

# Revista **SAÚDE**

**BARRAS DE ACCESS  
PROMOVEM A SAÚDE  
MENTAL E VALORIZAM  
AS POTÊNCIAS  
INDIVIDUAIS**

**PÁG. 6**



  
**Janae  
Gomes Bonete**  
Terapias Holísticas

# A Gráfica Positiva está de cara nova!

Evoluímos para que o seu impresso tenha cada vez mais qualidade e para que a sua marca esteja sempre em destaque.

Venha para a **Positiva** e surpreenda-se.

Sua expectativa é a nossa impressão.

**Positiva**  
Gráfica de Profissionais

Rua Cuiabá, 2037 - Ciro Nardi  
Cascavel - PR - CEP 85802-030

45 3036 1122  
[www.positiva.ind.br](http://www.positiva.ind.br)

## MUDANDO A MANEIRA COMO VOCÊ VÊ O MUNDO... PARA MELHOR

Com tecnologias avançadas na fabricação, usar lentes de contato é cada vez mais confortável e seguro.

Lentes de contato estão cada vez mais completas e podem solucionar diversos problemas de visão:

- Permitem a correção de quase todos os graus;
- Utilizada de maneira preferencial em um grande número de casos de ceratocone avançado;
- Pode ser indicada no tratamento posterior ao transplante de córnea e a cirurgia refrativa;
- Uma solução para opacidade de córnea;
- Recomendada para a anisometropia (quando há diferença grande de graus de um olho para o outro).

Essa é uma alternativa terapêutica de alta qualidade que possibilita a melhora da qualidade de vida dos pacientes e um boa pedida para quem não gosta de usar óculos.

Saiba mais sobre as lentes de contato na matéria da página 22 e agende um horário.



**Centro Oftalmológico  
de Guarapuava™**

**Drª Eliana Pires CRM 13614**

f oftalmoguarapuava

@oftalmoguarapuava

☎ 42 3623 1771

☎ 42 99913 1771

📍 R. Coronel Saldanha, 2351

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

# EDITORIAL FEVEREIRO 2022



**Kerlin S. Zimmer**  
Editora Chefe

## CARTA AO LEITOR

### 2022 - CONSCIÊNCIA SOBRE O QUE QUEREMOS

É tão difícil olharmos no espelho e enxergarmos o nosso verdadeiro "EU". Reconhecer quem somos e aceitar (correr atrás) o que queremos mudar. Ver e, ao mesmo tempo, saber admirar a nossa verdadeira essência. Esse autoconhecimento vai fazer a diferença em 2022.

Se conhecer vai fazer você expandir. Ganhar um crescimento exponencial como pessoa e também no âmbito profissional. No começo do ano, sempre buscamos por melhorias, inovações e o que podemos fazer de diferente para ser um ano melhor do que o que passou. E, por isso, a nossa Capa não poderia ser outra do que Barras de Access, com a Terapeuta Holística Jana Gomes Bonete. A prática tem como propósito criar uma realidade diferente. "Ensinar as pessoas a encontrarem aquilo que elas já sabem", conta Jana. O conteúdo completo você confere na pág. 06.

Começar o ano reconhecendo as empresas e profissionais que se destacaram em 2021 é tudo de bom. 2021 foi um ano intenso e desafiador, por isso, é mais do que justo homenagear os profissionais e empresas que tiveram a ousadia de sonhar, inovar, planejar, replanejar, mudar as estratégias, se aperfeiçoar para continuar sendo reconhecidas pelos seus clientes. Confira esses nomes e empresas a partir da pág. 25.

Boa Leitura.

## EXPEDIENTE

**Editora Chefe / Diretora**  
Kerlin S. Zimmer  
Reg. Profissional 13812

**Colaboradores**  
Yhara Freire  
André Frutuoso  
Reg. Profissional 0012305/PR

**Designer e Diagramação**  
Douglas Rodrigues

**Foto Matéria de Capa**  
Bloom Fotografia

**Projeto Gráfico**  
Douglas Rodrigues

**Tiragem**  
3.000

## CONTATO REDAÇÃO

(42) 3035-4756 | (42) 9 9916-8618  
www.maissauderevista.com.br  
editorial@maissauderevista.com.br  
Av. Manoel Ribas, 1614, Sala B,  
Guarapuava, Paraná

# ÍNDICE FEVEREIRO 2022

## 6 CAPA

**Barras de Access ajudam a preservar a saúde mental reconhecendo as próprias potências**



- |    |   |    |   |
|----|---|----|---|
| 8  | + Saúde - Fake News: Urina alivia as dores de queimaduras por água viva?  | 28 | Formédica Guarapuava ampliou sua estrutura e maximou resultados em 2021 |
| 12 | Tudo que você precisa saber sobre: vitamina E                             | 30 | Amélia Araújo: lutando por corações saudáveis                           |
| 14 | Grávida não pode comer por dois: os riscos da diabetes gestacional        | 31 | Marquesa Beauty & Care: a hora da virada                                |
| 15 | Melhore o funcionamento do seu cérebro de uma forma inovadora             | 32 | Studio InPulse Ems: somando e multiplicando                             |
| 17 | Chegou a DAHO: uma linha completa com óleos essenciais e vegetais         | 34 | IEneagrama Guarapuava: Ano da autodescoberta                            |
| 18 | Bote a família para se mexer  | 35 | Doux La Nature  |
| 20 | + Saúde para quem tem pouco tempo   | 36 | Unique Odontologia ampliou sua estrutura durante 2021                   |
| 25 | Empresas & Profissionais Conceituados 2021                                | 38 | Angela Virmond Empreendedorismo em Saúde                                |
| 26 | Angelica Federizzi prova que o emagrecimento saudável é um sonho possível | 40 | Lifelong learning é o lema do Centro Oftalmológico de Guarapuava        |
|    |   | 42 | Do dia a dia ao dia mais feliz da vida                                  |

# BARRAS DE ACCESS PROMOVEM A SAÚDE MENTAL E VALORIZAM AS POTÊNCIAS INDIVIDUAIS

Jana Gomes Bonete fala sobre a técnica que auxilia os tratamentos tradicionais e tem mudado a realidade das pessoas. Muitos em Guarapuava e região estão aderindo e se beneficiando de uma vida mais leve



ansiedade, tristeza, pessimismo, desta forma esta terapia alternativa e integrativa tem feito transformações na vida de muitos guarapuavanos e guarapuavanas, reprogramando esses sentimentos”, conta.

## O que são as Barras de Access?

Esse é um método terapêutico desenvolvido pelo psicoterapeuta norte-americano Gary Douglas, fundador do Access Consciousness. O objetivo dessa prática é oportunizar mudanças positivas em diversas áreas da vida de uma pessoa. O meio utilizado para isso é a liberação de pensamentos, ideias fixas, crenças limitantes e atitudes. “O propósito é criar uma realidade diferente. Ensinar as pessoas a encontrarem aquilo que elas já sabem”, define Jana.

“Nesse meu trabalho com a aplicação da técnica, estou engajada a ajudar pessoas na busca do autoconhecimento, se conectando com a própria essência a ponto de transformar os padrões mentais e comportamentos diante das inúmeras situações que vivenciamos no nosso cotidiano de forma leve e segura”, complementa a terapeuta holística.

## Seguindo os desafios com leveza

O método parte da premissa que os pensamentos conflitantes são liberados a partir de 32 pontos mapeados na cabeça. Durante uma sessão de Barra de Access a terapeuta irá aplicar leves e precisos toques nestes locais.

Jana nos explica que dessa forma ocorre o princípio de harmonização energética, ou seja, esses pontos energéticos armazenam uma corrente eletromagnética das sinapses neurais que criam padrões comportamentais e reações programadas de cada pessoa.

A partir disso, a pessoa começa a “desprender” a carga eletromagnética de pensamentos, ideias, condicionamentos, traumas, emoções, atitudes, bloqueios e crenças limitantes. O processo todo se dá em um ambiente muito tranquilo, com uma relação de confiança entre paciente e terapeuta.

Assim, a sensação para quem passa por uma dessas sessões se assemelha ao processo de meditação. “As barras têm esse intuito, da pessoa permitir receber esse toque, ter a experiência como se fosse duas horas de um estado meditativo, para que ela tenha mais clareza, mais consciência para tomar decisões, fazer escolhas mais assertivas e seguir com todos os desafios que o cenário atual vem trazendo para nós”, ela relata.

“O neurocientista Jeffrey L. Fannin mediou as ondas cerebrais das pessoas antes e depois de uma sessão Barras, essa pesquisa revelou efeitos similares na coerência cerebral indicando um aumento dela em 85% dos participantes. Além disso, ele descobriu que Barras de Access têm um efeito neurológico positivo nos pacientes similar àquele experimentando por meditadores avançados, produzindo tais resultados imediatamente”, completa.

## Jana Gomes Bonete

Em constante aprimoramento, realiza atualmente pós-graduação em Terapias Integrativas. Buscando ir além, realizou no último ano uma formação em Feng Shui, que consiste na harmonização dos ambientes através das curas energéticas. Essa é uma técnica milenar chinesa que propicia à terapeuta levar a seus pacientes conhecimento sobre como o meio em que vivemos também interfere nas nossas emoções, sentimentos e pensamentos.

Além de respirar as Barras de Access, Jana tem sentido o chamado para contribuir através do voluntariado. Atualmente ela é voluntária do GSV, o Guarapuava Salvando Vidas, um grupo de prevenção ao suicídio através do acolhimento via chat, pois é muito importante nos dias atuais realizar a escuta ativa. Os atendimentos são realizados através do site [www.gsvchat.org](http://www.gsvchat.org) todos os dias a partir das 19 horas até as 23 horas.

Jana também compõe o grupo Mulheres Empreendedoras, no qual tem apoio para dar prosseguimento a sua missão de empoderar mulheres na Vida e nos Negócios com o tema: ninguém cura ninguém e nós não nos curamos sozinhas. Segundo explica, a cura vem através do encontro das essências femininas.

