

Revista **+SAÚDE**



18
Anos

Formédica

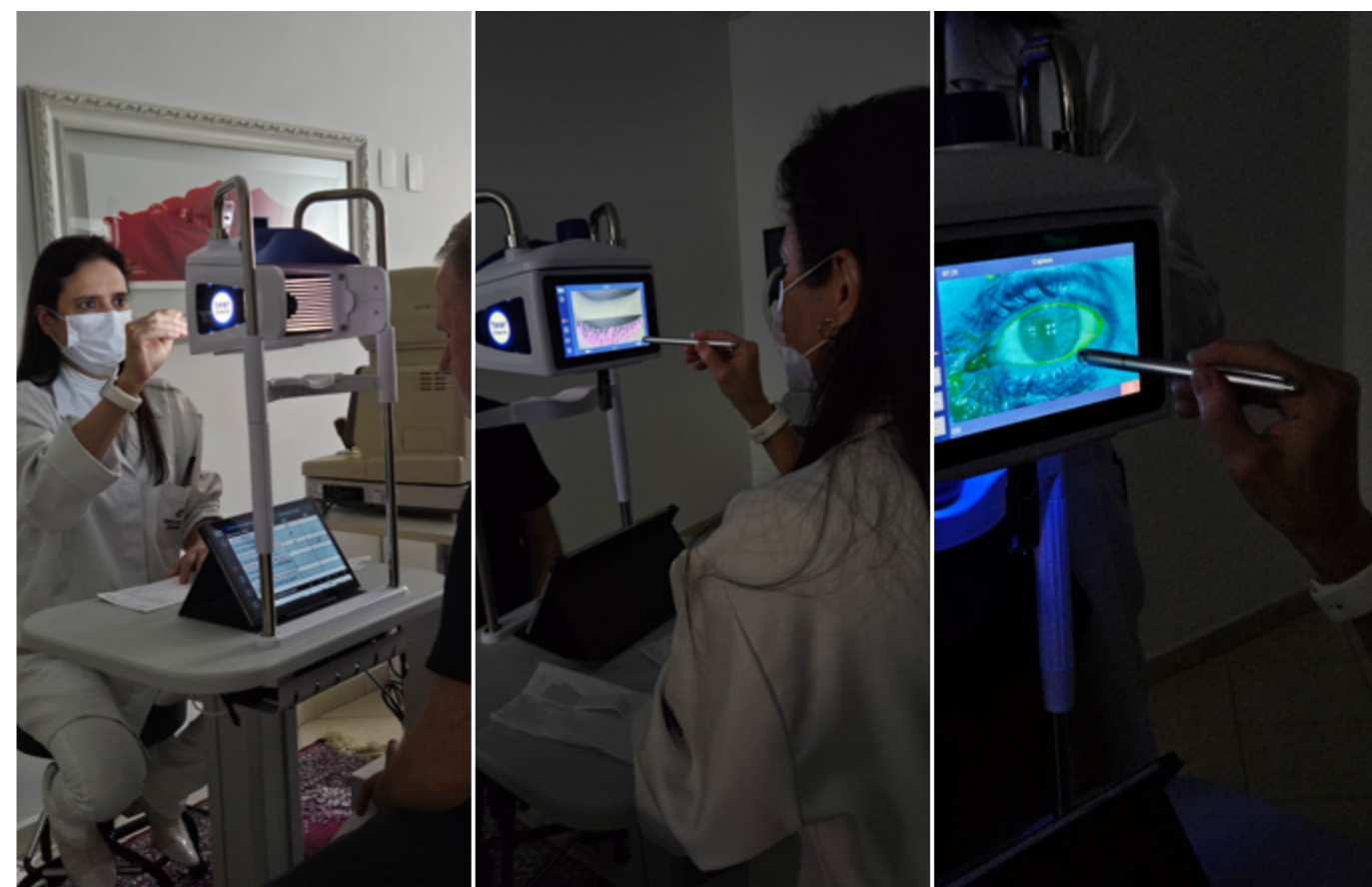
Felix e Karine comemoram
18 anos de **Formédica**
em Guarapuava.

Pág.6

Montello®

Ambientes Planejados

VOCÊ SENTE O OLHO SECO O TEMPO INTEIRO E NÃO SABE COMO RESOLVER?



Você pode estar sofrendo com a Síndrome do Olho Seco e ainda não sabe. Mas não é preciso se afligir, pois no Centro Oftalmológico chegou o Tear Check, o aparelho mais moderno que existe no que diz respeito ao diagnóstico por imagem da doença de Olho Seco.

O Tear Check acabou de ser aprovado pela Anvisa e se destaca pela facilidade e velocidade em exames na superfície ocular. Além disso, ele conta com novos exames como:

- Piscar incompleto - detectando da estrutura do piscar;
- Olhos vermelhos - exibindo os vasos pequenos na superfície ocular;
- Demodex - com imagem ampliada capturando a base dos cílios;
- OSIE® (Avaliação Inflamatória da Superfície Ocular) - identifica as áreas dos olhos com maior risco de inflamação;
- NIBUT / TFSE® (Avaliação de tempo de quebra de lágrima não invasiva / estabilidade do filme lacrimal) - avalia a estabilidade do filme lacrimal;
- Meibografia - visualiza as glândulas meibomianas;

D-BUT - Faz a avaliação dinâmica de tempo de quebra de lágrima;

Menisco Lacrimal - calcula a altura do menisco lacrimal;
OSDI (Índice de Doenças da Superfície Ocular) - fornece um questionário para que o especialista tenha uma visão geral da aptidão dos olhos do paciente na vida cotidiana.

Tecnologia de ponta para cuidar da sua saúde ocular é no Centro Oftalmológico de Guarapuava.

 **Centro Oftalmológico
de Guarapuava™**

Drª Eliana Pires CRM 13614 | RQE 6128

f oftalmoguarapuava @oftalmoguarapuava
☎ 42 3623 1771 ☎ 42 99913 1771 📍 R. Coronel Saldanha, 2351

INVESTIR EM MÓVEIS PLANEJADOS TAMBÉM É INVESTIR NA SAÚDE!

Montello Ambientes Planejados há 8 anos entregando atendimento e serviço de qualidade!

Organização faz bem para a saúde? Com certeza! Manter a casa organizada com móveis planejados ajuda a aumentar o bem-estar e previne doenças. E não é diferente no ambiente de trabalho. Ambientes corporativos bem planejados e organizados são essenciais para a produtividade e o sucesso profissional. A escolha dos móveis certos é fundamental. Os móveis sob medida são a opção perfeita para quem busca uma solução personalizada e eficiente para o ambiente de trabalho.

A Montello iniciou suas atividades há oito anos em Guarapuava. Atualmente conta com um espaço de 1.400m², 40 colaboradores e um processo de produção próprio e totalmente automatizado. Além dos móveis que são 100% MDF, faz estruturas de ferros, portas de vidro e também portas provençais em pintura lacca. Principais parceiros: Duratex, Arauco, Guararapes, Berneck, Ferragens BLUM, Puxadores Zen, Alternativa Perfis, RomaLacca e Grupo GMAD.



Mais do que vender móveis, a Montello tem consciência que trabalha com o sonho das pessoas, o que motiva toda a equipe a sempre buscar o melhor para os clientes, clientes estes que são o principal meio de divulgação da empresa. Hoje, 90% dos atendimentos e vendas concretizadas, são por meio de arquitetos parceiros e indicações de clientes.

Ambientes residenciais ou corporativos precisam de espaço com conforto, sofisticação e qualidade que, atrelados ao excelente atendimento, é satisfação garantida!



Montello®

Ambientes Planejados

📍 Rua XV de Novembro, 4865 - Morro Alto

☎ 42 3623-0575

☎ 42 99900-5545

📱 @montello.planejados

EDITORIAL OUTUBRO 2023

Kerlin S. Zimmer
Editora Chefe



CARTA AO LEITOR

QUEM NÃO CURTE UMA COMEMORAÇÃO?

Um mês de celebração, esse se chama "OUTUBRO". E aqui na redação da + Saúde amamos esse mês. Outubro comemoramos o dia do Fisioterapeuta, o dia do Médico e o dia do Dentista, e ainda o Outubro Rosa, um mês de muito conteúdo e conscientização. Mas, vale ressaltar que o câncer de mama não deve ser lembrado com mais força somente em outubro, e sim de janeiro a janeiro.

