dividem os custos
- Funcionário paga valor total

2

PROMOVA CAMPANHA!

Assessoria para
divulgação da campanha
e conscientização entre
trabalhadores.

3

PROTEJA SUA EQUIPE!

Nossa equipe vai
até você para
imunizar seus
colaboradores!

O que é CAD/CAM?



CAD/CAM é uma sigla em inglês para duas expressões:
CAD – computer-aided design (desenho assistido por computador).
CAM – computer-aided manufacturing (manufatura assistida por computador).

Atualmente essa tecnologia é utilizada em diversos mercados para realizar o desenho e manufatura de moldes de fundição, lâminas estampadas, ferramentas, desenho de calçados, distribuição de plantas e desenhos e fabricação de próteses dentárias.

Resumidamente, para os dentistas, o CAD/CAM é, portanto, a capacidade de realizar o desenho de uma prótese no computador, ao mesmo tempo em que seu aparelho consegue enviar o comando para uma máquina que realizará a manufatura daquele desenho, transformando-o em uma prótese pronta para ser instalada na boca do paciente, em apenas alguns minutos.

➤ COMO FUNCIONA O SISTEMA?

Agora que você já sabe o que é o CAD/CAM, é hora de entender como esse sistema funciona. Antigamente, e ainda presente em 78% dos laboratórios, a técnica consistia em receber os modelos de gesso enviados depois da consulta clínica do paciente e realizar a estratificação, um trabalho manual que nem sempre conseguia criar próteses tão fiéis. Atualmente, 22% dos laboratórios ainda recebem o molde e realizam um escaneamento do objeto, que é enviado como imagem virtual para um software específico.

Atualmente a tecnologia evoluiu tanto que os profissionais da área realizam a digitalização diretamente em seus pacientes, sem precisar realizar os moldes de gesso que costumam aborrecer quem necessita de tratamento. Vale lembrar que o dentista pode optar por realizar apenas o processo de scanner odontológico (CAD) ou também usar a fresadora (CAM), criando as próteses no próprio laboratório.

Afinal, não é nada agradável ficar alguns minutos com a moldeira na boca, ter dificuldades para respirar ou precisar manter a mesma posição durante todo o tempo. Além disso, a acuracidade também incomoda, já que o mínimo movimento, ou a mistura incorreta dos materiais pode distorcer o modelo. Isso faz com que muitas pessoas simplesmente desistam de suas próteses e acreditem que ficarão para sempre sem a restauração ou prótese completa de alguns dentes.

Com o sistema CAD/CAM o dentista evita que o paciente tenha o desagradável gosto do material usado na moldeira e possibilita que até mesmo aquelas pessoas que tinham medo ou receio de ir ao consultório possam se beneficiar do tratamento odontológico eficaz.

A verdade é que o sistema revolucionou a odontologia e hoje é um dos mais usados por profissionais que entendem a necessidade de mesclar conhecimento prático com técnico ao tratar quem mais precisa de cuidado.



Dr. Marcelo Mateus

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





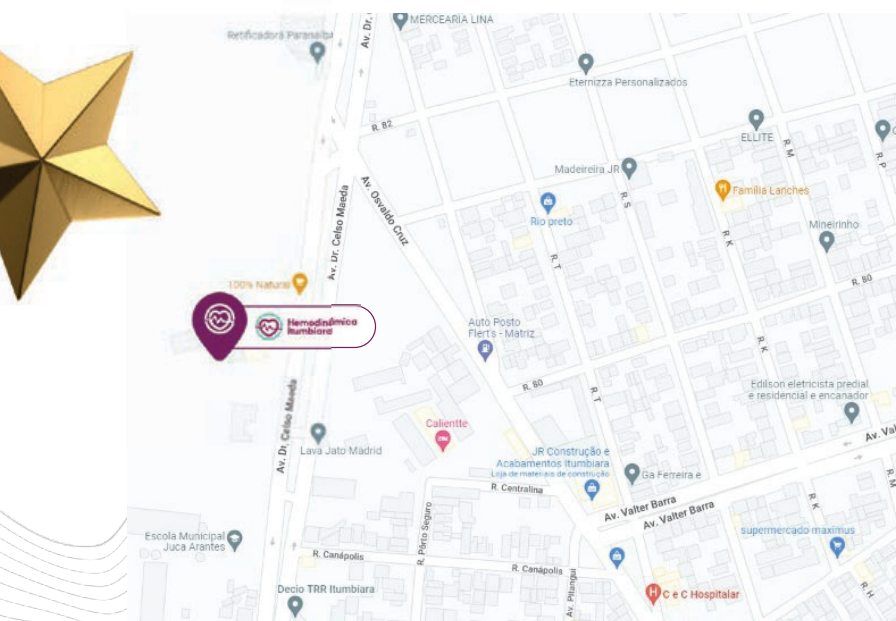
**Hemodinâmica
Itumbiara**

A importância da Hemodinâmica em situações de emergência médica

Em momentos de emergência médica, cada segundo conta. Por isso, a presença de um centro especializado como o setor de Hemodinâmica em Itumbiara é tão importante. Localizada de maneira estratégica, essa unidade atende com eficiência não apenas a cidade, mas também toda a região, oferecendo uma alternativa crucial ao deslocamento para a capital, Goiânia.

Estar situada no coração de Itumbiara permite um acesso rápido e abrangente a uma gama variada de procedimentos e exames vitais. Entre eles estão angiografias, cateterismos cardíacos, implantes de stents e muito mais, realizados por uma equipe de profissionais altamente qualificados.

Nosso Centro de Hemodinâmica é uma verdadeira fortaleza dos cuidados cardiovasculares, oferecendo serviços de excelência em uma área ampla.





A Hemodinâmica Itumbiara conta com um moderno e completo serviço, onde é utilizada toda a tecnologia implantada para atender com rapidez e eficiência oferecendo tratamentos inovadores nas áreas de Cardiologia Intervencionista, Cirurgia Vascular e Endovascular, Neurologia Intervencionista, Eletrofisiologia e Marcapasso. Conheça abaixo alguns de nossos serviços:

CARDIOLOGIA INTERVENCIONISTA

Angioplastia Cardíaca Com Ou Sem Implante De Stent
Aterectomia Rotacional (ROTABLATOR)
Atrioseptostomia
Cardioversão
Cateterismo Cardíaco
Colocação de balão intraaórtico
Embolização Transeptal
Estudo
Fechamento De C. I. A.
Fechamento De PCA
Fechamento De Forame Oval Patente (FOP)
Fechamento De CIV
Implante De Marca-Passo Provisório
Retirada De Corpo Estranho
Tavi
Ultrassom Intracoronária - Ivus
Valvoplastia Mitral
Valvoplastia Pulmonar
Valvoplastia Aórtica

NEUROLOGIA INTERVENCIONISTA

Angiografia/Arteriografia Cerebral
Angiografia/Arteriografia Medular
Angioplastia Cerebral Com Ou Sem Implante De Wallstent
Angioplastia de carótida Com Ou Sem Implante de Stent
Angioplastia de tronco supra aórtico Com Ou Sem Implante de Stent
Embolização de aneurismas cerebrais
Embolização de malformações vasculares cerebrais
Embolização de tumores cerebrais
Implante de endoprótese aórtico e intracraniano

CIRURGIA VASCULAR E ENDOVASCULAR

Acesso Vascular tipo Port (Totalmente implantável)
Acesso Venoso Central
Aneurisma da Aorta Abdominal / Endoprótese
Aneurisma de aorta torácica
Angiografias
Angiografia Vascular Membros (Arteriografia Vascular Membros Inferiores e Superiores)
Angioplastia Vascular Com Ou Sem Implante De Stent E Wallstent
Arteriografia hepática
Arteriografia Pulmonar
Arteriografia renal
Aortografia
Embolização Brônquica
Embolização de Aneurisma Cerebral
Embolização de Varizes Pélvicas e Varícocele
Fibrinólise Intra Arterial
Flebografia
Implante De Filtro De Veia Cava
Implante de Stent
Mal formação Arteriovenosa Cerebral - MAV
Mioma Uterino / Embolização
Retirada De Corpo Estranho
Stent de Carótida
Tratamento Endovascular
Tratamento Fibrinolítico
Tratamento de trombose venosa
Trombectomia

ELETROFISIOLOGIA E MARCAPASSO

Implante de Marca-passo monocameral ou bicameral
Implante de cardiodesfibrilador interno
Implante de Ressincronizador
Eletrofisiologia e Ablação

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!



Desejando a todos os pacientes, amigos e à comunidade de Itumbiara e região um próspero 2024, repleto de saúde e felicidade.

Feliz Ano Novo!



**Hemodinâmica
Itumbiara**

www.hemodinamicaitumbiara.com.br

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

contato@hemodinamicaitumbiara.com.br

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

**(64) 3430-3090
+55 64 99665 3090**



Fale conosco



Agroseeds
QUALIDADE EM ANÁLISES

NOSSA CIDADE SE DESTACA PELA SUA HISTÓRIA, CULTURA E
DESENVOLVIMENTO SENDO UM EXEMPLO DE PROGRESSO E
QUALIDADE DE VIDA DO GOIATUBENSE.

Parabéns Goiatuba!

93

ANOS



64. 98447 5966 | 64. 3495 6461



@agroseeds

Av. Amazonas, 320 | Centro | Goiatuba | Goiás

DOAÇÃO DO BEM DE FAMÍLIA PARA FILHO NÃO É FRAUDE À EXECUÇÃO FISCAL

O Superior Tribunal de Justiça reafirmou, em recente julgamento, o entendimento segundo a qual a alienação do imóvel que serve de residência para o devedor e sua família, após a constituição de crédito tributário, não afasta a impenhorabilidade do bem de família, motivo pelo qual não está caracterizada a fraude à execução fiscal.

No referido processo, após ter sido citado na execução fiscal, o devedor transferiu o imóvel para o seu filho.

O juízo de 1º grau não admitiu a penhora do bem, sob o fundamento de que **"ainda que citado o executado antes de transferir o bem a seu filho, restou comprovada a impenhorabilidade legal do bem"**.

A Fazenda Pública alegou que o reconhecimento da fraude à execução fiscal afastaria a proteção do bem de família.

Não obstante, em sede de Recurso de Apelação, o Tribunal Regional Federal da 2ª Região (TRF-2) reformou a decisão, afastando a proteção ao bem de família, por entender que a proteção da impenhorabilidade, prevista na Lei 8.009/1990 não se justifica quando o doador procura blindar seu patrimônio dentro da própria família, mediante a doação de seus bens para um descendente.