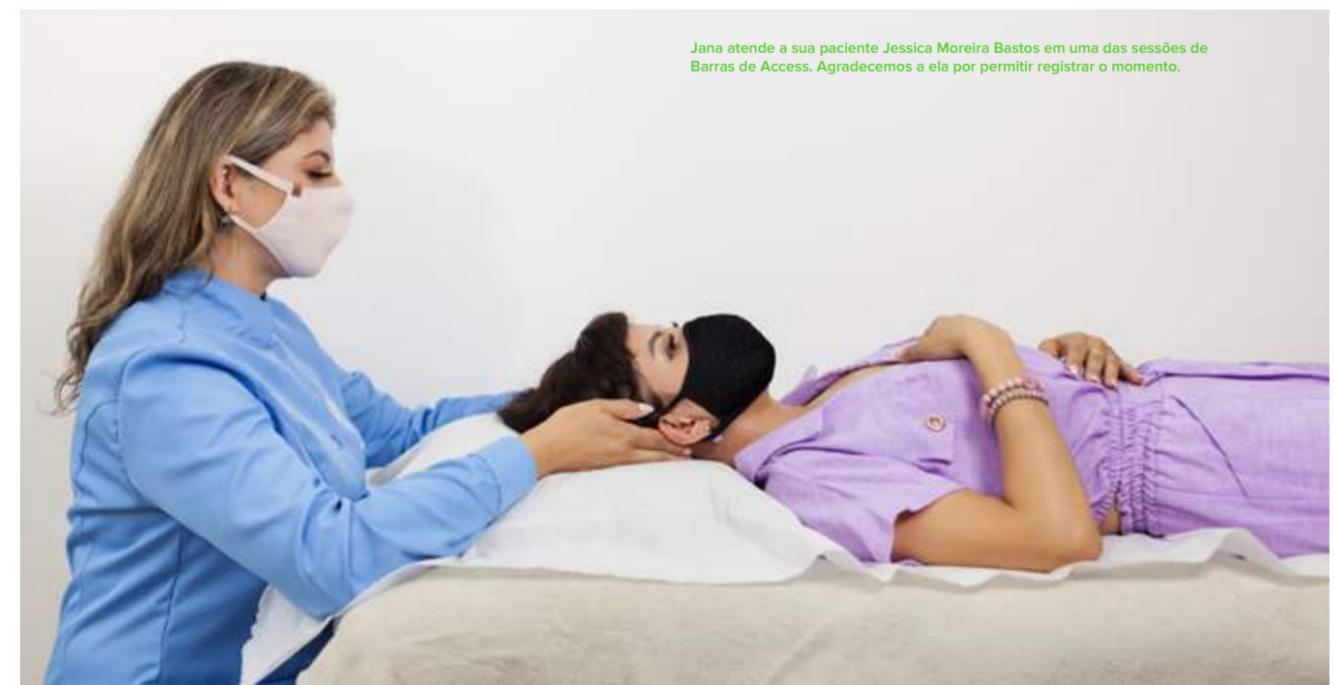
Em dezembro de 2021, passou a integrar o Rotary Clube Guairacá, atuando com projetos humanitários com a missão de servir para transformar vidas com as outras Rotaryanas.

Iniciou o voluntariado com as Barras de Access também na AGMA, Associação Mundo Azul Guarapuava, prestando

atendimentos gratuitos para pais e portadores do Espectro Autista. Além de participar de treinamentos e workshops, Jana tem acompanhado o trabalho da neuropediatra especialista em autismo Gesika Amorim, que relata em uma das suas matérias que ao estimular os pontos específicos nas Sessões de Barras, ocorre uma redução de velocidade no processamento cerebral, parecido com a meditação. Essa redução de velocidade é passada para cada ponto resolvendo uma emoção específica.

A terapeuta também faz parte, representando o Grupo Mulheres Empreendedoras de Guarapuava e o Rotary Guairacá e em função do Janeiro Branco e do Setembro Amarelo, do grupo “A Informação Salva Vidas”. Essa é uma iniciativa que reúne representantes de várias outras importantes entidades públicas e privadas da cidade, visando promover a Saúde Mental o ano todo. Em 10 de fevereiro ocorreu a I Plenária de Saúde Mental de Guarapuava, evento que promovido pela Secretaria de Saúde visando discutir propostas de Políticas Públicas para Saúde Mental, na esfera municipal, estadual e federal.

Jana fechou convênios importantes com entidades idôneas com o intuito de fortalecer a credibilidade dos atendimentos: com a OAB Guarapuava, Sindicato dos Bancários e Associação da Polícia Militar (AVM), passando a atender associados e familiares de policiais e bombeiros. “Tem sido muito gratificante poder ser contribuição para as pessoas, para a minha cidade e levar a facilidade de viver ao alcance de todos, através das terapias. Sou Gratiidão”, finaliza.



Jana atende a sua paciente Jessica Moreira Bastos em uma das sessões de Barras de Access. Agradecemos a ela por permitir registrar o momento.



### Agradecimentos:

Fotos: Bloom Fotografia @bloomfotografia\_

Acessórios: Mariana Semijoias @maria\_ana\_semijoias

Cabelo: Fulvio e Ana Maria @fulvio\_ana\_maria\_cabeleireiros

Maquiagem: Elo Gomes @elogomes\_

Roupas: Jaleco-pijama cirúrgico Gpuava @fardariashaus e 100% modas @modas\_eaccessorios

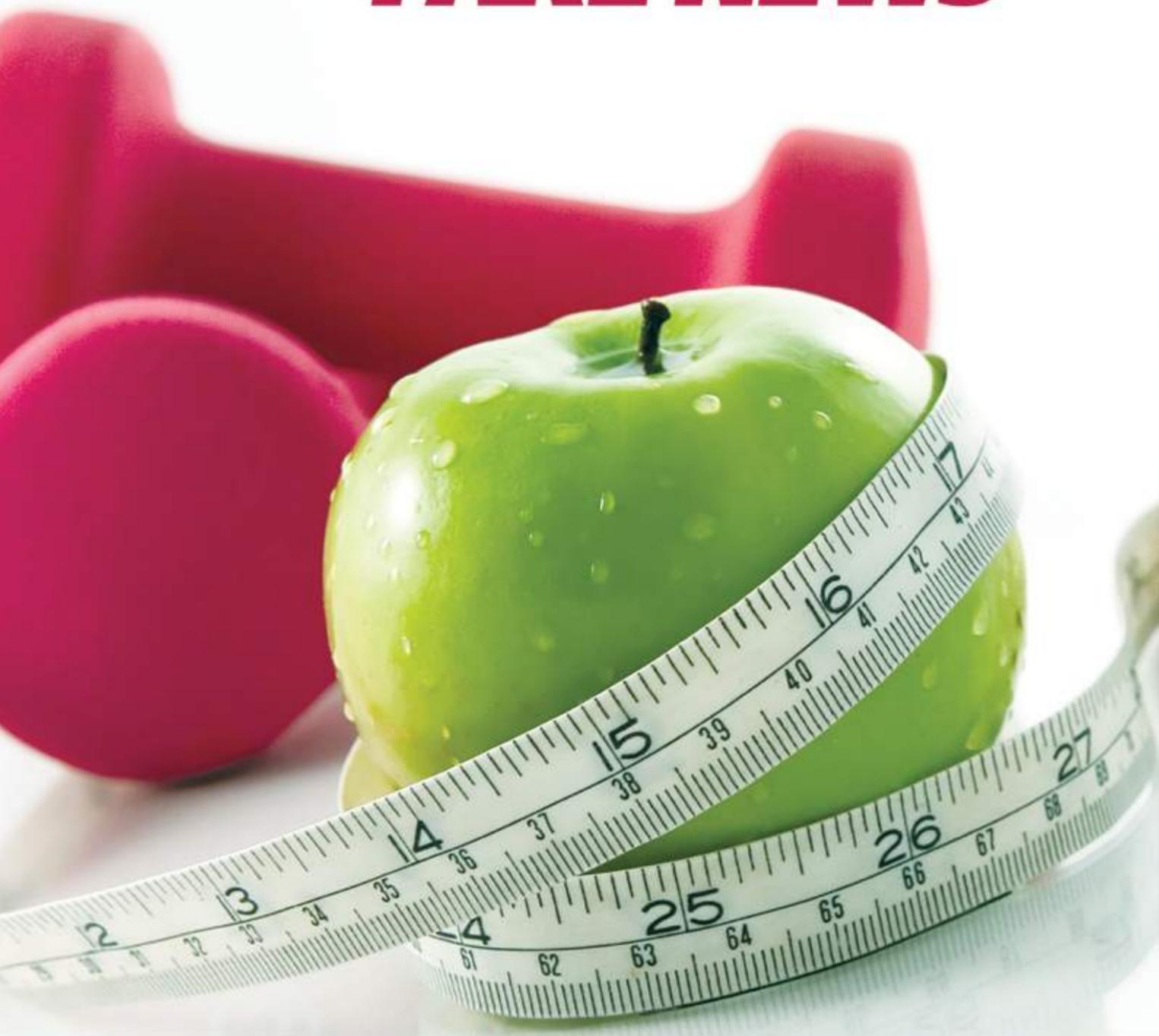
Local: Espaço Fluir @espacofluir1

☎ 42 99107 9512

📷 @janagomesbonete 📺 @accessaromaterapia

📍 Rua Saldanha Marinho, 604, Trianon

# **+** SAÚDE **—** FAKE NEWS



## **URINA ALIVIA AS DORES DE QUEIMADURAS POR ÁGUA VIVA?**

*Por Mariana Zschornak da Silva Dalmolin CRM/PR 45.766  
Médica Residente em Dermatologia pela Santa Casa de Curitiba*

Não. Sabemos que a urina pode aumentar a descarga dos nematocistos (organelas com líquido urticante) e até piorar os sintomas de dor.

O tratamento, no geral, consiste em tirar o tentáculo da pele cuidadosamente (de preferência com luvas) e lavar o local da picada com água do mar. Compressas com vinagre podem ser úteis também visando impedir a descarga adicional de nematocistos de algumas espécies de água viva, além de reduzir a dor.

O alívio da dor pode ser feito também por meio da imersão da área afetada em água quente (em média 40°C) por 20 minutos. Caso ocorra algum sintoma sistêmico, é imprescindível entrar em contato com uma Unidade de Pronto Atendimento, a UPA, para avaliação médica.



São 73 pontos  
para veicular  
sua campanha.

Confira todos em  
[redetvplay.com.br](http://redetvplay.com.br)

TV PLAY

Sua marca  
em todos  
os lugares.

# CAPITAL SOCIAL DA CRESOL REMUNEROU 145% A MAIS QUE A POUPANÇA EM 2021

*Esse tipo de aplicação se mostrou como um excelente investimento para cooperados da Cresol*



Um dos principais diferenciais de escolher a Cresol, uma cooperativa de crédito, como sua instituição financeira é a participação no capital social. Nessa forma de cooperativismo, o patrimônio é formado por esse fundo, em que diversas pessoas juntas contribuem com o funcionamento da instituição. Com esse impulso de todos é possível que essa iniciativa possa operar e crescer.

Essa aplicação é remunerada com juros anualmente. Isso reforça a solidez das cooperativas Cresol que têm como foco o relacionamento com seus cooperados. “No ano de 2021 remuneramos seu Capital Social em 3,77% ao ano, ou seja, seu Capital Social foi remunerado em 145% do que a poupança remunera no mesmo período”, conta Cleiton de Toni, Superintendente da Cresol Grandes Lagos PR/SP, que atende Guarapuava e região.

O investimento em Capital Social na Cresol, além de ter rentabilidade, está se transformando em uma reserva para o futuro dos associados. Isso acontece porque, dentro do estatuto, a cooperativa prevê a possibilidade do resgate do montante gerado a partir de um determinado período.

“Não é uma previdência privada ou social, mas uma previdência de recursos que você guardou na Cresol e lá na frente você poderá fazer um resgate disso. Por isso é impor-

tante cada vez mais capitalizar a cooperativa que você é sócio. Além de fortalecer sua cooperativa com o capital social, deixando ela cada vez mais forte, com patrimônio cada vez maior, você vai guardar esse dinheiro para o futuro”, defende.

