

DeFato Saúde & bem-estar

ANO XXX | Edição 296 | 2022 | R\$ 20,00

Hospital Nossa Senhora das Dores

Inovação para transformar



Foco no cliente

Inteligência Artificial

Lean Healthcare

Big Data e Analytics

Plataforma de valor

Healthtechs





Sempre pronto para lhe atender

RESULTADOS ONLINE

ACESSE SEU RESULTADO PELO NOSSO SITE:
 www.laboratorioduarte.com.br

REDES SOCIAIS

 /LaboratorioDuarteMG
 /LaboratorioDuarte

PARA AGENDAMENTOS

 (31) 3831-2250



Vacina

Proteção para sua família.

Vacinas de imunização do nascimento à vida adulta. Nosso atendimento contempla também vacinação para gestantes, viajantes e profissionais que atuam na área da saúde.



Exames Laboratoriais

A medicina diagnóstica tem participação de 70% das decisões clínicas relacionadas ao diagnóstico e tratamento de problemas de saúde. **Nossas análises trazem resultados precisos em todos os exames que realizamos** de urina, exames de sangue, exames de fezes, teste genético dentre outros.



Atendimento Domiciliar

No conforto do lar, atendimento com mais segurança, zelo e praticidade no momento da coleta de **exames e de vacinação**. Isso tudo, sem sair de casa.



Exame Toxicológico

O exame toxicológico é obrigatório para todos os motoristas das categorias C, D e E, que tenham CNH válida, precisam renovar ou obter a licença. Conte com uma infraestrutura exclusiva de atendimento, coleta e análise.

agenciavista.com.br



UNIDADES

- ITABIRA
- SANTA MARIA DE ITABIRA
- SÃO GONÇALO DO RIO ABAIXO

D. LABORATÓRIO
DUARTE





► EXPEDIENTE

REVISTA DEFATO SAÚDE E BEM-ESTAR

CNPJ: 71.029.698/0001-16
Avenida Mauro Ribeiro Lage, 438
– Loja 12 – Esplanada da Estação -
Itabira/MG
CEP 35900-562
Telefone: (31) 3831-3656
Whatsapp (31) 98798-5620
jornalismo@defatoonline.com.br
www.defatoonline.com.br

Editoria de Jornalismo

Fernando Silva
fernando@defatoonline.com.br
Tatiana Linhares
tatiana@defatoonline.com.br

Reportagem

Chris Estrela
Gustavo Linhares
Júlia Souza
Luciano Vidal
Sara Zeferino
Thales Benício
Victor Eduardo
jornalismo@defatoonline.com.br

Comercial

Rachel Furtado
rachel@defatoonline.com.br
comercial@defatoonline.com.br

Tecnologia

Gustavo Bretas
gustavo@defatoonline.com.br

Produção

Marina Colombo
opecc@defatoonline.com.br

Financeiro

Cleise Martins
financeiro@defatoonline.com.br

Fotografia

Júlia Souza
Gustavo Linhares

Projeto Gráfico e Diagramação

Ponte Propaganda
(31) 3840-5780

Capa

Eugênio Muller/Lúcia Maria

*Os artigos e matérias veiculadas
nesta revista são de responsabili-
dade de seus autores e não represen-
tam a opinião deste veículo.*

► EDITORIAL

Itabira prepara uma diversificação econômica com muita saúde

A diversificação econômica virou palavra de ordem para os itabiranos nos últimos tempos. E faz sentido. A exaustão das minas da Vale é um fato inexorável. A “eterna” riqueza da utopia drummondiana está com prazo de validade bem determinado. Essa realidade é dura como uma hematita – o principal mineral de ferro. Itabira, portanto, procura por um novo rumo socioeconômico. A “monoeconomia” perigosa e exclusiva dependência da atividade mineradora provocou letal comodismo da sociedade. Mas ainda há tempo para demolir essa letargia. Então, esse é o momento exato para o descobrimento da tão decantada diversificação econômica. Essa escolha é sinônimo de tudo ou nada para a terra do poeta maior. Um divisor de água. E, nesse sentido, algumas perspectivas parecem bastante viáveis para a nova trajetória desenvolvimentista do município. Duas peças muito cristalinas estão colocadas nesse intrincado tabuleiro: educação e saúde. Os caminhos – bem pavimentados atendem pelos nomes Universidade Federal de Itajubá (Unifei) e rede hospitalar. O Hospital Nossa Senhora das Dores por meio de intensos investimentos em tecnologia e estrutura física prepara-se para assumir um novo patamar regional no quesito saúde pública. O Hospital Carlos Chagas, por sua vez, conta com estabelecida infraestrutura de excelência. Com isso, Itabira está apta para receber pacientes de todos os municípios da vizinhança. Esse panorama significa um importante impulso na economia local, principalmente no segmento de hotelaria, restaurantes e congêneres. As duas instituições de saúde são também instrumentos facilitadores para a implantação do tão sonhado curso de medicina. Então como se nota Itabira prepara a sua diversificação econômica com muita saúde.

Fernando Silva

A Unimed Itabira é especialista em saúde e oferece serviços médicos e ações de promoção da saúde personalizados e a custo compatível com o mercado.

Planos individuais | Pessoa Física Planos empresariais | Pessoa Jurídica

A Unimed Itabira possui planos especialmente desenvolvidos para melhor atender você e sua família ou sua empresa e seus colaboradores. É possível definir como será o plano: ambulatorial (sem internação) ou com internação (enfermaria ou apartamento).

**Rua Dr Sizenando de Barros, 62 -2º andar
Centro, Itabira - MG. Contato: (31) 3839-7721**



Espaço Viver Bem. Cuidado com sua saúde e bem-estar.

Contamos com uma equipe multidisciplinar capacitada para orientar os beneficiários e desenvolver, sem custo adicional ao plano, cuidados personalizados para cada momento.

**Av. Mauro Ribeiro Lage, 190 | sala 501 | Esplanada da
Estação | Itabira - MG. Contato: (31) 3839-7729**



Saúde Ocupacional: Acompanhe a saúde da sua empresa.

A Unimed Itabira possui uma equipe capacitada para elaborar e acompanhar os programas relacionados à Medicina Ocupacional, como o PCMSO (Programa de Controle Médico de Saúde Ocupacional), atestados médicos e o PPP (Perfil Profissiográfico Previdenciário). A meta é oferecer às empresas um serviço de qualidade na área da saúde ocupacional, proporcionando aos seus trabalhadores melhores condições de vida, além de atender à legislação vigente.



**Av. Carlos Drummond de Andrade, nº 38
loja 01 e 02, Centro | Itabira - MG
Contato: (31) 3839-7702**

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



► ÍNDICE



24

Dermatologia
Dr. Ricardo de Alencar Resende
Psoríase



33

Fisioterapia
Paulo Roberto Lage Brunelli
Origem multifatorial das doenças



10

Pediatria
Dra. Elisa Codeço Novaes Vitor
O impacto da exposição às telas no desenvolvimento e crescimento infanto-juvenil



28

Psiquiatria
Dra. Cristiane Rangel Teza
Espiritualidade e religiosidade em psiquiatria



36

Análises Clínicas
Aulísia Maria Vieira Duarte
As transformações do Covid-19



11

Cardiologia
Dr. Felipe Sérgio Rodrigues Vitor
Como os pensamentos e sentimentos influenciam a saúde do coração



29

Ginecologia e Obstetrícia
Dr. Odirley Dackson Teza
Importância da ultrassonografia durante a gravidez



38

Análises Clínicas
Sandra Maria Vieira Duarte
Vacinas, gripe e resfriado



12

Otorrinolaringologia
Dra. Ana Luíza Costa Lage Gomes
Harmonia e funcionalidade do nariz



32

Psicologia
Daniela Lage Rolla Brunelli
A importância de cultivar a presença



42

Angiologia
Dra. Luísa Assis Souza
Varizes: aplicação ou cirurgia?



46

Otorrinolaringologia

Dra. Bárbara de Melo Torres Alves

**"Nariz entupido":
saiba as causas e o que fazer**

60

Administração Hospitalar

Alexandre José da Silva Coelho

Inovação em saúde

72

Ginecologia e Obstetrícia

Dra. Ana Luíza Alvarenga Gomes

**Endometriose:
entenda o que é e como tratar**

50

Doula

Camilla Dutra

**A importância do acompanhamento
dessa profissional para
todas as gestantes**

64

Hematologia

Dra. Marielle Tomas de Pinho Coelho

**Abordagem diagnóstica
das anemias**

76

Saúde Pública

Dra. Clarissa Santos Lage

Uma nova Saúde para Itabira

54

Psicologia

France Jane Elias Leandro

**Transtorno do Espectro do Autismo
e Análise do Comportamento
Aplicada**

65

Oncologia

Dr. Marcos Antônio Batista de Miranda Júnior

**Introdução e recomendações
para a Oncologia**

82

Estética Facial

Dr. Jomar Afonso dos Santos

**Blefaroplastia a laser: os tipos de
tratamentos para pálpebras flácidas**

58

Biomedicina Estética

Gabriella Lacerda

**Harmonização ou desarmonização?
A síndrome do rosto super preenchido**

70

Medicina Nuclear

Dra. Jeffane Milene Silva Pacheco

**Doença coronariana
e medicina nuclear**

83

Ortopedia

Dr. Guilherme Mousinho Gomes Barbosa

**Mulheres têm mais lesões
do ligamento**

► ÍNDICE



ENTREVISTA



**Ermelina Meroto
Roncete Valadares Costa**

30

Dedicação e entusiasmo
com a Pediatria



Oral Unic:

tratamento odontológico
ao alcance de todos

34



Corteza Consultórios Médicos:

Mais investimento e
modernidade para Itabira

26



Laboratório Duarte:

novidades em tecnologia, serviços e estrutura

22

Foto: Gabriela Senna



Solidariedade

Itabirana consegue comprar medicamento por meio de vaquinha

40



66

ONCOVIVA:

voluntários movidos pelo amor ao próximo



Clínica Sorrisus:

Excelência em todas as especialidades odontológicas

48



Laboratório Silveira:

nova unidade no HNSD

68



Metabase Farma

agora é drugstore

78



AMA

A Associação das Mães, Pais e Amigos dos Autistas de Itabira iniciou as atividades por meio de um grupo no Whatsapp

52



DRS Ocupacional:

excelência nos serviços de Saúde, Segurança do Trabalho e Meio Ambiente

74



Royal Face:

promovendo a democratização e o acesso à beleza

80

O impacto da exposição às telas no desenvolvimento e crescimento infanto-juvenil



Dra. Elisa Codeço Novaes Vitor

CRM/MG 57.842 / RQE 40415
Pediatra



As crianças crescem familiarizadas com as tecnologias usando-as para brincar, aprender e comunicar. A tecnologia faz parte de suas vidas, podendo alterar padrões de pensamento e a forma como aprendem. Crianças em idades cada vez menores têm tido acesso a esses equipamentos, algumas vezes para que possam “ficar quietinhas”, e essa distração passiva vem suprimindo e difere do brincar ativamente, que é importante para essa fase de desenvolvimento. Toda a infância e adolescência são importantes para o desenvolvimento cerebral e mental, nessa fase que há o amadurecimento de diferentes estruturas cerebrais; que são estimuladas através da nutrição, contato familiar e contato sensorial; que não podem ser substituídos pelas telas.

É perceptível o atraso no desenvolvimento da fala e linguagem de bebês expostos, passivamente, às telas por longos períodos de tempo. Transtornos do sono são frequentes em crianças submetidas excessivamente, em uma fase onde é extremamente importante um sono de qualidade para a boa produção de hormônios necessários para o adequado crescimento.

A luz das telas bloqueiam a produção de melatonina, que dificultam a qualidade do sono e com isso aumentam os pesadelos e, consequentemente, aumentam a sonolência diurna que levam a problemas de memória e concentração, havendo uma grande associação aos transtornos de déficit de atenção e hiperatividade.

A obesidade e sobrepeso são outras consequências frequentes. As crianças ficam mais sedentárias e aumentam o consumo de alimentos hipercalóricos. Alguns acabam por se tornar mais introspectivos, gerando uma dificuldade de relacionamento interpessoal fora dos meios tecnológicos. Essas são algumas das consequências da exposição prolongada às telas que podem repercutir por toda a vida da criança e adolescente.

Para que o uso de aparelhos como celulares, tablets, computadores e televisores sejam menos prejudiciais, devemos evitar a exposição de crianças menores de dois anos a eles. Para as crianças com idades entre 2 e 5 anos, o uso deve ser limitado ao tempo máximo de um hora por dia. Para quem tem entre 6 e 10 anos, o tempo pode ser de uma a duas horas diárias. Vale ressaltar a importância da supervisão de um responsável.

No caso de adolescentes, com idades entre 11 e 18 anos, o tempo de uso das telas e jogos pode variar entre duas e três horas por dia e nunca deixar “virar a noite” jogando. Além disso, não permitir que as crianças e adolescentes fiquem isolados nos quartos e estimular o uso nos locais comuns da casa também é benéfico. E para todas as idades: nada de telas durante as refeições e desconectar cerca de duas horas antes de dormir.

Como os pensamentos e sentimentos influenciam a saúde do coração



Dr. Felipe Sérgio Rodrigues Vitor

CRM/MG 51.196 / RQE 33215
Cardiologista



É conhecido o fato de que indivíduos estressados, competitivos, com personalidade mais agressiva, hostis, além daqueles com sentimento de “raiva”, são mais propensos a cardiopatias e alguns distúrbios do ritmo cardíaco e suas complicações.

Esses estressores da vida estão ligados à hiperativação dos eixos simpático-adrenais. Nessa condição, o coração é submetido à ação adrenérgica intensa, provocando aumentos intermitentes da frequência cardíaca e da pressão arterial, sobrecarregando o sistema cardiovascular, predispondo esses indivíduos a taquiarritmias com repercussão clínica variável e até mesmo morte súbita.

Indivíduos que nutrem o sentimento de raiva têm maior risco de desenvolver doença nas artérias do coração em relação àque-

les sem esse perfil. Fatores associados à personalidade, tais como raiva e hostilidade, podem deflagrar um tipo de arritmia cardíaca, denominada fibrilação atrial, que pode ser diagnosticada precocemente nos mais jovens.

Por fim, parece claro que a reatividade cardiovascular ao estresse psicológico, se prolongada ou exagerada, pode desencadear a doença cardiovascular, como acontece nos casos de doença arterial coronária. Diante disso, fica nítido que o combate ao stress, ao sedentarismo, uma alimentação saudável rica em frutas, legumes e vegetais, cereais e grãos, bem como a redução da ingestão de alimentos processados e industrializados, são práticas que reduzem consideravelmente o risco de doença cardiovascular, arritmia e morte.

Harmonia e funcionalidade do nariz



**Dra. Ana Luiza
Costa Lage Gomes**

CRM/MG 63.561 | RQE 45237
Otorrinolaringologista



A queixa de nariz entupido é muito frequente entre os brasileiros. O desvio do septo nasal é uma das principais causas, afetando quase 80% da população no Brasil, de acordo com a Associação Brasileira de Otorrinolaringologia e Cirurgia Cérvico-Facial (Aborl).

O septo nasal é uma estrutura composta por osso e cartilagem, que divide o nariz em duas metades, além de fazer parte importante da sustentação do arcabouço nasal.

Existem vários graus e formatos de desvio. Em alguns pacientes, só é visto por dentro do nariz e, em outros, conseguimos ver tortuosidade também no formato externo do nariz (famoso “nariz torto”).

A correção cirúrgica do desvio de septo obstrutivo é de grande importância para a qualidade de vida, com melhora da respiração, roncos, dores de cabeça, sinusites e infecções de garganta recorrentes, além de auxiliar no desempenho físico, memória e concentração.

Hoje, é cada vez mais crescente a busca da cirurgia de correção do septo associada à cirurgia estética nasal. A conhecida RINOPLASTIA é indicada tanto para a correção de imperfeições estéticas, bem como para os tratamentos funcionais (queixas obstrutivas), ajudando os pacientes a respirar melhor e deixando o nariz em harmonia com a face.

Para avaliação cirúrgica são necessários: exame clínico minucioso (observação e palpação de todo arcabouço nasal), medições, estudos fotográfico e tomográfico, além do exame endoscópico do nariz.

Existem diversas técnicas de rinoplastia que, sozinhas ou combinadas entre si, são escolhidas para atender às necessidades de cada paciente. Conforme o objetivo cirúrgico, podemos fazer modificações na arquitetura da ponta e dorso do nariz, base alar/abertura das narinas, entre outros, respeitando sempre a harmonia da face, sustentação do nariz e a funcionalidade (respiração).

A idade mínima ideal para fazer o procedimento é após 17 anos, faixa etária em que as estruturas ósseas da face estão quase completamente formadas, sofrendo pouquíssimas alterações no futuro. Em alguns casos selecionados, podemos fazer a abordagem antes dessa idade.

O resultado da rinoplastia é definitivo e geralmente a cicatrização se completa entre 6 meses a 1 ano após a cirurgia. Já o resultado final ocorre entre 1 e 2 anos de procedimento.

O nariz “belo” é aquele que além de harmônico na face também respira bem!

Você está satisfeito com o seu nariz?



PARA OS MELHORES TRATAMENTOS

conte com o melhor
diagnóstico!



Exames de ultrassonografia, radiografia e agora
com o único tomógrafo CONE BEAM de alta
resolução da região

ULTRASSONOGRAFIA
☎ (31) 3831-2736

RADIOLOGIA ODONTOLÓGICA
☎ (31) 3831-2769

R. Irmãos D'Caux, 235, Centro
Itabira/MG

HNSD:

163 anos e com muita saúde

Inspirado pela sua tradição, o Hospital Nossa Senhora das Dores investe no empreendedorismo e na inovação para se colocar como um dos pilares para a diversificação econômica de Itabira

Em 1859, ainda não haviam sido inventados o telefone, geladeira doméstica, locomotiva elétrica, turbina a vapor, automóvel e sua linha de montagem, lâmpada elétrica, raio-X e nem o futebol como o conhecemos. Porém, em Itabira, sob as bênçãos do ainda pico do Cauê, nascia o Hospital Nossa Senhora das Dores (HNSD) — ocupando um casarão próximo à Igreja Nossa Senhora do Rosário dos Pretos, ou apenas Igrejinha do Rosário. Projeto idealizado e executado por Monsenhor José Felicíssimo, pároco que projetou em uma Santa Casa de Misericórdia um caminho de oportunidades para a até então pequena Itabira.

Talvez Monsenhor Felicíssimo não imaginasse que o seu projeto perdura-

ria por mais de um século e meio. Entretanto, em 2022, o HNSD completou 163 anos — no dia 15 de abril —, se tornando a quarta instituição de saúde mais antiga de Minas Gerais. Fortalecido pela sua tradição, o hospital aponta seu olhar

para o futuro ao desenvolver uma agenda de inovação e empreendedorismo, que o coloca como um dos possíveis pilares para a tão sonhada diversificação econômica de Itabira.

“Monsenhor Felicíssimo foi um homem muito adiante

Recepção
do Pronto
Atendimento



Foto: Ascom/HNSD

do tempo dele. É impensável, naquela realidade, ele tomar aquela iniciativa que deu tão certo, superando tantas dificuldades. Primeiro, as limitações daquela época. Depois, já na nossa época, tivemos as grandes guerras e todas as crises econômicas pelas quais esse país passou. E nada abalou. Claro que já tivemos situações muito difíceis, mas superamos todas. E isso é fantástico”, analisa Dom Marco Aurélio Gubioti, presidente da Irmandade Nossa Senhora das Dores (INSD).

▶
Diagnóstico por imagem



Evolução natural

Inspirados pela visão empreendedora de Monsenhor Felícissimo, as gestões administrativas do Hospital Nossa Senhora das Dores desenvolveram, ao longo do tempo, uma agenda de crescimento voltada para a ampliação da capacidade de atendimento e do número de especialidades médicas oferecidas. Nesse contexto, foi necessário um novo prédio, construído em 1960, na avenida João Soares da Silva, e que se tornou o baluarte para o desenvolvimento da instituição.