O relator do Superior Tribunal de Justiça, ministro Gurgel de Faria, cuja decisão monocrática foi confirmada pela turma julgadora, destacou que as duas turmas de Direito Público do tribunal entendem que a **impenhorabilidade é mantida ainda que o devedor transfira o imóvel que lhe serve de moradia, porque esse imóvel seria imune, de toda forma, aos efeitos da execução**.

Pois bem, a definição do bem de família é dada pela Lei 8.099, de 1.990, que instituiu a sua impenhorabilidade. Segundo a lei, o bem de família é o imóvel residencial de uma entidade familiar que, em virtude dessa finalidade, recebe proteção especial da Lei, não respon-

dendo por qualquer tipo de dívida civil, comercial, fiscal, previdenciária ou de outra natureza, contraída pelos cônjuges ou pelos pais ou filhos que sejam seus proprietários e nele residam, salvo nas hipóteses previstas nesta lei.

Desse modo, mesmo que fosse reconhecida a invalidade do negócio, o imóvel voltaria à esfera patrimonial do devedor ainda como bem de família, ou seja, com a proteção legal dada ao bem.

Em resumo, mesmo que o devedor aliene o imóvel que sirva de residência sua e de sua família após a citação da execução, deve ser mantida a cláusula de impenhorabilidade, porque o imóvel em questão seria imune aos efeitos da execução, não havendo falar em fraude à execução na espécie.

Por fim, destaco que existem dois tipos de bem de família, voluntário e involuntário. No bem de família involuntário a proteção incide de forma automática, ou seja, não depende de escritura pública ou registro, bastando a comprovação de que o imóvel é utilizado para fins de moradia. Possuindo mais de um imóvel, a proteção recai sobre o de menor valor.

Por sua vez, o bem de família voluntário é aquele que a família ou o proprietário do imóvel escolhe voluntariamente qual imóvel será considerado como bem de família. A materialização se dá com a lavratura da escritura pública ou testamento.



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

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





Produtos de qualidade e o melhor atendimento é na Lolo Case.

#vempralolocase

📍 Rua Marechal Deodoro - Nº10 📞 (64) 9 9909-1010





*Que 2024 seja um ano de luz e abundância para todos!
E que cada um dos 365 dias seja uma nova oportunidade para
você brilhar e fazer a diferença na vida daqueles que ama.
Desejamos que, neste ano, o amor, a paz e a harmonia preencham
nossos corações com muita sabedoria e determinação,
tornando-o um ano inesquecível!*

 **ELÉTRICOS
E HIDRÁULICOS®**

Faz a diferença na sua vida.



Desvendando a Abdominoplastia:

Um Guia Completo para uma Nova Confiança



Se você sonha com um abdômen mais firme e definido, a abdominoplastia pode ser a solução que você procura. Nesta edição, entrevistamos o renomado cirurgião plástico Dr. Jander Euqeres, especialista em procedimentos abdominais, para oferecer uma visão aprofundada sobre a abdominoplastia e seus benefícios.

O que é a Abdominoplastia?

A abdominoplastia é uma cirurgia estética que visa remodelar a região abdominal, removendo o excesso de pele e gordura, enquanto fortalece os músculos abdominais. Ideal para quem enfrenta flacidez após gravidez, perda significativa de peso ou envelhecimento, esse procedimento oferece resultados notáveis.

Os Benefícios Além da Estética

Conversamos com o Dr. Euqeres sobre os benefícios que vão

além da aparência. Ele destaca que a abdominoplastia pode aliviar desconfortos nas costas causados pela fraqueza muscular, melhorar a postura e até mesmo contribuir para a autoestima e confiança do paciente.

O Papel Fundamental do Cirurgião Plástico

É crucial escolher um cirurgião plástico experiente e qualificado para garantir resultados seguros e naturais. Dr. Euqeres enfatiza a importância da consulta inicial, onde os pacientes podem discutir suas metas, entender o procedimento e esclarecer dúvidas.

Equipe Qualificada para o Pós-Operatório

Destacamos que o consultório do Dr. Euqeres conta com uma equipe altamente qualificada para o acompanhamento pós-operatório. Cuidados especializados e atenção

contínua garantem uma recuperação tranquila e eficaz, proporcionando aos pacientes o suporte necessário durante todo o processo.

Recuperação e Cuidados Pós-Operatórios

Abordamos o processo de recuperação, destacando a importância de seguir as orientações do cirurgião e a necessidade de um período de repouso adequado. Dicas práticas para cuidados pós-operatórios também são compartilhadas para garantir uma recuperação suave e eficaz.

Histórias de Sucesso

Com depoimentos de pacientes que passaram pela abdominoplas-

tia com o Dr. Euqueres, exploramos histórias de transformação e como esse procedimento pode impactar positivamente não apenas a aparência física, mas também a qualidade de vida.

Se você está considerando a abdominoplastia, este guia abrangente oferece insights valiosos para ajudar na tomada de decisão informada. Lembre-se, a chave para o sucesso está na parceria com um cirurgião plástico confiável e na compreensão total do processo.

Esteja pronto para abraçar uma versão mais confiante de si mesmo!



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.





A principal função da drenagem linfática é drenar os líquidos e resíduos metabólicos e estimular a circulação linfática através de massagens.

A drenagem pode ajudar no tratamento da celulite e da gordura localizada, promovendo relaxamento muscular, além de combater a retenção de líquidos, ajudando a remodelar e definir a silhueta, facilitando a circulação sanguínea, prevenindo edemas e eliminando toxinas.

Além do mais, a drenagem ajuda a reduzir sintomas da TPM, e menopausa, ajuda a regular o intestino, e é indicado em quaisquer pós cirúrgicos, inclusive pós-parto, e gestantes.

A cavitação é um ultrassom de alta potência que forma bolhas no tecido que danifica as células de gordura, fragmentando a membrana e gera a liberação do conteúdo para o sistema linfático e urinário para ser eliminado, realizando a modelação do contorno corporal.

Para isso, a profissional passa um manípulo na área a ser tratada, que emite ondas capazes de penetrar nas células de gordura. Dessa forma, elas explodem e são eliminadas pelo organismo.

E aí, vamos agendar seu horário?



NÓS DA EQUIPE SPA VIDA

Queremos que nesse ano de 2024 você brilhe ainda mais, na luz e autoconhecimento, na paz, na beleza, e principalmente com um corpo relaxado e sem dores.

Estamos aqui para te auxiliar a isso, a se encontrar em sua melhor versão!

Aqui no Spa Vida, você é o seu melhor investimento!



Spa Vida

Por Nay Flausino

SAÚDE · MASSOTERAPIA · ESTÉTICA · TERAPIA

📞 64 99222-4101

📱 @spavidanayflausino

📍 Rua Lídia Rosa Leal

📍 Bairro Jardim Morumbi-Itumbiara-GO



MELHOR
OPÇÃO PARA SEU
Filho



Matrículas
Abertas 2024



CRER
MONTESSORI

Arielle Vidal Santos
Diretora Crer Montessori



crermontessori



64 99224-1946



Rua Dâmaso Marquês, 126, Centro, Itumbiara - GO

Mulheres que Inspiram!

EMPREENDEDORISMO

Entrevista Mulheres que Inspiram

74,

O que levou você a abrir escola CRER Montessori? E quando você percebeu que tinha acertado na escolha
Arielle Vidal Santos - *Confesso que nunca me imaginei sendo dona de uma escola, mas quando me tornei mãe comecei a estudar educação e conheci o método Montessori. Para aprofundar meus conhecimentos, criei um projeto para aplicar com outras*

crianças e, a partir daí, a ideia foi se expandindo. Em 2023, quando a escola foi oficialmente inaugurada aqui, em Itumbiara, percebi a grande procura de várias famílias que compartilhavam o mesmo propósito que o meu, e crescemos rapidamente. O melhor de tudo é que colhemos ótimos resultados no processo de desenvolvimento das crianças, confirmando que a escolha foi acertada.

A CRER Montessori é uma escola que ganhou muito respeito na cidade de Itumbiara, quais as principais características que fazem vocês terem todos o respaldo quando o assunto é educação?

Arielle Vidal Santos - *Acredito que o respeito foi conquistado pelos habitantes de Itumbiara quando perceberam que a nossa escola adotava um método completamente diferente das escolas tradicionais. Além disso, o fator mais importante é que somos uma escola humanizada, que valoriza os sentimentos e respeita a individualidade da criança.*

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

Arielle Vidal Santos - *Todo empreendedor enfrenta desafios diariamente, e eu sabia que comigo não seria diferente. Já enfrentamos muitas dificuldades desde a época em que a CRER era apenas um projeto, mas eu sempre me fortalecia diariamente,*



contando com o apoio de diversas pessoas ao meu lado para me ajudar a superá-las. O amor que eu escolhia depositar no projeto também me ajudava a não desistir.

O que mais mudou desde que você começou com a CRER Montessori, e qual recado você daria para a Monalisa que iria começar hoje nesse mercado tão competitivo?

Arielle Vidal Santos - Mudanças são constantes, especialmente dentro de nós, e a maturidade é uma delas. Meu conselho é: não se envolva em algo que você não ame de verdade, pois se o amor não estiver ligado ao propósito de vida, nada fluirá naturalmen-

te. Tenha pessoas que apoiem e impulsionem, pois sem elas o caminho se torna mais árduo. Estude e trabalhe duro até que tudo se torne mais leve e prazeroso.

Qual o recado você deixa para os jovens que se inspiram na CRER Montessori e possuem essa vontade de empreender?

Arielle Vidal Santos - Ame a educação, busque o seu propósito de vida e tenha em mente fazer a diferença na vida das pessoas. Quando internalizamos isso, todas as coisas acontecem de forma mais espontânea. Tenha fé em Deus, pois é ela que nos sustenta e nos fortalece a cada dia.



Arielle Vidal Santos

Diretora Crer Montessori

 [crermontessori](#)  64 99224-1946

 Rua Dâmaso Marquês, 126, Centro, Itumbiara - GO

**O ANO QUE PASSOU FOI CHEIO DE DESAFIOS, APRENDIZADOS E CONQUISTAS.
AGRADECEMOS A TODOS QUE FIZERAM PARTE DESSA
JORNADA UM ANO NOVO REPLETO DE NOVOS SONHOS, ESPERANÇA E FELICIDADE.
QUE POSSAMOS CONTINUAR CRESCENDO JUNTOS E SUPERANDO OS OBSTÁCULOS.**


FELIZ

Ano Novo!



Itumbiara Gramas
Viveiro e Floricultura

  ITUMBIARAGRAMAS

 (64) 99667-9002

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



Tenha dois planos para 2024:

A, cerque-se de pessoas positivas que irão lhe ajudar a alcançar seus objetivos e lhe apoiar.

E B, vá em frente!”