18 anos de empresa merece abrir vários champagnes e fazer a festa. Uma empresa com 18 anos mostra o quão sólida ela é, e os nossos parabéns vão para a Formédica Guarapuava que completou 18 anos agora em outubro. Confira os princípios que faz a Formédica ser referência em qualidade de manipulados nas pág. 06 e 07.

Esse ano saiu uma pesquisa divulgada pela Demografia Médica no Brasil, revelando que o número de médicas aumentará em 118% a partir de agora até 2035, sendo a maioria na área. Isso é um marco no papel de liderança das mulheres e para o mercado. Conteúdo inédito e merece a sua leitura, pág. 20.

Voltando a falar sobre o câncer de mama, a Dra. Flávia Virmond diz que entre os principais fatores de risco está o histórico familiar positivo. E ao perguntarmos se o desodorante aerossol aumenta os riscos de desenvolver a doença, ela foi enfática: mas isso você vai conferir nas pág. 28 e 29. Aproveita e dá uma olhadinha na pág. 30 de tudo o que aconteceu até o momento do projeto Conexão Rosa.

Com carinho e dedicação,
Kerlin e equipe Revista + Saúde!

EXPEDIENTE

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

Colaboradores
Maria Isabela Andrade

Foto de Capa:
Ortolan Foto e Design

Design de Capa:
Agência Camargo

Designer e Diagramação
Douglas Rodrigues

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 OUTUBRO 2023

6 CAPA

18 anos de
Formédica em
Guarapuava



8 + Saúde - Fake News:
Friagem dá solução?

10 Conheça os
bioestimuladores
de colágeno

13 Urologia - Atualidades

14 Como montar uma
lancheira saudável
para o seu filho

20 Mulheres serão
maioria na medicina
a partir do próximo ano

22 + Saúde Pet: O que fazer
se a sua cachorrinha
está grávida?

28 Vamos falar sobre
câncer de mama?

30 Conexão Rosa: Cuidado e
empoderamento feminino

34 Você sabe o que é
labirintite e tontura
no labirinto

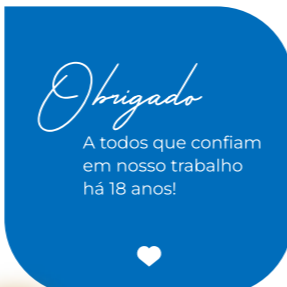
36 + Saúde para quem
tem pouco tempo



Inaugurada em **2005** pelo casal Felix Kaminski e Karine Ceccon, A **Formédica Guarapuava** oferece excelência quando o assunto é cuidar da sua saúde e bem-estar.

Uma equipe preparada e altamente qualificada desde o atendimento até a produção.

Empresa que está em **constante busca por inovações, tecnologia, equipamentos** e o que há de mais novo no mercado.



18 | 2023
CONGRESSO
consulfarma

Em Julho/2023 **participamos do maior congresso** magistral da América Latina, sempre em busca dos lançamentos e exclusividade para você.

Confira os principais **lançamentos:**



AKKERMAT® o futuro do emagrecimento!
Indicações: Redução de apetite; Melhora da compulsão alimentar; Gerenciamento de peso; Anti-inflamatório natural. Esqueça as canetas emagrecedoras



Nano BTX-C® primeira toxina botulínica tópica!
Benefícios: Redução de linhas de expressão; Redução de poros dilatados; Clareamento de manchas; Tratamento de acne; Tratamento de rosácea. 4 gotas e 1 desejo: adeus linhas de expressão!



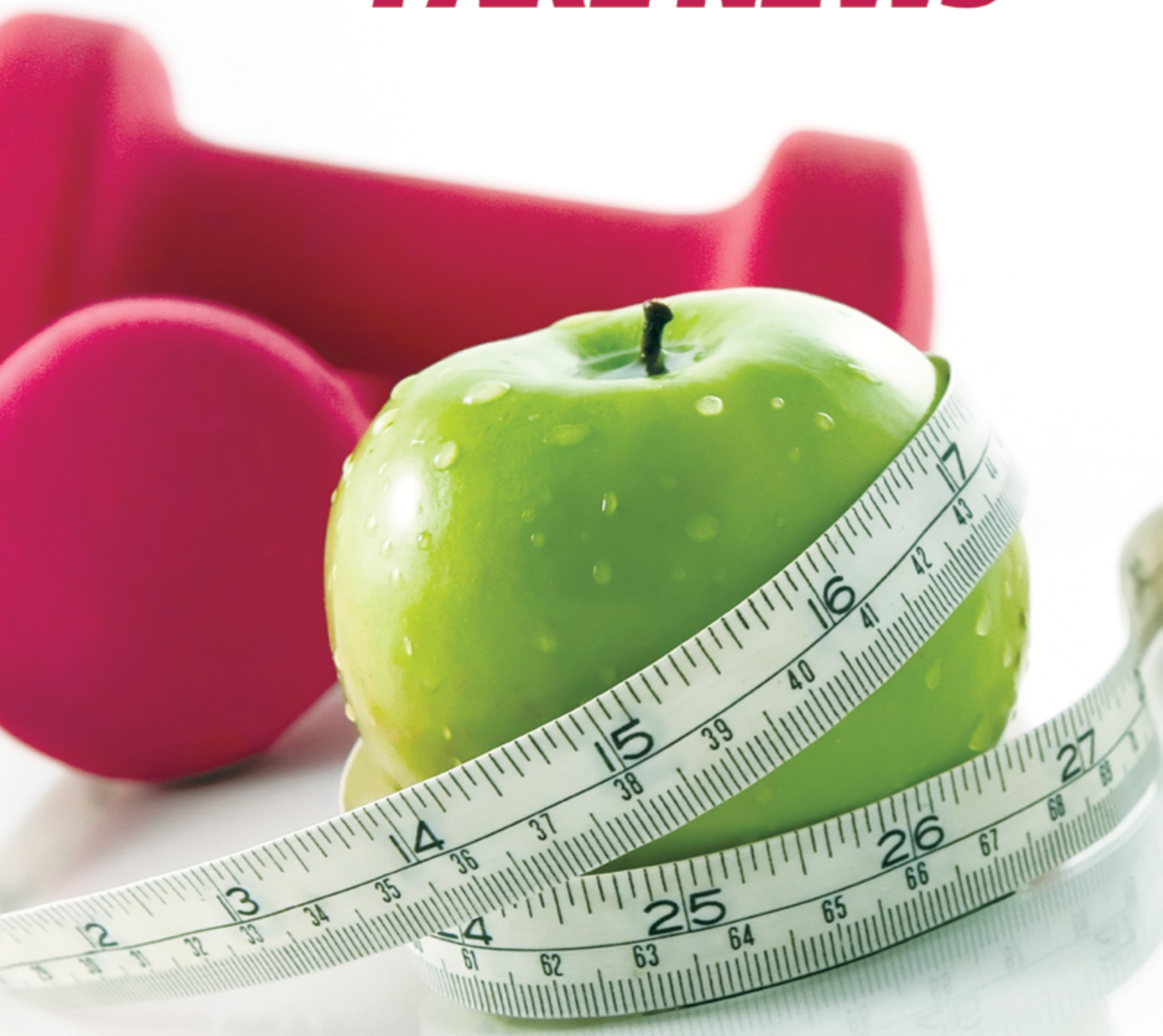
Cameleon® Filtro solar com tecnologia que se adapta ao seu tom de pele. essencial para ter uma pele bonita e prevenir as tão indesejadas manchas e linhas de expressão!

(42) 3035-1515 (42)9 8811-8752

R. VICENTE MACHADO, 1961, CENTRO/GUARAPUAVA-PR



+ SAÚDE **-** FAKE NEWS



FRIAGEM DÁ SOLUÇO?



O soluço é uma contração involuntária do diafragma seguida pelo fechamento da glote. As crises de soluço têm inúmeros fatores como questões respiratórias, digestivas, genitais, vasculares, psicológicas (como ansiedade e depressão), metabólicas ou outras relacionadas ao sistema nervoso central.

Os soluços episódicos podem ser causados por comer demais,

pela ingestão de bebidas gasosas e mascar chicletes, tabagismo e insuflação do estômago durante endoscopia. Existem muitas causas para o soluço, porém a causa “tomar friagem” não possui evidências científicas.

Se você tiver crises de soluços que duram mais de 48 horas, aconselha-se procurar um médico.

CONHEÇA TUDO SOBRE OS BIOESTIMULADORES DE COLÁGENO

Procedimento que previne o envelhecimento e muito popular



Um procedimento estético bem popular atualmente é a aplicação de bioestimuladores de colágeno. Ouvimos falar disso em todo lugar, mas você sabe o que isso realmente faz com a nossa pele? Se não, vem com a gente descobrir tudo sobre os bioestimuladores de colágeno com o dermatologista Guilherme Kruger (CRM PR 21418 - RQE 23318).