Mostra disso é a complexidade de serviços oferecidos, como anestesiologia, radiologia e diagnóstico por imagem, psiquiatria, pediatria, otorrinolaringologia, ortopedia e traumatologia, gastroenterologia, nefrologia, medicina intensiva, ginecologia e obstetrícia, dermatologia, clínica geral, cirurgia vascular, cirurgia plástica, cirurgia geral, cardiologia, angiologia, urologia, oftalmologia, oncologia, hemodiálise, dentre outros.

Soma-se a isso uma robusta equipe técnica, composta por cerca de 1,2 mil colaboradores diretos e um corpo clínico com 300 médicos, o que coloca a instituição como o terceiro maior



Já tivemos situações muito difíceis, mas superamos todas. E isso é fantástico.

Dom Marco Aurélio



▶
Sala de espera da recepção

empregador do Município. Esse time é responsável por atender 24 municípios distribuídos em três microrregiões de saúde — Itabira, Guanhões e João Monlevade, totalizando mais de 400 mil pessoas assistidas. Para isso, o hospital conta com 106 leitos destinados ao Sistema Único de Saúde (SUS) e 71 leitos para a saúde suplementar (planos de saúde e atendimentos particulares).

Todo esse aparato resultou, no ano de 2021, em 80 mil atendimentos médico-hospitalares (sendo 39.890 somente no Pron-

to Atendimento), 31.333 sessões de hemodiálise, 8.437 cirurgias, 6.262 sessões de quimioterapia e 4.910 consultas oncológicas, dentre outros procedimentos.

“O compromisso do Hospital Nossa Senhora das Dores, para ser fiel a intuição de Monsenhor Felícissimo e da proposta cristã de assistência à saúde, independente de credo, de nacionalidade, de condições socioeconômicas, entre outros, é dar o melhor atendimento. As diferenças podem se ter na parte de hotelaria, de acomodação, mas de assistência não pode ter



▲
Excelência no
atendimento
humanizado

diferença. O atendimento tem que ser o mesmo. Esse é o nosso compromisso e nos orgulhamos muito disso. Nós nunca vamos renunciar a esse espírito da caridade cristã e da filantropia”, reafirma Dom Marco Aurélio Gubiotti.

História de desafios

Em seus 163 anos de história, o HNSD presenciou algumas das mais severas crises mundiais, como a Gripe Espanhola; Primeira Guerra Mundial; crash da Bolsa de Nova York e a Grande Depressão — que levou a uma grande crise econômica —; Segunda Guerra Mundial; Crise do Petróleo; Guerra Fria; atentados de 11 de setembro de 2001 e a guerra ao terror; crise financeira global de 2008 e 2009; pandemia de H1N1; epidemia de Ebola; dívida da Europa; a invasão da Ucrânia...

Porém, nada foi mais

desafiador do que um pequeno vírus que, nos dois últimos anos, impôs à humanidade a sua pior crise sanitária, sobretudo para as instituições médico-hospitalares, principais escudos na luta contra a Covid-19. A pandemia que explodiu nos primeiros meses de

2020 teve o seu ápice, em Itabira e região, entre março e abril de 2021. Período que também marcou o pior momento de toda a história do HNSD.

“Esse ano de 2021 fez com que crescêssemos dez anos em apenas um, com muito aprendizado e

Presidente do HNSD, Dom Marco Aurélio Gubiotti reafirmou a vocação filantrópica da instituição



humildade de saber estudar todos os cenários, de permitir todas as opiniões das equipes e de trabalhar incansavelmente em prol de todos os nossos pacientes. A pandemia veio para ensinar todo mundo, tanto profissionais da saúde quanto as demais pessoas. Mas a nossa equipe se mostrou preparada para se desdobrar e salvar vidas”, analisa Alexandre José da Silva Coelho, diretor-executivo do HNSD.

Mil vidas salvas

Na fase mais aguda da pandemia, o HNSD conviveu com 100% de ocupação dos seus leitos, tendo que buscar alternativas para abrir novas unidades de internação que pudessem dar conta da crescente demanda. Uma situação ainda mais crítica para uma unidade incumbida de atender pacientes de diversas cidades — e, naquele momento, recebendo também pessoas de outras regiões de Minas Gerais.

“Eu tive a felicidade de ser internado no mesmo quarto que a Dudu [Edwirges Maria Barbosa Silva Costa, sua esposa]. Eu lembro que o tratamento foi muito bom, com muita assistência da equipe do hospital”, relata Dário Martins da Costa, de 86 anos, que ficou internado na UTI e sobreviveu à Covid-19.

Até mesmo os colaboradores do HNSD foram acometidos pela doença. E a cada internação um duro golpe para a moral da equipe, que se desdobrou para cuidar de conhecidos e desconhecidos. “Eu era assistida pelo serviço de fisioterapia, pelos médicos. Eles falavam: ‘vamos, é um dia por vez’. E eu reafirmava isso em minha cabeça: olha, quando eu sair daqui, quando eu estiver curada, eu quero viver um dia por vez porque o amanhã é incerto. Temos que viver o hoje, resolver as pendências



UTI Covid-19
HNSD



Esse ano de 2021 fez com que crescêssemos dez anos em apenas um, com muito aprendizado e humildade de saber estudar todos os cenários.

Alexandre Coelho

Com as UTIs lotadas, os profissionais do HNSD se desdobraram para atender os pacientes Covid-19



hoje, porque amanhã a gente pode não estar aqui”, afirma a enfermeira Andréia Rita Gazeta das Graças, ex-colaboradora do HNSD, que foi internada na UTI em setembro do ano passado com Covid-19.

Junto com essa preocupação de oferecer o melhor atendimento para todos, o hospital precisou lidar com a falta de insumos e, também, com o aumento do valor de materiais e medicamentos. Muitos deles tiveram mais de 1000% de reajuste.

“Nunca vivemos uma situação tão complicada quanto a pandemia de Covid-19. Foi um momento em que tivemos que nos dedicar

também em motivar a nossa equipe e os colegas médicos. Era uma forma de contribuir e dar força para todos aqueles que estavam trabalhando diretamente na linha de frente contra o coronavírus”, destaca o médico Edson Pereira Lima, diretor clínico do hospital.

Apesar do enorme desafio, o HNSD se tornou um case de sucesso no enfrentamento ao vírus. Foram quase mil vidas salvas nos dois últimos anos e o reconhecimento da Assembleia Legislativa de Minas Gerais (ALMG) pelos serviços prestados durante a pandemia — quando a instituição

▶ Márcio Labruna, provedor do HNSD



recebeu a medalha da Ordem do Mérito Legislativo, em 2021. Mas, sobretudo, o que ficou foi o aprendizado, que demonstrou para a administração da instituição que as crises também são oportunidades.

Um olhar para o futuro

Ainda em 2021, Márcio Antônio Labruna foi reconduzido à provedoria do HNSD. Em seu novo mandato, deu início a importantes reformulações estruturais pensando na modernização da infraestrutura e da capacidade técnica da instituição. Entre as suas primeiras medidas esteve a reformulação do setor de comunicação, indicando um caminho rumo ao futuro e ao universo digital.

“O HNSD nasceu de um espírito empreendedor. Porque o Monsenhor Felicíssimo, há 163 anos, ter a visão que ele teve, é um empreendedor que enxerga além. Então, estamos apenas pegando essa raiz, que está se perpetuando há mais de cem anos, para aumentá-la mais ainda. Hoje, o hospital tem o grupo de gestores e empreendedores com quem estamos

fazendo diferente para fazer melhor”, afirma Márcio Labruna.

Mas, as mudanças não pararam por aí. A agenda desenvolvimentista ganhou força com a criação do Núcleo de Inovação e empreendedorismo, que busca promover melhorias nos processos, desenvolver novos negócios e criar conexões estratégicas e janelas de oportunidades.

“A agenda de futuro do hospital passa, necessariamente, pela inovação: inteligência artificial, realidade aumentada, realidade virtual e os processos que estão

sendo desenhados. Sabemos que a ampliação do hospital em direção da alta complexidade, com a oncologia, a cirurgia cardiovascular e a neurologia, trará novos negócios para Itabira. Portanto, o Núcleo de Inovação e Empreendedorismo consolida o hospital nessa agenda de diversificação econômica, tendo a saúde como uma vertente importantíssima nesse processo”, comenta Eugênio Muller, consultor de inovação do HNSD.

Nesse entendimento, o hospital fechou parceria com a Universidade Federal de Itajubá (Unifei) - Campus Itabira, que resultou na criação de seis healthtechs (empresas de base tecnológica que desenvolvem soluções voltadas para o mercado da saúde), além de um projeto de estudos dos impactos da poluição atmosférica em Itabira. Outras iniciativas para melhorias de processos internos e de atendimento começaram a serem desenvolvidos.

Também foi acertada colaboração com o Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial (Senai), para otimizar, principalmente, a utilização de equipa-



▶ Quadro de planejamento 2022/2023

mentos. Além de encaminhar uma importante parceria com a UNIFUNCESI para implantação de uma faculdade de medicina na cidade — curso que será promovido pelo centro universitário, tendo o HNSD como hospital-escola. Uma iniciativa fundamental para o projeto de diversificação econômica do Município.

“Consolidar Itabira como uma cidade polo em Saúde significa que teremos novos negócios nascendo e se consolidando e, mais ainda, salientando a importância regional que o hospital tem para ser esse ator de desenvolvimento da cidade, tendo parceiros importantes como a academia e outras instituições. Então, vemos que a Saúde é um importante pilar para criação de novos negócios”, avalia Alexandre Coelho.

Ampliação dos atendimentos

Mesmo com toda a dificuldade imposta pela Covid-19, o HNSD não deixou de investir e buscar a expansão e melhoria do seu espaço físico e da gama de serviços ofertados aos seus pacientes. A Unidade Materno-Infantil, que chegou perto de ser fechada, foi remodelada para também ser um centro de saúde para a mulher.

O Pronto Atendimento (PA) ganhou novas dependências e teve a sua capacidade ampliada, podendo realizar, em média, 150 atendimentos por dia. Mas, que pode chegar até a 450 atendimentos diários. Além disso, passou a contar com atendimento de urgência e emergência em pediatria 24 horas, o que ainda não existia em Itabira.

“Foi uma alegria ver a inauguração do Pronto Atendimento

▶ Hemodiálise é referência regional em atendimento e passou por ampliação da sua capacidade



A agenda de futuro do hospital passa, necessariamente, pela inovação: inteligência artificial, realidade aumentada, realidade virtual e os processos que estão sendo desenhados.

Eugênio Muller

com pediatria 24 horas. Quando vejo as crianças recebendo esse tratamento de urgência, que antes não existia na cidade, fico pensando onde os pais recorriam quando seus filhos precisavam. Isso mostra a capacidade de desenvolvimento do hospital para servir à população e, também, para ser uma alternativa valorosa para a diversificação econômica da cidade”, pontua Dr. Leonardo Luciano Teza, coordenador médico do PA.

Mais recentemente, a hemodiálise também passou por ampliação, com a obra sendo inaugurada em abril de 2022, mês de celebração dos 163 anos do hospital. A unidade, agora, conta com 41 equipamentos, o que permite atender 246 pacientes por semana, gerando 738 sessões de diálise no período.

Ainda no caminho da modernidade, a instituição passou a realizar cirurgia endoscópica de coluna. O método é inovador no município e permite utilizar câmeras e instrumentos de alta

precisão em pequenas incisões para realizar a operação. Ele ainda torna o procedimento menos invasivo e reduz o tempo de recuperação do paciente.

Nessa busca pelo aprimoramento constante, o HNSD direciona os seus esforços para o credenciamento em outras especialidades de alta complexidade. O centro hospitalar pretende prestar serviços de neurocirurgia e cirurgia cardiovascular — que se somariam a outros serviços de alta complexidade já oferecidos, como a oncologia e a hemodiálise. Esse processo, inclusive, tornará a instituição referência macrorregional em Saúde, aumentando o público atendido e ampliando a sua capacidade como vetor de negócios, gerando novos postos de trabalho.

“O HNSD vai se consolidar como referência macrorregional em saúde. Buscamos o crescimento sustentável e ampliação da alta complexidade. Em um cenário de incertezas quanto ao futuro da



Pronto Atendimento do Hospital Nossa Senhora das Dores

mineração, os investimentos em ensino, pesquisa e inovação serão cruciais para garantir a diversificação econômica. As parcerias com instituições acadêmicas serão um propulsor para o hospital, Itabira e região”, analisou Ricardo de Araújo Bonfim Monsorens, diretor técnico do HNSD.

E mais novidades estão por vir. Já está prevista para acontecer a inauguração do sistema de proteção contra incêndios, modernizando a proteção estrutural do prédio da instituição. Também terá início nos próximos meses a construção da unidade de radioterapia, que receberá cerca de R\$ 17 milhões de investimento do governo federal — o maior volume de recursos destinados a um único projeto voltado ao setor de saúde nas últimas décadas em Itabira —, estabelecendo

na cidade um centro completo de atendimento oncológico via SUS.

“O hospital tem uma vocação para crescer e assistir melhor esses 24 municípios para os quais ele é referência. Para isso, é importantíssimo conseguir as altas complexidades e aprimorar a sua maneira de dar assistência, aprimorar

os serviços médicos e dos profissionais de saúde. Existe esse ambiente no hospital. O importante é isso: há um desejo muito sincero de crescimento e de melhorar a assistência prestada. Mas sem deixar de reconhecer tudo o que já construímos”, finaliza Dom Marco Aurélio Gubiotti.

Equipamento apropriado para cirurgia endoscópica



Foto: Ascom/HNSD



Mesa
Administrativa
do HNSD

Voluntários pela saúde de Itabira e região

A Irmandade Nossa Senhora das Dores (INSD) foi criada por Monsenhor Felicíssimo, em 1854, para ser a mantenedora do Hospital Nossa Senhora das Dores (HNSD), garantindo que os princípios de filantropia fossem sempre observados.

Dessa forma, a entidade foi instituída com natureza beneficente, sem fins lucrativos e de direito privado — o que permite autonomia para que os irmãos e irmãs possam desenvolver os trabalhos necessários para a gestão da unidade hospitalar.

“A Irmandade Nossa Senhora das Dores é fundamental. Monsenhor Felicíssimo não fundou o hospital primeiro. Ele fundou a Irmandade antes para que ela criasse o hospital. Isso é muito importante de se destacar”, observa Dom Marco Aurélio Gubiotti.

A Mesa Administrativa do HNSD é um colegiado de trabalhadores voluntários, todos integrantes da INSD, eleitos por meio de assembleia e que tem como objetivo analisar e orientar a gestão do hospital, assim como coordenar o trabalho que será desenvolvido pela equipe técnica da instituição. O grupo atual, que possui mandato até 2023, é formado por:

- Dom Marco Aurélio Gubiotti – Presidente da Irmandade Nossa Senhora das Dores;
- Márcio Antônio Labruna – Provedor;
- Egílio Coelho Neto – Vice-Provedor;
- João Mário de Brito – 1º Tesoureiro;
- Cândida Isabel de Campos Moraes – 2ª Tesoureira;
- José Gerson Querobino – 1º Secretário;
- Natalino Ferreira dos Reis – 2º Secretário;
- Luiz A. Dimas de Almeida – 1º Membro do Conselho Fiscal;
- Walter Pontes – 2º Membro do Conselho Fiscal;
- Evandro Lage Avelar – 3º Membro do Conselho Fiscal;
- Padre Márcio Soares – 1º Suplente do Conselho Fiscal;
- Maria Giselda Bretas Cabral – 2º Suplente do Conselho Fiscal;
- Paulo Cezar Coura – 3º Suplente do Conselho Fiscal.



Hospital Nossa Senhora das Dores

Endereço: Av. João Soares Silva, 135 - Penha,
Itabira - MG
Telefone: (31) 3839-1436
Site: www.hnsd.org.br



Laboratório Duarte: novidades em tecnologia, serviços e estrutura

As proprietárias do Laboratório Duarte, Aulísia Maria Vieira Duarte e Sandra Maria Vieira Duarte são reconhecidas por serem empreendedoras audaciosas, que trazem sempre as últimas novidades para o setor de saúde de Itabira.

A visão das irmãs está sempre voltada para o que há de mais novo e eficiente, na oferta de serviços que ainda não estão disponíveis no segmento. Para isso, o Laboratório Duarte passou por uma nova transformação interna. As farmacêuticas-bioquímicas criaram o setor de Biologia Molecular aumentando a gama de exames realizados.

“Somos pioneiros na implantação da Biologia Molecular, aqui em Itabira, justamente por trazer o PCR RT para a Covid. Então, com esse novo setor vamos internalizar outros exames que estão relacionados a essa metodologia. Dar ao

nosso cliente mais uma oportunidade de fazer exames internamente, com qualidade e rapidez”, explica Aulísia.

Além disso, os serviços de call center e marketing também ganharam força. “Vimos a necessidade de internalização do serviço. Quando se vive o dia a dia da empresa, é mais fácil avaliar o que está ótimo e o que precisa melhorar”, conta Sandra.

Sala de atendimento
no Edifício
Quality Life
Center



Vendas on-line

O investimento nos serviços em ambiente digital também é uma meta de Aulísia e Sandra. Elas estão se organizando para que seja possível comprar, on-line, os serviços oferecidos pelo laboratório.

“O site do Laboratório foi criado para facilitar a entrega de resultados dos nossos clientes e servir como um canal de informação. Hoje, estamos trabalhando para inovar

mais uma vez e trazer a venda de nossos serviços para o digital. Iremos assim melhorar, ainda mais, nosso atendimento domiciliar e oferecer maior comodidade para nossos clientes”, explica Aulísia.

As empreendedoras lembram que algumas funções do site do Laboratório Duarte já são realizadas de maneira inovadora, como a possibilidade de acessar o histórico de exames realizados por lá. O paciente consegue rever todos os resultados de exames realizados, mostrar ao médico e fazer um comparativo para acompanhar a evolução de algumas enfermidades.

Para orientar os clientes, os colaboradores fizeram um treinamento responsivo para se familiarizar com o funcionamento do site. Além disso, uma equipe jurídica foi contratada para adaptar os novos serviços para o ambiente on-line, conforme a legislação vigente. Para as farmacêuticas-bioquímicas, essa é mais uma forma de provar o comprometimento do laboratório com os consumidores e facilitar ainda mais a conexão.

Aulísia e Sandra já se prepararam para um novo lançamento digital: o aplicativo do Laboratório Duarte. A ferramenta está em construção e, em breve, poderá ser utilizada pelos clientes.

Vacinas à sua escolha

Com pioneirismo enraizado, as irmãs Sandra e Aulísia investiram na realização de aplicação de vacinas no laboratório. Preocupadas com a forma e os cuidados necessários para realizar esse tipo de serviço, seguiram uma série de critérios exigidos no trabalho de imunização. O serviço de vacinação é realizado em três unidades: na Mauro Ribeiro, na Clínica Unione e no Edifício Quality Life Center. Existem salas, carros e colaboradores exclusivos para o serviço.



◀ Espaço infantil



Somos pioneiros na implantação da Biologia Molecular, aqui em Itabira, justamente por trazer o PCR RT para a Covid-19

Aulísia Duarte

“Apesar desse setor estar dentro do laboratório, todas as questões relacionadas à vacinação são exclusivas. O serviço está disponível para qualquer idade e também possibilita o acesso ao cartão virtual de vacinação. Além disso, quando a pessoa é imunizada, temos o pós-atendimento. Todos que ligam vão receber um retorno com as informações solicitadas”, detalha Aulísia.

O Laboratório Duarte também disponibiliza o serviço de vacina domiciliar para o conforto e a comodidade de seus clientes. Este atendimento é voltado, não só às pessoas com dificuldade de locomoção, mas também a todos que queiram receber a vacina sem sair de casa.

Vacina Domiciliar

A vacinação domiciliar é feita com a mesma segurança encontrada no laboratório. As vacinas chegam à casa do cliente, seguindo todas as normas de conservação do produto e de segurança hospitalar.

Diferenciais

Um diferencial pouco conhecido, mas realizado há algum tempo pelo laboratório, é a perfuração da orelha. Ela acontece apenas na unidade da Mauro Ribeiro e, de acordo com Sandra, o produto é de qualidade e oferece toda a segurança aos clientes.

Nas unidades do Laboratório Duarte os clientes encontram o espaço kids. “As crianças têm um espaço reservado, com brinquedos e atividades para que possam se distrair e brincar um pouco, deixando a experiência dela com a coleta de exames e/ou vacinação mais agradável. Ao final do atendimento, elas ganham um certificado de coragem e surpresinhas.”, conta Sandra.