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



Gostaria de agradecer primeiro a Deus por mais um ano que se encerra e a cada paciente pela fidelidade.

Convido você que ainda não teve a oportunidade a conhecer o meu trabalho!

AGENDE SUA CONSULTA!

Desejo um feliz natal a todos e um ano de 2024 cheio de realizações e conquistas!



STANGE
CENTRO DE ESTÉTICA

Thamara Luiza
P O D Ó L O G A



☎ 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.

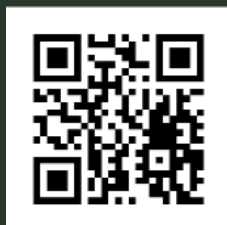
Neste Dia do Médico, conte com quem faz a vida financeira dos profissionais da saúde prosperar.

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



@unicredalianca

UNICRED

A SUA INSTITUIÇÃO FINANCEIRA COOPERATIVA.

OTOPLASTIA FECHADA

Técnica inovadora permite correção de orelhas abertas sem cirurgia.

O que é orelha de abano?

Na literatura médica, consideramos orelha de abano, aquela orelha que se apresenta mais afastada da cabeça, com apagamento das suas curvinhas internas naturais.

É sabido que a orelha de abano tem origem genética e atinge cerca de 2 a 5% da população podendo ser observada desde o nascimento. Embora tenhamos parâmetros objetivos para categorizar a orelha de abano, na prática, é a percepção subjetiva de cada paciente que importa na definição do tratamento.

Os pacientes que sofrem de orelha de abano geralmente têm uma autoestima mais baixa e tendem a cobrir as orelhas com penteados, cortes de cabelo, bonés ou capuzes. Muitos deles têm histórico de sofrer bullying na infância e adolescência.

Todas as orelhas de abano são iguais?

Os pacientes que nos procuram para fazer otoplastia apresentam graus variados de abano (abertura das orelhas). Atendemos desde casos leves onde a ponta é mais aberta até mesmo casos mais graves, onde toda a orelha é afastada da cabeça. Outro fator importante que incomoda nas orelhas são as assimetrias. Os pacientes que têm uma orelha diferente da outra também podem se beneficiar da otoplastia.

A correção da orelha de abano melhora muito a autoestima, tendo um impacto estético até mesmo no formato do rosto e melhorando muito o dia a dia pessoal e profissional dos nossos pacientes.

O que é a otoplastia fechada

A otoplastia fechada é uma técnica revolucionária e inovadora que permite corrigir a orelha de abano no consultório, com



Dra. Dalila Rodrigues

Coren GO 246411

CRP 09/008098

Enfermeira;

Especialista em tratamento de feridas e curativos;

Especialista em Otoplastia Fechada |Otomodelação|Orelhas;

Laserterapia;

Habilitada no Tratamento de Feridas com Matriz de Fibrina

Leocoplaquetária Autóloga;

Método PCO;

Psicóloga especialista em Neuropsicologia;

Atendimento Home Care (domiciliar).

📷 @cicatriza_home_care

☎ 64 99268-2421

☎ 64 99666-0010

🏠 Rua Floriano Peixoto, 276, Itumbiara-GO



anestesia local e sem cicatrizes. Através da otoplastia fechada conseguimos fazer modelagem da orelha com pontos internos, recriando a curvinha natural da anti-hélice, que muitas vezes está apagada ou ausente.

É importante ressaltar que, bem como na técnica tradicional, a otoplastia fechada também promove a correção definitiva da orelha de abano. Ou seja, após a realização da otoplastia fechada, a orelha não volta a ser aberta como antes.



Como é o pós-operatório da otoplastia fechada?

Após o procedimento, os pacientes são orientados a usar medicações analgésicas e a usar uma faixa que ajuda a manter as orelhas na posição mais fechada durante a cicatrização. Na grande maioria dos casos, recuperação desse procedimento é segura e tranquila, não sendo necessário fazer repouso do trabalho ou dos estudos. As orelhas ficam inchadas nos primeiros 15 dias. Nesse período orientamos os pacientes a dormir sempre de barriga para cima, evitando deitar sobre as orelhas. É importante ter paciência para ver seu resultado final. As orelhas vão melhorando cada vez mais ao longo dos primeiros 6 a 12 meses.

Para quais pacientes a otoplastia fechada é indicada?

Indicamos a otoplastia fechada para pacientes a partir dos 07 anos. Gosto de explicar que não são todos os pacientes com quadros de orelha de abano que podem ser tratados através da técnica fechada, porém, uma grande maioria, cerca de 90% dos casos, apresenta ótimos resultados após o procedimento.

Os candidatos ideais para esse tipo de abordagem são aqueles que apresentam as pontinhas das orelhas mais abertas e aqueles com as curvinhas internas pouco definidas ou apagadas.

Fonte: <https://priscillalotierzo.com/otoplastia-fechada-uma-revolucao/>



DESDE  2009

Pirandello

PIZZARIA

Férias com os amigos
combina com Pizza!



 *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





COACHING



AUTOCONTROLE E FORÇA DE VONTADE

Na busca pela compreensão do processo "Força de vontade", tenho mergulhado mais além do que apenas buscar técnicas ou fórmulas para desenvolver essa tão desejada "força de vontade" que paralisa muitos de nós em diferentes aspectos de nossa vida.

Minhas descobertas nessa área, tem aberto minha mente para a necessidade do conhecimento da origem da "falta de força de vontade" para então ter algum resultado positivo nessa luta.

Meus trabalhos de Treinamentos de Inteligência Emocional ou Comportamental sempre irão

esbarrar no quanto meu cliente conseguirá fazer aquilo à que se propõe e isso nem sempre será por preguiça ou desorganização ou falta de consciência. Os motivos da falta de bons resultados de muitos de nós, tem origem na nossa personalidade. Os traços de personalidade são biogênicos, ou seja, nascem em nós e determinam nossos "comportamentos", dessa maneira, a ciência tem buscado entender esses processos e desenvolver maneiras de, através de algumas mudanças de comportamento, melhorar a nossa performance.

Como está muito bem explicado na obra de

Walter Mischel (psicólogo austro-norte-americano 1930-2018) - "O Teste do Marshmallow" - Porque a força de vontade é a chave do sucesso. (Ed. Objetiva), a força de vontade e o autocontrole estão diretamente relacionados. Esse livro nasceu de um teste iniciado pelo psicólogo em 1960, para avaliar o nível de autocontrole de um grupo de crianças. Essas crianças foram acompanhadas durante mais de 50 anos e muita coisa foi desenvolvida com base nesse acompanhamento com objetivo de entender e desenvolver novas maneiras de lidar com o assunto. Se você já identificou que a sua força

de vontade é pouca pra atingir seus objetivos, recomendo essa leitura. Um pouco profunda e longa, mas com certeza vai te ajudar muito.

E se você chegou até aqui nessa leitura, certamente é uma pessoa que se diferencia das outras em tempos de mensagens curtas, áudios acelerados, falta de paciência. Esses comportamentos têm efeito negativo no cérebro das pessoas e as tornam incapazes de pensar, dessa maneira, obter resultados, é algo ainda mais distante.

Esse conteúdo é longo e continua na próxima edição. Acompanhe aqui.




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

 João Henrique Duarte, 616. Apto. 802.
Ed. Marseille. Alto da Boa Vista. CEP
75.523-190





ATIVIDADE FÍSICA NÃO TIRA FÉRIAS!

É comum nas férias escolares os pais “darem férias” para as crianças também das atividades físicas. Mas você sabe o prejuízo dessa atitude para a saúde e desenvolvimento do seu filho(a)?

Quem gosta de tirar um período para descansar e deixar de lado também a prática de atividade física das crianças com certeza não está fazendo um bom negócio. A ausência de exercícios durante as férias pode fazer com que as conquistas e desenvolvimento do seu filho(a) ao longo do ano seja perdida parcialmente com muita facilidade, além da dificuldade que a criança encontrará no retorno, depois desse período de férias.

Você pode achar que não, mas para a criança o prejuízo é ainda maior. A atividade física regular mantém a criança em pleno desenvolvimento e a mantém ativa, disposta e em constante desenvolvimento, o que facilita, dando ritmo e disposição no retorno escolar.

Vale também ressaltar que nas férias a criança fica mais ociosa, a mudança de rotina nos dias atuais empurra a criança para a inatividade, por isso notamos aquela famosa “preguicinha” e os dias corridos e cheios de compromissos dão a vez a uma rotina regrada a sofá e eletrônicos, e mesmo que não pareça, gera um impacto negativo grande na vida das crianças, e essa atitude é notória na “volta as aulas”, o que torna mais difícil a adequação e a volta a rotina regular.

A prática de atividade física nas férias auxilia a criança no controle da ansiedade devido ao tempo ocioso, mantém ela ativa,

mantém o metabolismo em bom funcionamento (o que explica porque crianças engordam nas férias), melhora a qualidade do sono, melhora o humor, além de manter a criança em socialização.

Pensando nisso, a METODOLOGIA KIDS CLUB possui um cronograma de atividade anual pensado exclusivamente na criança durante o ano inteiro. Dessa forma nossas atividades não se tornam maçantes e enjoativas, pois temos na grade uma gama de atividades lúdicas, físicas e recreativas ecléticas. Permitimos que a criança cresça e desenvolva sendo criança ativa, de forma lúdica e divertida através das nossas atividades extras à piscina: colônias exclusivas para alunos(as), atividades funcionais e cognitivas, eventos extra Club, eventos para a família, festivais, além da nossa maior especialidade: a natação!

O Kids Club não é só natação, garantimos uma experiência mágica, divertida e prazerosa através da natação!



84,



Aline Gouvêa

CEO Kids Club
 CREF 007406-G
 Clube de desenvolvimento infantil/
 Equipe Tia Aline Gouvêa.

📍 Rua Geni da Silva Barbosa (antiga rua 26), 1160.

Bairro Paranaíba - Itumbiara/GO

📷 @kidsclubiub

☎ 64 99219-6003

CHOCOLATES **BRASIL** **CACAU**

SORVETES E CAFÉS

Cremoso
e
Delicioso



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

 64 99677-1100

 [brasilcacau_itumbiara](https://www.instagram.com/brasilcacau_itumbiara)




»» Começou o ««

DESCON TUDO

DINIZ

Toda a loja
com até

50%
de
desconto

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 A 31 DE JANEIRO DE 2024, OU ENQUANTO DURAREM OS ESTOQUES. ARMAÇÔES PARA ÓCULOS DE GRAU E ÓCULOS DE SOL COM ATÉ 50% DE DESCONTO. OS DESCONTOS VARIAM ENTRE 5% E 50%. NÃO APLICÁVEL PARA LENTES OFTÁLMICAS E LENTES DE CONTATO E ESTARÃO SINALIZADOS NAS PEÇAS OU NOS BALCÕES. DESCONTO NÃO APLICÁVEL PARA PEÇAS NÃO SINALIZADAS. 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. PARA ATENDIMENTO DINIZAP E PARA PEÇAS SELECIONADAS E DESTACADAS EM NOSSO SITE 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





TRANSFERÊNCIA COMPULSÓRIA DO SERVIDOR PÚBLICO E O DIREITO À EDUCAÇÃO.