## Diferença entre Capital Social em uma empresa e no cooperativismo

Ao se tratar de como investir o dinheiro, há quem opte por se tornar acionista de uma empresa privada ou de uma cooperativa de crédito. Apesar do objetivo ser o mesmo, aumentar os recursos da empresa ou cooperativa, existem peculiaridades de cada tipo de negócio.

“Em uma empresa seu capital é fixo e no cooperativismo de crédito ele é variável, é conforme sua intenção ou desejo de capitalizar a cooperativa que participa”, conta Cleiton.

Outra questão interessante diz respeito ao peso do voto de cada membro. “Um outro grande diferencial é que na cooperativa você é o dono, e em uma gestão democrática você decide os rumos da cooperativa em sua participação na Assembleia, e o Capital Social é a forma de você ter direito a participação”, complementa.

## Soluções financeiras para todas as necessidades

Indo além, como instituição financeira, a Cresol conta com uma gama de produtos e serviços para atender seus cooperados.

Entre os benefícios estão condições especiais para contratação de crédito, oferta de linhas especiais de acordo com demanda, excelente rentabilidade e segurança em aplicações financeiras. “Oferecemos ótimos serviços para movimentação de sua conta corrente”, finaliza o Superintendente.



Agência Cresol  
Guarapuava Centro  
R. XV de Novembro, 7308, Centro  
☎ 42 3035-6421

Agência Cresol Shopping  
Shopping Cidade dos Lagos  
☎ 42 3141-7230  
☎ 42 99846-0229

# TUDO O QUE VOCÊ PRECISA SABER SOBRE AS VITAMINAS



Revista  
**+SAÚDE**

## VITAMINA E

Também conhecida como tocoferol, essa substância atua em tecidos diversos do corpo, com destaque para o muscular e nervoso

Um excelente antioxidante, ajuda a prevenir o câncer e doenças cardiovasculares. Hoje, estamos falando da Vitamina E. A nutricionista India Mara Bottin (CRN/PR 8-8462) conta que essa é uma substância lipossolúvel, ou seja, que se dissolve em óleo.

Também conhecida como tocoferol, ela previne o dano celular ao inibir a atuação de radicais livres. “Quando utilizada com a vitamina C tem seu efeito potencializado. Além disso, reduz a pressão arterial e tem papel em diversos tecidos, como o muscular e nervoso”, destaca a profissional.

### O que pode acontecer caso haja deficiência

Como todas as outras vitaminas já abordadas aqui nesse caderno, a sua falta pode se refletir na saúde. India Mara explica que os sintomas que podem ser acarretados são:

- + Dificuldades na circulação sanguínea;
- + Problemas de cicatrização;
- + Pressão arterial;
- + Neuropatias periféricas (aumento ou perda de sensibilidade nos nervos espalhados pelo corpo).

Para evitar esses problemas, o ideal é o consumo de uma alimentação variada e balanceada. A quantidade indicada para um adulto é cerca de 10mg por dia.

A nutricionista destaca alguns alimentos que são fontes de vitamina E: óleos vegetais, azeite de oliva, ovos, leite, fígado, germe de trigo, sementes oleaginosas, como nozes, castanhas, amêndoa, semente de girassol, semente de abóbora e o abacate.

### Quando usar suplementos

A profissional da área de nutrição nos explica que existem três pontos a serem considerados ao se falar em suplementação, seja de um nutriente, ou de um mineral.

“O primeiro é quando existirem condições de doença que promovam a deficiência de um ou mais nutrientes em particular. Depois, no momento em que o indivíduo apresenta sinais e sintomas compatíveis com prejuízo de função de determinado nutriente. E, por fim, caso

a ingestão alimentar de determinado nutriente esteja abaixo da recomendação média considerada para o indivíduo, associada a parâmetros bioquímicos que indicam deficiência”, enumera India Mara.

Ela revela ainda que algumas situações necessitam da suplementação:

Condição	Dose Sugerida
Envelhecimento	400-800 UI
Prevenção de câncer	400-800 UI
Prevenção de doença cardiovascular	400-800 UI
Diabetes	400-1200 UI
Doença fibrocística da mama	400-1200 UI
Fogachos da menopausa	400-1200 UI
Problemas circulatórios	600-1200 UI
Tensão pré menstrual	400-1200 UI
Curativo de feridas	400-800 UI

### Consumo em excesso

Alguns efeitos podem ser sentidos em doses maiores que 1200 UI ao dia. Entre as complicações estão náusea, cefaléia, palpitações, diarreia e flatulência.

Por isso, o acompanhamento de profissional da área é importante. “Ao aumentar gradualmente esses efeitos se minimizam e são totalmente reversíveis com a redução da dose”, finaliza a nutricionista.

# GRÁVIDA NÃO PODE COMER POR DOIS: OS RISCOS DA DIABETES GESTACIONAL

Essa doença demanda atenção, já que se não controlada, a saúde de mãe e filho correm risco



Uma brincadeira que sempre acontece com grávidas é falar que ela está comendo a mais por conta da criança que carrega. Por vezes, isso é até usado para justificar um ou outro exagero alimentar.

Porém, uma alimentação desregulada, associada a outros fatores de riscos, durante este período tão importante na vida de uma mulher pode resultar em diabetes gestacional.

Esse é um problema comum, com mais de 150 mil casos registrados por ano no Brasil, de acordo com o Hospital Israelita A. Einstein. Ocorre a partir do aumento dos níveis de açúcar

no sangue da mãe e costuma surgir a partir da 24ª semana de gravidez (início do 6º mês).

Os cuidados para controlar a condição são importantes, evitando assim sequelas no futuro. Pessoas que passaram por diabetes gestacional correm maior risco de desenvolver diabetes do tipo 2 posteriormente. Além disso, a macrosomia fetal, o aumento demasiado do feto e fator de risco para partos traumáticos, também pode ser uma consequência. Conversamos com Ane Cunha (CRN/PR 814346), que é nutricionista materno-infantil, sobre esse assunto.

## MELHORE O FUNCIONAMENTO DO SEU CÉREBRO DE UMA FORMA INOVADORA

Por meio de técnicas de Neuromodulação autorregulatória, como o Neurofeedback, é possível realizar tratamentos não medicamentosos e não invasivos.

O tratamento com Neurofeedback traz vantagens como o auxílio na habilitação e reabilitação cognitiva.

Pessoas com dificuldades de aprendizagem podem apresentar um baixo desempenho neuropsicológico. O Neurofeedback ajuda a solucionar essas questões, além de potencializar o desenvolvimento das habilidades cognitivas.

O Neurofeedback é um método utilizado há mais de 50 anos em diversos países e vem conseguindo cada vez mais adeptos no Brasil.

Você tem alguma dúvida? **Fale conosco.**

**Descubra o melhor que você pode ser!**

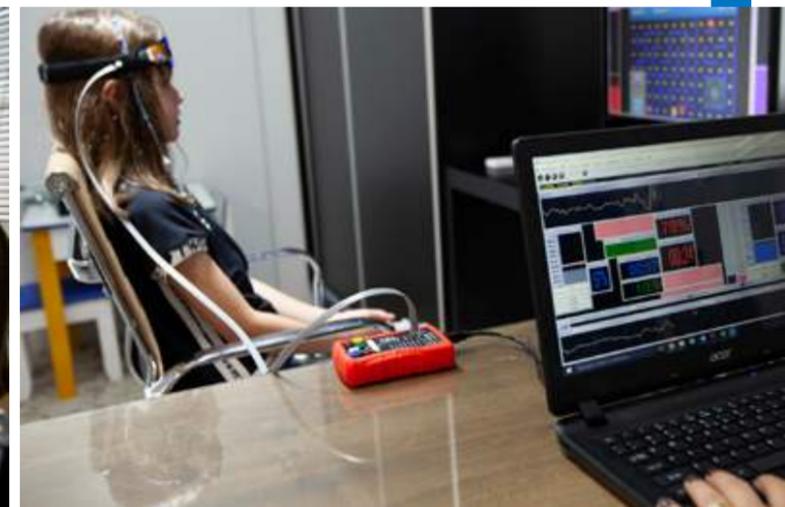
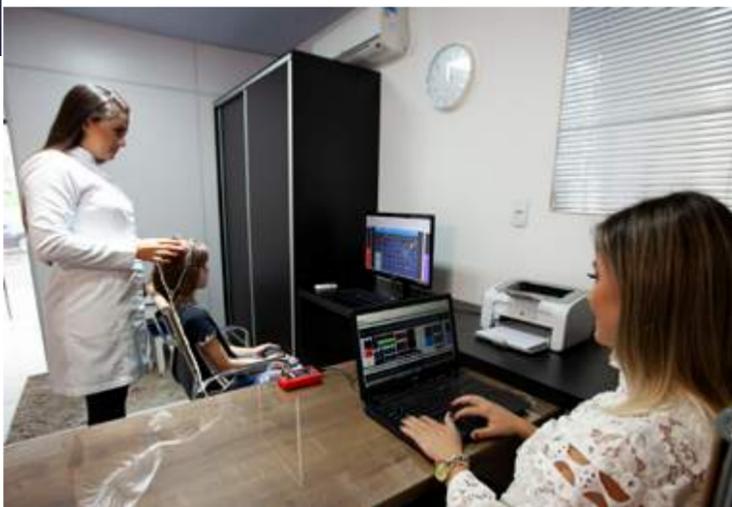
*Suliane Kuntz Dall'Agnol*

Especialista em avaliação psicológica e neuropsicológica  
CRP 08/18841

Atendimento e avaliação psicológica/ Neurofeedback

☎ 42 98825-2990

♦ Rua Coronel Saldanha, 1788,  
Centro, Guarapuava - PR



**Mais Saúde:** A diabetes gestacional é fruto apenas de uma má alimentação ou pode ter outras causas associadas?

**Ane Cunha:** Essa condição pode ocorrer em qualquer mulher e nem sempre o diagnóstico é fácil. Por isso que é de extrema importância que todas as gestantes verifiquem como está a glicose em jejum e, principalmente, realizem o teste oral de tolerância à glicose.

Porém, existem sim alguns fatores de risco que podem tornar a diabetes gestacional mais favorável. São eles: idade materna mais avançada, ganho de peso excessivo durante a gestação, sobrepeso ou obesidade pré-gestacional, síndrome dos ovários policísticos, história prévia de bebês grandes (mais de 4 kg) ou de diabetes gestacional, histórico familiar de diabetes em parentes de 1º grau, como pais e irmãos, histórico de diabetes gestacional na mãe da gestante, hipertensão arterial na gestação, gestações gemelares.

**Mais Saúde:** Quais podem ser os riscos da diabetes na gestação?

**Ane Cunha:** Quando exposto a uma quantidade inapropriada de glicose ainda no ambiente intrauterino, o bebê sofre risco de crescimento excessivo, problema chamado de macrosomia fetal. Essa condição pode acarretar em partos traumáticos, hipoglicemia neonatal, obesidade e diabetes na vida adulta.

“Quando exposto a uma quantidade inapropriada de glicose ainda no ambiente intrauterino, o bebê sofre risco de crescimento excessivo. Essa condição pode acarretar em partos traumáticos”.

**Mais Saúde:** O tratamento consiste em um acompanhamento constante com médico e nutricionista, certo? O que costuma ser observado nesses casos?