Primeiro de tudo, é preciso saber o que são os bioestimuladores de colágeno. Segundo o Dr. Guilherme, são substâncias injetáveis que, quando introduzidas na pele, estimulam nosso corpo a produzir mais colágeno, uma proteína que nos dá firmeza e elasticidade. “Imagine seu rosto como uma tapeçaria requintada. Com o tempo, essa tapeçaria pode começar a perder seu

vigor e tensão, e é aqui que os bioestimuladores entram, agindo como um artesão que restaura a obra de arte, revitalizando e trazendo de volta sua estrutura original”, explica o dermatologista.

Isso acontece porque, com o passar do tempo, o nosso corpo começa a produzir menos colágeno levando ao surgimento de linhas, rugas e flacidez. “Quando você faz exercícios para tonificar os músculos, está, em essência, fortalecendo essa 'estrutura interna'. Da mesma forma, ao promover a produção de colágeno, estamos aperfeiçoando e fortalecendo a 'malha de sustentação' da pele, tornando-a mais vibrante, firme e jovial. Assim, o colágeno é um protagonista essencial para manter nossa pele radiante e saudável”.

Para quem é indicado?

“Os bioestimuladores de colágeno são indicados para uma ampla gama de pessoas: desde aquelas que estão começando a perceber as primeiras mudanças em sua pele, como perda de firmeza e elasticidade, até aquelas que desejam combater sinais mais evidentes do envelhecimento”, afirma o Dr. Guilherme.

Para ele, não há um momento exato para começar as aplicações, mas geralmente, a partir dos 30 anos. Uma vez que, de acordo com o doutor, é nessa idade que já podemos observar certas alterações na textura e qualidade da pele. Além disso, eles são ideais para aqueles que buscam resultados mais naturais, que desejam rejuvenescer sem alterar drasticamente suas feições. “Então, se você valoriza uma pele saudável, vibrante e deseja potencializar sua beleza natural, os bioestimuladores podem ser excelentes aliados no seu plano de cuidados estéticos”.

Como é feita a aplicação?

“Inicialmente, é realizada uma avaliação detalhada da pele, identificando as áreas que mais se beneficiarão do tratamento.”, conta o doutor. “Usando uma técnica precisa e uma abordagem personalizada para cada paciente, o bioestimulador é injetado nas camadas específicas da pele usando agulhas e cânulas. O procedimento é geralmente rápido, e para garantir o conforto do paciente, podemos usar anestésicos tópicos, tornando a experiência o mais indolor possível”.

Ele ainda traz algumas orientações e explicações para depois que for realizado o procedimento. “Após a sessão, é comum sentir uma leve sensação de inchaço ou ver pequenas

marcas no local da injeção, mas isso desaparece rapidamente. O verdadeiro 'encanto' acontece ao longo das semanas e meses seguintes, quando o corpo começa a produzir mais colágeno, revelando uma pele mais firme, rejuvenescida e radiante”.

E também é necessário tomar alguns cuidados após a aplicação, para que os resultados sejam os melhores possíveis e tenham maior durabilidade:

✦ Evite o sol: nas primeiras 48 horas, proteja a área tratada da exposição solar direta. Se precisar sair, o uso de um bom protetor solar é essencial. Lembre-se de que a pele estará mais sensível e o sol pode comprometer os resultados.

✦ Minimizar atividades intensas: atividades físicas intensas, como musculação ou ciclismo, devem ser pausadas por cerca de 24 a 48 horas após o procedimento.

✦ Hidratação: mantenha a pele bem hidratada. Uma pele hidratada ajuda na regeneração e otimiza os resultados do tratamento.

✦ Por último, mas não menos importante, siga todas as recomendações e orientações pós-procedimento do seu dermatologista. “Nós, especialistas, criamos estes protocolos pensando no seu bem-estar e nos melhores resultados possíveis. Assim, ao cuidar com carinho de sua pele após o tratamento, você está investindo na longevidade e eficácia dos resultados”.

Observação: Embora uma leve vermelhidão, inchaço ou sensibilidade no local da injeção seja normal, se você observar qualquer reação incomum, é sempre bom consultar o seu dermatologista.



Atenção, óculos de sol estilosos!

Você sabia que você precisa trocar de óculos a cada dois anos? Isso ocorre por causa do desgaste provocado pelos raios UV que enfraquece a proteção e perde a eficácia. Não perca tempo e venha agora trocar os seus óculos.

amootica

☎ 42 3035-4488 @amootica_gpva f amootica

☺ R. Cel. Saldanha, 2360 - Loja 02, Centro, Guarapuava - PR

Faça parte
do **dia a dia**
do seu **público**

REDETVPLAY.COM.BR

TV PLAY

Sua marca em todos os lugares.



Agora também em
PONTA GROSSA

Conheça todos os pontos
em nosso site, escaneie
o QRcode e veja:



TV PLAY

@redetvplay
42 3624 4550

UROLOGIA - ATUALIDADES

Por Marcelo de
Campos Lima

(CRM 18475 PR
RQE 13291
RQE 13425)

A urologia, enquanto especialidade médica, passa por uma grande transformação tecnológica no sentido de oferecer aos pacientes a possibilidade de tratamentos cada vez menos invasivos. A exemplo disto está o tratamento dos cálculos renais, onde atualmente não é frequente as cirurgias com cortes e, o desenvolvimento de endoscópios cada vez mais finos e eficientes permite cirurgias minimamente invasivas.

Hoje, boa parte dos cálculos renais podem ser tratados com cirurgias sem qualquer corte, onde o equipamento é inserido pela uretra, bexiga e acima até o rim, onde então a pedra é localizada e fragmentada com auxílio de um equipamento a laser.

Outrora procedimentos realizados somente em grandes centros pela escassez e alto custo dos equipamentos, agora temos a possibilidade deste tipo de tratamento também na nossa realidade em Guarapuava. Portanto, é oferecido um tratamento eficiente, seguro e com recuperação pós operatória bastante mais tranquila aos pacientes. Por óbvio a avaliação deve ser individualizada e o profissional médico vai sugerir a melhor escolha terapêutica para cada caso individual, explicando também sobre as particularidades e riscos envolvidos.

No campo das disfunções miccionais, tais quais incontinência urinária, obstruções ao jato da urina, quero comentar sobre a avaliação com o exame chamado Estudo Urodinâmico, uma ferramenta pouco conhecida pelas pessoas e que fornece informações preciosas na elucidação destas condições, melhorando a compreensão, diagnóstico e orientando tratamentos mais assertivos.

É um exame realizado no consultório ou clínica do profissional médico, em que simulamos todo o processo de enchimento e esvaziamento da bexiga, inclusive estimulando situações que simulam sintomas de perda urinária como a tosse. Para tanto é necessário a inserção de uma sonda na bexiga e outra sonda no reto, para ligação ao aparelho que fornece informações gráficas por registro de pressão. Desconfortável na medida em que a pessoa fica exposta, porém é indolor e com duração aproximada de 30 minutos.

Temos também previsões de aprimoramentos ao tratamento cirúrgico das doenças prostáticas, com equipamentos



Dr. Marcelo de Campos Lima - Urologista (CRM 18475 PR)

que permitem o tratamento endoscópico de próstatas bastante inchadas, o que anteriormente era possível somente com cirurgias abertas convencionais, melhorando o pós operatório, que torna-se mais rápido, com internações mais curtas e menos tempo do uso da sonda na bexiga.

Por fim, recorro as áreas de atuação da Urologia, para avaliação e tratamento das doenças, dor nos rins, ureteres, bexiga e genitália masculina. As situações mais comuns incluem, cálculos renais, infecções urinárias e doenças de transmissão sexual, incontinência urinária, doenças da próstata, tumores urológicos e alterações da genitália masculina como fimose e doenças do escroto, orientações para casais com desejo de concepção definitiva por meio de vasectomia.



**Consultório
de Urologia**

Rins
Bexiga
Próstata
Genitais

Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia

Dr. Marcelo de Campos Lima
CRM-PR 18475

Fone: (42) 3623-0406

COMO MONTAR UMA LANCHEIRA SAUDÁVEL PARA O SEU FILHO

Dicas fáceis e práticas para você

Quem possui crianças em casa sabe que uma das dificuldades no cotidiano escolar é a preparação de lancheiras de uma forma que una sabor, praticidade e alimentação saudável. Com a correria tão comum do dia a dia e horários apertados, basear a alimentação dos filhos em produtos industrializados e altamente processados parece ser a opção mais fácil.