Novas unidades

Por fim, as irmãs destacam que o olhar segue no futuro. Atualmente, o Laboratório Duarte conta com 15 unidades. Mas, será que vem mais filiais do Laboratório Duarte por aí? Sim. De acordo com as gestoras, os clientes podem esperar que ainda este ano Itabira vai receber mais duas unidades!



Laboratório Duarte

Endereço Matriz: Rua Ipoema, 165
Pará - Itabira/MG
Telefone: 3831-2250
Site: <http://www.laboratorioduarte.com.br>

Psoríase



**Dr. Ricardo de
Alencar Resende**

CRM/MG 26.647 | RQE 49336
Dermatologista



A psoríase é uma doença genética, crônica e não contagiosa que acomete pessoas de qualquer idade, mas principalmente entre os 20 e 40 anos. Atinge cerca de 190 milhões de pessoas no mundo (2% a 3% da população) e aproximadamente três milhões no Brasil.

Apesar de não ser contagiosa, é uma doença inflamatória, sistêmica, intermitente, que pode se apresentar de forma leve até casos extensos com comprometimento articular, síndrome metabólica e eventos cardiovasculares graves. A psoríase pode afetar a autoestima e a qualidade de vida do paciente em suas atividades diárias, indo muito além da questão estética da pele.

O gatilho inicial é multifatorial, sendo necessário vários fatores atuando em conjunto para deflagrar ou agravar a doença, como exemplo, a exposição ao frio, o etilismo, o tabagismo, a obesidade, o stress e uso de medicamentos como lítio, anti-inflamatórios não esteroidais, beta bloqueadores, corticoides (retirada abrupta), entre outros.

No último Consenso Brasileiro de Psoríase, realizado em 2020, para a introdução do tratamento sistêmico, foi levado em conta além da área corpórea acometida e índice PASI / DLQI, o acometimento de áreas específicas acometidas como couro cabeludo, região palmo plantar, unhas e mucosas, e a falha a terapias tópicas.

Hoje, contamos com medicamentos com ação cada vez mais específica, mais cômodos para administrar e com menos efeitos colaterais. Porém, não existe um tratamento que leve a melhora total da doença em todos os pacientes e sua escolha depende de fatores como: gravidade da doença, idade e sexo do paciente, localização das lesões, entre outros. E sendo necessário a análise de cada caso para essa decisão.

A visita ao dermatologista é fundamental para um diagnóstico precoce e um melhor controle da doença, garantindo assim, menor número de crises com a melhora na qualidade de vida.



Resonância Magnética e Centro de
Tratamento de Feridas e Medicina Hiperbárica

Oferecendo mais qualidade de
vida, com atendimento
humanizado, alta tecnologia e
conhecimento.

📍 Av. Carlos Drummond de Andrade, 707
Centro, Itabira - MG

☎ (31) 3831-0665 (31) 3831-7601

🌐 dmxscan.com.br



Responsáveis Técnicos: Dr. Edvaldo Pires Neves Filho: CRM-MG 31226 / RQE 32878 - Dr. Gabriel de Figueiredo Pereira: CRM-MG 83844



Corteza Consultórios Médicos: Mais investimento e modernidade para Itabira

*Novo espaço é
inaugurado no
Edifício Monjolos*

Desde que inauguraram a clínica Corteza, há cinco anos, o ginecologista e obstetra Odirley Teza e a psiquiatra Cristiane Rangel Teza, não param de investir em atualizações, buscando trazer o que há de mais moderno para o atendimento de seus pacientes.

Segundo Odirley, a história da clínica começou no 5º andar do edifício Monjolos, no bairro Praia. “No começo, nós atendíamos em um espaço de 30 m². Com o tempo, o número de pacientes foi aumentando e o espaço já não era suficiente. A recepção era bem pequena e, muitas vezes, as pessoas precisavam ficar em pé, aguardando serem chamadas”.

Então, ao perceberem a necessidade de aumentar a clínica e oferecer mais conforto para os seus pa-

cientes, os médicos decidiram que era hora de investir no crescimento da clínica. “Estamos no mesmo endereço, porém no 8º andar. Optamos por ficar no Monjolos pelas vantagens que o prédio oferece. Por ser um prédio relativamente novo,

suas instalações são modernas, a segurança é feita por monitoramento de câmeras e conta com portaria 24 horas. Outros pontos positivos são a localização de fácil acesso e o estacionamento para os clientes”, conta Cristiane.

Sala da Dra.
Cristiane Teza



Ambiente e atendimento de ponta

Com a mudança, a clínica ganhou uma nova cara. O espaço foi todo projetado e decorado pensando em transformar o ambiente em um local mais aconchegante para os pacientes. “Além de uma recepção espaçosa, temos quatro consultórios, um para cada médico que atende aqui e um exclusivo para fazer o exame de ultrassonografia. O nosso principal objetivo é a excelência no atendimento dos pacientes, reunindo mais segurança” detalha Cristiane.

A Corteza Consultórios Médicos, conta com as especialidades de Psiquiatria, Ginecologia e Obstetrícia, Ultrassonografia obstétrica e outros.

Tecnologia em ultrassom

Odirley destaca que um dos diferenciais da clínica é a realização da Ultrassonografia Obstétrica em todos os períodos da gestação, com aparelho moderno, que permite a detecção com mais precisão, de alterações que possam comprometer a evolução adequada do feto.

Sala do Dr. Odirley Teza



O nosso principal objetivo é a excelência no atendimento dos pacientes, reunindo conforto e segurança,

Dra. Cristiane Rangel Teza



Sala de ultrassom

Cristiane Rangel Teza é médica especialista em psiquiatria. Realiza atendimento de pacientes que apresentam sintomas de doenças relacionadas a transtorno de ansiedade generalizada, depressão, insônia, dependências químicas e outros.

Odirley Teza, é especialista em ginecologia e obstetrícia. Atende pacientes que pretendem fazer exames de rotina ginecológica e acompanhamento de Pré-Natal de baixa e alta complexidade. Também realiza Ultrassonografia Obstétrica durante todo o período gestacional.



Corteza Consultórios Médicos

Av. Cristina Gazire, 1097 - 8º Andar - Sala 810
Edifício Monjolos Office - Praia - Itabira/MG
(31) 3831-5455
Instagram: @cortezaconsultoriosmedicos

Espiritualidade e religiosidade em psiquiatria



Dra. Cristiane Rangel Teza

CRM/MG: 52.659 | RQE: 51535
Psiquiatra



A religião é uma dimensão que pode contribuir positivamente no tratamento do paciente com transtorno mental, por proporcionar continência emocional e social e ensinamentos de costumes que incentivam a qualidade de vida.

Nas últimas décadas, a Associação Mundial de Psiquiatria (World Psychiatric Association - WPA) e a Organização Mundial de Saúde (OMS) vêm incentivando a conscientização da relevância da religião e da espiritualidade sobre as questões relacionadas à saúde como um todo. A OMS já inclui a Religiosidade/Espiritualidade como uma dimensão da qualidade de vida.

A aproximação entre religião e psiquiatria pode auxiliar os profissionais de saúde mental a desenvolverem habilidades que possibilitem a melhor compreensão dos fatores religiosos que influenciam a saúde dos pacientes.

Diferença entre religião e espiritualidade

As religiões são compostas por uma doutrina, crenças e mitos sobre a origem do cosmos, bem como o sentido da vida, da morte, do sofrimento e do além. Elas são exercidas por meio de ritos e cerimônias, em um sistema ético (com leis, proibições e regras de conduta), por uma comunidade de fiéis.

Já a espiritualidade é um sentimento pessoal, que estimula um sentido de significado da vida capaz de fazer suportar sentimentos debilitantes de culpa, raiva e ansiedade. Está relacionada com a concepção de que há mais na vida do que aquilo que pode ser visto ou plenamente entendido.

Contribuições para uma melhor qualidade de vida

Indivíduos pouco religiosos e com bem-estar espiritual baixo, têm o dobro de chances de

apresentarem transtornos mentais e cerca de sete vezes mais chances de ter algum diagnóstico de abuso ou dependência do álcool. As pessoas que tem fé sentem-se mais fortes para enfrentar dificuldades e continuar a lutar pela sua sobrevivência.

Outra questão, é que a religião é grande responsável pela formação de comportamentos de proteção, por exemplo, o não uso de álcool e drogas, o cumprimento de ordens médicas e o incentivo ao exercício físico regular. A religião transmite a necessidade da pessoa ter comportamentos de moderação e conformidade, além de pregar atitudes positivas - como a oração -, que proporcionam conforto emocional, desencorajam situações de conflito, e incentivam a harmonia interpessoal.

Danos à saúde mental

Religiosidade e espiritualidade estão, geralmente, associadas a melhores desfechos de saúde. Porém, em alguns casos, a busca pela religião pode piorar o quadro clínico ao invés de aliviar o sofrimento. Algumas religiões podem se tornar rígidas e inflexíveis, dificultando o tratamento do paciente ao imporem a proibição da psicoterapia ou até mesmo do uso da medicação.

Cuidado com o paciente

Nem sempre usar a medicação, como única estratégia de tratamento, costuma produzir bons resultados. Se o paciente considera relevante a religiosidade como meio de cura do seu sofrimento, o profissional psiquiatra e a rede de apoio à saúde mental, devem considerar o apoio à espiritualidade.

Importância da ultrassonografia durante a gravidez



**Dr. Odirley
Dackson Teza**

CRM 50.273 | RQE 29.378
Ginecologista e Obstetra



O exame de ultrassonografia é um dos exames mais importantes durante a gestação e, com certeza, o mais esperado pelos pais. Por meio dele, se tem a primeira imagem visual do embrião que se tornará feto e, posteriormente, um bebê. Nesse exame é possível acompanhar a evolução deste bebê, sua formação física e todo o desenvolvimento anatômico, motor e circulatório. Ele é indicado durante todos os períodos desta etapa na vida da futura mamãe e, principalmente, na evolução do feto.

A ultrassonografia está indicada a partir da quinta semana de gestação. Tem a finalidade de datar a idade gestacional do feto e realizar uma adequação com a Data da Última Menstruação, conhecida como DUM. Muitas dessas gestações apresentam uma irregularidade menstrual e este exame permite ter certeza da possível data do parto.

O pré-natal consiste em três fases: primeiro, segundo e terceiro trimestre.

No primeiro trimestre, a ultrassonografia é usada para identificar malformações, trissomias e outras alterações que podem comprometer a vida deste feto. O exame ultrassonográfico mais importante nesta fase, que vai da 12ª à 14ª semana, é o ultrassom de translucência nuchal, mais conhecido como T.N. No ultrassom morfológico de primeiro

trimestre, o principal objetivo é mensurar o líquido que fica na região cervical (nuca) do feto e que só é visível nessa etapa da gestação. Também é feito o doppler das artérias uterinas maternas e a medida do osso nasal do feto, que são os maiores marcadores das trissomias. Essas três medidas são essenciais para avaliar parâmetros que possam rastrear o risco da ocorrência de alterações cromossômicas, como as da síndrome de Down.

Já no ultrassom morfológico do segundo trimestre, realizado entre a 20ª e a 24ª semana, o processo é mais detalhado. Justamente por isso, ele acontece quando todos os órgãos do bebê já estão praticamente formados. No exame é possível ver com detalhes seu posicionamento, funcionamento, tamanho e demais características esperadas.

No terceiro trimestre, o exame tem a finalidade de identificar possíveis alterações anatômicas que tenham ocorrido no período final da gestação, saber se esse feto recebe fluxo sanguíneo adequado para permanecer intra-útero até o momento do parto, além de sua posição fetal, tamanho, peso e volume do líquido amniótico, o que ajudará muito o obstetra na definição do tipo de parto a ser realizado.

► ENTREVISTA



Dedicação e entusiasmo com a Pediatria

Há mais de 50 anos, a médica pediatra Ermelina Meroto Roncete Valadares Costa escolheu uma profissão que exige dedicação, estudo e muito amor ao próximo. A primeira médica a trabalhar no Hospital Nossa Senhora das Dores (HNSD), tem muitas histórias para contar ao longo de todos esses anos. Em um bate-papo informal, ela relembrou momentos marcantes de seu ofício, falou do amor à profissão e da rotina que exercer até hoje.

Você sempre quis ser pediatra?

Não. Na verdade, não foi minha primeira opção. Talvez a segunda. Primeiramente, pensei em fazer obstetrícia. Mas, quando iniciei, não gostei muito e fui para a pediatria. Cursei na EMESCAM - Escola de Medicina da Santa Casa de Misericórdia. Meu primeiro contato com essa especialidade foi du-



Choro sempre que dou uma notícia de óbito aos pais.

rante o curso de pediatria. Desde então, sempre me dediquei a ela.

Além de atender no Hospital Nossa Senhora das Dores, você também atende no pronto-socorro. Qual a diferença entre trabalhar lá e em consultório?

Ah, é muita. No pronto-socorro é urgência e no consultório

não. No consultório, você vê a urgência e encaminha para o pronto-socorro. Trabalhar em um ambiente que exige imediatismo te torna um profissional muito mais dinâmico. Eu gosto disso.

Como é a rotina de uma pediatra?

Hoje, que já não me dedico ao consultório, tenho uma rotina muito diferente. No pronto-socorro existem muitas intercorrências e a rotina altera o tempo todo.

Qual o segredo para ser uma boa pediatra? O que mais te encanta na profissão?

Conheci excelentes pediatras. Talvez a receita seja ouvir, sentir a criança e os pais. Eu faço sempre o meu melhor. Acho que o que mais me encanta no desenvolvimento do meu trabalho é o alívio da dor.

Podemos dizer que o pediatra é pediatra 24 horas por dia? Às vezes, consegue se desligar totalmente da profissão?

Penso que seja como qualquer ofício. Há algum tempo, o Conselho Federal de Medicina lançou essa frase que ficou marcada para mim: “Médico, eu sou”. Mas, mesmo assim, consigo me desligar, sim.

O tempo vai passando e os antigos pacientes pediátricos começam a aparecer no consultório para trazer os filhos. Como é esse reencontro?

Me sinto feliz e recompensada. É sinal que deu certo.

Dra. Emelina,
a primeira
médica a
trabalhar no
HNDS



A obrigação do médico é informar. Então, é necessário ter paciência e não se faz pediatria sem paciência.



Mesmo com tantos anos de profissão a pediatra segue com a mesma dedicação

Com o acesso à internet, muitos pais já buscam diagnóstico via “Dr. Google” e chegam ao consultório com o diagnóstico. O que você pensa a respeito disso?

Penso que faz parte do que é a vida hoje. Isso não me incomoda em nada. A obrigação do médico é informar. Então, é necessário ter paciência e não se faz pediatria sem paciência. Os pedidos de consultas via Facebook ou Whatsapp são muito co-

muns. Acho que, respeitando a ética médica, é um bom recurso. Portanto, é importante haver um acordo entre as partes.

Durante todos esses anos de profissão, teve algum caso que te marcou muito?

Sim. Me lembro de uma criança, com dois anos de idade, que estava com uma doença muito grave e teve uma recuperação extremamente rápida. Agradeço ao meu Deus por ter sido comigo.

A importância de cultivar a presença



Daniela Lage Rolla Brunelli

CRP: 04/17931
Psicoterapeuta
Instrutora de Terapia Cognitiva
Baseada em Mindfulness



Vivemos em um cenário de grandes e velozes mudanças. Somos bombardeados por informações, estímulos externos (ligações, mensagens, imagens, relações interpessoais, demandas infinitas) e estímulos internos (emoções, sentimentos, sensações corporais, pensamentos). Notamos a intensificação de sentimentos de incerteza, angústia, ansiedade, medo e estresse.

Esse contexto nos exige, cada vez mais, novas perspectivas, atitudes e habilidades como a resolução de problemas complexos e inteligência emocional. Torna-se necessário aprender a selecionar o que vamos dar atenção. Decidir do que iremos nos ocupar. E, para isso, precisamos desenvolver o autocohecimento, conhecimento do outro e da realidade. Conhecer o nosso funcionamento mental, as nossas emoções, impulsos e comportamentos. Daí, a importância da atenção plena, de cultivar um estado de presença e consciência.

Mindfulness ou Atenção Plena, pode ser entendido como um programa, uma filosofia de vida. É um dos milhares tipos de meditação existentes. Se cons-

tituindo, também, em um caminho de aprendizado valioso para sairmos do modo automático que vivemos grande parte do tempo, reagindo de forma inconsciente e impulsiva e passarmos a estar de forma mais consciente, racional, trazendo, assim, a possibilidade de fazermos melhores escolhas.

A prática regular de *Mindfulness* nos ensina a: focar, sustentar e deslocar o foco da nossa atenção; deixar de viver no passado e no futuro e passar a viver plenamente no momento presente; deixar de tentar evitar, escapar ou se livrar da experiência desagradável e passar a lidar com ela com interesse; deixar de precisar que as coisas sejam diferentes e passar a permitir que sejam exatamente como elas são; deixar de encarar os pensamentos como verdadeiros e reais e passar a vê-los como eventos mentais que podem não corresponder à realidade; desenvolver atitudes em relação a si mesmo e ao outro de bondade, empatia, compaixão, equanimidade e gentileza.

Origem multifatorial das doenças



Paulo Roberto Lage Brunelli

CREFITO: 24141
Fisioterapeuta



Em um sistema complexo, como o corpo humano, a doença surge como resultado de interações entre vários fatores, tais como: mecânico (sobrecarga mecânica de posturas e movimentos do dia a dia); estrutural (disfunções da epiderme, dos nervos, das artérias, das vísceras, dos ligamentos, das fáscias e dos ossos); emocional (traumas e conflitos); metabólico (alterações hormonais); químico (reação inflamatória) e outros.

Essa interação entre os diversos fatores, que podem ser mais ou menos importantes, é conhecida como teia de determinantes. Sendo que, o que determina a ocorrência do processo patológico não são os fatores em si, e sim, a forma como eles se interrelacionam.

É fundamental considerar que existem diversas formas que uma mesma doença pode ser gerada. Assim, relações distintas entre os fatores podem produzir a mesma patologia. Esse processo é chamado de Equifinalidade, ou seja, o fim é o mesmo, mas o caminho que leva ao fim é distinto. Por isso, po-

demos tratar pessoas com a mesma patologia de maneiras diferentes, porque os mecanismos que produziram o processo patológico são distintos, apesar do nome da doença ser o mesmo.

Por exemplo, vários indivíduos com dor lombar recebem tratamentos diferentes e, para cada componente do sistema complexo, existem técnicas de tratamento já comprovadas cientificamente: o método *Mckenzie* para correção do componente mecânico; a Prática Neurossensorial (PNS) para disfunções da epiderme; a Osteopatia para disfunções arteriais, neurais, viscerais e ósseas; o método de Bioalinhamento para disfunções do componente emocional; a técnica de Fisioterapia Integrativa para disfunções metabólicas; e os aparelhos de Terapia de Ondas de Choque e Terapia de Radiofrequência para alterações químicas teciduais.

Assim, cada paciente terá um tratamento específico e individualizado. A escolha da melhor intervenção depende da avaliação e não da patologia.



Oral Unic:

Tratamento odontológico ao alcance de todos

A cidade de Itabira conta, desde setembro de 2021 com uma unidade da Oral Unic Implantes, clínica especializada em implantodontia. São clínicas conceito “All-in-one” que proporcionam ao paciente realizar exames e vários procedimentos em um só lugar. Além dos implantes, a clínica também oferece tratamentos nas seguintes áreas: ortodontia, alinhadores invisíveis, clínica geral, prótese móvel e fixa, lente de contato, estética orofacial, botox, entre outros.

Instalada em um ambiente amplo e agradável, com estrutura climatizada e 315 metros quadrados de área construída, a Oral Unic foi projetada para que o paciente tenha um atendimento único, que, além de oferecer conforto e comodidade aos clientes com estacionamento, conta com equipamentos modernos, como raio-x panorâmico

digital e laboratório de próteses próprio que proporcionam mais agilidade e assertividade nas entregas.