**Ane Cunha:** O controle da diabetes gestacional é realizado por meio de orientação nutricional adequada. Para cada período da gravidez, uma quantidade certa de micros e macros nutrientes, divididos em refeições fracionadas corretamente.

A prática de atividade física também é altamente recomendada para redução dos níveis glicêmicos, desde que previamente avaliada e com a liberação do médico. Para as gestantes que não obtém um controle adequado através da alimentação e atividade física, a indicação da SBD (Sociedade Brasileira de Diabetes) é associar ao uso de insulínoterapia, que é seguro durante a gestação.

É importante destacar que gestações complicadas pelo diabetes, quando tratadas assertivamente e a tempo, provavelmente terão excelentes desfechos, com bebês e mulheres saudáveis.

“A prática de atividade física também é altamente recomendada para redução dos níveis glicêmicos”

**Mais Saúde:** Essa condição pode continuar após o nascimento?

**Ane Cunha:** Como informado anteriormente, o histórico de diabetes gestacional é um importante fator de risco para desenvolvimento de Diabetes Tipo 2. Aproximadamente seis semanas após o parto a mãe deve realizar um novo teste oral de tolerância à glicose, sem estar em uso de medicamentos antidiabéticos.

A boa notícia é que o aleitamento materno pode reduzir o risco de desenvolvimento de diabetes, juntamente com a alimentação balanceada e a prática regular de atividades físicas.

“O aleitamento materno pode reduzir o risco de desenvolvimento de diabetes, juntamente com a alimentação balanceada e a prática regular de atividades físicas”



# CHEGOU A DAHO: uma linha completa com óleos essenciais e vegetais

Os produtos assinados por Rozelia Pretko, podologista e aromatóloga, apostam em sustentabilidade e responsabilidade social



A marca guarapuavana DAHO está lançando sua linha de óleos essenciais e óleos vegetais. Composta por mais de 40 óleos essenciais que vão desde os mais comuns como Lavanda, Melaleuca, Cravo, até ao Vetiver, Mirra, Camomila Romana e outros. Já os óleos vegetais totalizam 14, com opções como óleo de semente de uva, semente de abacate, Girassol, Jojoba, Rosa Mosqueta, Argan e outros.

Os óleos essenciais são a base da aromaterapia e, além disso, conforme a composição química têm ação cicatrizante, bactericida, fungicida e alguns virucidas. Também agem como relaxantes, controlam a ansiedade, melhoram a circulação e a concentração, entre tantos outros benefícios para o corpo e a mente.

Já os óleos vegetais podem proporcionar inúmeros benefícios, além de excelentes carreadores para os óleos essenciais, são compostos por vitaminas como a A, D, E e K.

São antioxidantes, têm ótima aceitação pelo nosso organismo. Podem ser utilizados em massagens, na hidratação do corpo e cabelo, aumentam a proteção da pele, con-

tribuem para a permeabilidade das membranas celulares, possuem ação de regeneração tecidual e amenizam cicatrizes. São fontes de ácidos graxos essenciais ao organismo como ômega 6 e ômega 9, e alguns oligoelementos: ferro, zinco, selênio, entre outros. Mais uma característica interessante é que não causam obstrução dos poros.

**Mais novidades devem surgir em breve**

A podologista, Rozelia Silva Pretko, atua na clínica Santopé Podologia e também é aromatóloga. Ela vem há alguns anos utilizando óleos essenciais e vegetais em seus atendimentos e tratamentos podológicos.

Sendo aromatóloga, Rozelia, desenvolve cremes, blends, esfoliantes, sabonetes e outros produtos naturais voltados para o tratamento e cuidados dos pés. Estes produtos também serão lançados, pela marca DAHO, futuramente.

**Responsabilidade com a natureza**

A DAHO preza pela sustentabi-

lidade e, além disso, se preocupa com diversos aspectos como a responsabilidade social das partes envolvidas e qualidade dos produtos. Sendo assim, buscou o que há de melhor no mercado fechando parcerias com pessoas e empresas que têm o mesmos pontos de vista.

Alguns óleos essenciais são produzidos no Brasil como os cítricos, outros vêm da África do Sul de empresas grandes e que fazem trabalho social com as famílias por lá. Marrocos, Bulgária, Austrália e Índia são outros países que fornecem insumos para a DAHO.

Segundo Rozelia, tudo começou quando ela via a necessidade de buscar alternativas mais naturais e saudáveis para oferecer aos seus pacientes. “Atualmente as pessoas estão mais conscientes e preocupadas com o meio ambiente, com os animais e com a própria saúde”, explica.



Os produtos podem ser comprados, no momento, pelo Whatsapp (42) 9 9867-1714 ou diretamente na clínica Santopé.

**Endereço:** Mario Edmundo Xavier de Barros, 726 - Vila Bela.

# BOTE A FAMÍLIA PARA SE MEXER

Praticar atividades físicas em conjunto com familiares melhora a saúde e estreita os laços de união



Uma partida de futebol com os irmãos, aula de dança com as crianças, caminhada com os pais. Essas são apenas algumas sugestões de exercícios que podem envolver a família toda e com isso chegar a dois objetivos: saúde e tempo com quem te quer bem.

Segundo a personal trainer Caroline Reda (CREF 27274-G\PR), a prática de exercícios físicos em família evita o sedentarismo e promove um estilo de vida mais saudável. Ela lembra que uma vida ativa tem benefícios como o combate à obesidade e às doenças metabólicas, deixando assim todos os praticantes mais dispostos para sua rotina.

Outra questão bastante importante é que se exercitar

com os filhos os ajudam a desenvolver o gosto por fazer isso. “Uma das formas de aprendizado infantil é copiando o comportamento dos pais e das pessoas do seu meio, portanto bons exemplos incentivam as crianças a terem hábitos saudáveis ao longo da vida. Esse tempo dedicado à união da família é essencial para o crescimento infantil”, explica.

Isso também é especialmente importante quando as famílias até sabem da necessidade de praticar atividades, porém, acabam deixando a preguiça tomar conta. Quando estamos rodeados de nossos entes queridos conseguimos um gás extra de incentivo. “Os laços familiares são fortalecidos, gerando mais confiança e admiração entre todos”, lembra.

## Atividades físicas tamanho família

De acordo com Caroline, as opções variam, podendo englobar diferentes tipos de dança, esportes coletivos, ou individuais, mas praticados em companhia. “O ideal é que seja um momento de alegria e superação entre todos os praticantes, por isso precisa ser uma atividade divertida”, pondera.

Além disso, uma dica a mais é dar atenção ao local para a prática. Isso acontece porque os exercícios ao ar livre tendem a ser mais agradáveis, assim como atividades aquáticas como a natação.

E para não deixar a criançada perder o interesse e o foco em ser saudável, uma estratégia importante é transformar os exercícios em brincadeira. “É importante ressaltar que atividades lúdicas como pular corda, correr e brincadeiras do imaginário infantil são excelentes opções, pois contemplam desde os pequenos até as crianças mais velhas, fazendo com que todos brinquem enquanto se exercitam”, complementa a profissional.

## Cuidados que devem ser tomados antes de colocar a família para se exercitar

A personal trainer conta que os cuidados para praticar os exercícios em um grupo familiar são os mesmos que individualmente. “Manter-se hidratado durante a prática da atividade física é muito importante, além disso, respeitar a capacidade física dos praticantes é essencial para garantir que todos estejam satisfeitos”, comenta Caroline.

Nesse sentido, ela defende que o ideal é procurar uma atividade que vise agradar tanto os adultos como as crianças. Dessa forma todos ficam mais saudáveis e acabam passando um tempo de qualidade juntos.

## EXERCÍCIO EM FAMÍLIA E O CORONAVÍRUS

“Nesse cenário pandêmico o exercício físico evita o aparecimento de comorbidades, melhorando a imunidade dos praticantes. É preciso que todos tomem os devidos cuidados como uso de máscaras, distanciamento e demais medidas de segurança. Outra opção, visando a segurança de todos os familiares, são atividades feitas em casa mesmo. A internet é um ambiente rico de propostas e também há profissionais de educação física que atendem à domicílio”, relata a Personal Trainer Caroline Reda.



## Dermacare Clínica de Dermatologia e laser

- Doenças da Pele, Cabelos e Unhas
- Cirurgia de câncer de pele, nevos e tumores benignos de pele
- Tratamentos Estéticos Dermatológicos
- Fisioterapia Dermato Funcional

**Dra. Renata F. Carrara Tavares**  
Dermatologista - CRM 19692 - Registro de Qualificação Profissional nº 13155  
Membro da Sociedade Brasileira de Dermatologia

Av, 17 de Julho, 1296  
Trianon, Guarapuava/PR  
42 3623 8056  
42 84250567



Confie o cuidado da sua pele a um Especialista da Sociedade Brasileira de Dermatologia

#NÃOARRISQUESUAPELE

# + SAÚDE

## PARA QUEM TEM POUCO TEMPO

### Dia Mundial do Câncer

04 de fevereiro é marcado pela data que visa aumentar a conscientização e a educação mundial sobre a doença. Outro objetivo das ações é influenciar governos e indivíduos a se mobilizar pelo controle do câncer.

A campanha tem o lema "Somos iguais e diferentes" para 2022. De acordo com o Inca, o Instituto Nacional do Câncer, a ideia é abordar as barreiras que impedem as pessoas em todo o mundo a terem acesso aos cuidados fundamentais para o controle desse mal.



### Número da pandemia no Brasil voltam a aumentar

O avanço da variante Ômicron fez os números de casos da doença saltarem no país. A média móvel de casos em 08 de fevereiro foi de 165.202. Já a média móvel de mortes chegou a 820, esse é um número semelhante ao de agosto de 2021.

Para evitar uma piora ainda maior no quadro, as medidas defendidas pelas entidades de saúde precisam ser tomadas pela população. Além do avanço na vacinação, os cuidados como usar máscaras, arejar ambientes e manter o distanciamento são necessários.

### Anvisa suspende venda do autoteste para Covid-19

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) determinou, nesta terça-feira (15/02), a suspensão da comercialização, distribuição, fabricação, propaganda e uso do produto Teste Covid meuDNA PCR-LAMP Autocoleta de Saliva – fabricado pelo Laboratório Mendelics.

Foi determinado o recolhimento do produto. A medida se deu em virtude de ter sido constatada a divulgação do respectivo produto na página do laboratório na internet. O Mendelics é o laboratório responsável também pela fabricação do kit e o detentor da marca meuDNA, segundo a Anvisa. A agência esclarece que autotestes só poderão ser comercializados no país após o registro.



## TECNOLOGIA PARA OS DENTISTAS E CONFORTO AOS PACIENTES

Os avanços da tecnologia transformaram totalmente a nossa forma de viver!

Tempos atrás, não tínhamos celulares e computadores rápidos, assistentes virtuais e muito menos robôs em nosso cotidiano. Já nos dias atuais, estes elementos fazem parte da nossa vida com naturalidade. Tudo mudou, inclusive nós. Não diferente disso, a odontologia teve uma evolução significativa e passou a utilizar a tecnologia como ferramenta de aperfeiçoamento da área. Um exemplo é a Moldagem Tradicional, que apesar de ainda ser utilizada, deu lugar ao Fluxo Digital em Odontologia, que consiste em um método novo de moldagem totalmente digital, ideal para dentistas que buscam aprimorar seu atendimento e torná-lo excelente com praticidade.

