

Revista **+SAÚDE**

TRAIT
Odontologia e Estética

**JOSIANE GAVLIK
ZADONAI CONTA
ALÉM DA ROTINA
ODONTOLÓGICA NA
TRAIT ODONTOLOGIA
PÁG. 6**



FACE DOCTOR

REJUVENESCIMENTO FACIAL E CORPORAL



DRA. ELIANA PIRES FAZ ALERTA SOBRE A RETINOPATIA DIABÉTICA

Dia 14/11 é comemorado o Dia Mundial do Diabetes. A data tem como objetivo conscientizar a população sobre a doença, estimulando a prevenção. Contudo, a Campanha Mundial do Novembro Azul Diabetes ocorre durante o mês de novembro e tem como objetivo levar informações úteis para toda a população sobre a doença e estimular o autocuidado. Por isso, a Dra. Eliana Pires (CRM: 13614 / RQE: 6128) traz alertas e informações sobre a doença, pois cerca de 140 mil brasileiros por ano são afetados pela doença. Portanto, é essencial que, ao descobrir o diabetes, o paciente faça uma consulta com a oftalmologia, pois sua visão pode ser afetada pela doença, causando problemas como a retinopatia diabética, o edema macular diabético, e até o glaucoma e a catarata. Dentre essas doenças oculares, a retinopatia diabética é a principal, afetando os pequenos vasos da retina, estrutura do olho responsável pela formação e envio das imagens ao cérebro. O surgimento dessa patologia está relacionado ao tempo de duração do diabetes e ao descontrole da glicemia.

Inicialmente a retinopatia diabética não leva ao aparecimento de sinais ou sintomas, sendo normalmente diagnosticada quando os vasos sanguíneos já se encontram lesionados, podendo haver o surgimento de: pontos ou manchas pretas na visão, incomodando o paciente, visão embaçada, alteração no grau de óculos, visão que altera periodicamente, indo de borrada para clara e de clara para borrada, visão noturna prejudicada, devido às manchas escuras que flutuam na visão, perda progressiva da visão periférica.

O tratamento é a partir do estágio que a doença se encontra e procura retardar a sua progressão a fim de propiciar maior qualidade de vida ao paciente. Nos estágios iniciais, a Oftalmologia orienta sobre a importância de diminuir os níveis glicêmicos do paciente com a Endocrinologia e manter segmento periódico a cada 6 meses com a Oftalmologia. Já nos casos mais graves é recomendado uma injeção intravítrea (dentro do olho), procedimentos a laser ou cirurgia, contudo, quando antes iniciar os cuidados com relação ao globo ocular, melhor os resultados de bons prognósticos para a visão.

Anote algumas dicas:

- Um ponto de destaque é a importância do controle glicêmico para retardar o aparecimento do problema ou diminuir sua gravidade;
- Pessoas diabéticas são mais propensas a ter hipertensão arterial e, por isso, devem manter a pressão controlada para não agravar a retinopatia diabética.
- É fundamental a consulta oftalmológica regularmente, pois somente a oftalmologia poderá identificar a doença Retinopatia Diabética, Glaucoma e Catarata mesmo antes do paciente perceber os sintomas.



Centro Oftalmológico
de Guarapuava™

Dr^a Eliana Pires CRM 13614

f oftalmoguarapuava @oftalmoguarapuava

☎ 42 3623 1771 ☎ 42 99913 1771 ♦ R. Coronel Saldanha, 2351

TUDO O QUE VOCÊ PROCURA EM PROCEDIMENTOS ESTÉTICOS

Os procedimentos ofertados pela Face Doctor, juntamente com a Trait Odontologia, são todos que estão mais em alta no mercado da harmonização orofacial e corporal.

- + Toxina botulínica;
- + Preenchedores com Ácido Hialurônico;
- + Bioestimuladores;
- + Fios de PDO;
- + Microagulhamento;
- + Peeling;
- + Peeling de Fenol;
- + Enzimas de gorduras corporais;
- + Tratamento para celulite;
- + Flacidez corporal.

Além dos aparelhos mais atualizados no mercado como o Lavieen que tem a intenção no tratamento de manchas e o Endolift um excelente tratamento para gordura e flacidez.

Segundo a empresária, Josiane Gavlik Zandonai, os tratamentos que mais fazem sucesso na Face Doctor são os que tratam a flacidez facial, como os bioestimuladores, fios de PDO e o aparelho Endolift, têm como a intenção de tratamento profundo contra flacidez, melhora significativa na textura e qualidade da pele na indução de produção de colágeno do próprio organismo.

Isso é resultado dos esforços da Face Doctor em desenvolver a autoestima de forma individualizada de cada paciente, sempre respeitando sua anatomia e trazendo muita segurança e satisfação durante o tratamento. Além de demonstrar o carinho que a equipe tem de desenvolver a autoconfiança de forma sutil, responsável e respeitando sempre cada paciente e trazendo para uma experiência única durante sua jornada da beleza.