A Constituição Federal impõe à Administração Pública diretrizes a serem observadas na consecução de suas atividades, sendo estabelecidos princípios essenciais a serem observados em sua atuação, como a legalidade, impessoalidade, moralidade, publicidade e eficiência, devendo sempre ser visado o interesse público.

E para atender o interesse público primário, a administração pública pode, conforme sua necessidade e conveniência, realizar a transferência de servidores para cidade(s) distinta(s) da lotação de origem.

Ocorre que os princípios citados anteriormente, não devem ser observados pela Administração Pública somente quanto aos seus administrados, mas também quanto aos seus servidores, de modo que ao determinar a transferência de seus servidores, não lhe será permitido infringir seus direitos, como o direito à educação.

Logo, na hipótese da Administração Pública determinar a transferência do servidor para cidade distinta de sua lotação de origem e este servidor e/ou seus dependentes estejam regularmente matriculados em instituição de ensino, a administração Pública deverá garantir ao servidor e/ou seus dependentes meios para continuar os estudos.

O direito da consecutividade dos estudos, é resguardado pela Lei nº 9.394/96, que estabelece diretrizes e bases da educação nacional, prevendo em seu texto que as instituições de ensino superior aceitarão a transferência de alunos regulares, o que poderá ser realizado por meio de transfe-

rência “ex officio”, na forma da lei.

Para isso, a Lei nº 9.536/97 regulamenta que a transferência “ex officio”, quando se tratar de servidor público federal civil ou militar estudante, ou até mesmo seu dependente estudante, será efetivada em qualquer época do ano e independentemente da existência de vaga, em instituições vinculadas a qualquer sistema de ensino.

Para a efetivação da transferência, deverá ser comprovada a remoção ou transferência de ofício, a qual acarrete em mudança de domicílio, para o município onde é estabelecida a instituição recebedora, ou localidade mais próxima desta.

No mesmo sentido é o que dispõe a Lei nº 8.112/90, que foi editada para dispor sobre o regime jurídico dos servidores públicos civis da União, Autarquias e das fundações públicas federais.

A lei nº 8.112/90 nos ensina que ao servidor público que mudar de sede no interesse da administração, é assegurada a matrícula em instituição de ensino congênera, em qualquer época e independente de vaga, podendo a instituição ser na localidade da nova residência ou na mais próxima.

Em resumo, a legislação vigente autoriza a transferência e respectiva matrícula, quando decorrentes de remoção ou transferência “ex officio”, devendo, necessariamente, ser atendidos os seguintes requisitos: **a) ser o interessado**

servidor público federal civil ou militar estudante, ou dependente deste; b) que o deslocamento do servidor tenha sido efetivado em caráter compulsório “ex officio”, transferindo-o ou removendo-o, da localidade de sua escola e de seu local de trabalho, e; c) que as instituições de ensino de origem e a recebedora sejam congêneres.

As normas regentes da transferência de alunos têm como finalidade garantir ao servidor público federal civil ou militar, e por extensão ao seu dependente, quando da remoção ou transferência *ex officio*, ou seja, aquela em que prevalece o interesse exclusivo da Administração Pública, **o direito de manutenção do núcleo familiar e continuidade dos estudos iniciados na origem**, na localidade em que se encontrava domiciliado e prestava serviço, quando autorizam a viabilização de concessão de matrícula em qualquer época do ano e independentemente da existência de vaga ao estudante, e desde que as instituições de ensino envolvidas sejam congêneres.

Contudo, o **Supremo Tribunal Federal** flexibilizou a necessidade de que as instituições de ensino “de origem” e a “de destino” sejam congêneres, fixando o entendimento de que é **“constitucional a previsão legal que assegure, na hipótese de transferência ex officio de servidor, a matrícula em instituição pública, se inexistir instituição congênera à de origem”**.

Tal entendimento vem sendo aplicado pelos Tribunais, por considerarem que a negativa da matrícula em instituição pública seria “colocar o servidor diante de um dilema, ter que escolher entre a garantia à educação ou ao trabalho, pois o exercício de seu ofício em outra cidade inviabilizaria a continuidade regular de seus estudos”.

Nesse caso, quando o servidor é transferido compulsoriamente, ele pode solicitar sua matrícula em instituição de ensino público, mesmo que a instituição de ensino de origem seja da rede privada, sendo necessária apenas que inexistam na localidade de sua nova lotação instituições congêneres à de origem.

E caso a matrícula na instituição pública seja negada, o servidor poderá se socorrer da via judicial para resguardar o seu direito, mediante a impetração do remédio constitucional denominado Mandado de Segurança, para que tenha seu direito líquido e certo à educação garantido.

Portanto, a contratação do profissional da advocacia será decisiva e de suma importância, já que, por meio do mecanismo jurídico processual adequado (mandado de segurança), o servidor poderá continuar exercendo de forma regular seus estudos, não tendo que optar entre 02 (dois) direitos fundamentais: o direito ao trabalho e o direito à educação.



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_vilelaa
Rua Getúlio Vargas, 51 - Itumbiara, GO



CLOSET D`MARIA

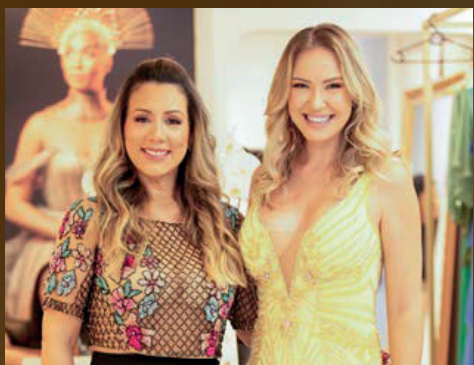


Nada melhor que um lindo desfile, para exposição da nova coleção Closet D` Maria, e, um maravilhoso coquetel, objetivando recepcionar os amigos e clientes, para estrearmos nossa nova loja, agora em novo endereço.

Ampliamos o espaço para melhor atendermos nosso público, esse novo ambiente, mais acolhedor e sofisticado foi pensado e concebido única e exclusivamente para satisfação de vocês.

Além do espaço físico, ampliamos nosso estoque de vestidos de festa, ternos, moda casual e aqueles bordados encantadores e exclusivos que você só encontra aqui.





Nossa loja, além de marcas renomadas, conta com confecção própria de peças sob medida. Venham conhecer e se encantar.

ALUGUEL - VENDA - SOB MEDIDA CONFEÇÃO PRÓPRIA BY RIÊNIA ALMEIDA



www.rieniaalmeida.com.br

@tshirtsrieniaalmeida

64 | 99999-3016

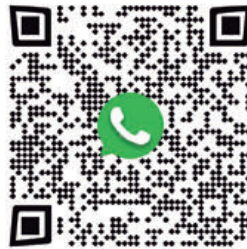
@closet_dmaria

Closetdmariabyrienia

Rua Paranaíba, 52, Centro - Itumbiara-GO



REFERÊNCIA EM
TECNOLOGIA E
QUALIDADE



Centro de Exames Laboratoriais

Para proporcionar um atendimento humanizado, qualificado, seguro e confiável, investimos constantemente em tecnologia, inovação e capacitação da equipe. Tudo para um diagnóstico ágil e seguro, sempre à disposição dos nossos clientes e da classe médica.

Somos reconhecidos pela qualidade de nossos serviços. Nossas auditorias internas e externas garantem que nosso padrão de excelência esteja presente em todas as etapas da operação, do atendimento à entrega de resultados.

Buscamos diagnósticos precisos que contribuam para uma decisão medicinal assertiva às suas necessidades de saúde. O Lab. BioCEL está sempre pronto para atender você!

HUMANIZAÇÃO

Cuidamos do bem-estar do paciente não só promovendo um cuidado técnico, mas também preocupamos com seu emocional e o de seus familiares. Sempre com tratamento individualizado, comunicação clara e trabalho em equipe.

SUA SAÚDE MERECE ESSE CUIDADO!

 (64) 9.8436-0079

Rua Rio Verde, 97, Centro - Itumbiara-GO





VOLTA às AULAS

com a KIPASSO!

Do pequeno ao grande,
encontre conforto nos
melhores calçados.



VOCÊ JÁ CONHECE NOSSO

*protocolo
de verão?*

Acompanhe e sinta a Experiência Única de um Tratamento Integrativo, desenvolvido e pensado Exclusivamente para VOCÊ! Voltado para o seu Bem-estar Físico, Mental e Social.

Prepare-se para o Verão e reflita a sua Melhor Versão!

Protocolos Associados para o Tratamento da Gordura Localizada, Hipertrofia, Definição Abdominal, Celulite e Flacidez.

Paciente deve associar a Prática da Atividade e Cardápio Nutricional aos Protocolos.

Todo Protocolo é Personalizado e desenvolvido de acordo com cada Paciente após a Consulta e Avaliação dos Exames de Sangue.

Eu te convido a vir agendar um horário comigo e ser Tratado de Forma Única e Personalizada.



Diego Melo Borges

CRF 26.694

FARMACÊUTICO ESPECIALISTA
EM SAÚDE ESTÉTICA AVANÇADA

REFERÊNCIA NACIONAL EM TERAPIA CAPILAR AVANÇADA.

idades de atendimento:

UBERLÂNDIA · UBERABA · SACRAMENTO · SÃO PAULO · ITUMBIARA

agendamento de consultas:

 (34) 9 9160-1078



siga:
  **magodasformulas**

Título de Cidadão Itumbiarenses conferido ao casal

Rodrigo Barbosa e Denise Stabile:

No último dia 15 de dezembro de 2023, a cidade de Itumbiara testemunhou um momento solene e tocante, reverenciando o compromisso exemplar e a dedicação inestimável do casal Rodrigo Barbosa e Denise Stabile à comunidade local. Nesta data, foram agraciados com o título de Cidadão Itumbiarenses, um reconhecimento merecido às suas significativas contribuições.

A concessão desse título é uma honraria reservada a indivíduos cujo comprometimento com a cidade vai além do cotidiano, deixando marcas indelévels de serviço e afeto pela comunidade. No caso de Rodrigo e Denise, suas trajetórias não são apenas uma lista de realizações, mas uma história de comprometimento e proximidade com as questões que moldam a essência de Itumbiara.