Esse método reflete e exemplifica o desenvolvimento no âmbito odontológico, isto é, como a inovação e pesquisa modificou o trabalho dos dentistas e profissionais da área, os quais podem desfrutar de diversos benefícios, assim como também melhorou a experiência dos pacientes. No momento em que soubemos dessas novidades, buscamos trazê-las para os dentistas da cidade e região! Dentre as vantagens dessa modelagem que o Laboratório Klososki traz estão: maior conforto ao cliente, rapidez e agilidade no trabalho dos dentistas, dados exatos, menor tempo nos atendimentos, maior precisão, menos etapas laboratoriais, além de contribuir para o planejamento de caso!

Mas afinal, como tudo isso é possível?

“ Para realizar a captação de imagens é utilizado um scanner que transmite tudo para um computador em um processo simples que se assemelha a uma digitalização. ”

Gerson Klososki, protético responsável.



As imagens 3D e a alta fidelidade ao real proporcionam ao dentista uma visão clara e objetiva de cada caso especificamente, e por consequência, otimizam o tratamento do paciente.

### O Scanner IntraOral 3Shape TRIOS

proporciona escaneamento colorido com medição da tonalidade dos dentes, possibilidade de adição de fotos HD ao modelo 3D e é muito mais confortável para seu paciente. Além disso, ele traz uma maior precisão de escaneamento. Você só tem benefícios ao utilizar esse equipamento em seu consultório!



PRECISÃO E QUALIDADE

Portanto, não há dúvidas de que a tecnologia veio para contribuir, e negá-la é dar um passo para trás. Pensando nisso, o Laboratório Klososki tem como objetivo fornecer aos profissionais de odontologia de Guarapuava os equipamentos mais desenvolvidos da região. Com a gente, você encontrará não só o scanner citado, como também um centro de referência da área!



R. Xavier da Silva, 991 - Centro, Guarapuava - PR | (42) 3623-1542

# COMPLICAÇÕES DAS LENTES DE CONTATO E COMO EVITÁ-LAS

A médica oftalmologista Eliana F. Pires (CRM: 13614 / RQE: 6128) preparou esse guia para não ter erro na hora de usá-las

## As principais complicações que o uso de lentes de contato podem trazer

Antes de falar em complicações, gostaria de reforçar que as lentes de contato passaram por grandes mudanças e avanços, sendo atualmente uma alternativa terapêutica de alta qualidade, por vezes única, cujo uso possibilita a melhora da qualidade de vida dos pacientes.

É fato que nos últimos 50 anos a adaptação de lentes de contato se disseminou por todos os países do mundo e passou a ser uma opção cada vez mais frequente, não apenas entre os adultos e jovens, mas também em adolescentes e idosos.

Mas quando me perguntam sobre as principais complicações, digo que vai desde um simples ressecamento da superfície ocular, até a perda da córnea (que é a principal lente do olho humano) e por consequência cegueira.

Pois a utilização de lentes de contato, independente do caso, altera a fisiologia ocular e essas mudanças podem levar ao surgimento de complicações potencialmente graves.

Reforço ainda, que estes problemas estão presentes nos usuários de lentes sem avaliação, orientação e/ou segmento do médico oftalmologista. Por esse motivo é que só os oftalmologistas podem adaptar lentes de contato.

## Dormir com lentes de contato dá problemas?

Com o surgimento de novos materiais para lentes de contato de uso oftalmológico, que permitiam passar mais oxigênio, houve um apelo comercial no sentido de este produto possibilitaria dormir com ele. Estudos mostraram que quanto

melhor for o produto que você utilizar sobre a superfície ocular, melhor para a saúde dos olhos.

Mas quando dormimos, ocorre um ressecamento da superfície, pois mantemos os olhos fechados e não piscamos, logo não renovamos o filme lacrimal. Daí não é só a superfície ocular que precisa da lágrima, mas as lentes também e começam a disputar por esta. Dessa forma, mesmo permitindo a passagem de oxigênio, é recomendável removê-las para dormir.

## A maneira correta de fazer a higiene das lentes de contato

Como existem hoje vários materiais para confeccionar as lentes, também existem vários produtos para sua higienização. Portanto, o oftalmologista irá receitar uma opção de acordo com o tipo de material da sua lente.

Nunca utilize água de torneira ou soro fisiológico, pois não foram desenvolvidos para uso nas lentes. Isso interfere no prazo de vida útil das lentes, que está certificado de acordo com os produtos que são específicos para manutenção destas.

## O crucial para evitar problemas com as lentes

Não existe segredo, deve-se manter as revisões periódicas com oftalmologista e usar dentro das orientações específicas do produto. E em ocorrendo qualquer alteração, entrar em contato com o serviço e solicitar avaliação oftalmológica o mais breve possível.



**IOT**  
GUARAPUAVA

**Pronto Atendimento**

**Especialista em você.**

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

[@iotguarapuava](https://www.instagram.com/iotguarapuava) [@IOT.instituto](https://www.facebook.com/IOT.instituto)

[42 3304 1360](tel:4233041360) | [42 3304 1361](tel:4233041361) [42 3304 1361](tel:4233041361)

[R. Quintino Bocaiúva, 1248 - Centro - anexo à Madeclínica](#)

### Lentes com finalidade por estética

As lentes de contato permitem a correção de quase todos os graus, e representam a alternativa terapêutica preferencial em grande número de casos de ceratocone avançado, tratamento pós transplante de córnea, pós cirurgia refrativa, opacidade de córnea e anisometropia (quando há diferença grande de graus de um olho para o outro).

Reforço ainda, que os portadores de altos graus (miopia e hipermetropia) costumam ter deformações nas imagens e falta de nitidez, geradas pelas lentes de grande espessura dos óculos. Essas “aberrações” são praticamente eliminadas com o uso de lentes de contato, além de melhorarem a estética e a autoestima.

Mesmo quando não há necessidade de correção de graus, e o uso seja com finalidade puramente estética, como mudar a cor dos olhos, o grau é só um dos parâmetros da lente. Temos ainda a curvatura da lente que tem que ser compatível com a curvatura da superfície ocular de cada pessoa, temos o diâmetro e até mesmo o tipo de polímero (material) de confecção das lentes que se faz necessário ajustar, para manter a saúde ocular e evitar as complicações que referimos anteriormente.



# Empresas & Profissionais Conceituados 2021

Não deve ser novidade para ninguém que o ano passado, mais uma vez, foi marcado por dificuldades e incertezas. O cenário que se desenhou não apresentou desafios apenas para a área da saúde, mas para todo o mundo. Porém, tão grande quanto as pedras que se apresentavam no caminho, foi a coragem que teve que ser empregada para continuar a empreender e se destacar. Uma grande dose de ousadia foi necessária para quem buscou, mesmo nos tempos mais sombrios que a humanidade viveu, continuar a brilhar.

Nas páginas a seguir apresentaremos nomes de profissionais e empresas que no último ano ousaram sonhar, inovar, planejar, replanejar, se aperfeiçoar e continuar sendo reconhecidos por seus clientes, pacientes e pelo meio em que atuam. Para a Revista Mais Saúde, essa é uma oportunidade de deixar o reconhecimento para quem é referência no que faz e nos inspira a ser cada vez melhor. É um prazer tê-los aqui. Nosso muito obrigado!

Boa leitura a todos!

Revista  
**SAÚDE**

## Dr. Alexandre Dias França

Cirurgião Oncológico e Geral - CRM 24552

### A PREVENÇÃO É O MELHOR CAMINHO CONTRA O CÂNCER.

O diagnóstico precoce é de grande importância para promover tratamentos menos invasivos e com melhores resultados.

A grande maioria dos tumores pode ser diagnosticada de forma precoce pelo médico oncologista, o que facilita muito o tratamento do paciente e diminui o surgimento dos efeitos colaterais relacionados ao tratamento.

Procure um profissional habilitado para fazer seus exames periódicos.

Residência médica em Cirurgia Oncológica  
pelo Hospital de Câncer de Barretos.

(42) 3623-6098 (42) 98432-8569

R. Coronel Saldanha, 2095, Centro - Guarapuava/PR



# ANGELICA FEDERIZZI PROVA QUE O EMAGRECIMENTO SAUDÁVEL É UM SONHO POSSÍVEL

Clínica comandada pela fisioterapeuta e empresária é referência em protocolos de diminuição de medidas



Durante a pandemia as pessoas passaram a olhar com mais carinho para sua saúde e qualidade de vida. Nesse contexto, a busca por alternativas saudáveis para o emagrecimento chama a atenção. Não se busca mais apenas atingir uma meta na balança, mas sim, tudo o que evitar o acúmulo de gordura corporal traz como vantagem.

Se livrar dos quilos a mais auxilia no combate a doenças, reduz a inflamação no corpo e aumenta a imunidade. O caminho para conseguir isso é o acompanhamento com profissionais qualificados, seguindo protocolos personalizados para a necessidade de cada organismo. É com essas premissas que se destaca a clínica Angelica Federizzi Estética e Emagrecimento.

## Método 5S

Já são sete anos desde que o espaço trouxe a Guarapuava o protocolo 5S. Já estabelecido no mercado, esse é um meio de se perder peso com estratégias que se adequam a cada biotipo. Desde que chegou já foram cerca de 5 mil pacientes que tiveram suas vidas transformadas.

O método permite emagrecer de uma forma rápida e eficaz, sem abrir mão de ser saudável, sustentável, simples, sociável e saboroso, ou seja, os 5S. Para tanto, trabalham-se 3 pilares, o metabólico, o comportamental e o energético. "Perder peso não é só cortar carboidratos e diminuir a quantidade que se come, mas sim entender um pouco do nosso corpo e nosso metabolismo", comenta Angelica, que lidera a clínica e trabalha há 10 anos na área de estética e emagrecimento.

Durante o período de tratamento, a pessoa interessada em perder peso de forma saudável passa por diversos profissionais, cada qual com sua especialidade. "Nós trabalhamos o paciente de forma humanizada, visando a queixa de cada um. A pessoa passa pela nutricionista, estética, suplementação, e tem o acompanhamento diário. Assim podemos ver o que está tendo de errado e dessa forma pegarmos na mão dela e ensinar como funciona o processo de emagrecimento", explica.

## Atendimento online

Está mais fácil para quem deseja participar do 5S. As barreiras de localização física e tempo não são mais impedimentos. "Agora pode ser feito de modo online, para as pessoas que são de outra cidade ou que não querem vir presencialmente até aqui. A gente envia toda a suplementação, e fazemos todas as consultas e retornos de maneira remota", conta.

## Bodycontour

Nos últimos dois anos, Angelica criou e lançou um protocolo próprio, o Bodycontour. "Ele foi idealizado pensando na harmonização corporal", recorda. Ela relata ainda que esse não é um método fechado. "Não é robotizado, a gente monta e personaliza o passo a passo de cada paciente, de acordo com a necessidade de cada um".