“Mas, ao fazer isso, a alimentação das crianças acaba não possuindo diversas vitaminas, fibras e proteínas que são importantes para o desenvolvimento do pequeno e para evitar doenças durante a vida adulta, como diabetes e hipertensão”, afirma a nutricionista Jéssica Antunes (CRN8-11667).

Felizmente, existem diversas receitas caseiras que unem praticidade no preparo, sabor e os nutrientes necessários para que você possa montar uma lancheira que fará a alegria de qualquer criança.

O que uma lancheira deve ter?

De acordo com a nutricionista, a lancheira dos pequenos deve ter um líquido: água, chá ou suco, se possível sem açúcar; uma fonte de proteínas: queijo, requeijão ou iogurte; uma fruta ou legume, principalmente que podem ser consumidos com casca ou que ela possa ser removida facilmente; e uma fonte de energia para que a criança possa brincar e focar nas atividades da escola, então carboidratos como pães integrais, bolos ou bolachas sem recheio, é importante não exagerar na quantidade.

Pensando na praticidade e também oferecer os nutrientes suficientes às crianças, a Jéssica trouxe algumas receitas fáceis e que podem ser preparadas para a semana.





IOGURTE DE MORANGO (SEM AÇÚCAR)

Ingredientes:

- + 1 pote de iogurte natural integral;
- + 10 morangos (preferência por frutas orgânicas);
- + 1 banana madura ou 1 colher de uva passa (para adoçar).

Modo de preparo:

Junte os ingredientes e bata no liquidificador. Coloque por 30 minutos na geladeira e está pronto para servir.

BOLINHO DE COCO (SEM AÇÚCAR/SEM LACTOSE)

- + 2 Ovos (preferencialmente caipiras e orgânicos);
- + 150g de coco ralado (preferencialmente fresco);
- + 1 colher de sopa de óleo de coco;
- + 1 colher de chá de fermento químico;
- + 1 banana (para ficar mais, mas não é obrigatório).

Modo de preparo:

Misturar todos os ingredientes e assar em forno pré aquecido por mais ou menos 30 minutinhos. Observe quando os bolinhos crescerem ou quando ficarem douradinhos.

PÃO DE MANDIOQUINHA (SEM GLÚTEN)

Ingredientes:

- + 1 mandioquinha cozida e espremida;
- + 3 colheres de sopa de polvilho azedo;
- + 4 colheres de sopa de polvilho doce;
- + 1 colher de sopa de chia (opcional);
- + 2 colheres de sopa de azeite de oliva;
- + 1 colher de chá de sal;
- + 1/3 de xícara de água morna.

Modo de preparo:

Misture todos os ingredientes com as mãos e molde em formato de bolinhas. Asse em forno pré aquecido por aproximadamente 30 minutos. Pode ser congelado cru e assar quando necessário.



COOKIE COM CHOCOLATE

Ingredientes:

- + 1 ovo;
- + 2 colheres de sopa de adoçante culinário xylitol ou pode substituir por açúcar de coco ou açúcar mascavo;
- + 4 colheres de sopa cheia de farinha de aveia;
- + 1 colher de chá de extrato de baunilha;
- + 1 colher de chá de fermento para bolo;
- + Gotas de chocolate 70% cacau.

Modo de preparo:

Misture bem todos os ingredientes, modele com as mãos untadas de óleo, unte uma assadeira ou forre com papel manteiga e leve para assar em forno pré aquecido a 180 graus por 20 minutos.

BOLO NUTRITIVO

Ingredientes:

- + 2 ovos;
- + 1 ½ xícara de chá de beterraba;
- + 1 xícara de chá de cenoura;
- + 2 laranjas;
- + ¾ de xícara de óleo;
- + 1 ½ xícara de açúcar demerara;
- + 3 xícaras de chá de farinha de trigo;
- + 1 colher de sopa de fermento em pó.

Modo de preparo:

Bata no liquidificador os ovos, a beterraba, a cenoura, as laranjas sem casca e sem sementes e o óleo. Adicione os ingredientes secos e misture bem. Despeje em uma assadeira untada e enfarinhada, leve para assar em forno médio pré-aquecido e fique de olho espetando com um palito ou garfo até eles saírem secos.

Diversão na cozinha!

"Aproveite também e inclua as crianças no preparo de alguns pratos mais simples. Além dela se divertir enquanto aprende sobre o valor dos alimentos naturais, esse momento de integração familiar pode ser importante tanto para os pais quanto para os filhos", comenta Jéssica.



TRANSFORMANDO SORRISOS

Laboratório de Prótese Odontológica Klososki

O sorriso é uma das formas mais poderosas de expressão humana. Com um compromisso inabalável, com a excelência e inovação, nos destacamos no mundo das próteses dentárias. O segredo por trás dessa transformação reside na combinação de experiências e tecnologias de ponta.

A equipe altamente avançada do Laboratório Klososki aplica meticulosamente seu conhecimento e habilidade para criar próteses que se encaixem perfeitamente e pareçam totalmente naturais.



R. Xavier da Silva, 991 – Centro,
Guarapuava – PR | (42) 9 9807-7567

@laboratorioklososki | proteseklososki





Ainda mais tecnologia para a odontologia de Guarapuava.



Hospital do Dente mostra um novo conceito em atendimento, com tratamento completo em um único lugar.



Gustavo Gonssatto
Gestor

Marina Menegotto
Responsável Técnica

Qualidade, conforto e segurança são os principais diferenciais que você encontra nos serviços do Hospital do Dente de Guarapuava. É muito mais que uma clínica odontológica, a rede OdontoTop cuida das pessoas. Por isso, investe em equipamentos e infraestrutura para que os pacientes tenham acesso a todos os tratamentos dentários em um único lugar.

A experiência de quem frequenta o Hospital do Dente de Guarapuava é bem diferente. Não existe mais aquela história de ficar se deslocando entre o consultório odontológico e clínicas de raio-x, por exemplo, para fazer um tratamento.

“Aqui o paciente faz os exames e os procedimentos no mesmo lugar. Investimos em tecnologia para proporcionar mais qualidade, segurança e agilidade”, diz o gestor da unidade Gustavo Gonssatto.



OdontoTop Guarapuava investe em tecnologia e equipamentos de última geração.

No Hospital do Dente de Guarapuava, estão disponíveis os melhores equipamentos para a realização de exames de imagem, como o raio-x panorâmico, tomógrafo, além de sedação consciente para pacientes que possuem medo de realizar o tratamento odontológico. A unidade também possui estrutura completa para implantes, procedimentos cirúrgicos e salas de pré e pós operatório.

O nome Hospital do Dente existe justamente porque para a rede OdontoTop o atendimento tem que ser completo. “É muito mais que fazer um exame ou procedimento. Aqui os profissionais cuidam da autoestima das pessoas através da alegria de um belo sorriso”, destaca a responsável técnica Marina Menegotto (CRO/PR 30.101).

Na unidade de Guarapuava, estão disponíveis serviços nas áreas de odontopediatria, estética, dentística, endodontia, periodontia, prótese, cirurgia, ortodontia, radiologia, implantodontia e harmonização orofacial.



Nesses 3 anos de Hospital do Dente em Guarapuava, já foi possível mostrar as vantagens de oferecer um tratamento dentário completo. “Nossos profissionais estão em aperfeiçoamento constante para trazer o que há de mais moderno e eficiente em tratamentos dentários. Já devolvemos a alegria a muitos pacientes”, afirma Marina. Os resultados dessa preocupação com a segurança e com o conforto das pessoas são um atendimento de qualidade, uma recuperação mais rápida e um sorriso perfeito.

Realize seu sonho de conquistar um sorriso perfeito, em um ambiente completo, com muita segurança e agilidade para o seu tratamento. O Hospital do Dente está localizado na Rua XV de Novembro, 7636, sala B, bem no centro de Guarapuava/PR. **As portas estão abertas das 8h às 20h, sem fechar ao meio-dia, com atendimento por ordem de chegada. Você pode entrar em contato pelo telefone whatsapp (42) 98886-2648.**

MULHERES SERÃO MAIORIA NA MEDICINA A PARTIR DO PRÓXIMO ANO

Estudo aponta que em 2035 teremos mais de um milhão de médicos no Brasil

No mês de outubro celebramos o Dia dos Médicos. Pensando nisso, focamos em uma pesquisa divulgada pela Demografia Médica no Brasil neste ano. Ela revelou que o número de médicas aumentará em 118% a partir de agora até 2035, sendo a maioria na área.