A presença ativa do casal em iniciativas sociais, programas educacionais e projetos culturais revela não somente um desejo de mudança, mas um engajamento genuíno para promover uma cidade mais justa e próspera. Tal legado não se resume a ações palpáveis, mas transborda em gestos de compaixão, apoio e vínculo com cada cidadão desta terra.

Ao receberem a homenagem, Rodrigo e Denise expressaram sua profunda gratidão por serem aceitos de maneira tão calorosa por essa comunidade que escolheram chamar de lar. O título de cidadão Itumbiarenses não é apenas um reconhecimento formal, mas sim um elo de afeto e comprometimento renovado para com os valores e aspirações deste lugar.

Esse momento, marcado por emoção contida e sorrisos discretos, ressalta não apenas as realizações, mas a conexão pessoal que o casal cultivou com Itumbiara. Rodrigo Barbosa e Denise Stabile são mais do que destinatários de uma honraria, são símbolos de uma ligação sincera e dedicada com uma cidade que abraçaram como lar.





OR7

Editora e Marketing

EDITORIAIS DE ALTO PADRÃO



☎ 64 99202 4160

☎ 64 99275 5299

revista
SAÚDE

Revista
Stilo

🌐 www.rmaissaude.com

📷 [f](#) rmaissaude

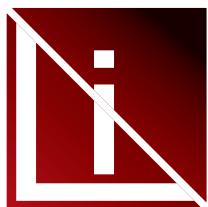
🌐 www.revistastilo.com.br

📷 [f](#) stilo_revista






DEIXE SUA CASA DO JEITO
QUE VOCÊ SEMPRE SONHOU!



Linear
Planejados

 (64) 9.8167-5180

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





QUEM AMA
cuida e vacina seu Pet

pois sabe que a prevenção é a melhor forma de proteger a saúde do seu amigo de quatro patas.



TRABALHAMOS COM TODAS AS VACINAS IMPORTADAS PARA DIVERSAS DOENÇAS.

PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS EM CÃES E GATOS.
CIRURGIAS | VACINAS | EXAMES | INTERNAÇÃO

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

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

CINOMOSE CANINA



A cinomose canina é uma enfermidade infecto-contagiosa causada por um RNA vírus do gênero Morbillivirus. Sua ocorrência é mundial, sem sazonalidade e sem preferência por sexo ou raça, sendo a maior incidência em animais jovens, entretanto pode atingir qualquer idade.

Com alta capacidade imunossupressora, o vírus leva o animal a apresentar sintomas neurológicos e afecções sistêmicas graves. Acomete principalmente cães não vacinados ou submetidos a vacinas com doses incompletas, colostro materno com título baixo de anticorpos ou sem título e histórico de contato com animais infectados. A transmissão viral ocorre por aerossóis e gotículas infectantes provenientes de excreções e secreções corpóreas dos animais infectados. Uma resposta imunológica deficiente leva o animal a apresentar manifestações clínicas caracterizadas por distúrbios gastroentéricos, oftalmológicos, dermatológicos, respiratórios e neurológicos.

O diagnóstico é realizado por meio do histórico do animal, exame clínico e laboratoriais realizados a partir de secreções ou tecidos. Dentre os exames disponíveis para diagnóstico, temos o teste rápido o qual detecta a presença do vírus no organismo do animal

através de secreção nasal ou ocular. Para um diagnóstico mais certo, é realizado o exame de PCR, fechando assim um diagnóstico definitivo.

Não existem protocolos terapêuticos específicos para a infecção pela cinomose, entretanto, o uso de fármacos para terapia de suporte e sintomatológica é essencial.

O uso de antivirais tem sido discutido recentemente, mas os resultados não são considerados promissores, uma vez que o animal apresenta um agravamento dos sinais sistêmicos devido aos efeitos colaterais.

Vacinas contra o vírus da cinomose estão presentes no mercado das mais variadas formas e laboratórios. Optem por vacinar seus animais em um local de confiança, com vacina de qualidade e preferencialmente importada. Lembrem-se sempre de manter o cartão vacinal do seu animal em dia. Vacinação em dia é a melhor arma contra a cinomose.

A Faro Animal trabalha com todas as vacinas importadas para diversas doenças.



☎ 64 3404-1586

📞 Plantão: 64 99290-4500

📞 64 98148-7015

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

Dr. Celso Borges de Almeida Junior

CRMV/GO: 5.355

Graduação em Medicina Veterinária em 2010 pela UNIP/GO;
Pós-graduando em Clínica Médica e Cirúrgica de Pequenos Animais;
Especialização em Dermatologia de Cães e Gatos;
Especialização em Clínica Médica e Cirúrgica de Felinos;
Pós-Graduação em Cirurgia Veterinária UFAPE - Cursando;
Membro da Anclivepa Goiás (Associação de Clínicos Veterinários de Pequenos Animais).





OFTALMOLOGIA



CIRURGIA REFRACTIVA

A cirurgia refrativa é um tipo de cirurgia ocular feita através de um equipamento chamado de *excimer laser*, realizada em uma estrutura do olho chamada córnea, com o objetivo de melhorar o estado refracional (grau) do olho. São tipicamente realizadas para reduzir ou eliminar a necessidade de correção visual por uso de óculos e/ou lentes de contato. Refere-se, em sua forma eletiva e mais comum, às cirurgias que visam corrigir miopia, hipermetropia e astigmatismo.

A cirurgia é indicada para pessoas que não queiram usar óculos e/ou lentes de contato, maiores de 20 anos, com sua refração (seu grau) estabilizado em pelo menos 1 ano, que não tenham doenças oculares e que não apresentem contraindicações nos exames realizados antes da cirurgia.

A realização da cirurgia não causa dor. São utilizadas apenas gotas de colírio anes-

tésico, que são eficientes para eliminar a dor no ato operatório. O procedimento dura, em média 15 minutos. O processo pode variar de acordo com a técnica escolhida em conjunto com o médico e o paciente.

São utilizadas basicamente, duas técnicas para a realização da cirurgia refrativa. Dentre essas, temos:

- LASIK (*Laser-assisted in situ Keratomileusis*);
- PRK (*Photorefractive Keratectomy* – maioria dos casos).

No LASIK, o processo se inicia com a criação de um flap (“tampa”) na córnea, seguido da aplicação do laser em sua camada mais profunda. Terminada a aplicação do laser, o flap é reposicionado.

Já no PRK, a utilização do laser é feita sem a necessidade de fazer o flap. Terminada

do o procedimento, uma lente de contato é colocada sobre a superfície da córnea para o melhor processo de cicatrização e o alívio do desconforto causado nos primeiros dias após o laser.

No pós-operatório também são utilizados colírios que evitam infecções e diminuem a inflamação e dor próprias do procedimento.

É importante lembrar que apesar de ser um procedimento seguro, em toda cirurgia há riscos, como infecção e inflamação mais acentuada, apesar de serem baixos, já que o equipamento utilizado para realização possui recursos que aumentam a segurança e a precisão.

Atendimento:



CENTRO DA VISÃO
Itumbiara

www.cvi.med.br

**Dr. Gleisson
Pantaleão**

CRM/GO: 13.493

**Dr. Valdemiro
Fukuhara**

CRM/GO: 2.975

**Dr. Augusto
Treme**

CRM/GO: 15.698

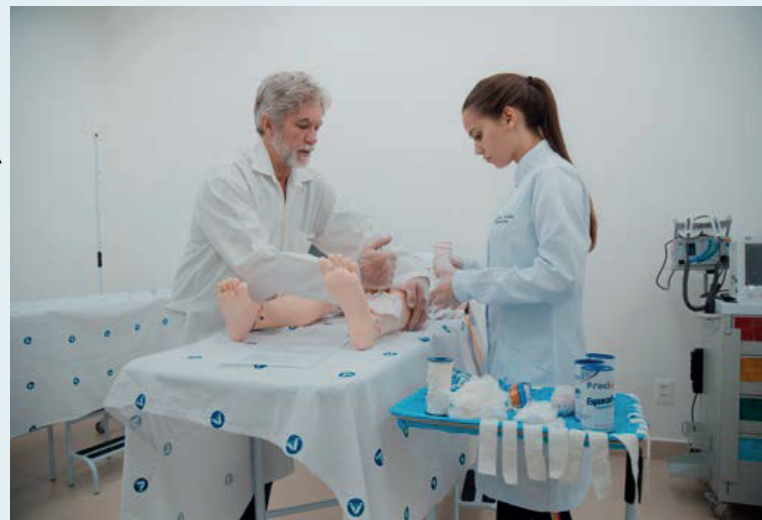




MAIOR CENTRO DE SIMULAÇÃO REALÍSTICA DE MEDICINA DA AMÉRICA LATINA ESTÁ NA FACULDADE ZARNS ITUMBIARA

A ferramenta conta com uma estrutura de mais de 1.200m², equipado com tecnologia de ponta para simular cenários de atendimentos médicos

Além de diagnosticar, orientar e acompanhar o tratamento, sempre na busca da promoção do bem-estar do paciente, na faculdade o futuro médico também aprende a evitar ao máximo erros, que infelizmente ainda é a causa de 2,6 milhões de mortes no mundo anualmente, segundo uma estimativa apresentada pela Organização Mundial da Saúde através do World Health Statistics. Uma das ferramentas criadas para diminuir o



**Centro de Simulação
Realística de Medicina**



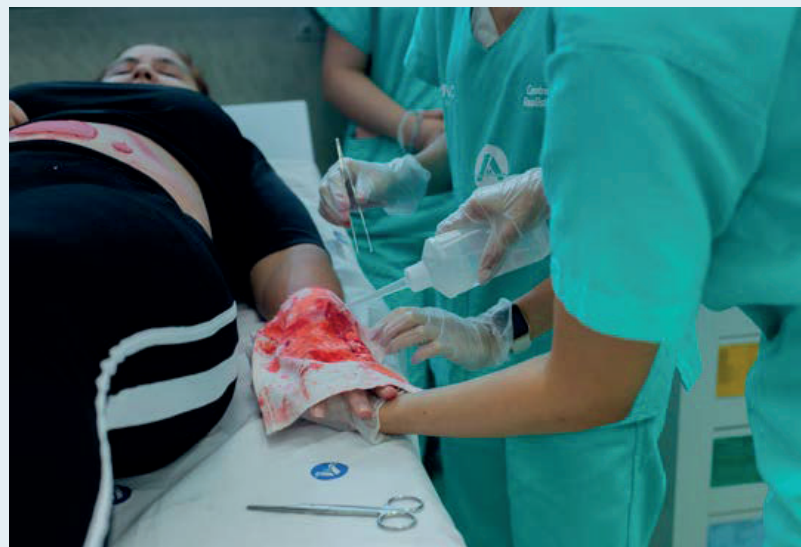
número de falhas de médicos e médicas é o Centro de Simulação Realística de Medicina. Na Faculdade Zarns Itumbiara, os estudantes contam com um Centro de Simulação com mais de 1.200m², equipado com tecnologia de ponta para simular cenários de atendimentos médicos de média a alta complexidade.