A clínica conta com uma recepção aconchegante e confortável, cinco consultórios, uma sala de avaliação e um centro cirúrgico devidamente equipado com monitor cardíaco, oxímetro e ventilação mecânica, sala de repouso pré e pós-operatório, oferecendo mais se-

gurança aos atendimentos. “A Oral Unic é um modelo de clínica que traz o melhor aos nossos pacientes no que diz respeito à qualidade de atendimento, estrutura e tecnologia avançada”, finaliza Dr. Nelson.

Como funciona

O paciente desde a sua chegada na Oral Unic, já começa a perceber os diferenciais da clínica. Em pri-

A Oral Unic oferece ambiente amplo e confortável aos clientes



meio lugar, o paciente é encaminhado por uma das auxiliares de saúde bucal para conhecer a estrutura física. “Assim, ele tem a oportunidade de avaliar a clínica quanto aos quesitos: conforto, higiene, equipamentos e segurança. A partir daí, é feito um raio x panorâmico. Logo em seguida, o paciente é encaminhado à avaliação junto ao profissional responsável. O dentista ouve as expectativas do paciente e cria um plano de tratamento individualizado, que busca atender os seus desejos aliando estética e saúde. Ao final da avaliação, o paciente recebe seu plano de tratamento”, detalha Nelson.

Sócios

Dr. Nelson Drummond é cirurgião dentista, diretor clínico e responsável técnico. Ao lado dele como sócios estão o dentista Dr. Luis Augusto Felipe Coelho e Luciana de Alvarenga Couto.

Conhecemos a clínica e nos encantamos com a estrutura física e organizacional da empresa. Estudamos e vimos que o trabalho que eles realizam é sério, de qualidade e com competência. A Oral Unic conta com as mais avançadas tecnologias que a odontologia dispõe, além de especialistas extremamente qualificados, oferecendo um atendimento humanizado, que trata o paciente de forma única e com muito respeito, transformando assim não somente o sorriso, mas a vida desses pacientes. Nosso objetivo é oferecer uma estrutura moderna e diferenciada onde o paciente esqueça que está no dentista”, afirma o Dr. Nelson Drummond.

Sem dor

A Oral Unic oferece aos seus pacientes a possibilidade de realizar seus procedimentos con-

►
Especialistas
qualificados
oferecem
atendimento
humanizado



A Oral Unic é um modelo de clínica que traz o melhor aos nossos pacientes no que diz respeito à qualidade de atendimento, estrutura e tecnologia avançada.



►
Além dos implantes a clínica disponibiliza tratamento ortodôntico, clínica geral e estética

tando com a sedação consciente. “Queremos sempre cuidar da saúde do paciente e minimizar sua dor. Fazemos a reabilitação da arcada toda desse paciente que, geralmente, usa dentadura ou ponte móvel, por meio de protocolo sobre implantes. Para dar ainda mais segurança ao paciente, a cirurgia será acompanhada por um médico anestesiologista que estará presente durante todo o tempo. É um tratamento tranquilo e economicamente muito viável”, afirma Dr. Nelson.

Acessível

Com o novo conceito da Oral Unic em facilitar as condições de pagamento, isso torna possível a realização dos mais diversos tratamentos. “É uma clínica para todas as classes sociais. Trabalhamos com realização de sonhos”, conta Nelson.

Agora que você conhece a Oral Unic e seus diferenciais, pode fazer o seu implante ou tratamento dentário sem medo, sem dor e com toda a segurança de uma clínica que se importa com você!



Oral Unic Implantes

Rua Santa Maria, 145 - Loja 1 - Bairro Penha - Itabira-MG

Telefones: (31) 4042-4414 / (31)99707-4414 (whatsapp)

Site <https://oralunicitabira.com.br/>

As transformações do Covid-19



**Aulisia Maria
Vieira Duarte**

CRF: 6-9535
Especialista em Microbiologia e
Hematologia Laboratorial
Mestre em Imunologia Clínica



As notícias sobre novas variantes da Covid-19 correram o mundo na mesma velocidade que as informações sobre a contaminação do novo Coronavírus, no início da pandemia. As estatísticas estão menos letais atualmente, já que as organizações de saúde encontraram a melhor forma de neutralizar e controlar a propagação do vírus e de suas mutações.

Depois do aparecimento das linhagens do Sars-Cov-2 - denominadas alfa, beta, gama e delta, no início de 2022, esperava-se o fim da pandemia. Com isso, veio o natural relaxamento das práticas de prevenção à Covid-19. Nessa ocasião, a variante Ômicron foi identificada em pelo menos 171 países e, em pouco tempo, se espalhou por todos os cantos do planeta.

Segundo pesquisadores e especialistas em saúde, essa variante já apresenta transmutações, que aumentam ainda mais o seu poder de infecção. Essa característica faz com que o vírus consiga, parcialmente, fugir às respostas de imunidade dos organismos devidamente vacinados ou infectados pelo Coronavírus.

Por isso, recomendam-se doses de reforço das vacinas contra a Covid-19. É ne-

cessário que todos mantenham o esquema vacinal em dia. Esse comportamento minimiza o aparecimento de novas mutações do vírus. Além disso, é importante usar máscaras, evitar aglomerações, higienizar as mãos e garantir ventilação em espaços internos. O distanciamento físico continua sendo fundamental para reduzir a transmissão da doença.

A confirmação de contaminação pelo Sars-Cov-2 pode ser realizada por meio de teste molecular padrão ouro ou outro ensaio de diagnóstico. A biologia molecular responsável pelas análises da genética tem sido a grande aliada para detectar novas variantes. Foi através desta tecnologia que descobriu-se a Ômicron.

Portanto, além de manter em dia o plano de vacinação, é imprescindível que as pessoas e empresas permaneçam com o sistema de testagem em caso de sintomas percebidos, de acordo com protocolos e orientações da OMS. Prevenção, testagem e vacinação: estes são os caminhos para a queda de casos e, conseqüentemente, de mortes por Covid-19.



Check-up em dia

**Prevenir
é um ato
de amor
próprio**

Mais informações: ☎ (31) 3831-2250

📱 /LaboratorioDuarte

🌐 www.laboratorioduarte.com.br

D LABORATÓRIO
DUARTE

Vacinas, gripe e resfriado



**Sandra Maria
Vieira Duarte**

CRF:6-8673
Especialista em Análises
Clínicas, Microbiologia e
Hematologia Laboratorial



A gripe e o resfriado são infecções virais do sistema respiratório. A gripe, provocada pelo vírus Influenza, geralmente causa dor de cabeça, dores musculares, dor de garganta, tosse seca, coriza, diarreia, vômitos e febre alta. Esses sintomas prevalecem por aproximadamente três dias. O resfriado, infecção originada pelo Rhinovírus, pode acarretar coriza, obstrução do nariz e febre - que geralmente é baixa.

Não existe vacina contra o resfriado, apenas para a gripe (Vacina Influenza).

A vacina Influenza reduz a circulação viral na população, evitando complicações clínicas e até óbitos, especialmente nos indivíduos com comorbidades. As vacinas, porém, não impedem os sintomas do resfriado.

No Brasil, dois tipos de imunizantes são utilizados no combate ao vírus da gripe: o trivalente - fornecido pelo Sistema Único de Saúde (SUS) - e o tetravalente, que é comercializado no mercado privado.

Esta segunda opção tem vantagens sobre a trivalente, porque oferece cobertura para outras cepas do vírus da gripe e a aplicação é feita em dose individual (trazendo qualidade e segurança), além de não conter conservantes.

A formulação do imunizante Influenza muda de acordo com as orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS).

A vacina da gripe pode ser administrada simultaneamente com qualquer outro imunizante, inclusive com as vacinas de prevenção à Covid-19.

Não tem contraindicação, uma vez que não utiliza parte do vírus em sua composição. Porém, o paciente com diagnóstico de alergia severa a ovo precisa receber a dosagem sob orientação médica. É também recomendável o adiamento da vacinação em quem esteja com febre ou apresente algum problema respiratório.

Vale lembrar ainda, que a vacina Influenza não age contra o Coronavírus, mas protege os mais vulneráveis com doenças respiratórias, que podem impactar o sistema imunológico e favorecer o aparecimento de outras formas de contaminações.

Todos devem se vacinar anualmente. A vacina que se tomou em determinado ano, não é capaz de garantir proteção para ano seguinte, porque o vírus sofre mutações. A vacina 2022 está atualizada com a cepa H3N2 Darwin, que protagonizou a epidemia fora de época. Atualize o seu cartão de vacinas!



Serviço de **Vacinas** **Domiciliar**

No conforto do seu lar

Agende seu horário: 📞 (31) **3831-2250**

📱 /LaboratorioDuarte

🌐 www.laboratorioduarte.com.br



Solidariedade Itabirana consegue comprar medicamento por meio de vaquinha

A itabirana Cássia Augusta Silva Costa, de 39 anos, conquistou o carinho e a solidariedade das pessoas, que a ajudaram em seu tratamento contra o câncer e sua luta para sobreviver. Ela precisava fazer uso do medicamento Niraparibe, um inibidor de PARP (Poly ADP-Ribose Polymerase), utilizado nos tratamentos de manutenção do câncer. Além disso, ele reduz o risco de progressão da doença.

Infelizmente, devido ao preço muitas pessoas não conseguem adquiri-lo. Ele custa, em média, R\$ 23 mil. Para conseguir comprá-lo, Cássia recorreu a uma campanha de arrecadação coletiva, por meio de uma vaquinha on-line. “Como os valores são altos, entrei na justiça pedindo

ao Estado para fornecer, mas não obtive resposta. Apesar de liberado pela Anvisa, o medicamento não consta no rol da Agência Nacional de Saúde (ANS). Eu estava chegando no limite do prazo para fazer uso do remédio. Meu tempo estava acabando”, desabafou.

Assim, Cássia iniciou a campanha de arrecadação em suas redes sociais em março deste ano. Logo depois, o grupo DeFato publicou uma matéria sobre a campanha e contando sua história de vida. Felizmente, após dois dias de divulgação, ela conseguiu atingir sua meta. “Alcançamos o valor solicitado na vaquinha! Eu falo que alcançamos, porque sem a contribuição de todos eu e minha família não conseguiríamos esse valor!”, comentou emocionada.



A sensação de ter muita gente torcendo por mim também é um remédio poderoso!

Entenda o caso

A batalha de Cássia contra o câncer começou em 2016, quando descobriu um nódulo no seio direito, durante o banho. “Não me preocupei porque não havia histórico de câncer de mama na família. Eu estava para fazer 34 anos e pensava que o risco era só após os 40. Além disso, sempre fui uma pessoa com hábitos saudáveis, me alimentando muito bem, sem beber ou fumar. Não imaginava! Para mim era um cisto ou uma inflamação. Realmente não desconfiei”, relembra.

Então, após todos os exames realizados veio a triste confirmação da notícia: Cássia estava com câncer de mama. “Ao receber o diagnóstico eu fiquei completamente sem reação. Minha prima quem foi pegar o resultado comigo. Eu olhava para ela e ela estava chorando. É como se eu estivesse fora de órbita. Logo depois, caiu a ficha”, disse.

Mesmo com o primeiro choque, Cássia conseguiu se manter otimista. “Tive uma rede de apoio muito boa, tanto do pessoal do Centro Viva Vida quanto da minha família e amigos. Eu recebi o diagnóstico no dia 5 de setembro de 2016. Fui para Belo Horizonte e, no dia 26, já estava fazendo minha primeira quimioterapia. Ao longo de

um ano, eu finalizei o ciclo de tratamento”, relata.

Depois desse período conturbado, os exames mostraram que estava tudo bem, não foram encontradas células cancerígenas no resultado da biópsia. Ela deveria fazer apenas controles rotineiros.

Segundo diagnóstico

A vida seguia bem, até que em julho de 2021, ao fazer o exame de rotina das mamas, o médico identificou pequenas calcificações no seio de Cássia. Coincidentemente, na mesma semana, ela começou a sentir dores abdominais e buscou ajuda. O primeiro diagnóstico foi de apendicite, um alarme falso. Após a realização de vários exames, a notícia veio: dessa vez, o câncer era no ovário.

“Foi uma situação totalmente diferente da primeira. Eu tive uma decepção. Onde eu errei? Eu fiquei um pouco decepcionada com Deus. Estava um pouco revoltada. Tive que iniciar o tratamento pela segunda vez. Bateu uma tristeza! Passar por tudo de novo era muito ruim. O cabelo ia cair, ia perder as sobrancelhas, os cílios e sabia exatamente como as coisas iriam acontecer. Além disso, não poderia ter filhos biológicos. Tinha se passado apenas cinco anos que fui diagnosticada com câncer pela primeira vez”, relembra.

Após finalizar o novo ciclo de tratamento com quimioterapia, a médica que a acompanhava decidiu investigar o motivo da reincidência do câncer. Durante os exames, ela recebeu um novo diagnóstico: é portadora de uma mutação genética que a predispõe a desenvolver a doença. E o único medicamento capaz de ajudar no tratamento seria o Niraparibe.

Agora, com o medicamento em mãos, a itabirana se dedica às novas fases do tratamento. Ela destaca que a ajuda que recebeu deu força para seguir na batalha por sua saúde. “No momento em que eu precisei, diversas pessoas abraçaram a minha campanha. E foram muito além desses atos, me ajudaram com palavras de apoio e amor, orações e energia positiva. A sensação de ter muita gente torcendo por mim também é um remédio poderoso!”, agradece emocionada.

Cássia Augusta Silva Costa já enfrentou o câncer duas vezes



Foto: Scielia



Varizes: aplicação ou cirurgia?



**Dra. Luísa Assis
Souza**

CRM/MG 64.529
Cirurgiã Vascular



As varizes incomodam muitos pacientes, não somente do ponto de vista estético, mas também porque podem causar sintomas que resultam em limitação nas atividades diárias. A queixa de dor e sensação de peso nas pernas, inchaço, câibras, dormência e queimação são as mais frequentes no consultório. Além disso, as varizes podem desencadear problemas mais graves, como perfuração e sangramento (varicorrágia), surgimento de feridas (úlceras venosas) e até mesmo o entupimento das veias (tromboflebite e trombose venosa profunda). O tratamento dessas afecções varia conforme a gravidade e complexidade de cada caso.

O diagnóstico e o tratamento das varizes são realizados pelo angiologista/cirurgião vascular, que é o profissional capacitado e especializado no tratamento das doenças dos vasos sanguíneos. O exame físico detalhado e o exame de duplex scan venoso dos membros inferiores permitem avaliação completa das varizes e a programação para o tra-

tamento ideal em cada caso.

Atualmente, além da cirurgia de varizes, existem tratamentos modernos que podem ser realizados em consultório com estrutura adequada e sem necessidade de internação hospitalar. A aplicação de espuma densa guiada por ultrassom é um exemplo de tratamento eficaz das varizes calibrosas e do refluxo nas veias safenas. Também tem mostrado excelentes resultados para cicatrização de úlceras venosas.

A cirurgia é um método de tratamento tradicional que se modernizou muito ao longo dos anos. Hoje em dia, não são necessários cortes grandes, repouso absoluto e nem longos períodos de internação.

Existem formas modernas e eficazes no tratamento das varizes. Se você deseja tratá-las, procure um cirurgião vascular para discutirem as possibilidades terapêuticas e cheguem à melhor forma de tratamento para o seu caso. Cuide da sua saúde vascular!



Farmácia do Pará

Saúde em primeiro lugar!

Os melhores produtos
com ofertas imperdíveis

Agora com **CONSULTÓRIO
FARMACÊUTICO**



R. Ipoema, 204 - Pará, Itabira - MG



(31) 3831-3862





AME

ATENDIMENTO MÉDICO ESPECIALIZADO
Sua saúde, nossa conquista.



- ✦ Cirurgia Geral
- ✦ Clínica Médica
- ✦ Dermatologia
- ✦ Endocrinologia
- ✦ Oftalmologia
- ✦ Ortopedia

Atendimento personalizado e integrado

Dr. Guilherme Mousinho

CRM/MG 59.769 | RQE 42068 | TEOT 15344

Ortopedista e traumatologista pelo Hospital Mater Dei. Pós graduado em Cirurgia do Joelho e único membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia do Joelho em Itabira

Dra. Camila Teixeira Costa

CRM/MG 61.678 | RQE 42122

Endocrinologista e Metabologista

Especialista em Clínica Médica no Hospital Felício Rocho e em Endocrinologia e metabologia no Hospital Mater Dei Mestre pela UFMG na área de tireoideologia (Programa de Cirurgia e Oftalmologia)



Av. Mauro Ribeiro, 190,
Esplanada da Estação - Itabira/MG



(31) 3840-4535
(31) 9 7167-0011



@clinicamedica.ame

“Nariz entupido”: saiba as causas e o que fazer



**Dra. Bárbara de
Melo Torres Alves**

CRM/MG 57.290 | RQE: 41531
Otorrinolaringologista



O “nariz entupido” (obstrução nasal) é um sintoma muito prevalente na população e gera grande desconforto. Quem não respira pelo nariz fica privado dos benefícios da respiração nasal, como a umidificação, aquecimento e purificação do ar. Como consequência, pode haver queixa de boca seca, dor ou sensação de ardor na garganta, mau hálito, alterações do olfato, alterações na oclusão dentária, alterações estruturais no esqueleto da face. Essa condição também pode ocasionar sintomas como indisposição, perda de apetite, distúrbios do sono, baixo rendimento na escola e no trabalho, irritabilidade.

A obstrução nasal pode ser temporária quando decorrente de infecções virais e bacterianas, como resfriados, gripes e sinusites. Pode ser duradoura se decorrente de rinite, alterações na estrutura do nariz ou tumores.

A rinite é uma condição inflamatória da mucosa nasal, muito comum na população. Além do nariz entupido, o indivíduo pode se queixar de espirros, coceira no nariz, coriza, alteração do olfato.

Alterações estruturais do nariz, como desvio de septo nasal e o aumento das conchas nasais, geram estreitamento da passagem do ar pelas narinas, ocasionando a obstrução nasal.

A sinusite de repetição ou persistente também deve ser avaliada, pois há vários tipos de sinusites, que demandam apenas tratamento medicamentoso ou tratamento cirúrgico.

Atenção especial deve ser dada sobre a possibilidade da obstrução nasal ser decorrente de tumores benignos e malignos (câncer). Muitas dessas doenças podem ter como manifestação inicial a queixa de entupimento nasal, por isso a importância da investigação detalhada.

Em crianças, as causas mais comuns são o aumento da adenóide e a rinite alérgica. É necessário avaliar a melhor opção de tratamento que vai desde o uso de medicamentos, imunoterapia (vacina) para o controle mais efetivo e duradouro da rinite alérgica até a indicação de cirurgia. Tais condutas auxiliam na prevenção de sequelas faciais e dentárias, decorrentes da respiração persistente pela boca.

Nos casos de obstrução nasal persistente, o otorrinolaringologista poderá avaliar detalhadamente as estruturas internas do nariz. Isso se dá através da endoscopia das cavidades nasais e também de exames de imagem, como por exemplo, a tomografia computadorizada.

Em resumo, a obstrução nasal frequente ou persistente deve ser avaliada cuidadosamente pelo otorrinolaringologista, com o auxílio de exames complementares, para um correto diagnóstico e indicação do melhor tratamento, que irá impactar na melhoria da qualidade de vida e evitar repercussões negativas que tal sintoma pode causar a longo prazo.



25 motivos para te fazer sorrir!



A Odontolife é uma clínica moderna, que conta com equipamentos de última geração e profissionais qualificados em todas as áreas odontológicas. Neste ano, a empresa completa 25 anos, um marco repleto de orgulho, dedicação, crescimento e muitos sorrisos conquistados e compartilhados.

Especialidades:

- Clínica geral
- Odontopediatria
- Prótese (Roach, Dentadura, Peças e etc.)
- Implante
- Endodontia (Canal)
- Ortodontia (Aparelho)

(31)3840-8991

Sorrisus
CLÍNICAS ODONTOLÓGICAS

90

Clínica Sorrisus: Excelência em todas as especialidades odontológicas

*Presente há meia década
em Itabira, o espaço oferece
tratamentos focados na qualidade*

O sorriso é um fator que afeta muito a autoestima das pessoas. A falta de um ou mais dentes pode ser um transtorno que é, contudo, possível resolver com um bom tratamento. Em Itabira, a Clínica Sorrisus está há mais de cinco anos no mercado oferecendo atendimento para todas as especialidades odontológicas e soluções para aqueles que precisam.