Os dados são reflexo do que já vinha acontecendo nos últimos anos, em que o índice de mulheres na medicina dobrou entre 2009 e 2022, saltando de 133 mil para 260 mil médicas.

“Eu acredito ser um marco muito positivo, a mulher tem uma grande capacidade de relacionamento interpessoal e com certeza traz mais acolhimento e humanização na prática médica”, afirma a Dra. Anelise Virmond, médica ginecologista e obstetra (CRM PR 26887 RQE N°: 2718).

Sobre isso, a Dra. Anelise Virmond destaca que este fato serve de exemplo para que inspire cada vez mais as jovens. “As muitas mulheres que vem se destacando na carreira servindo também como espelho para a nova geração. O maior acesso à internet mostrando mulheres realizadas com as suas carreiras e conseguindo equilibrar tudo com a vida pessoal também é um grande colaborador”.

Para a médica, o aumento de mulheres nos hospitais e equipes de saúde terá impactos muito positivos, por serem disciplinadas e perfeccionistas. “Para mim, as mulheres são ótimas líderes, pois tendem a escutar mais, têm maior capacidade de acolher os colaboradores e manter a equipe engajada, além da grande capacidade de serem multitarefas”, afirma a Dra. Anelise.

A Dra. Anelise ainda sublinha que as mulheres têm grande capacidade de prover um ambiente harmônico



Dra. Anelise Virmond - Ginecologista obstetra - CRM PR 26887 RQE N°: 2718

em que todos trabalhem felizes com certeza traz melhores resultados. São profissionais muito comprometidas, focadas e com grande interesse na experiência e humanização do atendi-

mento do paciente. E Entender que o papel central de qualquer atendimento na saúde deve ser focado no indivíduo e não na doença é a melhor receita para um atendimento de qualidade.



Dra. Mariana Saciloto - Pneumologista infantil e alergologista - CRM 19301 PR - RQE 13353

Mulheres na liderança

“Eu acho que cada vez mais as mulheres vão tomar esses postos de cargos de liderança. Cada vez mais elas vão se fazer presente na maioria das profissões que antes eram ocupadas só pelos homens”, completa a Dra Mariana Saciloto, pneumologista infantil e alergologista (CRM 19301 PR - RQE 13353).

“É um marco importante, porque mostra a evolução das mulheres na profissão médica e a luta delas em geral”, diz a Dra Mariana Saciloto. “Na época que eu me formei, em 2001, os homens ainda eram maioria tanto na faculdade quanto nas especialidades. Então para mim isso é maravilhoso, é um curso que sempre foi tido como um curso difícil, que tem vários desafios”.

No entanto, existem desafios e obstáculos apesar das conquistas. A Dra Mariana Saciloto diz que o reconhecimento é um deles. “O desafio maior é ser reconhecido. Eu acho que as mulheres são muito qualificadas. E acredito que o desafio é continuar a mostrar que nós somos capazes e competentes. A medicina é um excelente campo profissional, e independe do sexo”.

Ela ainda diz que as mulheres podem estudar qualquer coisa, se especializar em qualquer especialidade médica, por exemplo. Basta ser incentivada. “Eu sempre fui incentivada desde criança a estudar, eu acho que é importante incentivar a mulher a fazer o que ela gosta. Então é importante incentivar as meninas, as mulheres a trabalharem no que gostam”, finaliza a Dra Mariana.



Dra. Mariana Saciloto

ALERGOLOGIA - PNEUMOPEDIATRIA

☎ 42 98801-7091 ☎ 42 3622-1510 @dramarianapneumosaciloto f Mariana Saciloto
📍 Rua Capitão Rocha, 2334, Guarapuava-PR

+ SAÚDE

PET



O QUE FAZER SE A SUA CACHORRINHA ESTÁ GRÁVIDA?

Confira cuidados essenciais para a situação



Se você não castrou a sua cachorrinha, corre sim o risco de que ela fique grávida. De acordo com a médica veterinária Fernanda Ferro Triaca (CRMV 19805 PR), a castração não só previne a gravidez como também infecções uterinas. “Estudos mostram que cadelas castradas possuem um índice menor de tumores mamários, aproveitando que estamos no Outubro Rosa, 90% das cadelas com tumor de mama que são atendidas aqui na clínica Vetvitta não são castradas”, conta Fernanda.

Mas aconteceu, a sua cadela não é castrada e em algum momento acabou engravidando, o que fazer? Nós trouxemos, junto com a Dra. Fernanda, alguns cuidados essenciais que uma cadelinha gestante deve ter.

Assim como os humanos, a cachorrinha grávida precisa ter um acompanhamento veterinário tanto para zelar com a saúde dela e dos filhotes. “Acompanhamento veterinário e ultrassom gestacional são de grande importância para monitorar a saúde da mãe e dos filhotes. Deve manter a atividade física, porém deve ser moderada, passeios curtos e brincadeiras leves. E também sempre proporcionar um ambiente tranquilo para a fêmea, principalmente perto do período de nascimento dos filhotes, orienta Fernanda.

Alimentação antes e depois do parto

“Cadelas gestantes necessitam de alguns cuidados especiais como alimentação balanceada rica em nutrientes especialmente no último trimestre de gestação, podendo ser trocada a ração da cadela para uma ração específica de filhotes”, explica a médica veterinária. “A porção deve ser menor de alimento, porém em mais vezes ao dia. Água fresca e sempre disponível!”

Depois de dar à luz, é muito importante cuidar da alimentação da mãe, fornecendo uma dieta de alta qualidade e nutritiva, como diz Fernanda. Também é necessário o acesso à água fresca, porque ela está produzindo leite. Vale lembrar que o ambiente precisa ser sempre calmo e confortável. Em relação aos filhotes, monitorar se a mãe está amamentando e se eles estão conseguindo urinar e defecar. E cuidar da temperatura corpórea.

Como saber quando a minha cachorrinha vai ter filhotes?

O momento do parto é uma preocupação aos tutores, mas Fernanda explica que elas dão alguns sinais de que o momento está próximo. “Pode aumentar a temperatura corpórea, ela inicia o processo de ‘ninho’, em que a cadela procura um local para dar à luz (cava buracos ou procura um local calmo). Muitas vezes perde o apetite e fica inquieta. Presença de secreção vaginal e produção de leite”, finaliza.

Venha conhecer nossas agências

e tomar um café com a gente!



Se torne um associado!

Faça parte da primeira instituição
financeira cooperativa do Brasil.



18 de outubro
dia do médico

13 de outubro
dia do fisioterapeuta

25 de outubro
dia do dentista

Você é
inspiração

Sua dedicação à saúde contribui para construirmos
juntos o caminho para uma sociedade mais saudável e
próspera para todos. **Conte com o Sicredi nessa missão.**

Abra sua
conta com
a gente



Um atendimento próximo
que oferece mais de
300 soluções financeiras.



Terapia Quântica faz bem para o corpo, mente e espírito!

A saúde emocional é absolutamente essencial para a cura da sua saúde física



Cleuza Meira | Psicopedagoga, Terapeuta Quântica, Esteticista

A Terapia Quântica é baseada em informações sobre alteração de células corporais através do pensamento. É a mente na busca de uma saúde integral, a qual corresponde a tudo que nos forma e afeta - ou seja, os campos energético, físico e emocional. Tudo o que pensamos, seja bom ou ruim, é enviado no formato de ondas por todo o campo quântico até o infinito. As nossas ideias podem afetar diretamente a nossa saúde e bem-estar.

Nesse sentido é que atua a terapia quântica. A técnica serve para liberar sensações e ideias negativas. Assim, reduz as chances de ficar doente, já que esse problema costuma surgir quando o organismo está carregado de energias prejudiciais.

Toda energia tem uma vibração e esta vibração cria o mundo material, portanto nossos corpos e todo o restante ao nosso redor foram e continuam sendo criados através das nos-

sas mentes coletivas, assim sendo, pensamento, sentimento e emoção são vibrações que criam um impacto sobre a matéria em que são projetados, por esta razão precisamos tomar cuidado com o que pensamos e sentimos!

Da mesma forma, se você deseja um corpo saudável, uma mente equilibrada e uma vida emocional plena precisa mudar algumas atitudes, crenças e comportamentos que são contrários a esta condição de bem-estar que deseja para si mesmo.