“Além de uma estrutura altamente tecnológica e completa, o nosso centro conta com simuladores de alta fidelidade, capazes de replicar com alto nível de realismo a fisiologia humana. Para atividades onde há interações humanas existem atores, contratados como pacientes simulados também. Essas atividades fortalecem o aprendizado dos estudantes, aumentando a autoconfiança, empatia e diminui os níveis de ansiedade durante os atendimentos”, explica Raphaela Vilela, coordenadora do centro.

Tecnologia de ponta

O Centro é criado com o intuito de simular o ambiente de um hospital, com todas as ferramentas, dispositivos e instrumentos. A estrutura do Centro de Simulação Realística de Medicina da Faculdade Zarns Itumbiara inclui UTIs, salas de parto, pronto atendimento, enfermarias e consultórios médicos.

Entre as peças que formam o acervo do centro, estão simuladores bastante conhecidos como o *SimMan*, que imita o corpo de um homem adulto e é usado para habilidades centrais de supervisão de vias aéreas, respiratória, cardíaca e circulatória; a *SlimMom*, que simula um corpo inteiro em trabalho de parto, facilitando o conhecimento anatomia e funcionalidade precisas para facilitar o treinamento na área da obstetrícia; o *Megaco-deKelly*, o *SlimJúnior* e muitos outros.



Ambulatório próprio com mais de 40 consultórios



Maior Centro de Simulação Realística da América Latina

www.imepacitumbiara.com.br
f @ imepacmed



Faculdade
ZARNS
IMEPAC
ITUMBIARA

NOTA 5
★★★★★

Conceito máximo do MEC

• A ponte para • o Qr code!



Acesse o nosso site e conheça mais sobre a nossa empresa. Lá, você poderá solicitar o seu cartão e agendar uma consulta. 09:37 ✓✓

RECEBERIA
ATÉ

70%

80%

90%



**de desconto nos
juros para quitar
IPTU, ISS e taxas:**

VOCÊ TAMBÉM PODE PARCELAR

- Em 6x com 90% de desconto nos juros.
- Em 10x com 80% de desconto nos juros.
- Em 12x com 70% de desconto nos juros.

Negocie na prefeitura
ou no Vapt Vupt até
26 de janeiro.

*Para pagamento à vista

É só andar pela cidade
pra ver que 2023
foi um ano de muitas
conquistas.

**TEM
PREFEITURA
AQUI**



- Novas entradas da cidade.
- + de 1,1 milhão de m² de asfalto novo.
- 9 mil lâmpadas de LED.
- Ensino em tempo integral para 100% dos alunos.
- 50 novas salas de aula em escolas em construção.
- Reformas e ampliação de clínicas, UPA e hospital municipal.
- Saúde na Hora até 22h.
- Realização de cirurgias e entrega de próteses dentárias.
- Construção e revitalização de praças e quadras esportivas.
- Retomada de obras paradas.
- Inauguração da Casa da Mulher.
- Centenas de escrituras entregues.
- + de 1.200 castração de cães e gatos e doação de rações para protetores de baixa renda.
- Cartão natalino de R\$ 650 para 6 mil servidores usarem no comércio local.

itumbiara.go.gov.br



Veja mais em
nosso Instagram
[@prefeituradeitumbiara](https://www.instagram.com/prefeituradeitumbiara)


GOVERNO DE
ITUMBIARA
A cidade no rumo certo.

Sexta

NOTÍCIAS

25-03-2023

TRÂNSITO

Mulher atravessa na faixa de pedestre sem sofrer nenhum acidente.

*Com a nova fiscalização eletrônica, Itumbiara reduziu em 77% o número de acidentes com vítimas.**

Veja o que os moradores estão falando sobre a fiscalização



A gente quer que todas as notícias sejam assim.

*Dados comparativos entre o 1º semestre de 2023 e o 2º semestre, após implantação dos radares, segundo a Polícia Militar.

Compreendendo a Insônia: Buscar Ajuda para Noites Tranquilas

A insônia, mais comum do que se imagina, pode afetar significativamente a qualidade de vida. Se você tem dificuldades para dormir, é importante entender que a insônia não é algo que deva ser ignorado. Buscar ajuda é o caminho para recuperar noites tranquilas e garantir um descanso necessário para o corpo e a mente.

O Que é Insônia:

A insônia é mais do que simplesmente ter dificuldade para dormir ocasionalmente. É um distúrbio do sono caracterizado pela dificuldade em iniciar ou manter o sono, resultando em noites de descanso inadequado. Esta condição pode prejudicar a energia diária, o humor e a capacidade de concentração.

Sintomas Comuns da Insônia:

Dificuldade para Dormir: Dificuldade em adormecer, estando ou não cansado.

Despertares Noturnos Frequentes: Acordar várias vezes durante a noite e ter dificuldade em voltar a dormir.

Acordar cedo demais: Acordar antes do horário desejado e não conseguir voltar a dormir.

Fadiga Diurna: Sentir-se constantemente cansado durante o dia, afetando o desempenho em atividades cotidianas.

Por Que Buscar Ajuda:

Melhoria na Qualidade de Vida: O tratamento da insônia pode levar a noites mais reparadoras, melhorando a qualidade de vida.



Prevenção de Problemas de Saúde: A insônia crônica está associada a problemas de saúde como hipertensão, diabetes e depressão. Buscar ajuda pode prevenir complicações.

Como Buscar Ajuda:

Consultar um profissional de saúde é o primeiro passo. Um médico pode avaliar os sintomas, identificar causas potenciais e recomendar um plano de tratamento personalizado.

A insônia é uma condição tratável, e ninguém precisa enfrentar noites sem dormir sozinho. Se você está tendo dificuldades para dormir, não hesite em procurar ajuda. O sono é essencial para o funcionamento adequado do corpo e da mente, e a busca por tratamento é um passo importante para garantir noites de descanso reparador.

Nota:

Este texto é informativo e não substitui a consulta médica. Se você está enfrentando problemas de insônia, consulte um profissional de saúde para avaliação e orientação personalizada.



Galvi
CLÍNICAS

110,

Dr. João Pedro F. Galvão

Médico

CRM/MG: 97305 | CRM/GO: 32635

Desmistificando Estigmas na Saúde Mental: Buscar Ajuda é um Passo Corajoso para o Bem-Estar

A saúde mental é uma parte vital do nosso bem-estar geral, mas, infelizmente, muitas vezes é cercada por estigmas que podem prejudicar aqueles que precisam de ajuda. Se você ou alguém que você conhece está enfrentando desafios emocionais, é fundamental compreender que buscar apoio não é sinal de fraqueza, mas de coragem. Vamos explorar e derrubar alguns mitos comuns sobre saúde mental, incentivando todos a procurar atendimento quando necessário.

Estigma na Saúde Mental: O Que É?

O estigma na saúde mental refere-se ao preconceito, discriminação e julgamento negativo associados a problemas emocionais e transtornos mentais. Esse estigma pode ser um obstáculo significativo para as pessoas procurarem ajuda, criando um ambiente onde o sofrimento emocional é frequentemente silenciado.

Mitos Comuns sobre Saúde Mental:

"Procurar Ajuda é Sinal de Fraqueza": Na realidade, pedir ajuda é um ato de coragem e autenticidade. Assim como buscamos assistência para problemas físicos, a saúde mental merece a mesma atenção.

"Problemas Mentais São Apenas Frescura": Transtornos mentais são condições médicas reais que afetam o funcionamento do cérebro. Eles não são escolhas, e as pessoas que os enfrentam merecem compreensão e apoio.

"Pessoas com Problemas Mentais São Perigosas": A grande maioria das pessoas com problemas mentais não é violenta. Estereótipos como esse contribuem para o estigma e prejudicam a busca por tratamento.

Por Que Buscar Ajuda é Importante:

Redução do Sofrimento: A busca por tratamento pode aliviar o sofrimento emocional e melhorar a qualidade de vida.

Prevenção de Complicações: Ignorar problemas de saúde mental pode levar a complicações mais sérias. O tratamento precoce é crucial.



Galvi
CLÍNICAS

Dra. Laise Guerino Vieira

Médica

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

MAIS INFORMAÇÕES CONSULTE NOSSO GUIA NAS PÁGINAS 06 E 07

Como Superar o Estigma e Procurar Ajuda:

Educação e Conscientização: Aprender sobre saúde mental pode ajudar a combater o estigma. Informação correta empodera as pessoas a compreenderem melhor suas próprias experiências e as dos outros.

Conversas Abertas: Falar sobre saúde mental sem julgamento ajuda a normalizar o tema. Isso cria um ambiente onde as pessoas se sentem mais confortáveis em buscar ajuda.

Buscar Profissionais de Saúde: Médicos, psicólogos e terapeutas estão disponíveis para oferecer suporte. Consultar um profissional é um passo crucial para superar estigmas e iniciar o caminho da recuperação.

Quebrar os estigmas na saúde mental é essencial para garantir que todos tenham acesso ao suporte de que precisam. Buscar ajuda é um ato de coragem que pode transformar vidas. Se você ou alguém que você conhece está enfrentando desafios emocionais, lembre-se de que a ajuda está disponível e que ninguém está sozinho nessa jornada. O primeiro passo para a recuperação é procurar atendimento profissional.

Nota:

Este texto é informativo e não substitui a consulta com profissionais de saúde. Se você ou alguém que você conhece está enfrentando desafios de saúde mental, consulte um profissional para orientações e apoio personalizado.





BAGAGEM EXTRAVIADA? OVERBOOKING? VOO CANCELADO? CONHEÇA SEUS DIREITOS

Os direitos dos passageiros de avião são fundamentais para garantir uma experiência segura, justa e confortável durante viagens aéreas.

Diversas regulamentações e acordos internacionais estabelecem padrões para proteger os direitos dos passageiros em diferentes situações. Aqui estão alguns dos principais aspectos relacionados aos direitos dos passageiros de avião:

Informações claras e transparentes: Antes da viagem, as companhias aéreas têm a obrigação de fornecer informações claras sobre horários de voos, itinerários, condições contratuais, políticas de bagagem e outros detalhes relevantes. Essas informações devem ser acessíveis e compreensíveis para os passageiros.

Cancelamento e atraso de voos: Em casos de cancelamento ou atraso significativo de voos, os passageiros têm direito a compensações ou assistência, dependendo das leis locais e das circunstâncias específicas. Isso

pode incluir refeições, acomodações, transporte alternativo ou reembolso do bilhete.