O diretor da instituição é Leandro Batista Silva, que atua no setor de gerência e administração. O responsável pela implantodontia, que é o principal serviço da Sorrisus, é Samuel Brognara. Além dele, a clínica também conta com outros profissionais que acolhem e tratam as demandas dos pacientes, desde tratamentos simples até casos de alta complexidade.

Leandro destaca os be-

nefícios e garantia oferecidos pela clínica:

“Nós oferecemos garantia de um ano nos tratamentos. O paciente que chega relatando algum problema passa por uma avaliação gratuita e, posteriormente, agendamos o tratamento. Na parte de implantes e protética nós oferecemos garantia

de 18 meses, porque trabalhamos com produtos homologados, de primeira qualidade e com especialistas da área que têm conhecimento técnico do que estão fazendo.”

Tecnologia aliada à saúde

A empresa conta com a tecnologia como aliada no atendimento aos clientes.

Leandro Batista,
gerente da Clínica
Sorrisus



Para aqueles que passam por cirurgias, há um tratamento com aplicação de laser pós-cirúrgico, que auxilia na aceleração do processo de cicatrização e minimiza complicações. Além disso, para os pacientes que temem e sentem desconforto com a anestesia, a Clínica Sorrisus conta com um equipamento italiano, chamado Morpheus - aparelho que permite a aplicação da anestesia sem dor.

Leandro, gerente da instituição, fala sobre as tecnologias como aliadas para a manutenção da saúde dos pacientes:

“O Morpheus é conhecido como anestesia sem dor. Ele vai fazer a aplicação anestésica de forma eletrônica, com isso o paciente não sente aquela dor da anestesia, trazendo mais conforto para o paciente no processo cirúrgico. Além disso, temos o laser pós-cirúrgico que é outro diferencial da clínica, que auxilia tanto na parte de recomposição da gengiva quanto na cicatrização.”

A instituição também foi pioneira no tratamento de clareamento dental com luz violeta em Itabira, realizado sem o uso de gel clareador e que não provoca sensibilidade nos dentes, além de ser mais rápido.

O raio-x é digital, com melhor qualidade de imagem, e pode ser realizado na própria clínica. Para os casos que precisam de tomografia, como cirurgias e implantes, é possível realizar o exame na Leal Imagem - empresa parceira da Sorrisus - que fica bem próxima aos consultórios odontológicos, uma facilidade para os consumidores.

A clínica também possui uma câmera intra-oral, que permite ao paciente acompanhar a real situação de seus dentes e conferir as indicações de tratamento, durante a avaliação realizada pelos profissionais.



Equipe Sorrisus



Trabalhamos com produtos homologados, de primeira qualidade e com especialistas da área que têm conhecimento técnico do que estão fazendo.

Leandro Batista

Implantodontia

Implantes dentários são estruturas metálicas (geralmente de titânio) que atuam como suportes. Esses são aplicados ao osso maxilar, abaixo da gengiva, por meio de cirurgias. Essas estruturas são posicionadas de modo a substituir as raízes dentárias. Assim, permitem que o implantodontista monte os dentes substitutos sobre elas.

A colocação de implantes trouxe uma grande inovação no âmbito da odontologia, que conta com técnicas cada vez mais modernas para realizar os procedimentos, tanto antes, durante e depois da aplicação.

Hoje já não é necessário preparar ou desgastar um dente natural para que ele ofereça apoio aos novos dentes. Contudo, para receber a aplicação de um implante, é necessário que o paciente tenha gengivas saudáveis e ossos adequados para sustentá-lo, caso contrário ele vai precisar passar por outros procedimentos antes da colocação do implante.

A Clínica Sorrisus oferece uma avaliação da condição do cliente, que vai prever as etapas necessárias para chegar ao melhor resultado e trazer o sorriso mais bonito, saudável e adequado a cada paciente.

Nos dias atuais, o procedimento é considerado mais seguro do que há alguns anos. Com a modernização das técnicas, a aplicação dos implantes se tornou menos complexa e teve seu risco de problemas e complicações reduzido.

Atendimento especializado

Por contar com especialistas de diferentes áreas da odontologia, a Sorrisus atende desde a profilaxia até casos que necessitem reabilitação óssea. Há um bloco de cirurgias na clínica, e o processo é realizado no próprio espaço.

Graças aos protocolos e atendimento especializado, a maioria dos casos são resolvidos sem necessidade de aplicação de enxerto. Com a aplicação de técnicas que minimizam a chance de perda do implante, é possível substituir esse procedimento.



Sorrisus Clínica Odontológica

Praça Nico Rosa, 90 - Centro, Itabira - MG

(31) 3840-8991/ (31) 99745-3739

Instagram: @itabirasorrisus

A importância do acompanhamento dessa profissional para todas as gestantes



Camilla Dutra

Doula, educadora perinatal, fundadora da plataforma de cursos Humanizar para gestantes e profissionais



A Doula é uma profissional que tem o papel de conduzir a gestante e sua rede de apoio para uma experiência positiva de parto, sendo uma ponte entre a pessoa gestante, o cenário obstétrico em que ela está inserida e suas reais possibilidades. A Doula não possui competências técnicas diretas, mas é profissional integrante da equipe de saúde na assistência ao parto e nascimento, com papel de apoio e direcionamento físico e emocional da gestante e acompanhante. E é cientificamente comprovado que este trabalho tem grandes benefícios para todo o cenário obstétrico, inclusive favorecendo diretamente nos desfechos dos nascimentos, impactando na amamentação, além de outros aspectos positivos obtidos nos períodos pré e pós-parto.

Estudos comprovam que a presença da Doula no trabalho de parto, e no parto, reduzem:

- 50% nos índices de cesáreas;
- 25% na duração do trabalho de parto;
- 60% nos pedidos de analgesia peridural;
- 40% no uso de ocitocina sintética;

Sabemos também que a atuação dessas profissionais reduz significativamente os índices de violências obstétricas.

A Doula é uma agente de transformação social, que atua e impacta no andamento de todo ciclo gravídico puerperal independente da via de nascimento. Um de seus trabalhos principais além de todo apoio contínuo e presença ativa no momento do parto, é o de educação perinatal, que acontece ao longo da gestação, onde há um alinhamento e uma

intensa disposição de informações a cerca da assistência desejada. Nesse acompanhamento a Doula caminha com a gestante e acompanhante em suas individualidades e os orienta sempre levando em conta seus desejos e possibilidades, fornecendo sempre informações embasadas nas mais atualizadas recomendações e evidências científicas.

A Doula conhece todo cenário obstétrico onde está inserida e é capaz de direcionar a gestante de forma assertiva para uma melhor experiência de parto. É através desse trabalho de disposição e aplicação de conhecimentos diversos que a Doula consegue proporcionar uma vivência sem romantizações e com expectativas condizentes à realidade para gestante e, conseqüentemente, para sua rede de apoio, transformando o parto num momento onde tudo é conhecido, sem medos e ansiedade, sendo apenas um momento de muita entrega, felicidade e realização. Informados, a gestante e quem ela escolher ter ao seu lado, se sentem muito mais preparados e seguros para vivenciar o momento do parto e pós-parto.

A Doula é quem traz a intimidade do parto para a gestante, é quem mostra os caminhos, quem consegue fazer renascer uma mulher muito mais conectada com sua ancestralidade, seu feminino e seus direitos.

“Se a Doula fosse um remédio seria antiético não receitar”. John H. Kennell

SOMOS **CENTRO UNIVERSITÁRIO** **unifuncesi**

ALÉM DO ENSINO DE QUALIDADE QUE
VOCÊ JÁ CONHECE, A MAIOR ESTRUTURA
DA REGIÃO OFERECE À COMUNIDADE
DIVERSOS SERVIÇOS COMO:



REVIGORAR

CENTRO DE SAÚDE UNIFUNCESI

CENTRO DE SAÚDE UNIFUNCESI - ESPECIALIDADES:
ORTOPEDIA / NEUROLOGIA / CARDIORESPIRATÓRIA /
GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA / UROLOGIA / ONCOLOGIA.

SAJ - SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA JURÍDICA
NAS ÁREAS CIVIL E CRIMINAL.

ESCRITÓRIO ESCOLA DE ENGENHARIA - SERVIÇOS:
TREINAMENTOS EMPRESARIAIS / PLANEJAMENTOS E
ORÇAMENTOS / DESENVOLVIMENTO DE PROJETOS.

VENHA FAZER UMA VISITA!
[31] 3839-3600

UNIFUNCESI, COM VOCÊ NO CENTRO DE TUDO.

WWW.UNIFUNCESI.EDU.BR



A Associação das Mães, Pais e Amigos dos Autistas de Itabira iniciou as atividades por meio de um grupo no Whatsapp

O Transtorno do Espectro do Autismo (TEA) engloba desordens do desenvolvimento neurológico presentes desde o nascimento ou começo da infância. Pessoas com essa condição podem apresentar déficit na comunicação ou interação social. Por outro lado, o diagnóstico de TEA pode ser acompanhado de habilidades impressionantes.

Em 2021, um grupo de pais de autistas, de Itabira, que se comunicavam por meio de um grupo no Whatsapp, teve a ideia de criar uma associação que representasse a todos eles. Nascia, assim, a Associação das Mães, Pais e Amigos dos Autistas de Itabira (AMA). A diretora da entidade, Luciana Mendonça, foi quem ficou à frente desse projeto. A ideia era reunir o maior número de interessados, a fim de compartilhar experiências, conhecimentos e fortalecer o grupo.

A associação sem fins lucrativos, tem como missão promover o bem-estar das pessoas com Transtorno do Espectro Autista (TEA) por meio da disseminação da informação a pais, familiares, colaboradores e sociedade em geral. Segundo a presidente da AMA, Maria Helena Moreira da Silva, é necessário preocupar-se com o amanhã. “Almejamos construir um futuro que ampare nossos filhos e filhas e proporcione a eles maior independência, bem como a integração dos autistas à sociedade”, disse.

Ainda sem sede própria, a AMA mantém-se de recursos fornecidos pela própria diretoria formada por: Maria Helena Moreira da Silva, presidente; Renata Almeida Assis, vice-presidente; Luciana Figueiredo de Mendonça, secretária; Rejane Perucci, diretora financeira; e os conselheiros Cleyciqueley Araújo de



Almejamos construir um futuro para nossos filhos.

Castro Martins; Gabriela Machado Drummond Penna; e Adriano Oliveira Duarte. Atualmente, seis membros da diretoria trabalham de forma efetiva e voluntária.

As reuniões acontecem mensalmente, mas segundo Maria Helena os pais dos autistas sempre estão conversando e trocando ideias no grupo do Whatsapp. E foi dessas conversas que surgiu a ideia para o primeiro encontro de autistas de Itabira.

Marco histórico

Com realização da associação, o evento aconteceu no dia 2 de abril de 2022, dia Mundial

►
Maria Helena
em momento de
descontração com o
filho e o marido



da Conscientização do Autismo. A data foi marcada por rodas de conversa e compartilhamento de vivências para pessoas com TEA e familiares. Além disso, teve momentos de recreação com atividades como: pintura facial, bichinhos de balões, pula-pula, casinha de bolinhas, algodão-doce, carrinho de pipoca, picolé e sorteio de brindes.

O primeiro encontro de autistas também marcou uma conquista importante: a emissão da Carteira de Identificação do Autista (CIA). Em maio de 2022, por indicação do vereador Bernardo Rosa, a Prefeitura de Itabira apresentou a Lei Municipal nº 5.276/21, sobre a criação da CIA.

A Secretaria de Assistência Social, responsável pela emissão da carteirinha, ressaltou - à épo-



É preciso que governos e prefeituras se mobilizem para estudar o espectro autista e promover ações concretas nas escolas.

Maria Helena

ca - que foi uma ótima oportunidade para os portadores do TEA que ainda não possuíam o documento. A carteirinha busca garantir atenção integral, prioridade no atendimento e no acesso aos serviços públicos e privados, em especial, nas áreas de saúde, educação e assistência social. A

CIA é válida em todo o município. De acordo com a Lei Federal nº 12.764/12, para todos os efeitos, a pessoa portadora de TEA é legalmente considerada pessoa com deficiência.

Novos passos

Em sua busca por ajudar aqueles que precisam de apoio e informação, a AMA tem realizado um projeto em parceria com a Secretaria de Educação da cidade de Santa Maria de Itabira. A iniciativa visa conscientizar a adaptação da comunidade escolar e familiares das pessoas com TEA, às necessidades das crianças e adolescentes.

“A lei estabelece que a escola deve se adaptar ao aluno com deficiência, polo evidentemente hipossuficiente na relação entre educador e educando, e não o contrário. É preciso que governos e prefeituras se mobilizem para estudar o espectro autista e promover ações concretas nas escolas”, afirma Maria Helena.

►
Prefeitura de Itabira realiza
a entrega das primeiras
carteirinha de autistas



Transtorno do Espectro do Autismo e Análise do Comportamento Aplicada



France Jane Elias Leandro

CRP/MG 04-7784
Psicóloga Cognitiva
Comportamental
Especializanda em ABA e
Ensino Estruturado



O TEA, como é conhecido o Transtorno do Espectro do Autismo, relaciona-se ao desenvolvimento e se manifesta até os 3 anos de idade - e se mantém por toda a vida - comprometendo socialização e comunicação, comportamentos repetitivos e restritivos.

Na maior parte das vezes, o autismo é genético. Ou seja, da herança de seus pais ou uma mutação genética ocorrida na própria criança.

Uma dúvida de muitos pais, e até mesmo de profissionais, quando falamos em diagnóstico de autismo, é sobre quem pode dar o diagnóstico de TEA, de acordo com a legislação brasileira. Legalmente, pode ser dado tanto por um médico ou psicólogo, mas o mais recomendado é que uma equipe multidisciplinar avalie o paciente, considerando suas características e necessidades particulares.

Como forma de promover o desenvolvimento das crianças com autismo, pesquisas se dedicam a estudar os tipos de intervenção mais eficientes para diminuir os sintomas autísticos e aumentar comportamentos adaptativos.

O mercado brasileiro está com demanda crescente, já que os médicos e psicólogos, passam a diagnosticar com mais precisão o autismo e, no entanto, temos poucos profissionais qualificados.

As intervenções, sejam elas educacionais ou clínicas, devem ser planejadas de acordo com o perfil de cada criança. Sabe-se, contudo, que as crianças com autismo podem ser beneficiadas com intervenções em Análise do Comportamento Aplicada (ABA) e recursos como: Acompanhante Terapêutico (AT); Ensino Estruturado com a minimização de estímulos excessivos;

planejamento individualizado; número reduzido de alunos por classe; organização das propostas através de rotinas; Equipe multidisciplinar (neurologista, psiquiatra, psicóloga, pedagoga, fonoaudióloga, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta, nutricionista, educador físico, entre outros); e Orientação familiar.

A Análise do Comportamento Aplicada (Applied Behavior Analysis - ABA) é um termo advindo do campo científico do Behaviorismo que observa, analisa e explica a associação entre o ambiente, o comportamento humano e a aprendizagem.

O treinamento eficaz dos pais e cuidadores parece ser parte essencial dos programas de tratamento baseados na ABA. Mas, pode-se contar também com o Acompanhamento Terapêutico (AT), que é uma prática clínica desenvolvida fora de espaços tradicionais de tratamento, como consultórios. Ele acontece no contexto de vida de quem é acompanhado. Uma das principais funções do AT é dar continuidade aos programas terapêuticos que acontecem no consultório, em outros ambientes naturais das crianças, como em casa e na escola.

É, geralmente, a partir da redução dos excessos comportamentais que novas oportunidades de ensino e interações mais apropriadas surgem, possibilitando uma melhora na qualidade de vida tanto para os indivíduos com TEA quanto para seus pais e cuidadores.

Referências: Luna ABA, Grupo Maria Elisa Fonseca e ABPMG

30 anos

negócios nascem de grandes parcerias.

Já são 30 anos de cooperação. Sempre oferecendo uma experiência financeira sob medida onde você é mais que cliente e tem vantagens como:

- Taxas e tarifas competitivas.
- Participação nos resultados.
- Atendimento mais próximo e muito mais.

**Quer boas vantagens
para você e o seu dinheiro?
Vem ser Credicom.**

Saiba mais:
sicoobcredicom.com.br/30anos

Central de Relacionamento: (31) 2127 6300
Ouvidoria: 0800 725 0995
Deficientes auditivos ou de fala: 0800 940 0458

 **SICOOB CREDICOM** | **30 anos**



Somos uma operadora de planos de saúde com 30 anos de atuação no mercado. Fazemos parte da Fundação São Francisco Xavier, braço social da Usiminas, nas áreas de saúde e educação.

Hoje atuamos em Minas Gerais, São Paulo, Espírito Santo e Rio Grande do Sul cuidando de mais de 240 mil vidas nos segmentos médico-hospitalar e odontológico.

Contamos também com ampla rede credenciada com mais de 3 mil médicos, clínicas e laboratórios, além de 225 hospitais e atendimento nacional de urgência e emergência.

Nosso atendimento é diferenciado e humanizado, com presença sólida nos canais digitais e serviços de telemedicina para oferecer comodidade e segurança aos beneficiários.

ANS - Nº 33.995-4

**TRABALHAR COM EXCELÊNCIA
FAZ PARTE DA NOSSA MISSÃO.**



Entre em contato e saiba mais.

Telefone e WhatsApp

0800 283 0040

  **usisaude.com.br**

FSFX FUNDAÇÃO
SÃO FRANCISCO
XAVIER
Soluções em Saúde

Harmonização ou desarmonização? A síndrome do rosto super preenchido



Gabriella Lacerda

CRBM 7776
Biomédica Esteta



Um dos maiores medos dos pacientes que realizam procedimentos estéticos é o de ficar com a aparência deformada, rosto “inflado”, bochechas e mandíbulas desproporcionais. Esse efeito tem nome: “*Overfilled Syndrome*”, mais conhecido como síndrome do rosto hiper preenchido.

Essa síndrome ocorre em situações onde há um excesso de material injetado. Além disso, quando se preenche regiões onde não há indicação de volumização esse efeito também poderá ser observado. O resultado final é desastroso e desarmonioso, muito parecido com o de um “balão inflado”.

O produto mais utilizado para o efeito preenchedor é o ácido hialurônico. Substância biocompatível, produzida em condições naturais pelo nosso corpo. A função principal do AH é promover hidratação e, a partir disso, restabelecer o volume perdido com o envelhecimento. Podemos dizer que essa substância é uma importante aliada nos tratamentos de harmonização e equilíbrio das proporções faciais, isso quando utilizada com bom senso, é claro.

Existem alguns fatores que precisam ser levados em consideração para que se tenha um resultado natural e satisfatório. Primeiro, no que diz respeito ao profissional, capacitação técnica e ética. Segundo, no que diz respeito ao paciente, saúde mental e expectativa real de resultado. Estudos já apontam que grande parte dos pacientes que se enquadram na “*Overfilled Syndrome*” possuem algum tipo de dismorfismo corporal e não se enxergam como de fato são. Esses pacientes nunca estarão satisfeitos e buscarão sempre mais aplicações. Cabe ao profissional impedir tal prática, se ancorando em conceitos técnicos e noções básicas de visagismo facial. O encaminhamento para o psicoterapeuta também poderá ser necessário.

De uma forma geral, casos de rosto hiper preenchidos são comuns, mas não uma regra. Escolher um profissional capacitado, ético e devidamente habilitado minimizará grande parte desse risco. A comunicação antes do procedimento é extremamente importante, para que o paciente exponha suas expectativas e o profissional, dentro de sua realidade e respeitando limites, busque alcançá-las.

7 anos

uma clínica
ainda
mais
**ampla e
moderna**



GABRIELLA LACERDA
BIOMEDICINA ESTÉTICA

3835-4811

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

📍 Gabriella Lacerda Biomedicina Estética

AV. CARLOS DRUMMOND DE ANDRADE, Nº 14
CENTRO - EDIFÍCIO VITÓRIA - ITABIRA/MG

Inovação em saúde



Alexandre José da Silva Coelho

Especialista em Administração Hospitalar e Diretor Executivo do Hospital Nossa Senhora das Dores



O desenvolvimento e uso de novas tecnologias para melhorar a saúde se tornou uma pauta recorrente nos últimos dois anos. Acelerada principalmente pelo cenário pandêmico, a revolução da chamada SAÚDE 4.0 que, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), é “o campo do conhecimento associado com o desenvolvimento e uso de novas tecnologias para melhorar a saúde”, transformou a forma como os processos hospitalares são realizados.