O que é toque Quântico com a técnica EFT?

A EFT (Técnicas de Libertação Emocional) é uma ferramenta revolucionária, capaz de ajudar a curar diversas questões de ordem emocional, física e psicológica.

A técnica é também conhecida como "acupuntura sem agulhas" pois funciona utilizando os mesmos meridianos de energia. Através de toques feitos com as pontas dos dedos, ela ajuda a desbloquear a energia e a tratar diferentes problemas.

Quer saber como a EFT pode ajudar na sua vida?

A ansiedade é um dos principais pontos em que a EFT atua. Ela ajuda a atenuar seus efeitos, identificando os bloqueios que interferem na sua cura agindo para a resolução do problema.

Quais os benefícios da terapia quântica?

- Desenvolvimento da autoconfiança e autoestima;
- Redução do estresse e da ansiedade;
- Melhora do sono;
- Aumento da disposição;
- Diminuição de dores e outros desconfortos corporais;
- Auxilia no emagrecimento e muito mais!

A Terapia pode ser feita em crianças e adultos.

Cleuza Meira associa em suas terapias florais quânticas (Essências Vibracionais). As essências Florais estão sendo cada vez mais utilizadas no mundo todo, por pessoas que buscam seu bem-estar físico e equilíbrio emocional.



- @clinica.beladforma
- @cleuzameira_dermoestetica
- 042 99908 9208
- 042 99117 1683
- Rua Padre Chagas, 4358 em frente ao Parque do Lago. Guarapuava, Paraná

VOCÊ SABE O QUE UMA DOULA FAZ? E O PAPEL DELA NO PARTO HUMANIZADO?

Por Flávia Pontes, enfermeira obstétrica e doula

A categoria doula foi utilizada pela primeira vez na década de 1970. A palavra doula vem do grego e significa "mulher que serve", sendo hoje utilizada para referir-se à mulher com ou sem experiência técnica na área da saúde, que orienta e assiste à nova mãe no parto e nos cuidados com bebê.

Seu papel é oferecer conforto, encorajamento, tranquilidade, suporte emocional, físico e informativo durante o período. Historicamente foi inserida no contexto do parto ao prestar constante suporte à gestante durante o pré-natal, parto e pós-parto (PPP), contribuindo significativamente para a diminuição do tempo do trabalho de parto, ansiedade e promovendo o melhor controle da dor.

Em Janeiro de 2013, as doulas passaram a ser reconhecidas oficialmente pelo Ministério do Trabalho. A Lei 21053/2022, permite a presença de doulas em maternidades, casas de parto e estabelecimentos hospitalares congêneres da rede pública e privada do Paraná, sem ônus ou vínculos empregatícios com estes estabelecimentos. A atuação da doula durante o parto é reconhecida e estimulada pelo Ministério da Saúde e pela OMS. Estudos mostram que a presença delas ajuda a diminuir em 50% os índices de cesáreas, 25% a duração do trabalho de parto, 60% os pedidos de analgesia peridural.

O que a doula faz?

Quando as mulheres procuram apoio, para além da preocupação sobre a sua saúde e a do seu filho(a), estão em busca de uma compreensão mais ampla e abrangente. O momento da gravidez e do parto, em particular, é único na vida e impregnado de fortes emoções e pode deixar marcas positivas ou negativas. Entretanto, a assistência prestada às mulheres nem sempre promove boas memórias. Vêm-se práticas traumáticas, já que o parto é ainda compreendido como um processo penoso, doloroso e, comumente, carregado de intervenções e punição.

Por isso, a doula oferece medidas de conforto físico através de massagens, relaxamentos, técnicas de respiração, banhos e

sugestão de posições e movimentações que auxiliem o progresso do trabalho de parto e diminuição da dor e desconforto. Antes do parto orienta o casal sobre o que esperar do parto e pós-parto. Explica os procedimentos comuns, termos médicos e os procedimentos hospitalares e ajuda a mulher a se preparar física e emocionalmente para o grande dia. Também atua como uma ponte de comunicação entre a mulher, sua família e a equipe de atendimento, fazendo os contatos que a mamãe deseja. É importante deixar claro que a doula se faz importante até mesmo num parto cesárea, no qual continua dando apoio e conforto. Associamos os exercícios com técnicas de relaxamento como aromaterapia, musicoterapia, dança, acupuntura e sempre mantendo uma abordagem carinhosa. Durante o pós-parto, auxiliamos a mãe no seu contato com o recém-nascido e com a amamentação.

Também é importante frisar que a doula não realiza qualquer procedimento médico ou clínico como aferir pressão, toques vaginais, monitoração de batimentos cardíacos fetais ou administração de



Flávia Pontes - Enfermeira Obstétrica e Doula

medicamentos. Não é sua função discutir procedimentos com a equipe ou questionar decisões e não substitui qualquer dos profissionais da medicina e enfermagem.

É fundamental contratar uma doula assim que a gravidez é descoberta. Porém, pode ser contratada em qualquer período da gestação, mas o quanto antes melhor, pois precisa haver empatia entre ela e a gestante para que exista confiança e cumplicidade no momento do parto. Cada doula tem um jeito de trabalhar e você deve escolher a que melhor se adequa às suas necessidades.



Foto: Mariana Arboit



☎ 42 9995-1302
📍 @parteandoluz

Enfermeira Obstetra
Doula | Educadora Perinatal
Consultora de amamentação

VAMOS FALAR SOBRE CÂNCER DE MAMA?

A Dra Flávia Virmond, médica radiologista especialista em mama (CRM/PR 18458), da DiagSaúde traz informações essenciais sobre



Dra. Flávia Virmond - Médica Radiologista (CRM/PR 18458)

Embora tenhamos que falar sobre o câncer de mama durante todo o ano, é em outubro que as atenções e ações em prol se voltam para o combate e conscientização da doença. Para isso, a Dra Flávia Virmond trouxe informações que são super importantes que você saiba.

“Dentre os principais fatores de risco para o câncer de mama está o histórico familiar positivo”, começa a Dra Flávia. “Hoje em dia nós conseguimos fazer estudos / genéticos onde observamos nossas chances de ter câncer de mama e isso está muito relacionado com a questão familiar. Quando temos hereditariedade de parentes do primeiro grau com câncer, como mãe, irmãs ou filhas ou até pai, nossa chance aumenta significativamente”.

Ela também explica que existem hábitos de vida que também podem levar ao desenvolvimento do câncer de mama, como o uso do cigarro, de bebida alcoólica, de drogas, a vida sedentária, obesidade... “Outro fator que aumenta o risco do câncer de mama consiste na persistência do hormônio estrogênio por muito tempo no corpo. Quando uma mulher tem a sua primeira menstruação muito cedo e demora a entrar na menopausa, por exemplo” comenta a doutora.

Mitos em torno do câncer de mama

A Dra desmistificou também alguns mitos em relação ao câncer de mama como as afirmações de que o desodorante aerosol aumenta os riscos de desenvolver a doença. Muito se falou que o uso do desodorante aumentava o risco de câncer, notadamente na região do quadrante superior lateral.

“Isso não é verdade. A maioria dos tumores de fato acontece nessa região, mas não é por causa do desodorante e sim porque ali é a região da mama onde existe maior concentração de tecido mamário e obviamente onde haverá maior formação de nódulo e mais chance do câncer”.

“Outro mito é em relação ao uso de protetor de chumbo para a tireóide durante o exame de mamografia. Primeiro que a quantidade de radiação ionizante que a mulher recebe durante uma mamografia ao ano após os quarenta anos, e que é o recomendado pela OMS, é muito pequena. É menor do que viagens de avião, do que ficar na frente do micro-ondas, do celular, da televisão por exemplo”. Segundo a doutora, utilizar o colar protetor da tireóide atrapalha o exame, é desconfortável para a mulher e podemos acabar deixando de ver alguma lesão, pois o mesmo encobre uma parte da mama.

A Dra Flávia ainda faz um destaque da relação Câncer de mama e dor mamária. “Na maioria das vezes o câncer de mama é indolor, o nódulo vai aparecendo e crescendo e não causa dor. Os nódulos benignos mais comumente causam dor. É claro que existem as exceções, como alguns nódulos malignos como carcinoma inflamatório, que é uma lesão dolorosa e que causa uma inflamação. Mas a maioria é indolor”.