Overbooking: Se a companhia aérea vender mais bilhetes do que assentos disponíveis, os passageiros têm direito a compensações e assistência, como acomodação e refeições, caso não consigam embarcar no voo original, além de eventual indenização em caso de prejuízo comprovado.

Bagagem perdida ou danificada: As companhias aéreas são responsáveis por garantir que a bagagem dos passageiros seja transportada de forma segura. Se a bagagem for perdida, danificada ou atrasada, os passageiros têm direitos, incluindo compensações financeiras para cobrir custos imediatos.

Assistência a passageiros com necessidades especiais: Companhias aéreas são obrigadas a fornecer assistência adequada a passageiros com necessidades especiais, incluindo aqueles com mobilidade reduzida. Isso pode incluir serviços de embarque priori-

tário, assistência no aeroporto e adaptações durante o voo.

Indenização por danos: Os passageiros podem ter direito a indenizações adicionais em casos de danos causados durante o voo, desde que a responsabilidade da companhia aérea seja comprovada. Isso pode incluir danos à bagagem, atrasos significativos, perda de conexões e outros inconvenientes.

Segurança a bordo: Os passageiros têm o direito de viajar com segurança. As companhias aéreas devem seguir rigorosos padrões de segurança e os passageiros são obrigados a obedecer às instruções da tripulação para garantir a segurança de todos a bordo.

Compensação por overbooking e negação de embarque: Se um passageiro for impedido de embarcar devido a overbooking ou

outras razões não relacionadas ao seu comportamento, ele pode ter direito a compensações, dependendo da legislação local.

É importante que os passageiros conheçam seus direitos e estejam cientes das regulamentações aplicáveis em diferentes regiões do mundo. Além disso, em caso de qualquer problema, os passageiros devem procurar a assistência da companhia aérea e, se necessário, agências reguladoras de aviação para resolver questões e buscar compensações adequadas.

Se não houver a devida assistência das companhias aéreas e ainda em caso comprovado de prejuízo, de ordem material ou moral, o passageiro poderá pleitear indenização judicialmente.

Em caso de dúvidas, procure um advogado.



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.

 [barbosaepaiaoadvogados](https://www.instagram.com/barbosaepaiaoadvogados)

 [barbosaepaiao](https://www.facebook.com/barbosaepaiao)

 [barbosa_paiao](https://www.twitter.com/barbosa_paiao)

 64 99248-4450

 (64) 3404-6738

 Rua Paranaíba, nº 632 - Centro, Itumbiara - GO

TRABALHAMOS COM OS
PERFUMES IMPORTADOS MAIS
DESEJADOS DO MOMENTO



TEMOS FRAGRÂNCIAS EXCLUSIVAS
PARA HOMENS E MULHERES DE
BOM GOSTO E PERSONALIDADE.



LADO Z



 64 99999-0086
 ladozitumbiara

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



CARNES

BOI VERDE

PRODUTO EXCLUSIVO SUPERMERCADO ALVES

CARNES DE

QUALIDADE PREMIUM



**SUPERMERCADO
ALVES**

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

Síndrome de De Quervain

A síndrome de De Quervain é uma condição que afeta os tendões do punho e polegar, causando dor e inflamação. A fisioterapia costuma ser recomendada para fortalecer a região, melhorar a mobilidade e aliviar os sintomas.

No tratamento da síndrome de De Quervain, a fisioterapia pode incluir orientações sobre ergonomia e modificação das atividades diárias para minimizar o estresse nos tendões, além de exercícios específicos, terapias manuais, como massagem e mobilizações articulares, que podem ser utilizadas para reduzir a tensão muscular e promover a circulação sanguínea na região afetada.

O uso de órteses, como splints para imobilização temporária, pode ser recomendado para proteger os tendões durante o processo de cicatização.



O engajamento ativo da pessoa no processo de reabilitação, seguindo as orientações do fisioterapeuta, desempenha um papel crucial no sucesso do tratamento.



Alinhar Saúde

Fisioterapia e Osteopatia

64 3404-9400

Rua Franklin Xavier, nº 328, Centro, CEP 75503070, Itumbiara-GO

Dra. Carolinne Barcelos Almeida Freitas

CREFITO11/355126-F
Fisioterapeuta

 34 98439-0533



Dra. Waldiana Barcelos de Almeida

CREFITO - 11/134048-F
Fisioterapeuta

 54 99214-1534





EMPREENDEDORISMO



Entrevista Empreendedora Premium

118,

Hoje vocês estão à frente de uma empresa que cresceu muito em um curto espaço de tempo! Nos conte um pouco de como surgiu a Isa Nails.

Isadora e Paula - *O Espaço Isa Nails é resultado da união de duas amigas, Isadora e Paula, empreendedoras que possuem paixões em comum: beleza,*

saúde e estética. Com uma história de amizade que se iniciou como colegas de trabalho, hoje nos tornamos comadres e sócias, levando essa paixão em comum para todas as clientes do Espaço Isa Nails.

Sempre com um apoio mútuo entre as duas e após a Isa ingressar no segmento da beleza, a amizade se

multiplicou por admiração e de cliente e amiga, Paula decidiu embarcar nesse sonho da Isa e se tornar sócia, com o primeiro espaço e Nail Studio de técnica russa em Itumbiara.

Quando falamos em novidades, como vocês conseguem oferecer uma gama tão alta de opções, e estar sempre inovando e encantando todos os tipos de clientes?

Isadora e Paula - *Olha, costume dizer que a melhor novidade sem sombras de dúvidas é, estar em busca de melhorar cada dia mais a praticidade no dia a dia de nós mulheres, e essa é a pegada do Espaço Isa Nails, um procedimento moderno, duradouro, eficaz e prático.*

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

Isadora e Paula - *Eu enxergo um mercado que cresce a cada dia mais, e com isso é inevitável não seguir com esta mudança.*

É notório como o mercado da beleza está se empenhado em oferecer um serviço de cura, aonde conseguimos com que as pessoas que buscam nossos serviços, sintam o que realmente buscamos entregar, que é cuidado, vivacidade, liberdade, conforto e renovação da autoestima.

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?

Isadora e Paula - *Olha, estamos em um momento em que muito se tem concorrência, mas pouca credibilidade, não digo que seja só na área da beleza, mais sim em todas as áreas, pois além de empresária eu também sou consumidora de diversos produtos e serviços.*

E acredito que não tem melhores habilidades do que ter constância, entender que tudo faz parte do processo, ser comprometido com horários e apostar muito

no desenvolvimento pessoal, pois só nos conhecendo sabemos para onde queremos ir.

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

Isadora e Paula - *Que tudo é possível! E sempre colocar Deus em primeiro lugar, ser grato, e que a vontade dele sempre prevaleça pois ele já viu lá na frente, então só confia e vai! Caminhar com ele não significa que vai ser perfeito e sim mais leve.*

Estamos sempre em altos e baixos, mas mais importante do que subir, é a forma com que nos levantamos, e jamais esquecer de dar valor nos detalhes, nada é do dia para a noite (e era o que eu mais queria rs).

Muito obrigada por todo carinho conosco!



UM NOVO ANO SE INICIA E COM ELE NOVAS OPORTUNIDADES. SABEMOS QUE O ANO QUE PASSOU FOI DESAFIADOR E EXIGIU MUITA RESILIÊNCIA E ADAPTAÇÃO DE TODOS NÓS. MAS TAMBÉM SABEMOS QUE A PERSISTÊNCIA É O CAMINHO DO ÊXITO E QUE NÃO DEVEMOS DESISTIR DOS NOSSOS SONHOS E OBJETIVOS. POR ISSO, NESTE ANO QUE SE INICIA, DESEJAMOS A VOCÊS MUITA MOTIVAÇÃO E PROSPERIDADE EM TODAS AS ÁREAS DA SUA VIDA. QUE VOCÊS POSSAM SUPERAR OS OBSTÁCULOS, APRENDER COM OS ERROS E CELEBRAR AS CONQUISTAS. QUE ESTE SEJA UM ANO DE MUITA LUZ E SUCESSO.





FELIZ ANO NOVO!

 **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



ENTREVISTA

Rodrigo Freitas Cunha
Laboratório IDESG

Márcia Cristina Miranda
Laboratório IDESG

Laboratório IDESG

Nessa edição trouxemos um pouco da trajetória de sucesso do Laboratório Idesg, com unidades em Goiatuba-GO e Joviânia-GO, representado aqui por seu Diretor administrativo e proprietário Rodrigo Freitas Cunha. Em uma entrevista exclusiva, Rodrigo trouxe um pouco de sua experiência profissional a frente do Laboratório, e contou um pouco da história da empresa.





Como foi o início do Laboratório IDESG?

Rodrigo Freitas Cunha - Em 1999 foi fundado o instituto de diagnóstico especializado de Goiatuba, conhecido como IDESG, tendo em vista a necessidade de fortalecer a área da saúde na cidade. O fato de ter sido criado por pessoas com um alto nível de conhecimento possibilitou que se destacasse e por portarem um maior entendimento na área conseguiram entender melhor as necessidades dos pacientes. Em 2016 foi feita toda uma reestruturação na empresa que foi assumida por uma nova administração e a partir deste momento o IDESG começou a evoluir, tanto na parte estrutural em que sua matriz mudou sua localização e aumentou sua estrutura, como também a parte técnica onde toda a aparelhagem começou a ser atualizada e o pessoal técnico mais bem preparado para a nova demanda. Em 2020 foi inaugurada a nova filial na cidade de Joviânia, onde conseguimos abranger nossos serviços e obter um reconhecimento maior da empresa. A partir deste momento não paramos mais de investir em novas tecnologias, o que nos torna nesses 24 anos referência em seu segmento, assim a população pôde beneficiar-se dos melhores serviços na área de análises clínicas. Atualmente dispomos de um portfólio com mais de 3.000 exames laboratoriais, além de uma equipe técnica altamente qualificada. Tudo para oferecer aos clientes novas experiências e um atendimento ainda mais acolhedor.

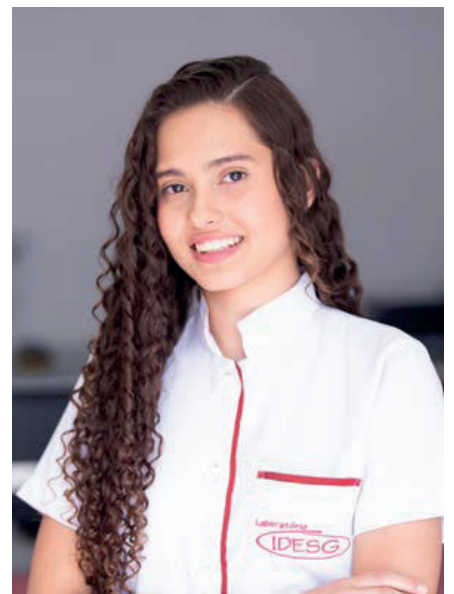
Como é feito o controle de qualidade dos exames realizados dentro do laboratório Idesg?