No Bodycontour também ocorre uma etapa de manipulação estética, bem como a suplementação e, em casos necessários, exercícios de LPF. Segundo sua idealizadora, o protocolo tem tudo para que a pessoa tenha o resultado que ela quer.

## Multiplicando conhecimentos

Quem acompanha o instagram do espaço já está por dentro de uma novidade anunciada recentemente. Agora, o Bodycontour e demais conhecimentos de Angelica Federizzi vão ser passados a outras clínicas pelo curso Ouro na Estética.

A iniciativa surgiu da necessidade da empresária, fisioterapeuta e recentemente mãe, conciliar sua agenda com as mentorias que prestava a outros negócios do ramo, algo que já fazia há 5 anos. "O legal é que sendo um curso o valor ficou muito mais em conta. Vai ter toda a qualidade que teria na mentoria individual e depois do curso terá o acompanhamento da clínica dela", ressalta.

A bagagem que Angelica tem para compartilhar promete aumentar ainda em 2022. Isso porque ela está com viagem marcada para Portugal, onde irá realizar uma formação internacional na área de estética.



Body Contour  
Federizzi



## Linha de produtos própria

Ao pensar em maneiras de aprimorar o Bodycontour, Angelica lançou em 2021 os artigos que carregam o nome da marca. São produtos como colágeno, suplementos, chás e ômega 3. Além disso, a Angelica Federizzi Estética e Emagrecimento também oferece opções voltadas à beleza facial, com sérum, creme, água thermal e sabonete.

Toda a linha é registrada e aprovada pela Anvisa, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

Os produtos podem ser adquiridos diretamente na clínica, ou então pelo site <https://www.angelicafederizzi.com.br>.



Angelica Federizzi  
estética e emagrecimento

- @angelicafederizziestetica
- facebook.com/angelicafederizziestetica
- Senador Pinheiro Machado, 1686  
85010-100 Guarapuava, PR
- 42 3623-7658 42 99946-5301

# FORMÉDICA GUARAPUAVA AMPLIOU SUA ESTRUTURA E MAXIMOU RESULTADOS EM 2021

*A marca que é referência para todo o estado do Paraná e também para o Brasil, viu seu nome ficar ainda mais forte em Guarapuava*

Buscar investir continuamente em tecnologia e manter padrão alto de qualidade das fórmulas. Essa é a receita em que apostaram o casal Felix Kaminski Rodrigues Junior e Karine Ceccon Rodrigues, proprietários da Formédica Guarapuava.

Em 2021 a empresa seguiu atuando conforme sua filosofia, prezando pela inovação e uso de recursos tecnológicos. “Foram feitos investimentos permanentes, com constantes buscas pelas novidades tecnológicas. Dessa forma, foi possível oferecer para todos que nos procuraram o melhor atendimento, seja presencialmente, ou por meio do comércio eletrônico”, conta Felix.

A venda pela internet, inclusive, foi um dos destaques durante mais um ano de pandemia. No período, a formédica intensificou os atendimentos por meio online, aumentando a equipe responsável pela área.

Além disso, uma ampliação da estrutura física ocorreu, visando dar mais agilidade ao processo de produção. “Dessa forma, conseguimos maximizar constantemente os resultados, garantindo assim a entrega de medicamentos seguros e eficazes”, complementou Félix.

## Equipe especializada

A Formédica dispõe de colaboradores de alta capacitação técnica e conhecimento científico. Em seu quadro de profissionais estão farmacêuticos, nutricionistas e biólogos. Isso capacita e a torna apta a produzir diversas formas farmacêuticas, desde a mais simples até a mais complexa.

Quem se dirigir até a formédica, poderá encontrar ótimas opções em Medicamentos de Controle Es-

pecial, Antibióticos, Repositores Hormonais, Nutracêuticos, Suplementos Esportivos e Nutricionais e Cosmetologia. “Nossa missão é criar soluções terapêuticas para nossos clientes e profissionais prescritores, sustentadas em capacidade técnica, inovação e responsabilidade.” afirma Karine, que além de proprietária é farmacêutica industrial e responsável técnica pelo estabelecimento.

## Novidades

Além de fabricar cada produto dentro dos padrões exigidos pelos órgãos responsáveis, transmitindo credibilidade e confiança aos seus clientes, a Formédica Guarapuava não deixa de inovar.

Recentemente, passou a disponibilizar aos seus clientes o Chronic®, um extrato oleoso fitocomplexo da *Bixa orellana L.*, rico em geranilgeraniol e delta-tocotrienol. Essa fórmula atua nos músculos, articulações e ossos. Sua principal função é agir de maneira anti-inflamatória, além de conter grande poder antioxidante.

Essa pode ser uma alternativa para auxiliar na recuperação da síndrome pós-covid, uma das sequelas da doença que causa, entre outras coisas, dores articulares, fadiga e fraqueza muscular. “Isso acontece por ajudar na diminuição de produção de fatores e células pró-inflamatórias e ativando enzimas antioxidantes. Para entender melhor, converse com umas das nossas farmacêuticas e consulte um profissional de saúde da sua confiança”, finaliza Karine.

# Formédica

☎ 42 3035 1515 📞 42 98811 8752 📞 42 98815 2310 📧 @formedicaguarapuava

📍 Rua Vicente Machado, 1961, Centro, Guarapuava, Paraná



# AMÉLIA ARAÚJO: LUTANDO POR CORAÇÕES SAUDÁVEIS

Durante a crise provocada pela Covid-19, cuidados com a saúde do coração demandam ainda mais atenção



se deve descuidar da saúde do coração. “Como os pacientes com doenças cardiovasculares correm maior risco de desenvolver formas graves da Covid-19, muitos desses pacientes têm medo de comparecer a consultas de rotina e de emergência”, recorda a médica.

A Dr<sup>a</sup> recorda ainda que o diagnóstico precoce de problemas cardiovasculares possibilita um melhor tratamento e controle mais rígido das doenças relacionadas ao coração. A falta de acompanhamento adequado pode resultar no agravamento ao longo dos anos.

“Pela cardiologia, orienta-se manter as consultas de rotina em dia, assim conseguimos agir na prevenção dos fatores de risco, no controle da doença cardiovascular e evitar sua progressão”, complementa.

## Não descuide da vacinação

Como médica, Dr<sup>a</sup> Amélia não pode deixar de chamar a atenção para a prevenção e combate à pandemia. “A circulação do coronavírus em 2022 deve continuar, mas dá para dizer que a vacinação é a estratégia que protegerá as pessoas”.

“Ainda tem uma variante que circula com bastante intensidade nesse momento no país, e felizmente para as pessoas vacinadas a mortalidade é baixa. Isso mostra para a população que é fundamental que ela receba a vacina, é a única estratégia que temos para reduzir a mortalidade”, finaliza.



☎ 42 3035-6561 ☎ 42 3627-4001 ☎ 42 9 8815-3978  
📍 Rua Pedro Alves, 1435, Centro, Guarapuava-PR

Entre os muitos reflexos que a recente pandemia vivida pela humanidade trouxe, um deles pode ser considerado positivo: as pessoas passaram a dar mais valor a sua saúde.

Ao falarmos de Covid-19, 2021 foi marcado por um maior controle dos casos graves, uma consequência da vacinação em massa, lembra a médica cardiologista, Amélia Cristina Araújo (CRM-PR 22835 RQE 26128). Com isso, foi possível obter ganhos relacionados ao conhecimento que se tem da doença e suas complicações em fase mais tardia.

Esses fatos são importantes uma vez que a medicina consegue ter mais informações sobre quais pessoas estão suscetíveis a sequelas, podendo traçar melhores estratégias de combate e prevenção. Nesse sentido, um grupo se destaca é aquele que sofre ou está suscetível a doenças cardiovasculares.

## Prevenção é crucial

Apesar da saúde do corpo todo demandar atenção, esse cenário credencia a cardiologia como uma área da medicina que se destaca. Por isso, como lembra Amélia, não

# MARQUESA BEAUTY & CARE: A HORA DA VIRADA

Empresa comandada por Jaqueline Andrade expandiu mesmo em um ano marcado por incertezas e fez com que a empresária se destacasse no seu ramo de atuação



## Mesmo desafiador, o ano foi de sucessos

Como todo novo negócio, não faltaram obstáculos a serem superados. “Com certeza, foi um ano desafiador, tudo era muito novo: a pandemia avançando, os decretos impossibilitando os atendimentos, aprender a administrar um negócio, viagens para estudar, evoluir na carreira e fortalecer minha marca apesar das dificuldades que o cenário mundial nos trouxe”, pondera a micropigmentadora.

O suor e trabalho duro empregados durante o ano passado, tiveram frutos para Jaqueline. Foi convidada a participar do Prêmio Beauty Stars, em Curitiba, que homenageia os melhores profissionais da área da beleza do estado (considerado o Oscar da Beleza).

No evento, ela foi premiada na categoria Lash Designer Destaque do Paraná 2021, recebendo o seu primeiro troféu. “Me sinto privilegiada por ter conseguido atingir muitos objetivos em meio ao caos e não poderia ter encerrado o ano de forma melhor. Me sinto muito feliz e honrada por ter me destacado no âmbito estadual”, reflete.

## Clientes amigas

A junção do atendimento personalizado, com os melhores produtos do mercado e a exclusividade das técnicas mais procuradas entre as famosas fizeram a Marquesa Beauty & Care seguir firme em mais um ano pandêmico. “Mas foram as minhas clientes, que se tornaram amigas, que determinaram o sucesso do estúdio. Elas me apoiam e vibram junto comigo a cada nova conquista, pois sabem o quanto sou comprometida a oferecer, todos os dias, o meu melhor”, finaliza.



2021 foi um momento de virada para Jaqueline Andrade e a Marquesa Beauty & Care, negócio que ela criou um ano antes, em abril de 2020. A empreitada, que surgiu a partir do desejo que a agora empresária nutria por atuar na área da beleza, começou em um cômodo pequeno na casa em que morava.

Ao ser desligada da empresa em que trabalhava, decidiu focar de vez seus esforços na Marquesa Beauty & Care. “Já no início de 2021, mudei o estúdio para uma sala comercial e foquei na minha capacitação profissional”, revela.

## Padrão de excelência no atendimento

Ela lembra também que escolheu as melhores e mais renomadas academias do país para especializar sua prática. A ideia era oferecer uma experiência excepcional aos seus clientes.

Esses esforços, somam-se de modo a criar um atendimento que atende a necessidade de cada pessoa que recepciona. “O diferencial da Marquesa é olhar para cada cliente de forma humanizada e entender que somos únicas. Presto um atendimento personalizado a fim de entregar experiência e não apenas um procedimento. Não trabalho com padrões porque cada uma de nós tem uma beleza especial, que merece ser realçada”, explica Jaqueline.

f @marquesabeauty

📷 @marquesabeauty\_

☎ +55 42 99903-1009

📍 Alameda Baden Württemberg, 243  
Colônia Vitória, Entre Rios

# STUDIO INPULSE EMS: SOMANDO E MULTIPLICANDO

Espaço comandado por Matheus Federizzi alia treinos rápidos a tecnologia inovadora, atraindo cada vez mais adeptos



Matheus Federizzi é um empreendedor que acredita no poder da matemática. Por exemplo. Quando é perguntado sobre o que faz um bom personal trainer, área na qual atua, ele responde que é a soma de dois fatores: um bom conhecimento técnico e bom relacionamento interpessoal.