Por isso é tão importante tomar medidas preventivas, pois uma vez que o câncer é descoberto no estágio inicial, é muito mais fácil de ser tratado e curado. “As cirurgias mais precoces são cirurgias mais conservadoras, onde a mulher consegue permanecer com maior parte da mama. Quanto antes encontrado também o tumor não se espalha evitando a necessidade de fazer quimioterapia, imunoterapia e radioterapia. Então quanto antes a gente encontrar, o percentual de cura é muito maior”, explica a doutora.



Medidas preventivas

As medidas preventivas consistem em fazer exames. Exames periódicos para que se houver o aparecimento desse câncer, ele seja detectado o mais rápido possível. “A mamografia ainda é o exame mais utilizado e que tem melhor custo / benefício, ofertado pela DiagSaúde, buscando o melhor atendimento e sempre trazendo precisão nos resultados. A mamografia é realizada a partir dos quarenta anos para toda e qualquer mulher. Mulheres abaixo de quarenta anos e que tem alguma queixa do tipo dor na mama, nódulo palpável ou histórico familiar positivo devem realizar o exame de ultrassonografia mamária e esse exame também pode ser realizado uma vez ao ano ou quando surgirem os sintomas”.

Existe também a ressonância magnética que é um exame mais apurado e também ofertado pela DiagSaúde.

Levar uma vida saudável também é muito importante para a prevenção da doença: uma alimentação balanceada, prática de exercícios físicos e ingestão de líquidos são vitais para a boa saúde.

DIAGSaúde

DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

☎ 42 36232042 ☎ 42 984261945

🌐 www.diagsaude.com.br

📱 @diagsaude

CONEXÃO ROSA: CUIDADO E EMPODERAMENTO FEMININO

Juntas quebrando tabus e promovendo saúde às mulheres



Professora Schirlei Freder

As ações do Conexão Rosa neste mês de outubro estão iluminando vidas e espalhando conscientização sobre o câncer de mama. A organização está unindo a comunidade em uma jornada de saúde feminina. A programação do projeto contou com a Blitz com o IPEC e a Unicentro no Shopping Cidade dos Lagos, o aulão fitness "Movimente-se", palestras, atrações artísticas, depoimentos, exposição de fotos e muito mais.

Anne Loyse Proença Nascimento participou de algumas atividades do Conexão Rosa. "Gostaria de agradecer as organizadoras do Conexão Rosa pelas atividades que estão sendo realizadas. Com uma energia boa de tudo e de todos. E o melhor, a conscientização de que exercício físico previne doenças, inclusive o câncer de mama".

"Eu vi nascer o Conexão Rosa em 2019. Jamais imaginei passar pelo câncer de mama em 2020 e foi naquele outubro que a Pollyana me estendeu a mão, de forma tão generosa, me convidando a voltar para a vida. Nesse ano de 2023, reuni minhas forças para vir até Guarapuava para compartilhar minha história. Foram dias inesquecíveis conversando com pacientes, alunos, familiares, rede de apoio,

profissionais, empresários, com temas sobre a vida, prevenção, rede de apoio, amor-próprio, fé, esperança, gratidão", contou a professora Schirlei Freder que ministrou palestras e deu depoimentos no evento.

Jana Gomes Bonete sempre participa das ações. Para ela, o Conexão Rosa é muito mais que promover conscientização. "Falar sobre o Conexão Rosa é entender que a conexão entre todas nós mulheres se faz pela nossa força, pelo nosso apoio mútuo. Quando falamos de Conexão Rosa, estamos falando de fazer com que as mulheres tenham mais consciência sobre o seu corpo e realmente conhecer cada cantinho para entender que quaisquer alterações são dignas de investigação. Conexão Rosa é isso, é conectar mulheres para a essência feminina".



Má oclusão dentária em crianças, fique atento

A Dra Acácia Kaminski (cirurgiã dentista - CRO/PR 8947) explica sobre o assunto



Dra. Acácia Kaminski – Cirurgiã Dentista (CRO/PR 8947)

Você sabia que a má oclusão, ou seja, o desalinhamento dos dentes, pode ser identificada em crianças bem pequenas e tratadas ainda nesta fase? Evitando assim, muitas vezes, que se torne um tratamento de maior complexidade na idade adulta.

A criança é um ser em desenvolvimento e além da genética, alguns fatores ambientais podem interferir no crescimento adequado. Por exemplo: Hábitos, como uso de chupeta, sucção digital (chupar o dedo), uso prolongado de mamadeira, postura inadequada da língua, respiração bucal, podem estar associados a má oclusão nos pequenos.

Quando verificado algum desequilíbrio de desenvolvimento das arcadas dentárias, a utilização de recursos que visam restabelecer a normalidade está indicado. Sendo que as correções com o uso de aparelhos pode ser realizada assim que a criança tiver maturidade psicológica para aceitar o tratamento, o que acontece por volta dos 5-6 anos.

Na Ortopedia Funcional dos Maxilares, a especialidade em que atuamos, os aparelhos agem não só nas bases ósseas, mas também na musculatura envolvida no posicionamento dos dentes e maxilares. Vale lembrar, que existem outros recursos, em que nem sempre é com a utilização de aparelhos.

O atendimento infantil é muitas vezes multidisciplinar, envolvendo profissionais das áreas de fonoaudiologia, otorrinolaringologia, fisioterapia e pediatria. Visando sempre contribuir para a saúde infantil como um todo! Os pequenos agradecem!



Especialista em Odontopediatria, Ortopedia Funcional dos Maxilares e Ortodontia. Mestranda em Ortodontia.

@acaciakaminski ☎ 42 98401-5885

Josué Martins de Oliveira (CRO 5333)
Clínica Geral - Especialista em Endodontia

André Kaminski (CRO 34050)
Clínica Geral - Pós graduando em Ortodontia

CLÍNICA LUMIA: SEU CAMINHO PARA SAÚDE, BEM-ESTAR E BELEZA



Ana Flávia Rocha Chepluski – Fisioterapeuta (Crefito 234660-F)

Em busca de uma clínica que realmente se importa com sua saúde e bem-estar? Conheça a Clínica Lumia, o seu destino completo para cuidados de qualidade em estética, psicologia, nutrição e fonoaudiologia. Aqui, comprometimento e atendimento personalizado são o nosso lema.

Sobre a Clínica Lumia

Na Clínica Lumia, nosso compromisso é promover o bem-estar e a qualidade de vida dos nossos pacientes. Nossa equipe dedicada, liderada pela fisioterapeuta Ana Flávia Rocha Chepluski, oferece uma combinação de cuidado humano e conhecimento científico para proporcionar serviços excepcionais nas áreas de:

Estética Facial e Corporal

Rejuvenescimento;
Limpeza de pele;
Tratamento de manchas;
Cicatrizes de acne;
Redução de medidas;
Emagrecimento;
Tratamento de estrias;
Celulite.

Nossos tratamentos incluem técnicas avançadas, como microagulhamento, toxina botulínica, ledterapia, criofrequência facial, radiofrequência, carboxiterapia, ozonioterapia, criolipólise, ultrassom de alta potência e muito mais.

Nutrição

Nossa nutricionista auxilia você a adotar um estilo de vida saudável, com enfoque na inclusão equilibrada dos alimentos que lhe proporcionam prazer, sem restrições extremas. Queremos que a alimentação saudável seja um hábito duradouro, não uma dieta temporária.

Psicologia

Oferecemos terapia cognitiva comportamental para crianças e adolescentes, trabalhando em identificar e modificar pensamentos e comportamentos. Também oferecemos orientação parental, ajudando os pais a interagir de maneira mais assertiva com seus filhos.

Fonoaudiologia

Nosso atendimento em fonoaudiologia é especialmente voltado para o tratamento de problemas de linguagem e distúrbios da fala, com ênfase no Transtorno do Espectro do Autismo (TEA).

Crianças e Adolescentes

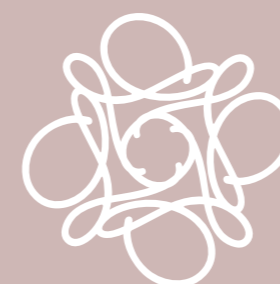
Na Clínica Lumia, cuidamos da saúde mental e do desenvolvimento de crianças e adolescentes. Oferecemos terapia cognitiva comportamental e orientação parental para ajudar as famílias a prosperar.

Nossa Missão

Na Lumia, nosso compromisso é oferecer atendimento de alta qualidade, personalizado para as necessidades individuais de cada paciente. Nossa missão é elevar continuamente os padrões de cuidado, fornecendo o melhor atendimento possível para todos que entram em nossa clínica.

Agende sua consulta na Clínica Lumia hoje e comece sua jornada em direção à saúde, bem-estar e beleza. Estamos aqui para cuidar de você, de dentro para fora!