Indo além da telemedicina, a tecnologia e a inovação modernizam as atividades manuais e repetitivas, muitas vezes encontradas nos hospitais. Como resultado trazem uma melhora significativa na experiência do paciente e uma redução considerável nos custos de operação, além de incrementar a performance institucional.

A sobrevivência dos *players* na área de saúde, no mundo contemporâneo, passa pela incorporação e desenvolvimento dessas e outras inovações:

O CLIENTE NO CENTRO

Com o estudo e valorização da jornada do cliente, em todos os níveis de atendimento, vemos a adoção do conceito de cliente em substituição a paciente.

INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL - IA

Capacidade que as tecnologias têm de aprender com dados e relacioná-los, para retroalimentarem-se. O setor de saúde está fazendo avanços significativos com o uso de IA em áreas como diagnóstico, imagens e gerenciamento de aspectos comportamentais.

ANALYTICS E BIG DATA

Com formação de Plataformas Seguras de Dados de Saúde, a compreensão de cada quadro clínico passa ser realizada tomando como base dados, o que por sua vez leva a diagnósticos mais assertivos e oferta de melhores tratamentos.

SAÚDE PREVENTIVA

Acompanhamento por meio de sensores que monitoram e analisam sinais vitais e indicadores em tempo real, prescrição de dietas e exercícios personalizados para cada biotipo.

REALIDADE VIRTUAL E REALIDADE AUMENTADA

Tecnologias utilizadas para auxiliar e agilizar o diagnóstico de doenças, realizar tratamentos, cirurgias e gerar maior previsibilidade dos resultados esperados.



Laboratório
Silveira



Hospital
Nossa Senhora
das Dores

EXCELÊNCIA EM QUALIDADE E TECNOLOGIA



DxH 800
Coulter Cellular
Analysis System -
Beckman Coulter



Beckman
Coulter Au400



Siemens -
Healthineers -
RAPIDPoint 500c



Biometria

Monitoramento
em tempo real



Biomerieux -
Vitek 2 Compact



Biomerieux
BactAlert 3D



Excelência e Tecnologia



DxH 800-Coulter Cellular
Analysis System - Beckman Coulter

SEIS UNIDADES EM ITABIRA E AGORA TAMBÉM NO HNSD

- Matriz: Av. Martins da Costa | 35 | Pará | 3831-2135
- Unidade Gabiroba: Av. Valdemar de Alvarenga Lage | 1250 | Água Fresca | 3834-0967
- Unidade Bela Vista: Rua Raimundo de Souza | 120 | Bela Vista | 3066-7243
- Unidade Amazonas: Av. Brasil | 270 | 3066-3058
- Unidade Centro: Rua José Bragança | 54H | Centro | 3835-1830
- Unidade HNSD: Av. João Soares da Silva | 135 | Penha | 3831-2135

www.laboratoriosilveira.com [@laboratoriosilveira](#) [laboratoriosilveira](#)

ACEITAMOS DIVERSOS PLANOS:



Para saber a lista completa de convênios
entre em contato em uma de nossas unidades.



NEOH

Núcleo Especializado em
ONCOLOGIA e **HEMATOLOGIA**

O NEOH conta com uma estrutura para oferecer excelência em tratamento e o máximo em conforto, segurança e qualidade.



O Núcleo Especializado em Oncologia e Hematologia de Itabira e João Monlevade tem como missão oferecer atendimento e tratamento diferenciado a todos os seus pacientes.



NEOH
Itabira

Alfredo Sampaio 156 | Bairro Pará
Itabira/ MG | 📞 (031) **2840-2635**



NEOH
João
Monlevade

Gentil Bicalho 991 | Bairro Carneirinhos
João Monlevade/ MG 📞 (031) **3850-5753**



ESPAÇO AMPLO



CONSULTÓRIOS
CONFORTÁVEIS



TRATAMENTOS DIFERENCIADOS:

Também contamos com equipamento de tecnologia diferenciada que reduz a queda de cabelo durante a quimioterapia.



CENTRO DE INFUSÃO DE MEDICAMENTOS NÃO ONCOLÓGICOS:

Medicamentos endovenosos e subcutâneos administrados em pacientes com doenças autoimunes.

**ATENDEMOS PACIENTES
ENCAMINHADOS POR DIVERSAS
ESPECIALIDADES COMO**
reumatologia, dermatologia,
neurologia e pneumologia.

Abordagem diagnóstica das anemias



Dra. Marielle Tomas de Pinho Coelho

CRM/MG 49.115 | RQE: 24811
Hematologista



O termo anemia (do grego, a = privação; haima = sangue) refere-se à redução da concentração de células vermelhas no sangue. É sinal de doença e deve ser sempre investigado. Em geral, o diagnóstico laboratorial de anemia é definido por valores de hemoglobina (Hb) < 12g/dl em mulheres e < 13,5g/dl em homens. Nas crianças, esses valores tendem a ser inferiores a 11- 11,5g/dl, dependendo da faixa etária.

As anemias afetam mais de 25% da população mundial e constituem um problema de saúde pública, amplamente distribuído na população, que aumenta o risco de morbidade e mortalidade, especialmente em crianças, mulheres grávidas e idosos. Entre as consequências da morbidade associada à anemia crônica incluem-se: a perda de produtividade, dificuldades cognitivas e maior suscetibilidade a infecções. Em mulheres, um recente estudo de revisão mostrou que a anemia está também relacionada a parto prematuro, baixo peso ao nascer e mortalidade infantil e materna.

Podem ser classificadas como: leve (Hb>10g/dl), moderada (Hb entre 7 e 10g/dl) e grave (Hb<7g/dl); e em agudas ou crônicas.

A principal causa de anemia no mundo é a deficiência de ferro. Porém, devemos nos lembrar que ela não é a única causa e que fazer o diagnóstico preciso antes do tratamento é fundamental para melhores resul-

tados. Outras causas frequentes de anemias são: deficiência de vitamina B12, deficiência de folato, aplasia de medula, mielodisplasia, anemia falciforme, talassemia, esferocitose hereditária, neoplasias, doença renal crônica, hipotireoidismo e doenças reumatológicas.

Os sinais e sintomas de anemia são dependentes do grau e da velocidade de instalação. Eles incluem fadiga, cansaço, dor nas pernas, palpitações e palidez. Hipotensão, tonturas e desmaios estão muito relacionados à anemia de início mais recente e de maior gravidade.

O diagnóstico de anemia é feito a partir do hemograma e outros exames complementares devem ser realizados a fim de determinar a causa da condição.

O manejo depende da causa encontrada. Em alguns casos podem ser necessários submeter o paciente a transfusão de hemácias. Outros tratamentos utilizados na prática clínica incluem: suplementação de ferro oral ou reposição venosa do ferro, reposição de vitamina B12 e folato e uso injetável de agente estimulador da eritropoiese.

E lembre-se: tratar anemia sem investigar a causa pode significar a perda da oportunidade de se identificar uma doença subjacente grave ou maligna em uma fase ainda potencialmente curável. Procure sempre o médico para uma investigação mais apurada.

Introdução e recomendações para a Oncologia



**Dr. Marcos Antônio
Batista de Miranda Júnior**

CRM/MG: 47.155 | RQE: 24737
Oncologista



O câncer é uma doença originada pelo crescimento desordenado de células que podem invadir tecidos adjacentes ou órgãos a distância. Os tipos de câncer são classificados de acordo com a localização primária do tumor.

No Brasil, os cânceres mais comuns em homens são: próstata, que corresponde a quase 30% dos casos, colorretal e pulmão. Nas mulheres, os mais comuns são: mama, que também corresponde a quase 30% dos casos, seguido por colorretal e colo do útero.

A estimativa é que haja um aumento de 592 mil para 787 mil novos casos no Brasil, em ambos os sexos, entre 2020 e 2030, com grande impacto econômico na saúde pública e na qualidade de vida da população.

Não há uma causa única, mas sim a interação de fatores externos (meio ambiente e hábitos de vida) e internos (hormônios, condições imunológicas e mutações genéticas). Cerca de 80% a 90% dos casos estão associados a causas externas, muitas das quais evitáveis. Dentre esses fatores os principais são o tabagismo, sedentarismo, alimentação/obesidade e consumo de bebidas alcoólicas.

É possível minimizar todo o impacto causado pelas neoplasias através da prevenção primária, evitando a exposição aos fatores de

risco e a adoção de um modo de vida saudável, impedindo o seu desenvolvimento. E da prevenção secundária centrada na detecção precoce e no tratamento de doenças pré-malignas ou de cânceres iniciais assintomáticos.

Para alcançar esses resultados é preciso consultar com o oncologista e seguir os protocolos definidos de rastreamento para os principais tipos de tumor.

As principais recomendações gerais de detecção precoce no Brasil são:

Mama: mamografia a partir dos 40 anos de idade

Colo uterino: citopatológico a partir dos 25 anos

Colorretal: colonoscopia a partir dos 45 anos

Pulmão: TC de tórax na população de alto risco acima de 50 anos

Próstata: discutir o rastreio com seu urologista

Em caso de história familiar positiva ou passado de neoplasia, essas recomendações podem mudar. Consulte seu médico.



ONCOVIVA: voluntários movidos pelo amor ao próximo

A entidade sem fins lucrativos atua desde 2011

O atendimento ao público oncológico iniciou no Centro Oncológico Itabira, no ano de 2011. Com a crescente demanda dos pacientes em tratamentos quimioterápicos, durante os procedimentos assistenciais, a enfermeira oncológica Andreia Rita Gazeta das Graças, responsável técnica do setor, detectou as necessidades psicobiológicas e sociais de todos os envolvidos no processo. Ela percebeu que devido à instabilidade emocional dos pacientes e familiares, a necessidade de motivação para enfrentamentos positivos, se tornava essencial para o resgate da autoestima e a qualidade de vida.

Foi a partir disso, que a enfermeira, a hematologista da clínica e uma acompanhante de um paciente se juntaram e começa-

ram a fazer ações no sentido de apoiar emocionalmente e disponibilizar suprimentos aos pacientes oncológicos e seus familiares. O acolhimento humanizado e a escuta qualificada foram pontos cruciais para desenvolver planos de cuidados e atos na promoção da saúde, de acordo com a singularidade de cada paciente.

A equipe assistencial identificou que alguns pacientes, além de enfrentarem o difícil diagnóstico e interrupção provisória das rotinas diárias, precisavam com urgência de uma rede de apoio. As necessidades foram detectadas por levantamentos das prioridades básicas, sendo fundamental a provisão de suplementos alimentares, cestas básicas, fraldas e algumas medicações.

ONCOVIVA

Com o avanço nas atividades e ações voltadas para pacientes e familiares, em 2013, a ONCOVIVA, entidade sem fins lucrativos, começou a atuar, contando com a participação de voluntários movidos pelo amor ao próximo, pela necessidade de acolher, cuidar e confortar pacientes em tratamento. Em 2019, depois de tantos anos de atuação, a entidade foi legalizada juridicamente, com o apoio do advogado Marcos Paulo Andrade Bianchini. Atualmente, a associação é reconhecida com os títulos de utilidade pública Municipal e Estadual.

Para Andreia Gazeta das Graças, presidente da ONCOVIVA, esses títulos representam um ganho para a associação: "É um grande passo para formalização das de-

Voluntários da
ONCOVIVA



mandas oncológicas. Esse pacto favorece e viabiliza aquisições de verbas e recursos sociais junto aos programas do governo”, afirma.

A ONCOVIVA realiza diversos eventos que contribuem para a integração de pacientes e familiares. Para isso, contam com a colaboração de parceiros físicos, jurídicos e voluntários. Além de recursos financeiros e serviços, muitos também contribuem com seu tempo e amor.

O “Bazar Solidário” da ONCOVIVA, com sede à avenida João Pinheiro, 535- salas 25 e 26, no Mercado Municipal, funciona às terças, quartas e quintas, de 13h às 17h. Ele é uma das fontes de arrecadação de fundo para a associação, já que lá é possível entregar doações e comprar produtos doados.

Doação de cabelos

A ONCOVIVA possui parceria com vários salões de beleza de Itabira. Dessa forma, todas as mechas de cabelos recebidas são encaminhadas para a ONG Fio de Luz. Eles são os responsáveis por fabricar perucas e a ONCOVIVA por doar aos pacientes oncológicos e com alopecia.

Maria Conceição Linhares Matoso, tesoureira, coordenadora do bazar beneficente e do lanche solidário, explica os procedimentos necessários para fazer a doação das mechas. “Qualquer pessoa pode



Sinto-me privilegiada por fazer parte dessa missão, transformar vidas e disseminar o amor ao próximo. Fazer o bem, faz bem, nos revigora e fortalece a empatia!

Andreia Gazeta das Graças



As doações viram perucas para os pacientes oncológicos e com alopecia

doar. Portanto, é importante que a mecha tenha no mínimo 20 cm e deve estar seca. Para não estragar a mecha, amarre o cabelo e coloque-o em saco plástico. Assim, é só levar em um dos postos da ONCOVIVA e fazer sua doação”.

Para Andreia, o sentimento de

gratidão é constante. “Sinto-me privilegiada por Deus, por fazer parte dessa missão, transformar vidas e disseminar o amor ao próximo em um cenário onde o diagnóstico e processo de adoecimento predis põe as alterações físicas associadas à dor na alma. Fazer o bem, faz bem, nos revigora e fortalece a empatia!”.



Laboratório Silveira: nova unidade no HNSD

Com tecnologia de ponta, os exames ficam prontos em, no máximo, duas horas

Os proprietários do Laboratório Silveira, o biomédico Éder Rodrigues Ferreira e sua sócia Hedislaine Mara de Araújo Ferreira, enfrentam um novo desafio em sua trajetória como empresários. A unidade recém-inaugurada do laboratório, dentro do Hospital Nossa Senhora das Dores (HNSD), é um audacioso projeto que o casal foi eleito a desenvolver.

“Um mês após a nossa inauguração da unidade localizada no bairro Amazonas, fomos convidados a participar de um processo de avaliação de qualificação de fornecedores o qual tivemos a honra de ter sido proclamados como vencedores. A proposta era de trazer algo inovador e tecnológico com impacto de revolucionar o mercado e modernizar o serviço de análises clínicas do

HNSD. Me senti lisonjeado! É como se eu estivesse em uma carreira militar e fosse promovido de soldado ao comandante do pelotão por um serviço bem-feito, esse foi o sentimento”, comemora Éder.

Na elaboração do projeto do HNSD, a equipe do Laboratório Silveira visitou hospitais em Belo Horizonte e empreendimentos de saúde, a fim de trazer para

Itabira o que há de mais moderno em tecnologia.

Agilidade

Para a nova empreitada, o casal não mediu esforços. Estudioso e amante da tecnologia, Éder investiu no que há de mais moderno em termos de equipamentos para realizar os exames do Laboratório Silveira. Todas as máquinas adquiridas foram impor-

Estrutura do Laboratório Silveira no HNSD



Foto: Reberson Goncalves - RG STUDIO Fotografia

tadas de marcas renomadas no mercado Internacional.

A equipe do Laboratório Silveira está sendo assessorada pela multinacional *Beckman Coulter Inc.*, que faz parte da *Danaher Corporation*, empresa que desenvolve, fabrica e comercializa produtos que simplificam, automatizam e inovam testes biomédicos complexos. “Com a nossa chegada ao hospital, evoluímos muito. Hoje, realizamos exames de análises clínicas, a nível dos melhores hospitais de Belo Horizonte”, detalha Éder.

Para o empresário, a tecnologia agiliza processos. “Exames que necessitam de urgência e resultados rápidos, podem ser coletados no ambulatório do hospital HNSD, onde há um guichê e uma sala de coleta do Laboratório Silveira. Assim, conseguimos liberar os resultados no mesmo fluxo do hospital, de forma imediata. Coletou o sangue? Em, no máximo, duas horas está pronto. Isso vai agilizar o tratamento do paciente, pois ele poderá receber medicação e dependendo da sua evolução clínica, chega até receber alta”, afirma Éder.

Além de tudo isso, o biomédico tem dentro do hospital salas exclusivas (Pronto Atendimento, Ambulatório e Pronto Socorro) para a coleta dos exames, no sentido de proporcionar mais conforto e privacidade para o paciente.

Padronização e excelência

O Laboratório Silveira, que foi fundado em 1º de maio de 1990, segue o mesmo padrão na estrutura física e administrativa. Após a matriz, que se encontra no bairro Pará, foi inaugurada a primeira filial no bairro Gabiroba e, em seguida, outras três nos bairros Bela Vista, Centro e Amazonas.

“Trabalhamos com a mesma ideologia arquitetônica para

Foto: Dalton Gonçalves



Investimento no que há de mais moderno em termos de equipamentos para realizar os exames



Coletou o sangue? Em, no máximo, duas horas o exame está pronto.

Éder Rodrigues Ferreira

todos os empreendimentos. Então, todas as unidades têm a mesma cor, a mesma cadeira, a mesma disposição e o mesmo projeto. Todas seguem o mesmo padrão de acabamento e estrutura. E também tem o mesmo quadro de Jerusalém. Esse me acompanha em todas as unidades, diz a bíblia “prosperarão aqueles que te amam o Jerusalém”, detalha Éder.

Todas as unidades contam com sala de espera confortável, local para coleta, espaço personalizado e exclusivo para crianças, além de um café da manhã completo com sucos, bolos e biscoitos. Tudo isso, para proporcionar a melhor experiência para o cliente.

Qualidade em primeiro lugar

O empresário conta que segue à risca seu slogan: “Excelência em Qualidade”. Por isso, o Laboratório Silveira tem se norteado em prestar um serviço exímio para a população itabirana. O atendimento humanizado faz com que o paciente se sinta confortável e seguro dentro da unidade e confie na estrutura e serviços prestados.

“Logo que chega, o cliente nota os diferenciais do laboratório. Vai do atendimento ao serviço final. No primeiro atendimento, é feita a biometria e, assim, todos os dados do cliente são arquivados. Então, o atendimento é muito rápido. Os exames são identificados por números e isso é uma maneira de sigilo absoluto, pois ninguém tem o nome divulgado. Esses são os nossos grandes diferenciais”, frisa Éder.

Através do site da empresa, é possível visualizar resultados e saber qualquer informação relacionada ao Laboratório Silveira. O Whatsapp também é uma forma rápida e eficaz de entrar em contato com o laboratório para obter esclarecimentos.

Planos para o futuro

Éder também chama atenção para os próximos passos. Ele antecipa que, em breve, a imunização será feita nas unidades. O objetivo do empreendedor é crescer cada vez mais. “Vou continuar sempre investindo em melhorias e tecnologias”, afirma.



Laboratório Silveira

Avenida João Soares Silva, 135,
Penha - Itabira/MG

WhatsApp: (31) 3831-2135

Site: www.laboratoriosilveira.com
Instagram: @laboratoriosilveira

Doença coronariana e medicina nuclear



**Dra. Jeffane Milene
Silva Pacheco**

CRM/MG 56.540 | RQE: 45056
Médica Nuclear



As doenças cardiovasculares são as principais causas de morte no mundo. Dentre elas, as doenças arteriais coronarianas se destacam pelos elevados índices de mortalidade.

A principal causa da doença coronariana é a aterosclerose, caracterizada por ser uma doença inflamatória crônica sistêmica que ocorre, principalmente, por uma obstrução ocasionada pela presença de placas de gordura dentro dos vasos sanguíneos (artérias). Se na artéria que irriga o coração existir alguma placa obstruindo e, por consequência, reduzindo o fluxo de sangue, pode ocorrer o que denominamos infarto do miocárdio.

Dentre os principais fatores de risco para a ocorrência da doença coronariana, pode-se destacar: idade avançada, diabetes mellitus, hipertensão arterial, aumento de colesterol e triglicérides, obesidade, sedentarismo, tabagismo e, ainda, uma história familiar positiva para doença coronariana.

O diagnóstico dessa doença deve ser fundamentado pelos princípios que tangem a prática médica, quais sejam: uma avaliação clínica adequada por um médico especializado e a complementação por meio de exames adicionais.