“Envolve saber prescrever treinos que se encaixem na realidade dos alunos e que tragam resultados, aliando isso a criação de vínculo, entendendo como é a rotina deles e como posso melhorar a vida deles”, explica.

A matemática continua quando o assunto é a equipe que o auxilia na InPulse. “Conto com apoio de profissionais de confiança. Trabalhamos em conjunto para servir nossos alunos com excelência: Flávia Ivanski, Vinicius Vargas, Bruna Lopes, Felipe Ivanski, Sandressa Batista, Evilyn Santos e Matheus Tomacheski”, cita.

## Expansão

Terminada a soma, é hora de multiplicar. E essa operação

começa pelo novo espaço físico. Uma maneira de aumentar o número de pessoas que chegam até ele e desfrutam da tecnologia da eletroestimulação de corpo todo. “Após um período trabalhando com a tecnologia a confiança na ferramenta vai aumentando, os resultados dos alunos aparecendo”, comenta Matheus.

Agora situado em novo endereço, junto ao Centro Comercial Evidência, ele divide o espaço com a fisioterapeuta Flávia Ivanski, oferecendo ainda mais serviços aos alunos.

O novo ambiente oferece conforto e praticidade, além de estacionamento em frente ao estúdio. O acesso ao belo jardim também é um atrativo a mais, segundo o próprio empreendedor a ideia é aproveitar o pós treino em um local externo que revigora.

Um espaço maior significa também mais distanciamento, uma característica importante atualmente. “Mesmo com a pandemia em alta, nosso movimento continua grande, pois trabalhamos com exclusividade e agendamento prévio de apenas dois alunos por vez”, recorda.

## Tecnologia

Mais um elemento na equação que torna Matheus e sua empresa um destaque de 2021 é o uso da eletroestimulação. Essa inovação de origem alemã consegue trazer resultados aos alunos em treinos com cerca de 20 minutos.

“Sempre percebi que as pessoas entendem a importância de se exercitar, mas não se adaptam a nenhum treino ou não possuem tempo. Então procurei algo que fosse diferente e eficaz ao mesmo tempo”, lembra o personal trainer.

De acordo com o empreendedor, essa tecnologia revolucionaria a área fitness, permitindo a recomendação de um treino mais direcionado e específico, com mais segurança. Isso ajuda a intensificar os resultados dos alunos.

Para 2022, a vontade de Matheus é continuar fazendo com que o resultado dessa matemática toda seja positivo. “Espero que mais pessoas conheçam os benefícios da tecnologia com eletroestimulação e meu trabalho, para compreenderem seu fundamento e com certeza se surpreenderem”, finaliza.



  
**MATHEUS FEDERIZZI**  
ELETROESTIMULAÇÃO MUSCULAR

- @matheusfederizzi
- @inpulsestudioems
- 42 98408-4756
- R. Ávio Bitencourt Ribas, 176, Bonsucesso. Centro Comercial Evidência, sala 4.

# IEneagrama Guarapuava: Ano da autodescoberta

Em 2021 mais pessoas procuraram se autoconhecer, contribuindo para o seu próprio desenvolvimento, bem como de suas empresas



## Mais de 150 pessoas passaram pelos treinamentos

O IEneagrama Guarapuava contou com 8 turmas extensivas no último ano. “O que nos permitiu apoiá-los nesta busca maravilhosa por sua melhor versão”, recorda Neto. Além disso, ocorreu também uma turma in company, que é um projeto desenvolvido exclusivamente dentro das empresas.

Esses grupos juntos somam mais de 15 dezenas de pessoas. Lembrando que o IEneagrama é uma ferramenta de autoconhecimento. Nesse sistema os indivíduos descobrem suas principais dificuldades, e também recebem indicações de como lidar satisfatoriamente com elas. O processo possibilita que as virtudes de cada participante sejam descobertas.

## Novidades para 2022

Sobre a inovação comentada pelo Diretor do IEneagrama, ela segue acontecendo. “Neste ano traremos dois novos treinamentos para nosso portfólio: Eneagrama Processual e Eneagrama da Essência”, conta.

Neto explica que o Eneagrama Processual é focado em gestão de projetos e sua aplicabilidade. Já o Eneagrama da Essência trata da formação corporal e como as experiências na infância afetam o comportamento na fase adulta, buscando discutir como isso pode ser trabalhado. Vale ressaltar que ambos são exclusivos para alunos que já fizeram o Eneagrama das Personalidades.

As novidades se estendem também a equipe do IEneagrama Guarapuava. “Neste ano teremos dois novos trainers se habilitando a entregar nosso treinamento”, finaliza.



Um ano para se desafiar quanto à inovação e ao olhar para dentro. É assim que Antonio Neto, Diretor e Trainer franqueado do Instituto Eneagrama em Guarapuava, define 2021 tanto para sua empresa, quanto para o mercado em geral.

Essa necessidade de conhecer melhor a si mesmo, inclusive, foi um sentimento despertado em outras pessoas. “A pandemia trouxe a consciência de autoconhecimento para muitos. Foi um período em que pudemos colocar em prática aquilo que pregamos: crescer, transformar e evoluir”, complementa.



# IEneagrama

www.ineagrama.com.br



# Doux la Nature

Uma loja de cosméticos naturais pensada para a beleza real, consumo consciente e acima de tudo em cuidado!

A Doux la Nature é uma loja de cosméticos naturais idealizada pela médica Dermatologista Marina Tsuneta que ao longo de anos de trabalho, sentiu a necessidade de aliar a saúde da pele à qualidade de vida para todos, pessoas e ao mundo em que vivemos.

A conscientização geral de hábitos saudáveis já é um fato que ocorre na atualidade, cada vez mais as pessoas passam a ser adeptas de uma vida mais saudável e sustentável.

Cosmético natural ou o Biocosmético traz uma nova concepção na cosmetologia. Considerado produto de alta performance que, com processos sustentáveis de extração, utiliza todo o potencial dos ingredientes da natureza para o skincare. Tem capacidade para redução de manchas, uniformiza a cor, combate flacidez, o envelhecimento e proteção contra os raios UV. Os benefícios são inúmeros, saudáveis e proporcionam experiências únicas e revigorantes de corpo e alma.

A Doux la Nature acredita na Beleza real e consciente, no cuidado com você e com o nosso planeta!



Avenida Vereador Serafim Ribas,  
2882, Boqueirão, Guarapuava-PR,  
anexa a Besha Boulevard.



42 99816 6992



@DOUXLANATURE



@DOUXLANATURE

# Doux la NATURE

# UNIQUE ODONTOLOGIA AMPLIOU SUA ESTRUTURA DURANTE 2021

Em novo endereço desde o ano passado, a clínica de Paula Frossard Penteadó Goba também aumentou a equipe e as opções de atendimento



Paula Penteadó Goba,  
proprietária da Unique Odontologia.

O ditado popular já é famoso: rir é o melhor remédio. Essa, inclusive, é uma excelente solução para encarar os tempos que vivemos com mais leveza. Parte crucial da receita desse medicamento é o sorriso.

Nesse sentido, quem se empenhou em cuidar da saúde e melhorar a beleza de nossos dentes merece destaque. Esse é o caso da cirurgiã dentista Paula Frossard Penteadó Goba (CRO 22388) e de sua equipe na Unique Odontologia. Ela explica que as pessoas estão buscando cada vez mais melhorar a autoestima. “É fato que se sentir bonito e com a autoestima elevada influen-

cia diretamente na saúde”, cita ela.

## Diversas especialidades

“Tudo começa pelo sorriso”, pondera a dentista. Assim, ela lembra que através das diversas especialidades oferecidas na clínica é possível cuidar dos pacientes e, principalmente, do riso deles.

Quem chegar até a Unique encontrará opções de atendimento em várias áreas: clínica geral (profilaxia e restauração), ortodontia, endodontia (canal); implante; próteses, harmonização facial, estética.

“Nossos profissionais são qualificados nas mais variadas especialidades, ligadas à saúde, estética e beleza. Com isso lapidamos sorrisos, esculpimos faces, curamos doenças, melhoramos a mastigação e a autoestima das pessoas. É isso que fazemos todos os dias aqui na Unique Odontologia”, define Paula

## Apesar dos desafios, o ciclo foi de conquistas para a Unique Odontologia

O ano, apesar de ser mais uma vez desafiador, uma consequência nada cortês da pandemia do novo coronavírus, também permitiu conquistas para a clínica, que mudou de endereço e ampliou o espaço e serviços oferecidos. “Tudo que passamos e ainda estamos passando nos fez mais fortes. Mas, para mim, a palavra certa para o ano de 2021 é gratidão. Porque foi o ano que realizei o sonho de inaugurar o meu novo espaço”, confessa.

A sensação de realização com o que foi obtido não se restringe apenas à nova sede da clínica. A capitã da Unique também se sente grata pela tripulação que a rodeia. “Só tenho que agradecer pelo novo espaço e pela time que consegui formar. Estamos juntos nessa, crescendo cada dia mais profissionalmente e pessoalmente. Motivação, parceria e trabalho em equipe é o lema da Unique”, completa Paula.



Unique  
Odonto

Dra. Paula Frossard Penteadó Goba  
CRO 22388

@unique\_odontologia\_ f uniqueodontologia3656

42 3035 3656 42 99965 0056 42 98829 2500

Rua XV de Novembro, 6665, Alto da XV  
Em frente ao Superpão Extra

Angela Virmond  
EMPREENDEDORISMO EM SAÚDE



## Da nossa família, para sua família.

Vindo de uma família de gerações de médicos e empreendedores que, construíram as bases da saúde em Guarapuava dando suporte para toda região, Angela Virmond seguiu e deu continuidade nesse trabalho.

Levantando a bandeira de acesso à saúde, tem seu propósito enraizado em seu coração e luta diariamente por ele. Ajudar as pessoas dando acesso e suporte em todos os âmbitos da saúde é o fio condutor dos negócios que ela encara.

Trabalhou como instrumentadora cirúrgica com seu tio, primos e irmã;

Apoiou e trabalhou junto quando sua irmã iniciou seu consultório de ginecologia e obstetrícia;

Por um curto período trabalhou na área de projetos do hospital fundado pelo seu avô;

E enfim, junto com seu pai, trouxeram um produto inovador para Guarapuava, com um olhar especial também para os profissionais da área de saúde, o Clube Conteza.

Com um olhar diferenciado e muito carinho, os clientes são acolhidos e atendidos. Desde identificar a especialidade médica que o cliente precisa, até fazer orçamento dos exames solicitados ou da receita médica. Buscam parcerias no comércio para oferecer descontos em óticas, farmácias, tudo pensando em entregar acesso aos clientes.

*"Para entregarmos uma agenda médica disponível e de qualidade para nossos clientes, precisávamos ter esse olhar para o profissional também. Desta forma que encontramos esse ponto de equilíbrio de valores que favorece a todos, com transparência e, principalmente, qualidade, respeitando assim a saúde das pessoas."*

Nessa jornada começou a identificar que estava ajudando muitas pessoas, porém ainda havia uma demanda não atendida. Aquelas pessoas que identificavam a necessidade de fazer um procedimento, uma cirurgia e não tinham o recurso.