Contate-nos agora e descubra como a Lumia pode fazer a diferença em sua vida. Seu caminho para uma vida mais saudável e feliz começa aqui.



LUMIA
Saúde e bem-estar

☎ 42 3035-1149

☎ 42 99123-1149

📧 @lumia.bemestar

📍 Rua Coronel Saldanha, 2288

VOCÊ SABE O QUE É LABIRINTITE E TONTURA NO LABIRINTO?

É preciso tomar cuidado em não generalizar qualquer tontura com a doença que é inclusive bem rara



Um termo muito usado erroneamente, o entendimento sobre a Labirintite se limita a qualquer tontura. Para não haver mais confusão, venha conosco saber do que se trata exatamente esta doença.

“Labirintite mesmo é uma doença infecciosa que afeta o labirinto, uma estrutura relacionada a audição e equilíbrio do corpo”, destaca a otorrinolaringologista, a Dra. Marília Camargo (CRM

32700 RQE 22419). “E hoje em dia, com a utilização de antibióticos, praticamente não existe mais, ou pelo menos não tão frequente”.

De acordo com a doutora, a Labirintite é relacionada a qualquer tipo de tontura, o que não é a realidade. “O que existe são inúmeros tipos de tontura do labirinto. Seus sintomas são as tonturas associadas a zumbido (tinnitus), náusea, mal-estar, vômito, perda de equilíbrio”.

Como tratamos?

“Tudo vai depender da causa e, conseqüentemente, dos sintomas, para entender essas causas.”, explica a otorrinolaringologista. “Cada tipo de tontura tem um tratamento, não é tudo igual. Por exemplo: se a pessoa tem tontura giratória, que dura poucos segundos, e que piora com a movimentação da cabeça, podemos estar diante de um tipo de tontura que chamamos de VPPB (Vertigem Postural Paroxística Benigna) ela é uma das mais comuns, pode estar associada a zumbido ou não.”

Ela também conta que dentro do labirinto temos os otólitos, como se fossem diminutos “cristais de cálcio”, que nos ajudam a trazer o equilíbrio. Quando giramos a cabeça para um lado eles “acompanham” e nos estabilizam, mas eles podem sair e acabam ficando no lugar errado, causando a tontura. “Então o tratamento para esse tipo é reposicionamento dos cristais, que podem ser por meio de manobras de reposicionamento”, salienta.

“Mas também existem outros tipos: Síndrome de Menière, ansiedade causando ou piorando uma tontura, Migrânea Vestibular, Neurite Vestibular, Tonturas de origem Central, Cardiovascular (como hipertensão), etc”, exemplifica a doutora.

Como as pessoas podem evitar crises de tontura?

“Evitando os fatores causais dela, que tudo vai depender mais uma vez da causa. Por exemplo, uma Migrânea Vestibular, que é a tontura associada a enxaqueca, evitando alguns alimentos como cafeína, embutidos, condimentos, especialmente os industrializados com glutamato monossódico”.

Entretanto, no geral, hábitos saudáveis que já evitam outras doenças e trazem o bem-estar também podem ser aplicados com relação à Labirintite como:

- + Dormir bem;
- + Evitar jejum prolongado;
- + Hidratação adequada.

MANOBRAS DE EPLEY

Uma das manobras para reposicionamento dos “cristais de cálcio” e aliviar a tontura, já que é uma das suas principais causas.

“Primeiro fazemos o diagnóstico para ter certeza de que é VPPB (Vertigem Postural Paroxística Benigna). Depois por meio de uma manobra (Dix- Hallpike) podemos fazer o diagnóstico de qual é o canal ‘afetado’. Se for em um dos laterais, podemos reposicionar por meio da manobra de Epley”.

A doutora afirma que para quem tem esse tipo de tontura, após uma manobra normalmente o paciente já tem uma melhora significativa. Por isso ela diz que é muito importante não generalizar os tipos de tontura e ir ao médico para saber o que a está causando. “Já vi pacientes utilizando medicações e na realidade possuíam VPPB e em uma só manobra melhoraram, como também já vi pacientes fazendo fisioterapia vestibular há muito tempo e sem melhora, pois não possuem o diagnóstico correto da sua tontura”, finaliza.

Proteja o seu bem mais precioso. Cuide do seu coração.



Dra. Amélia Cristina Araújo

CLINICA DE CARDIOLOGIA & ECOCARDIOGRAFIA
CRM-PR 22835 RQE 26128

☎ 42 3035-6561 ☎ 42 3627-4001

📍 Rua Pedro Alves, 1435, Centro, Guarapuava-PR

+ SAÚDE

PARA QUEM TEM POUCO TEMPO

CCJ do Senado traz pauta sobre comercialização de plasma sanguíneo

Neste mês de outubro, a Comissão de Constituição de Justiça (CCJ) do Senado pautou uma proposta de emenda que permite a comercialização de plasma sanguíneo. Dessa maneira, o texto que está sendo analisado abriria espaço para uma compensação financeira aos doadores e permitiria que empresas privadas pudessem produzir e comercializar hemoderivados.

O plasma é a parte líquida do sangue, correspondendo a 55% do seu volume. Com ele, as indústrias farmacêuticas podem separar fatores e insumos para o tratamento de doenças. O plasma pode ser compartilhado por meio de transfusão de sangue diretamente, ou a partir da sua transformação em medicamento.



Projeto com fentanil pode evitar uma epidemia semelhante à dos EUA no Brasil

O Projeto Baco, Unicamp, coleta amostras de saliva de voluntários em festas e festivais pelo Brasil, analisa o material em laboratório e identifica que tipos de drogas foram utilizadas.

Dessa forma, esse mapeamento poderá identificar o fentanil e ainda evitar que ocorra uma epidemia da substância como está acontecendo nos Estados Unidos e preocupando muito as autoridades.

Com o projeto será possível detectar quando o fentanil começa a ser utilizado em eventos e as autoridades de saúde e segurança poderão agir com antecedência e criar políticas públicas de combate.



Molécula capaz de combater superbactérias é descoberta por pesquisadores do Butantan

Na fase pré-clínica, a molécula batizada de Dordelina eliminou bactérias que causam infecções gastrointestinais e pulmonares, consideradas microrganismos multirresistentes. Além disso, a Dordelina se mostrou resistente contra o fungo que causa a candidíase.

Para os pesquisadores envolvidos na descoberta, a molécula pode ser utilizada para o desenvolvimento de medicamentos e na indústria alimentícia evitando contaminações e tratar animais infectados.



Educação Infantil e Ensino Fundamental

Há 25 anos apaixonados pela educação.

PROGRAMA BILÍNGUE
SEMI-INTEGRAL
ROBÓTICA E MAKER EDUCACIONAL
CLUBE DE ALFABETIZAÇÃO

NOVIDADE
TURMAS DE 1 A 3 ANOS MATUTINO
CLUBE DE INOVAÇÃO



Nossos parceiros:

OPEE EDUCAÇÃO
projeto de vida com atitude

zoom
Education for life

StandFor Evolution

Google Workspace for Education

www.escolasantateresinha.com



**NA GRÁFICA
POSITIVA, RAPIDEZ
E QUALIDADE SE
UNEM PARA CRIAR
IMPRESSÕES
INCRÍVEIS.**

Positiva

Gráfica de Profissionais

📍 @graficapositiva | 📞 45 3036 1122

BRANDING

Como a sua marca se faz presente diariamente?

Ela tem uma imagem positiva e é reconhecida facilmente pelos consumidores?

Esse é o objetivo do branding, estabelecer uma conexão emocional construindo a confiança da marca com o público.





ABA-Neuro

**Intervenção Comportamental e
Neuropsicopedagogia Clínica**

12 de outubro

DIA DAS CRIANÇAS

Celebramos este momento valorizando cada sorriso e promovendo cuidado especializado na promoção de autonomia, bem-estar e felicidade.

ANDERSON GARCEZ FACCI

Diretor Clínico e Responsável Técnico

Psicólogo e Neuropsicopedagogo (CRP-08/30064)

Especialista em Intervenção ABA para TEA e DI

Intervenção Precoce para Crianças com TEA

WhatsApp: 42 9 9930 9512

EUCARIS A. S. SKOROBOKATEI

Psicoterapeuta Analítico-Comportamental

Psicóloga Clínica (CRP-08/31745)

Especialista em Intervenção ABA para TEA e DI

Intervenção para Adolescentes com TEA

WhatsApp: 42 9 8874 2680