Nesse contexto, a Medicina Nuclear tem um papel importante no manejo de casos de doenças coronarianas por meio da cintilografia de perfusão miocárdica, que representa um método de diagnóstico não invasivo e que utiliza compostos radioativos para a sua realização. Esse material é administrado de forma

intravenosa e emite baixas doses de radiação.

Com a cintilografia miocárdica é possível avaliar a chegada de sangue nas artérias que irrigam o músculo do coração, e, com isso, identificar as possíveis áreas que estão apresentando déficits de fluxo sanguíneo. Desse modo, a cintilografia miocárdica é uma grande aliada no diagnóstico da doença coronariana, na prevenção de infartos e no acompanhamento de pacientes com história de evento cardíaco anterior. Além disso, o exame também viabiliza a avaliação da contração do músculo do coração e o seu adequado funcionamento.

A cintilografia miocárdica é feita em dois momentos distintos: em repouso e sob estresse (físico ou farmacológico), sendo que a indicação do melhor método será feita pelo médico solicitante e/ou pelo médico ergometrista no momento da realização da etapa de esforço. É importante ressaltar que ambos os métodos de estresse são seguros e possuem a mesma eficácia diagnóstica.

Estudos atuais indicam que pacientes que apresentam uma cintilografia miocárdica com resultado normal apresentam um excelente prognóstico e risco muito baixo de eventos coronarianos nos primeiros anos após a realização da cintilografia.

Portanto, a cintilografia miocárdica tem se consolidado como um importante método complementar em cardiologia, com informações diagnósticas e prognósticas seguras, que auxiliam o médico assistente no cuidado ao seu paciente.



SET RESSONÂNCIA
DIFERENCIAL IMAGEM

Ressonância magnética? **Você também pode contar conosco.**

Referência em exames por imagem há 25 anos, o SET agora incorpora em seu portfólio a **ressonância magnética**. São profissionais extremamente qualificados operando **equipamentos com a tecnologia mais avançada e atualizada no mercado**. E é claro, com aquele atendimento **humanizado, eficiente e resolutivo** que vc já conhece.

Agende em **setdi.com** ou ligue: (31) **3834-7280**.

Endometriose: Entenda o que é e como tratar



**Dra. Ana Luiza
Alvarenga Gomes**

CRM/MG 48.431 | RQE: 29332
RQE : 47077
Ginecologista (Vídeo cirurgia/
Infertilidade e Oncoginecologia)



A endometriose é definida como a presença do endométrio fora da cavidade uterina acompanhada de inflamação crônica. As lesões podem aparecer, por exemplo, no peritônio, útero, trompas, ovários, bexiga e intestino.

É uma doença ginecológica benigna, dependente de estrogênio. A grande maioria dos casos de endometriose ocorre em mulheres em período reprodutivo.

A infertilidade é um sintoma relativamente comum em pacientes com endometriose, afetando de 30% a 50% das mulheres com a doença. Ela pode influenciar a fertilidade de várias maneiras: anatomia distorcida da pelve, aderências, trompas de falópio fixas, inflamação das estruturas pélvicas, funcionamento do sistema imunológico alterado, alterações no ambiente hormonal dos óvulos, implantação prejudicada de uma gravidez e qualidade do óvulo alterada.

Sintomatologia

Os sintomas relacionados à endometriose podem afetar a saúde geral e o bem-estar mental e social de uma mulher. Alguns deles afetam outras funções do corpo. Os sinais que as mulheres identificam com mais frequência são: aumento gradual da dor pré-menstrual aguda, dor pélvica, dor na região sacral da coluna, cólica menstrual intensa e progressiva, ovulação dolorosa, dor durante a relação sexual, dor ao defecar e/ou urinar, dor irradiando para as costas, menstruação irregular abun-

dante, sangue nas fezes, diarreia ou constipação, infertilidade e fadiga crônica.

Diagnóstico e tratamento

Uma boa história clínica, exame ginecológico e complementares de diagnóstico, como o ultrassom com preparo intestinal ou Ressonância Nuclear Magnética, são ferramentas importantes para identificar a doença.

Em relação ao tratamento da endometriose, há dois caminhos possíveis.

- Tratamento clínico: o objetivo é reduzir ou eliminar a dor, inibir o desenvolvimento e a regressão dos focos endometrióticos e restaurar a fertilidade.

- Tratamento cirúrgico: é indicado quando a paciente apresenta dor pélvica sem melhora com tratamento clínico, infertilidade, endometriomas e lesão de algum órgão que comprometa a sua função.

A laparoscopia e a cirurgia robótica são as técnicas cirúrgicas recomendadas para o tratamento da endometriose, independentemente do seu estágio. Os melhores efeitos terapêuticos são alcançados como resultado da combinação do tratamento cirúrgico com o tratamento farmacológico.

A endometriose apresenta impacto negativo sobre a qualidade de vida das mulheres, alterando os aspectos social, pessoal, educacional e profissional. Nos casos em que não há melhora clínica, tratamentos adjuvantes, como fisioterapia e acupuntura, vem ganhando espaço.



PLENNUS

Medicina Integrada

Para cuidar bem de você!



Anestesiologia

Dr. Bruno Apgaua
CRM 47750



Cardiologia

Dr.º Elizângela Moura Gomes
CRM 40547



Gastroenterologia

Dr.º Mariana de Assis Lage
CRM 47881



Ginecologia

Cirurgia Ginecológica

Dr.ª Ana Luíza Alvarenga
CRM 48431



Otorrinolaringologia

Dr.ª Sandra Mara Torres Guerra
CRM 48500



Pediatria

Dr.ª Isabela Reis Penna
CRM 48248
Dr. Nelvan Camargos
CRM 26329



Av. Cristina Gazire, 1097 - Sala 720,
Edifício Monjolos Office - Praia - Itabira/MG



(31) 99818-3096 / (31) 3831-0240
(31) 3840-6806



DRS Ocupacional: excelência nos serviços de Saúde, Segurança do Trabalho e Meio Ambiente

*Recém-inaugurada, a
empresa chegou em
Itabira para transformar o
atendimento nessas áreas*

Muitas pessoas desconhecem a importância da saúde ocupacional para trabalhadores e para empresas. De um lado temos a medicina do trabalho que garante o rendimento e o bem-estar dos colaboradores dentro da organização. De outro lado temos o colaborador, que é obrigado a estar em dia com a sua saúde ao fazer parte do quadro de funcionários de uma empresa, mas que muitas vezes ignora a necessidade dos exames de rotina.

Foi pensando nisso que o empreendedor Fernando Augusto dos Santos, de 33 anos, técnico em enfermagem no trabalho, engenharia ambiental e engenharia de segurança no trabalho, resolveu investir no setor em pauta. “Estou há mais de uma década no setor e meu sonho sempre foi abrir uma clínica de saúde ocupacional e de treinamentos. Ao longo desses anos, trabalhei em várias clínicas e vi que elas não se preocupam tanto quanto

deveriam com as pessoas que as procuram. Algumas empresas focam excessivamente no lucro, mas se esquecem do cuidado com o funcionário, que tem direito a um exame de excelência ou uma consulta de qualidade. Por isso, esse é o patamar que quero proporcionar à medicina do trabalho hoje”, comenta Fernando.

Parceiro de duas outras clínicas, uma em Contagem e a outra em Belo Horizonte, o empresário con-

ta que foi convidado por uma grande empresa para trazer o seu serviço para Itabira. “Uma empresa da região estava bem descontente com a medicina do trabalho em relação à qualidade e à prestação de serviços. Fizemos a proposta para que tomássemos conta da mobilização inicial de contratação dos funcionários porque já conheciam o nosso trabalho. Assim, fundei a DRS Ocupacional aqui na cidade”, relata.

Fernando
Augusto e os
engenheiros:
Reisla, Luanna
e Hugo



Prioridades

Com mais de 10 anos de experiência na área, Fernando já esteve dos dois lados, tanto como funcionário de uma organização e agora como empreendedor. Foi por meio dessas vivências que conheceu as necessidades e prioridades de cada grupo. Por isso, a DRS Ocupacional tem a filosofia de priorizar o atendimento humanitário e a qualidade dos serviços prestados.

“Nesse início recebemos muitos feedbacks positivos dos funcionários. Havia hora que nos emocionávamos pelo relato dos pacientes: ‘ninguém nunca me tratou desse jeito para fazer exame, ninguém nunca conversou comigo, perguntou como que eu estava, nem me tratou educadamente assim como vocês da DRS fizeram’, conta Fernando.

A espirometria é um exemplo de exame que muitos têm receio de fazer. Os pacientes relatam que nós, da DRS Ocupacional, somos totalmente diferentes: conversamos, orientamos, cortamos aquele clima de nervosismo com as pessoas”, relembra o proprietário.

Serviços

A cartela de serviços oferecidos pela DRS Ocupacional vai além das consultas e dos exames ocupacionais de Medicina do Trabalho. Eles também são ativos no que diz respeito à Segurança do Trabalho, tais como: Treinamentos, PGR, E-Social, higiene do trabalho, elaboração de documentação legal e assessorias.

Outra área que a DRS atua é a de Meio Ambiente, trazendo soluções ambientais para as empresas trabalharem com tranquilidade e em conformidade com a legislação ambiental. “Nossa missão é manter as empresas regularizadas e blindá-las de possíveis fiscalizações e multas ambientais. Fazemos isso através do nosso sistema de gestão



Recepção da DRS Ocupacional



Trabalhamos com agendamento e hora marcada. Não cobramos produtividade e, sim, qualidade no atendimento.

Fernando Augusto

com consultoria mensal, regularização de uso da água, licenciamento ambiental estadual e municipal, perícia judicial ambiental, IBAMA, projetos ambientais e educacionais, execução de projetos, levantamento topográfico e muito mais”, afirma o empresário. Além da atuação em empresas, a DRS também promove regularizações ambientais em propriedades rurais.

Segundo Fernando, todos os serviços são executados por profissionais especializados e capacitados para as funções. A DRS conta com uma equipe de médicos, engenheiros de segurança, engenheiros ambientais e engenheiros de produção, além de técnicos de enfermagem e de segurança do trabalho.

Outro objetivo da DRS Ocupacional é atender de forma exclusiva a cada cliente. “Trabalhamos com agendamento e hora marcada. Não cobramos produtividade e, sim, qualidade no atendimento.” afirma.

Diferencial

O principal diferencial da DRS Ocupacional é o sistema totalmente digitalizado. “Aqui não utilizamos papel. Fazemos o cadastro das pessoas em um programa que é um dos melhores do mercado. Todo o prontuário médico é digital, o que deixa o processo prático. Você não precisa ter uma sala gigante para ter um acervo. Até para consulta médica é mais fácil. O prontuário fica guardado ali por 20 anos”, explica Fernando.

O proprietário da DRS Ocupacional afirma que veio para a cidade com o objetivo de inovar. “Não estou aqui para disputar clientes. Eu estou aqui para gerar valor para o mercado e trazer excelência na prestação de serviço de saúde, segurança do trabalho e meio ambiental para a cidade de Itabira e região e ser exclusivo para as empresas que buscam por um atendimento individual, de qualidade e com preço justo e acessível”, finaliza Fernando.



DRS OCUPACIONAL

Rua Cornélio Pena, 255
Quatorze de Fevereiro, Itabira - MG
Telefone: (31) 99787-7705

Uma nova Saúde para Itabira



Dra. Clarissa Santos Lage

Médica especialista em Medicina de Família e Comunidade
Mestre em Promoção da Saúde e Prevenção da Violência
Secretária Municipal de Saúde de Itabira



Assumo com muita responsabilidade o desafio de conduzir a Secretaria Municipal de Saúde de Itabira. Entendo que é fundamental propor para os munícipes uma gestão eficiente e capaz. Isso significa manter uma equipe atenta e tecnicamente competente para avaliar e promover boa governança dos recursos disponíveis para saúde pública. Como médica, especialista em Medicina de Família e Comunidade; e mestre em Promoção da Saúde e Prevenção da Violência pela UFMG, contribuirei para iniciarmos processos técnicos a fim de atingir esse objetivo, além de aperfeiçoar e potencializar os equipamentos já existentes.

O desafio, entretanto, é complexo. Resalto que ter saúde não significa apenas a ausência de doenças, como diabetes ou pneumonia. Saúde é muito mais que isso! O conceito ampliado de saúde, defendido desde a Conferência Internacional de Alma Ata, em 1978, implica no entendimento de que o adoecimento é um processo sensível a fatores sociais, como escolaridade, desemprego, saneamento básico, moradia, lazer e acesso ao meio ambiente seguro.

No que tange às especificidades da Secretaria Municipal de Saúde, são necessárias estratégias para contornar os déficits crônicos, acentuados pela pandemia da Covid-19, no atendimento à população.

Com esse intuito, nossa equipe realizou uma avaliação global do cenário da saúde do

município, incluindo não apenas os serviços e suas respectivas demandas, mas também os fluxos existentes. Foram identificados três principais eixos iniciais de ação e trabalho, que envolvem a reorganização dos níveis de atenção, a modernização dos processos de saúde e o fortalecimento da atenção primária.

Redimensionar as equipes de Saúde da Família e investir na atenção secundária são algumas das propostas para melhorar a execução dessas tarefas. Outra importante medida é a informatização dos processos da saúde, como a regulação de consultas e marcação de exames, o que trará agilidade à metodologia dos nossos equipamentos, evitando assim desperdícios.

Para o fortalecimento da atenção primária já foi criado um índice de vulnerabilidade social, que servirá como base para o cálculo e planejamento de uma nova territorialização e construção de novas unidades básicas de saúde, que além de atender áreas hoje descobertas, serão mais resolutivas e equipadas. Contudo, para que os três eixos funcionem bem e em sintonia com o serviço de urgência e emergência não há dúvidas de que é necessário atrair mais profissionais para a área da saúde, principalmente médicos.

Eficiência administrativa e o compromisso com a saúde e com a população de Itabira são os marcos que guiam nossa equipe. Há muito trabalho em frente, Vamos juntos!

TRADIÇÃO E QUALIDADE BEM PERTO DE VOCÊ



LABORATÓRIO NOSSA SENHORA DAS DORES

HÁ 59 ANOS EM ITABIRA

ALGUNS EXAMES QUE REALIZAMOS:

- EXAME TOXICOLÓGICO
- TESTE DE COVID-19
- TESTE RÁPIDO PARA INFLUENZA

**ELIZABETH
HILÁRIO E FERREIRA**
BIOQUÍMICA - GERENTE
TÉCNICA DO LNSD

**RÔMULO CÉSAR
MARTINS ROSA**
SÓCIO
PROPRIETÁRIO



CONHEÇA NOSSAS UNIDADES PARA VOCÊ REALIZAR SEUS EXAMES LABORATORIAIS:

UNIDADE HAYDÉE

AV. JOÃO SOARES DA SILVA,
101, BAIRRO PENHA
(31) 3831-2514

UNIDADE ESPLANADA DA ESTAÇÃO

AV. MAURO RIBEIRO LAGE, 31,
LOJA 5, BAIRRO ESPLANADA
DA ESTAÇÃO
(31) 3835-1542

UNIDADE MONJOLOS

AV. CRISTINA GAZIRE, 1097,
LOJA 10, BAIRRO PRAIA
(31) 3831-4744

UNIDADE VALENÇA

AV. NATÁLIA PENA JACOME,
Nº 93 - LOJA 05, BAIRRO
VALENÇA (31) 3834-1944

UNIDADE ÁGUA FRESCA

RUA MARECHAL JOFRE, 36,
BAIRRO ÁGUA FRESCA
(31) 3831-4048



Metabase Farma

Agora é drugstore

Em novo endereço, a drogaria agora está mais ampla e moderna

Sob a gestão e comando do sindicalista André Viana, atual presidente do Sindicato Metabase, a Metabase Farma Drugstore foi inaugurada com o objetivo de prestar um serviço de excelência à população itabirana.

Instituída em 1967, com o intuito de trazer um serviço ao aposentado, pensionista e trabalhadores representados pelo Sindicato Metabase, a farmácia se tornou uma referência. Há relatos de antigos funcionários que ela já funcionava antes da década de 60. Segundo André Viana, “naquela época, não existia um serviço tão grande quanto os de hoje. A farmácia foi uma das primeiras na cidade”, conta.

No início, o público que a Metabase queria atingir era o representado pelo sindicato. Com o passar dos anos, a farmácia foi tendo maior alcance e o público externo foi

também fazendo parte da clientela. “A farmácia era dentro da sede do Sindicato Metabase. Então, as pessoas achavam que vendíamos apenas para os associados. Existia falta de informação”, informa André Viana.

Aos poucos, o negócio cresceu e uma filial foi aberta no bairro Amazo-

nas, permanecendo lá, por muitos anos. Mas, na gestão de André Viana surgiu a ideia de fechar as duas farmácias e abrir uma, com novos serviços e produtos.

“Na nossa gestão resolvemos dar um *upgrade* na farmácia transformando-a em drugstore, que é a Metabase Farma. Fizemos uma farmácia totalmente

A drugstore é ampla e moderna



diferenciada. Mais moderna, ampla, com localização mais central, estacionamento para clientes e, ainda, aumentamos o horário de atendimento. Hoje, ela funciona de segunda a sábado das 7h às 21h, domingos e feriados, das 7h às 13h. Dessa forma, conseguimos aumentar o nosso público externo”, detalha André.

Atualmente, a farmácia faz parte de uma rede de farmácias (Universal Farma). Com isso, a Metabase Farma passou a trabalhar com preços mais acessíveis e competitivos para os seus clientes. Segundo André Viana, a Metabase Farma possui diversos benefícios. “O trabalhador ou aposentado pode comprar com desconto em folha e ainda parcelar em até três vezes (sujeito a análise). Se quiser, também pode comprar através de dinheiro, cartão de débito, crédito e pix, além de contar com promoções.

Produtos e serviços

Quando o assunto é produto, a Metabase Farma tem uma gama enorme em diversas especialidades, desde medicamentos até utilidades do lar e presentes. Entre eles, podemos citar: medicamentos, perfumes, maquiagens, protetores solares, cremes, fraldas geriátricas, produtos para bebês, leites, guloseimas e outros.

A Metabase Farma conta com



Na Metabase Farma o carinho com as pessoas é fundamental



Chegamos, inovamos e ressignificamos a farmácia para trazer conforto aos associados, familiares e também conquistar o cliente itabirano. Essa é nossa missão

André Viana

farmacêutico disponível durante todo o expediente para analisar cuidadosamente as receitas; sala de farmacêutica para atendimento; realização de testes para Covid; aplicação de injetáveis; medição de glicemia e aferição da pressão arterial. Além disso, oferece o serviço de perfuração do lobo auricular e conta com serviço de delivery para facilitar a vida dos clientes.

“Uma novidade que está quase chegando é a implantação de um caixa 24 horas dentro da Metabase Farma. É mais serviço que vai ser disponibilizado para dar

mais comodidade ao consumidor”, disse André Viana.

Para o presidente da Metabase, o atendimento sempre foi prioridade. “O carinho com as pessoas é fundamental. Temos 17 colaboradores, todos muito bem treinados e capacitados para atender os clientes da melhor maneira possível. Mas, a especialidade do atendimento é ao público aposentado, que carece de maior cuidado, atenção e clareza para explicação”, fala André Viana.

Como a gestão de André Viana é marcada por inovação, o presidente do sindicato disse que estão investindo na área da comunicação. “Estamos investindo mais nas redes sociais porque é o futuro. Cada vez mais avançar no mundo digital para sermos mais competitivos. Chegamos, inovamos e ressignificamos a farmácia para trazer conforto aos associados, familiares e também conquistar o cliente itabirano. Essa é nossa missão”, finaliza.



Gu é responsável pelo caixa e faz lives muito divertidas no Instagram da Metabase Farma



Drogaria Metabase Farma

Avenida Mauro Ribeiro Lage, 460
Esplanada da Estação - Itabira/MG
Telefone: (31) 3840-6210



Royal Face: promovendo a democratização e o acesso à beleza

*Franquia chega a Itabira com
uma equipe multidisciplinar e o
lançamento do carnê da beleza*

A Royal Face chegou em Itabira trazendo o que há de melhor em tratamentos estéticos: inovação, tecnologia e uma equipe de especialistas preparada para atender às necessidades de cada paciente.