Rodrigo Freitas Cunha - Utilizamos procedimentos específicos para realizar tal controle, entre eles está o monitoramento do processo analítico feito pela análise das amostras controle, realizando o registro dos resultados e a análise dos dados.

Somam-se ao monitoramento outras duas ações: a definição de critérios de aceitação dos resultados e a liberação ou rejeição das análises após avaliação dos resultados das amostras de controle. Hoje trabalhamos com controle interno do PNCQ e já estamos há alguns anos recebendo avaliação de Excelência pelo órgão.

Fale um pouco dessa evolução e da importância dessa inovação.

Rodrigo Freitas Cunha - Se você tivesse que escolher apenas uma palavra para definir o momento em que vivemos hoje, qual seria ela — mudança, tecnologia, digital, transformações sociais, ou alguma outra? Na minha opinião a palavra que realmente caracteriza o nosso momento é “velocidade”. Quase tudo pelo que estamos passando atualmente — mudanças, tecnologia, transformações sociais —, já existia também no passado. Desde o início da história da humanidade, as novas descobertas tecnológicas de cada tempo têm reconfigurado o mundo, reestruturando as suas sociedades, criando e extinguindo civilizações. Nada disso é novidade. A nova e decisiva variável na equação da história humana hoje é a velocidade vertiginosa com que tudo isso acontece. A tecnologia estabelece a aceleração impondo o ritmo da mudança, no entanto, ele é absorvido mais rapidamente pela sociedade do que pelos ambientes de negócios. Esse fenômeno é um alerta que acentua ainda mais a importância e a necessidade da inovação constante nas empresas — para conseguir vencer a diferença de velocidade de mudança e acompanhar o mercado, nós precisamos instaurar e manter uma cultura de inovação e estabelecer processos para que ela aconteça. O importante é que a tecnologia tende a contribuir muito para dar velocidade e estruturação, tornando o nos-



so objetivo de alcançar a qualidade muito mais fácil de ser conquistado. Isso, por si só, justifica todo investimento realizado até hoje, pois é quase uma garantia de que não sofreremos com contratemplos como atrasos, retrabalhos ou ineficiência.

Qual o segredo para tantos anos de sucesso em um mercado tão competitivo?

Rodrigo Freitas Cunha - As chaves para o sucesso de um negócio não dependem de encontrar um mercado sem nenhum concorrente, mas sim de como você define a posição que sua empresa vai ocupar nesse mercado – por mais cheio que esse mercado seja. Dito isso, tudo que precisa fazer é arregaçar as mangas e trabalhar para diferenciar o seu negócio da concorrência. Neste caso não existe um segredo, mas sim pontos essenciais onde buscamos: Conhecer o cliente: Tratamos nossos clientes como amigos, o que faz toda a diferença para um relacionamento mais próximo e confortável dentro da empresa. Ter uma equipe qualificada: A ampla oferta de empresas que vendem o mesmo produto exige que a empresa invista no pessoal. Quando os colaboradores são apaixonados pelo que fazem e vestem a camisa do negócio eles conseguem levar esse diferencial para o trabalho. Usar a tecnologia para criar um produto melhor: As soluções tecnológicas ajudam a empresa, garantindo a qualidade e agilizando os processos, o que gera um diferencial competitivo para o negócio. O mercado está mudando muito rápido e o perfil de consumo dos clientes também, pois estão se tornando mais exigentes.

Qualidade e precisão nos resultados são fatores que os pacientes procuram em um Laboratório no momento de fazer seus exames. Como vocês fazem para atender essas exigências?

Rodrigo Freitas Cunha - Qualidade e Precisão nos resultados são fatores muito importantes quando tratamos de exames, afinal é através deles que o médico irá diagnosticar o paciente, então neste momento a palavra-chave é: qualidade, que neste contexto significa um conjunto de regras e normas a serem seguidas em determinada ocasião. Da mesma forma, precisão nos resultados sugere um conjunto de regras e procedimentos a serem utilizados para um exame específico. Assim sendo, é preciso que os equipamentos estejam com controles de qualidade adequados, atualizados e otimizados, somente assim conseguimos resultados precisos e de qualidade. Desta forma minha equipe técnica está preparada para aplicá-los com a máxima eficiência. E com isto já estamos há alguns anos recebendo o certificado de EXCELÊNCIA na questão controle de qualidade, o que mostra o quanto nos importamos com esse requisito. A utilização destes controles de qualidade de forma adequada, atualizados e otimizados consegue nos oferecer as seguintes vantagens:

- Maior qualidade dos exames;
- Redução no tempo de realização do exame;
- Maior produtividade dos equipamentos.


Nesse mês de janeiro a cidade de Goiatuba completa 93 anos, fale um pouco sobre o atual momento do município e a expectativa para o ano de 2024.

Rodrigo Freitas Cunha - Goiatuba vem passando por um desenvolvimento político e econômico, com crescimento das empresas e a chegada de novos investimentos. As expectativas para 2024 de um ponto de vista mais amplo será um ano de mudanças, que exigirá flexibilidade e adaptação dos empresários e colaboradores, além da necessidade de atender as novas demandas que estão surgindo, pois o mercado está cada vez mais exigente.




KAMILLA VITÓRIA
ARQUITETURA & INTERIORES

Kamilla Vitória
Arquiteta

 62 99626-6147

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

 kamillarquitetura@hotmail.com

 [arq.kamillavtr](https://www.instagram.com/arq.kamillavtr)

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

Saúde mental das crianças: conheça os 6 pontos de atenção



A saúde mental das crianças desempenha um papel fundamental em seu desenvolvimento e bem-estar. Identificar e compreender os pontos de atenção relacionados à saúde mental infantil é essencial para garantir um ambiente de apoio e promover um desenvolvimento emocional saudável para os pequenos.

Qual é a importância de cuidar da saúde mental das crianças? A promoção da saúde mental infantil é essencial para o bem-estar das crianças em curto e longo prazo. Trata-se de um fator crucial para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social. Ela afeta a capacidade de aprender, se relacionar com os outros e lidar com desafios. Durante a infância, o cérebro está em um estágio de desenvolvimento crítico, caracterizado pela alta plasticidade. A saúde mental adequada é essencial para a organização e a conexão das estruturas cerebrais. Traumas ou estresses crônicos afetam negativamente o desenvolvimento cerebral, levando a desafios cognitivos e emocionais.

Quais são os pontos de atenção com a saúde mental das crianças? É essencial que pais, familiares e cuidadores estejam atentos aos sinais de alerta, como: mudanças de comportamento; isolamento; tristeza persistente; ansiedade excessiva; problemas de sono; mudanças na alimentação; agressividade e retraimento social. Existem vários pontos de atenção quando se trata de cuidar da saúde mental das crianças. É preciso conhecê-los para garantir que as necessidades emocionais e psicológicas dos pequenos sejam atendidas de forma adequada. Confira a seguir.

1. Sobrecarga mental - A sobrecarga mental é à exposição a agentes estressores e pressões que excedem a capacidade de a criança de lidar eficazmente com a situação. Isso pode causar ansiedade, depressão infantil e transtorno de estresse pós-traumático. Os sinais de sobrecarga mental podem variar de uma criança para outra. Geralmente, incluem mudanças comportamentais e emocionais. É preciso conhecer o comportamento normal do pequeno para identificar alterações.

2. Pertencimento familiar - Um senso de pertencimento saudável e positivo à família contribui para o desenvolvimento infantil saudável. É fundamental criar um ambiente de familiar positivo, no qual as crianças se sintam amadas, seguras e apoiadas. Isso pode ser alcançado por meio da comunicação aberta, do respeito pelas emoções e opiniões das crianças. Também com

a resolução saudável de conflitos e o estabelecimento de rotinas familiares que promovam a estabilidade e a coesão.

3. Falta de confiança por parte dos adultos - É fundamental que os adultos mostrem confiança nas crianças, incentivando, apoiando e tratando com respeito. Isso não significa evitar a correção ou a orientação quando necessário, mas sim construir uma relação baseada na confiança e no apoio mútuo. O sentimento de confiança desempenha um papel importante na formação da autoestima das crianças. Quando elas não se sentem confiáveis aos olhos dos mais velhos, a autoconfiança pode ser prejudicada, e o pequeno tem a sensação de ser incapaz.

4. Bullying - As vítimas de bullying experimentam um alto nível de estresse, ansiedade e depressão. Esses efeitos emocionais podem persistir em longo prazo. Crianças que sofrem esse tipo de agressão estão em maior risco de desenvolver problemas de saúde mental, como transtorno de estresse pós-traumático e transtorno de ansiedade social. As crianças, muitas vezes, não relatam o bullying por medo, vergonha ou porque acreditam que não serão ouvidas. Os efeitos dessa prática, como dito, podem persistir na vida adulta. Isso afeta o desenvolvimento emocional e social das vítimas, e vai causar limitações e dificuldades em diferentes aspectos da vida, como no trabalho e nas relações pessoais.

5. Traumas - Traumas na infância podem afetar o desenvolvimento do cérebro, especialmente o sistema límbico, que regula as emoções. Logo, essa situação causa dificuldade na regulação emocional e no processamento de eventos estressantes. O trauma pode se manifestar, também, em sintomas físicos, como dores de cabeça, problemas gastrointestinais, insônia e outros. Eles impactam negativamente a autoimagem e a autoestima das crianças, fazendo com que se vejam de maneira negativa e depreciativa.

6. Presença dos pais - A qualidade da interação e do relacionamento entre os pais e as crianças tem uma influência profunda em vários aspectos do desenvolvimento infantil. A presença dos pais desde o nascimento é essencial para estabelecer um vínculo emocional seguro, sendo fundamental para o desenvolvimento da autoestima e da segurança emocional. Relações saudáveis e positivas com os pais são cruciais para o bem-estar emocional e psicológico dos pequenos. Quando a presença deles é insuficiente ou problemática, afeta adversamente o desenvolvimento e a saúde mental das crianças.



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


HOSPITAL
FREI ANACLETO



Serviços de Hemodinâmica:

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

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



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

@hemodinamicaitumbiara

Fale conosco: **(64) 3430-3090** **(64) 99665 3090**

www.hemodinamicaitumbiara.com.br



Acesse
nosso
website

Desejando a todos os pacientes, amigos e à
comunidade de Itumbiara e região um próspero
ano novo, repleto de saúde e felicidade.

Feliz 2024!