*"Vimos casos em que vendiam tudo (casa, carro), emprestavam de vizinhos, amigos, faziam rifas, para conseguir juntar o valor. Até os casos que infelizmente não conseguiam o recurso, entravam nas filas e alguns acabavam tendo um desfecho infeliz."*

São as inúmeras histórias que acompanham diariamente, que impulsionaram uma busca incansável de solução, para ajudar essas pessoas. E assim, junto com um sócio que tem experiência nessa área, lançaram no mercado a startup Soluni, que oferece financiamentos para procedimentos médicos e odontológicos. E claro que para continuar prestigiando Guarapuava e região, nos escolheram para dar start na empresa!

*"É da nossa família para sua família que trazemos esse olhar de abundância e prosperidade! Respeitamos a saúde das pessoas e das clínicas médicas como respeitamos a nós mesmos. O que nos direciona é promover uma saúde sustentável onde se torna possível essa entrega de acesso à saúde! Hoje conseguimos atender nossos clientes em toda jornada: da consulta à cirurgia."*



O Clube Conteza você já conhece! Estamos há 40 anos por aqui! Somos um clube de descontos e benefícios que presta assistência para seus associados em tudo que ele precisar da área da saúde: **Consultas, exames, tratamentos, medicamentos, entre outros.**



*"Pra mim foi nota 10! Fui bem atendido, profissionais atenciosos esclarecendo as dúvidas sempre!"*

G.B.S

*A equipe do Conteza me ajudou em tudo em uma hora que estava perdida, sem cabeça para resolver. Hoje recomendo para todos!*

M.G



## Agora te convido a conhecer a Soluni!

A Soluni realiza empréstimo para sua cirurgia com rapidez, sem necessidade de garantias e você pode parcelar em até 24x!

Compartilhando a gratidão dos nossos clientes:

*"Obrigada mais uma vez! A melhor coisa que fiz procurar vocês! Fomos muito bem atendidos!"*

Elizete

*"Muito obrigada por tudo! Deu certo! Agora só agendar? Nem acredito!"*

Gláucia



Faça uma simulação agora mesmo! Aponte a câmera do seu celular para o código QR.

Quer conhecer mais sobre o Clube Conteza? Leia o código QR com a câmera do seu celular e fale com a gente pelo WhatsApp:



# LIFELONG LEARNING É O LEMA DO CENTRO OFTALMOLÓGICO DE GUARAPUAVA

Buscando o aperfeiçoamento constante, a clínica fundada pela oftalmologista Eliana F. Pires tem por tradição investir em tecnologia e pessoal



A crença que tudo pode ser melhorado, desde que haja disposição pessoal para tanto, é o que move a médica oftalmologista Eliana F. Pires (CRM/PR 13.614 / RQE 6128). Foi munida deste princípio que fundou e comanda até hoje o Centro Oftalmológico de Guarapuava.

A essa filosofia se dá o nome lifelong learning, que traduzido livremente do inglês significa aprendizado para toda vida. Estar em constante evolução é o maior valor da empresa, um reflexo das convicções de sua fundadora. “Temos tradição de investimentos em tecnologia e pessoal. Combinando técnicas de alta tecnologia, atendimento humanizado e atualização constante”, comenta a médica.

“Acreditamos que hoje, para ser um profissional de destaque, independente da área, é preciso adquirir muitas habilidades e qualidades. Por isso investimos em conhecimento científico, estudo continuado e tecnologia em equipamentos que nos permitam unir habilidades para aplicar a teoria com a máxima eficiência. A

equipe tem que exercer seu papel com capacidade de conectar e integrar pessoas”, complementa Eliana.

Com esse viés, o Centro Oftalmológico de Guarapuava oferece uma ampla gama de exames, tratamentos e cirurgias em diversas especialidades, como catarata, transplante de córnea, ceratocone, retinopatia diabética e doenças refrativas, entre outras. “Estamos oferecendo o mais qualificado atendimento oftalmológico para Guarapuava e região, nos tornamos clínica referência em oftalmologia”, comenta.

## Criando uma nova geração de profissionais

Depois de consolidar sua clínica no mercado de saúde de guarapuavano, Eliana agora faz parte do grupo daqueles que transmitem suas experiências para quem está iniciando a caminhada. “Ser professora na medicina era um sonho que se tornou realidade com a vinda do curso de Medicina para Guarapuava. Viver

nesse ramo sem dúvidas ocupa o mais alto patamar da frase: Educação Médica Continuada!”, destaca.

A médica e professora busca passar a importância da profissão e a necessidade de constante qualificação profissional. Isso seria, segundo ela, uma maneira de se aprofundar nos conhecimentos e ganhar novas experiências que irão preparar para as posições que exigem mais do profissional.

Ela reforça que a segurança do aprendizado também permite que se tome decisões mais coesas e acertadas. “Acredito que uma das formas de contribuir com a saúde da população está diretamente relacionada a estimular meus pupilos a serem Profissionais Médicos de Referência”, pontua.

## Contribuição para a saúde ocular da população

A atuação de Eliana se destaca ainda pelo esforço empenhado em conscientizar a população. Isso se traduz na organização de eventos e campanhas a respeito de cuidados e prevenção de doenças. “É sempre com grande satisfação que recebemos os chamados do Conselho Brasileiro de Oftalmologia e da Sociedade Brasileira de Glaucoma para que exerçamos liderança junto a nossa comunidade”, ressalta.

Dessa maneira, seu trabalho contribui na divulgação, esclarecimento e orientação com relação aos cuidados para evitar a cegueira por Retinopatia Diabética, Glaucoma e Degeneração Macular Relacionada à Idade, a DMRI.

Esse trabalho de utilidade pública, se faz ainda mais necessário pelo fato de que a maioria dos pacientes desconhece possuírem essas doenças e que elas podem levá-los à cegueira irreversível se não tratadas precocemente. “Por fim e não menos grave, milhares desses casos acometem pessoas em idade produtiva no Brasil. O que torna esse cenário um importante problema de saúde pública e com enormes impactos nas economias dos países, em especial, os em desenvolvimento, como o Brasil”, finaliza.

## Novidades em breve

2022 ainda está no começo, mas as expectativas podem ser altas. Quando perguntada sobre o que podemos esperar e se teremos novidades da Dr<sup>a</sup>. Eliana Pires e do Centro Oftalmológico de Guarapuava nos próximos 12 meses a resposta é categorica. “Sim, mas guardo este tema para uma próxima entrevista, pode aguardar!”



## Centro Oftalmológico de Guarapuava™

☎ 42 3623 1771

☎ 42 99913 1771

@ @oftalmoguarapuava

📍 Rua Coronel Saldanha, 2351 - Centro

🌐 www.oftalmoguarapuava.com.br

*Do dia a dia  
ao dia mais  
feliz da vida*



Marionita Beleza e Bem-Estar oferecer serviços de beleza para todas as ocasiões e se destaca com o atendimento a noivas

Pensar no básico e focar em fazer ainda melhor aquilo que já é de excelência. Foi nessa receita que a psicóloga e empreendedora Marionita Gonçalves Dias decidiu apostar durante 2021.

Com essa mentalidade, o espaço que fundou, o Marionita Beleza e Bem-Estar, continuou a oferecer serviços como maquiagens, penteados, mechas, além de seu maior destaque, o atendimento do dia da noiva.

Cuidar das mulheres no dia mais especial de suas vidas é uma das missões que Marionita tem juntamente de sua equipe. Para isso, diversos esforços são empreendidos. "Temos um ambiente calmo, aconchegante, atendimento com muito humor, além de um café da manhã bem completo! As maquiagens e penteados clássicos, possíveis de serem eternizados, sempre obedecendo a identidade da noiva".



Foto: Koris

**"Logo vamos inaugurar mais uma suíte de noiva! Estamos também com o serviço de visagismo e alongamento em acrílico no salão" - Marionita Gonçalves Dias**

### Em cada direção que olhar, um clique

Receber bem as pessoas é prioridade em todos os sentidos. Além do serviço, a questão visual também colabora para isso. "Percebemos também que devemos investir ainda mais em conforto e acolhimento, começamos o ano fazendo mudanças e buscando parcerias para isso", lembra a empresária.

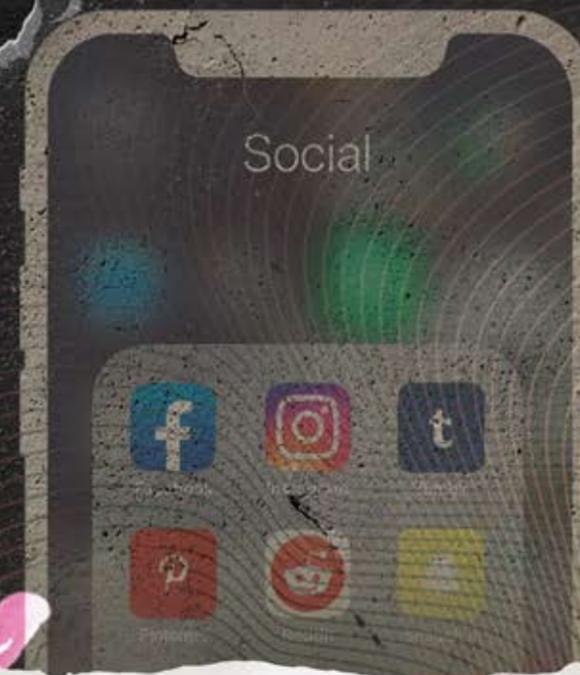
O estabelecimento oferece a seus clientes um ambiente que foge do convencional. "Temos uma decoração rústica, mantendo a arquitetura da casa que foi construída no início da década de 90 em estilo colonial, acrescentando em alguns espaços o muro inglês que traz calma e beleza".

Esse capricho na decoração não serve apenas para acolher bem quem procura pelos serviços de embelezamento. Cada detalhe do design interior foi intencionalmente pensado em criar também verdadeiros cenários. Marionita conta que o desejo era criar locais instagramáveis e que pudessem gerar fotos diferentes para suas clientes.

*Marionita*  
BELEZA E BEM-ESTAR

@marionitagoncalves  
@marionitabelezaebemestar  
@esmalteriadamarionita  
42 9 9915-0731 42 9 9114-9616  
Rua Senador Pinheiro Machado,  
2600, Centro, Guarapuava, Paraná

@ROSSPHOTODESIGN  
@B612ESTUDIO  
(42) 99805-0764



**SE A SUA EMPRESA**  
não se posicionar nas redes sociais  
**ELA NÃO VAI PARA LUGAR NENHUM!**

Tenha um serviço  
qualificado de  
**MARKETING  
DIGITAL!**

ROSS  
photo design

ESTÚDIO  
B612



TRANSFORMAR NOSSA “PORÇÃO DE MUNDO”  
ATRAVÉS DA *educação*.

NOSSO PROPÓSITO

[www.escolasantateresinha.com](http://www.escolasantateresinha.com)

 /escola\_stateresinhaoficial

 /escolasantateresinhaoficial