A clínica é filial de uma rede que atualmente já conta com mais de 250 franquias espalhadas por todo Brasil e reconhecidas pelo alto padrão de qualidade no atendimento e serviços.

O projeto foi idealizado em 2021 pelo Dr. Jomar Afonso dos Santos, médico oftalmologista e especialista em plástica ocular. Desde então ele vem pesquisando o mercado de estética e encontrou na Royal Face tudo aquilo que ele procurava: serviços de alto padrão e com um excelente custo benefício.

“Escolhi a Royal Face porque vi que o projeto era algo inovador, uma estrutura moderna para receber os pacientes de forma que eles

se sintam em casa, promovendo uma experiência única. Contamos com um centro de treinamento exclusivo em Curitiba para os nossos profissionais, além de termos acesso a equipamentos e produtos exclusivos na região”, relata Jomar Afonso.

A Royal Face em Itabira está localizada no Job Mall, região privilegiada no centro da cidade e conta com estacionamento exclusivo para seus clientes, um espaço moderno e super aconchegante.

Procedimentos realizados

Quanto aos procedimentos, há um portfólio de mais de 40 serviços disponíveis tanto para a região da face quanto corporal, dentre os quais destacam-se: bioestimulador facial e corporal; toxina botulínica, enzima de colágeno (DMAE), fios de PDO, fios de tração, enzimas de emagrecimento, tratamento para celulites e estrias, tratamento para melasma, limpeza de pele, microagulhamento, peelings, seca-

Recepção Royal
Face Itabira



gem de vasinhos, preenchimento facial, skinbooster e o queridinho do momento Plasmage®. “Somos uma das quatro clínicas no estado a contar com esse tratamento inovador”, diz o Dr Jomar Afonso.

Equipe multidisciplinar

Para oferecer uma gama tão variada de procedimentos, o Dr. Jomar Afonso montou uma equipe multidisciplinar, com profissionais de diferentes áreas de atuação. Destacam-se a Dra. Welleyne Ananda Teixeira Dias, cirurgiã dentista especializada em harmonização orofacial e a Dra. Adeisa Emanuelle Camargos Nascimento, biomédica especializada em estética facial e corporal.

“Nossa equipe está preparada para oferecer experiência única para os pacientes. Cada profissional conta com uma expertise na sua área possibilitando excelentes resultados em nossos procedimentos” afirma o Dr. Jomar.

Atendimento 360°

Dra. Welleyne enfatiza uma exclusividade da clínica, o atendimento em 360°. “Nesse tipo de prática, os pacientes da clínica são acompanhados antes, durante e após a realização das intervenções. Já no primeiro contato com a consultora de beleza, elas recebem um atendimento humanizado e diferenciado.”



◀ A biomédica, Dra. Adeisa, Dr. Jomar e a cirurgiã dentista, Dra. Welleyne



Escolhi a Royal Face porque vi que o projeto era algo inovador, uma estrutura moderna para receber os pacientes de forma que eles se sintam em casa, promovendo uma experiência única.

Dr. Jomar Afonso

O atendimento se inicia com o agendamento de uma consulta cortesia, na qual o paciente é avaliado por um dos profissionais da Royal Face que vai ouvir e entender seus desejos e expectativas. Com base nesse contato personalizado, conseguimos individualizar o procedimento necessário para cada paciente. “Após realizados os tratamentos, continuamos mantendo o paciente próximo da clínica, a fim de dar o suporte necessário no período de recuperação. A relação de confiança estabelecida com os clientes é indispensável”, diz Dra. Adeisa. Após a realização de todos os tratamentos escolhi-

dos é feito uma última avaliação para verificar a satisfação do paciente em relação ao procedimento.

“Estamos preparados para dar suporte ao paciente. Nossa equipe de consultoras estará acompanhando todo processo de pós-procedimento e disponíveis para o que o paciente precisar. Esse cuidado é um grande diferencial da Royal, o que denominamos de “Experiência Royal Face”, afirma o sócio Erick D’ Angelo.

Para além de intervenções modernas e produtos de qualidade, a RoyalFace ainda tem outras vantagens como o carnê da beleza. “Trabalhamos com valores justos, o que torna os nossos serviços mais acessíveis. Para isso, fazemos questão de flexibilizar as formas de pagamento. O nosso foco é sempre a satisfação dos pacientes. Queremos promover a democratização da beleza”, afirma o oftalmologista.



◀ Equipe de atendimento da Royal Face Itabira



Royal Face Itabira

Av. Carlos Drummond de Andrade, 308, LJ 13, Centro - Itabira/MG
Telefone: (31) 2026-0321 (Whatsapp)
Site: www.royalface.com.br
Instagram: @royalface.itabira

Blefaroplastia a laser: os tipos de tratamentos para pálpebras flácidas



Dr. Jomar Afonso dos Santos

CRM/MG 69.843
Médico



A região dos olhos é uma das primeiras a demonstrar os sinais da idade, pois as pálpebras têm a pele mais fina de todo o corpo humano. Além da flacidez, o envelhecimento pode causar os famosos pés de galinhas, bolsas na região formadas por excesso de gordura e/ou de pele.

Para tratar estes problemas, felizmente, hoje em dia o paciente não precisa passar pelo desconforto de uma cirurgia de blefaroplastia. O equipamento Plasmage® é uma alternativa efetiva e confortável, que combate a flacidez das pálpebras sem sofrimento.

O procedimento de Blefaroplasma® com o Plasmage® pode ser definido como um tratamento não invasivo para flacidez, que resulta em melhora na aparência das pálpebras. Além da renovação das camadas mais superficiais da epiderme, o Plasmage® estimula a produção de colágeno local sem danificar as camadas mais profundas da pele.

O maquinário foi fabricado por uma empresa italiana pioneira em equipamentos para o mercado médico, para tratar áreas delicadas com segurança, eliminando o excesso de pele.

Os Benefícios do Plasmage® em relação à blefaroplastia tradicional são:

- Não invasivo;
- Desconforto mínimo;
- Recuperação rápida;
- Sem sangramento;
- Sem cicatrizes;
- Anestesia tópica;
- Tratamentos rápidos;
- Menor custo comparado à cirurgia.

A versatilidade do uso do plasma fracionado através do aparelho não é limitado ao Blerafoplasma®. Rugas periorais (os famosos “código de barras”), xantelasmas (bolinha de gordura e colesterol que surgem na região da bolsa dos olhos), cicatrizes de acne, lentigo, fibroma, verrugas e até mesmo cicatrizes podem ser tratadas com o uso do equipamento.

Cada paciente apresenta características individuais, por isso, é fundamental que cada um seja avaliado separadamente, para definir quantas sessões serão necessárias para um resultado satisfatório.

Independente do procedimento escolhido, é muito importante que você procure um profissional experiente, sério e confiável para realizá-lo. Afinal, o tecido das pálpebras é extremamente sensível e a negligência para tratá-las pode levar a problemas estéticos e até mesmo a danos visuais.

Mulheres têm mais lesões do ligamento cruzado anterior?



**Dr. Guilherme Mousinho
Gomes Barbosa**

CRM/MG 59.769 | RQE é 42068
TEOT 15344
Ortopedista, Traumatologista e
Cirurgião de Joelho



Sabe-se que as mulheres apresentam maior risco de lesão do ligamento cruzado anterior do joelho do que os homens. Estes, em número absoluto, são mais lesionados e mais submetidos à cirurgia. Porém, as mulheres que praticam o mesmo tipo de esporte que os homens sofrem proporcionalmente mais lesões. Mas por que isso acontece?

Um dos fatores é carga hormonal presente no corpo feminino. Artigos publicados recentemente confirmam maior número de lesões do ligamento cruzado anterior nas mulheres, durante a fase ovulatória do seu ciclo menstrual. É provável que a alteração no nível dos hormônios modifique não só a histologia ligamentar, como também a biomecânica corporal, deixando a mulher mais sujeita a esse tipo de lesão.

Outro fator que explica essa diferença é o anatômico. As mulheres apresentam uma área menor dentro do joelho, e isso deixaria o ligamento cruzado anterior mais sujeito à lesão. Essa condição é intrínseca e não modificável. Ou seja, o médico, o fisioterapeuta, ou o educador físico que esteja acompanhando a atleta, não consegue intervir para reduzir o risco de lesão.

Um elemento muito discutido para tentar explicar essa diferença de lesões entre homens e mulheres é a condição neuromuscular. As mulheres apresentam um padrão de ativação muscular diferente dos homens. Estudos mostraram que pessoas do sexo feminino demoram mais a atingir a contração muscular máxima para estabilizar o joelho. Portanto, é como se o joelho ficasse mais tempo sujeito à lesão até conseguir se estabilizar. Apesar desse fator ser inerente às mulheres, provavelmente é um aspecto que o educador físico e o fisioterapeuta conseguem alterar com um bom treinamento físico.

Portanto, vários coeficientes explicam o risco aumentado de lesão em mulheres. Mas, com um conhecimento cada vez maior desses motivos, é provável que a prevenção dessas lesões se torne cada dia mais eficaz. Nesse sentido, não só para as mulheres, mas para os atletas em geral, o acompanhamento de uma equipe multidisciplinar e o trabalho de treinamento físico é de extrema importância.

► GUIA PROFISSIONAL

ANGIOLOGIA

Dra. Luísa Assis Souza

Av. João Soares Silva, 101,
Penha, Itabira - MG

(31) 3831-2288

(31) 9 9956-5640 (whatsapp)

BIOMEDICINA ESTÉTICA

Gabriella Lacerda

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 14, Centro, Itabira/MG

(31) 3835-4811

CARDIOLOGIA

Dr. Felipe Sérgio Rodrigues Vitor

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 14, Centro - Itabira/MG

(31) 3834-0587

(31) 3831-1744

(31) 97163-2442

CLÍNICA MÉDICA

AME - Atendimento Médico Especializado

Av. Mauro Ribeiro, 190
Esplanada da Estação
Itabira/MG

(31) 3840-4535

(31) 97167-0011

Clínica Plenus

Av. Cristina Gazire, 1097, sala 720
Praia, Itabira/MG

(31) 3831-0240

(31) 3840-6806

(31) 99818-3096

Corteza Consultórios Médicos

Av. Cristina Gazire, 1097,
8º andar, sala 810, Praia
Itabira/MG

(31) 3831-5455

NEOH - Núcleo Especializado em Oncologia e Hematologia

R. Alfredo Sampaio, 156
Pará - Itabira/MG

(31) 2840-2635

Av. Gentil Bicalho, 991,
Carneirinhos
João Monlevade/MG

(31) 3850-5753

CONDOMÍNIO

Morada da Brisa - CAPI

(31) 3831-7544

COOPERATIVA

Sicoob Credicom

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 51, Lojas 02 e 03
Centro - Itabira/MG

(31) 3835-4485

DERMATOLOGIA

Dr. Ricardo de Alencar Resende

Av. João Pinheiro, 540, sala 302
Centro - Itabira/MG

(31) 3835-4799

DOULA/EDUCADORA PERINATAL

Camilla Dutra

(31) 9 9699-4784

@camilladutradoula

ESTÉTICA CORPORAL E FACIAL

Gabriella Lacerda

Biomedicina Estética

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 14, Centro, Itabira/MG

(31) 3835-4811

Royal Face

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 308, LJ 13
Centro - Itabira/MG

(31) 2026-0321

FARMÁCIA

Farmácia do Pará

R. Ipoema, 204
Pará - Itabira/MG

(31) 3831-3862

Metabase Farma

A. Mauro Ribeiro Lage, 460
Esplanada da Estação
Itabira/MG

(31) 3840-6210

FISIOTERAPIA

Paulo Roberto Lage Brunelli

Av. Mauro Ribeiro Lage, 1010
Major Lage de Baixo
Itabira - MG

(31) 99994-5461

GINECOLOGIA/OBSTETRÍCIA

Dra. Ana Luiza Alvarenga Gomes

Av. Cristina Gazire, 1097, sala 720
Praia, Itabira/MG

(31) 3831-0240

(31) 3840-6806

(31) 99818-3096

Dr. Odirley Dackson Teza

Av. Cristina Gazire, 1097
8º andar, sala 810
Praia - Itabira/MG

(31) 3831-5455

HEMATOLOGIA

Dra. Marielle Tomas de Pinho Coelho

R. Alfredo Sampaio, 156
Pará - Itabira/MG

(31) 2840-2635

HOSPITAL

Hospital Nossa Senhora das Dores

Av. João Soares Silva, 135
Penha - Itabira/MG

(31) 3839-1436

LABORATÓRIO

Laboratório Duarte

R. Ipoema, 165, Pará - Itabira/MG

Av. João Pinheiro, 400
Centro - Itabira/MG

Av. Emílio Zacarias, 32
Bela Vista, Itabira/MG

Praça Acrísio de Alvarenga, 40
LJ B, Centro - Itabira/MG

Av. Brasil, 151, LJ 01
Amazonas - Itabira/MG

Av. Mauro Ribeiro Lage, 448,
Esplanada da Estação
Itabira/MG

Av. Carlos Drummond, 38
Centro - Itabira/MG

R. Otávio de Carvalho Lage, 55
LJ 05, Major Lage - Itabira/MG
Av. João Pinheiro, 70
Centro - Itabira/MG

R. Humberto Campos, 577
João XXIII, Itabira/MG

R. Augusto Pessoa, 137
Centro, São Gonçalo do Rio
Abaixo/MG

R. Cassemiro Andrade, 242
Centro - Santa Maria de Itabira/MG
(31) 3831-2250

Laboratório Nossa Senhora das Dores

R. Marechal Jofre, 36
Água Fresca – Itabira/MG
(31) 3831-4048

Av. João Soares da Silva, 101
Penha – Itabira/MG
(31) 3831-2514

Av. Mauro Ribeiro Lage, 31, LJ 5
Esplanada da Estação
Itabira/MG
(31) 3835-1542

Av. Natália Pena Jácome, nº 93
LJ 05, Valença – Itabira/MG
(31) 3834-1944

Av. Cristina Gazire, 1097, LJ 10
Praia – Itabira/MG
(31) 3831-4744

Laboratório Silveira

Av. Martins da Costa, 35
Pará - Itabira/MG
(31) 3831-2135

Av. Waldemar de Alvarenga
Lage, 1250, Água Fresca
Itabira/MG
(31) 3834-0967

R. Raimundo de Souza, 120
Bela Vista - Itabira/MG
(31) 3066-7243

Av. Brasil, 270
Amazonas - Itabira/MG
(31) 3066-3058

R. José Bragança, 54 H, Centro -
Itabira/MG
(31) 3835-1830

Av. João Soares da Silva, 135,
Penha - Itabira/MG
(31) 3831-2135 (whatsapp)

MEDICINA NUCLEAR

Dra. Jeffane Milene Silva Pacheco
Av. Duque de Caxias, 24, LJ 03 -
Quatorze de Fevereiro
Itabira/MG
(31) 3834-0753

ODONTOLOGIA

Sorrisus Clínica Odontológica
Praça Nico Rosa, 90

Centro, Itabira - MG
(31) 3840-8991
(31) 99745-3739

Odontolife

Av. João Pinheiro, 75
Centro, Itabira/MG
(31) 3831-0936

Oral Unic Implantes

R. Santa Maria, 145, LJ 1
Penha - Itabira/MG
(31) 4042-4414
(31) 99707-4414

ONCOLOGIA

Dr. Marcos Antônio Batista de Miranda Júnior

R. Alfredo Sampaio, 156
Pará - Itabira/MG
(31) 2840-2635

OTORRINOLARINGOLOGIA

Dra. Ana Luíza Costa Lage Gomes

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 51, 4º andar, sala 423
Centro - Itabira/MG
(31) 2840-0656

Dra. Bárbara de Melo Torres Alves

R. Dr. Guerra, 90
Centro, Itabira/MG
(31) 3840-4777
(31) 99537-6068 (whatsapp)

PEDIATRIA

Dra. Elisa Codeço Novaes Vitor

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 14, Centro - Itabira/MG
(31) 3834-0587
(31) 3831-1744
(31) 97163-2442

PLANO DE SAÚDE

Unimed

R. Dr. Sizenando de Barros, 62,
2º andar, Centro - Itabira/MG
(31) 3839-7721

Av. Mauro Ribeiro Lage, 190
Sala 501 Esplanada da Estação
Itabira/MG
(31) 3839-7729

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 38 Lojas 1 e 2
Centro - Itabira/MG
(31) 3839-7702

Usisaúde

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 308 Loja 3
Centro - Itabira/MG
0800 283 0040

PSICOLOGIA

Daniela Lage Rolla Brunelli

Av. Cristina Gazire, 1097,
Sala 1016, Praia - Itabira/MG
(31) 99967-7722

France Jane Elias Leandro

Av. Martins da Costa, 327
Sala 201, B Pará - Itabira/MG
(31) 99995-3919

PSIQUIATRIA

Dra. Cristiane Rangel Teza

Av. Cristina Gazire, 1097
8º andar, sala 810
Praia - Itabira/MG
(31) 3831-5455

RADIOLOGIA ODONTOLÓGICA

Leal Imagem

R. Irmãos D'Caux, 235
Centro - Itabira/MG
(31) 3831-2736
(31) 3831-2769

RESSONÂNCIA MAGNÉTICA

DMX Scan

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 707 A
Centro - Itabira/MG
(31) 3831-7601
(31) 3831-0665

SET Diferencial Imagem

Av. Carlos Drummond de
Andrade, 51 - Centro, Itabira/MG
(31) 3834-7280

SEGURANÇA DO TRABALHO E MEIO AMBIENTE

DRS OCUPACIONAL

R. Cornélio Pena, 255
Quatorze de Fevereiro
Itabira - MG
(31) 99787-7705

UNIVERSIDADE

**UNIFUNCESI - Centro
Universitário FUNCESI**

R. Venâncio Augusto Gomes, 50
Maj. Lage de Cima - Itabira/MG
(31) 3839-3600

O MELHOR E MAIS COMPLETO CONDOMÍNIO DE ALTO PADRÃO DE ITABIRA.

MORADA DA BRISA:

UMA REVOLUÇÃO NO CONCEITO DE MORAR BEM!

CONDOMÍNIO FECHADO COM ESTRUTURA COMPLETA
PARA ATENDER TODAS AS NECESSIDADES E
EXPECTATIVAS DA SUA FAMÍLIA.

Fica a apenas 3km do centro de Itabira



Sistema de segurança de última geração:

- equipamentos modernos que monitoram todo o espaço físico;
- portaria blindada com porteiro 24h;
- controle de identificação;
- central de alarme de pânico, dilaceradores de pneus e computadores com software de gerenciamento;
- cerca elétrica com sensores eficientes.



Opções de lazer para todas as idades:

Salão de festas, espaço fitness, sauna, sala de jogos, espaço gourmet, playground, pista de caminhada com uma grande área verde. Momentos de interação e descontração para os condôminos.



Lotes a partir de 450 m²

Consulte um corretor!
Capi Casa Própria Imóveis: (31) 3831-7544


Casa Própria Imóveis


**MORADA
DA BRISA**

Em Itabira, **saúde** é prioridade

A Prefeitura de Itabira combateu a covid-19 com dedicação, tornando-se uma referência regional no enfrentamento à pandemia. Ampliou leitos, investiu em teleatendimento, reforçou as equipes médicas e implantou a Carreta Saúde Móvel, fruto de uma parceria inédita com o Hospital Albert Einstein.

**AGORA, SEGUE
TRABALHANDO
PARA FORTALECER
AS REDES DE
ATENDIMENTO!**

+ 29 mil

CONSULTAS PRIMÁRIAS
NO 1º QUADRIMESTRE
DE 2022

+ 147 mil

EXAMES REALIZADOS NO
1º TRIMESTRE DE 2022

+ 57 mil

USUÁRIOS ATENDIDOS
PELAS FARMÁCIAS
MUNICIPAIS EM 2022

REATIVAÇÃO DA
CASA DE APOIO E

+ 3 mil

PACIENTES ACOLHIDOS

NOVO TOMÓGRAFO NO
HOSPITAL MUNICIPAL E

+ 1,2 mil

ATENDIMENTOS

itabira.mg.gov.br

@prefeitura_itabira



PREFEITURA DE
Itabira
O AMANHÃ FEITO HOJE