JOSIANE GAVLIK ZANDONAI (PR-CD-18867)

Cirurgiã dentista. Especialista em implantes dentários e pós-graduada em estética dental, harmonização facial e prótese dentária.



ALINE LOURES VAZ

CRO/PR 31736

Graduada em odontologia e especialização em Harmonização Orofacial e Implantodontia.

Responsável por todos os procedimentos de harmonização orofacial e os procedimentos cirúrgicos; implantes, bichectomia, lipo de papada cirúrgica e sisos.



ANA CAROLINE FERRAZ

CRF-Pr 34420

Farmacêutica esteta, realiza procedimentos faciais e corporais como: toxina botulínica, preenchedores, protocolos de emagrecimento, flacidez e gordura localizada, harmonização de bumbum e a otomodelação, correção das orelhas de abano.



ISABELA RZEZNIK

CRO/PR: 31824

Pós-graduada em estética dental e especialista em prótese dentária. Atua como clínico geral, com ênfase em estética dental e reabilitações orais como: facetas de porcelana, próteses removíveis, próteses fixas e próteses sobre implantes.



LARISSA AMADO

CRO-Pr 33815

Cirurgiã dentista. Atua na Trait como clínico geral (restaurações, limpeza, clareamentos, extrações, etc.), além de se voltar para o atendimento de crianças. (Odontopediatria).



NATÁLIA GOMES DE SOUZA

CRO/PR 28745

Especialista e mestranda em Ortodontia. Atua como clínica geral e ortodontista, na Trait Odontologia.

FACE DOCTOR
REJUVENESCIMENTO FACIAL E CORPORAL

📞 42 99132-0826

📷 @facedoctorguarapuava_

Kerlin S. Zimmer
Editora Chefe



CARTA AO LEITOR

ORGULHO DO QUE REALIZOU EM 2023? OU SENTIMENTO DE PODERIA TER FEITO MAIS?

"ENTÃO É NATAL, E O QUE VOCÊ FEZ?
O ANO TERMINA, E NASCE OUTRA VEZ."
(ENTÃO É NATAL, SIMONE)

É normal nessa época do ano ficarmos mais reflexivos, a nostalgia bate à nossa porta. Ao mesmo tempo, à medida que nos aproximamos do final deste ano marcante, olhamos para trás e refletimos sobre os desafios superados, as lições aprendidas e as vitórias alcançadas. Em meio a um turbilhão de acontecimentos, cada um de nós trilhou um caminho que é único e significativo em 2023.

Agora, pause as suas atividades e tire alguns minutos para celebrar as conquistas, grandes ou pequenas, que contribuíram para o seu crescimento pessoal e profissional. Cada obstáculo superado foi uma oportunidade de aprendizado, e cada passo dado fortaleceu a jornada que moldou esse ano, o qual está prestes a se despedir.

Que 2023 seja um capítulo inesquecível em nossas vidas, assim como os muitos sorrisos que compartilhamos. Sorrir abre caminhos! Por isso a missão da Trait Odontologia é proporcionar muitos sorrisos e, conseqüentemente, abrir mais um milhão de oportunidades e alegrias. Olhe a Capa 02 Especial e as págs. 06 e 07 e sinta o poder transformador de um sorriso.

Gratidão por 2023. E que em 2024 continuemos, primeiramente, com muita Saúde, felicidades, que venha mais desafios para superarmos, mais conquistas, mais sabedoria e, claro, muito mais sorrisos compartilhados com que amamos e admiramos.

Feliz fim de ano a todos!

E que em 2024 possamos continuar sendo o seu canal de comunicação sobre Saúde.

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

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

6 CAPA

Josiane Gavlik Zandonai
conta além da rotina
odontológica na Trait
Odontologia



8

+ Saúde - Fake News:
Xixi em queimadura
de água-viva cura?

12

Relembre todas as
campanhas que tiveram a
participação da Dra. Eliana
Pires em 2023

14

A saúde mental de quem
está tentando engravidar

22

Janaína Naumann:
uma biomédica
incansável na luta pelo
desenvolvimento coletivo

26

Receitas geladas
e saudáveis

30

É possível viver uma
Vida de Facilidades,
Alegrias e Glórias?

32

Dicas para manter a
alimentação saudável
nas festas de fim de ano

33

A importância da
prevenção pela
Dra Amélia Araújo

36

+ Saúde Pet:
E se o meu pet precisar
fazer um exame?

41

+ Saúde para quem
tem pouco tempo

43

Cirurgia plástica,
autoestima e saúde mental:
qual a relação?

44

Clínica Patel comemora
um ano de sucesso em
Guarapuava

TRAIT®

Sorrisos saudáveis e clientes felizes



O foco principal é VOCÊ!

“A Trait nasceu de um sonho de ter todas as especialidades odontológicas em uma única estrutura”, é o que diz Josiane Gavlik Zandonai, cirurgiã-dentista (PR-CD-18867) e empresária. “Um atendimento humanizado, exclusivo, porém com a qualidade de ter uma equipe composta de especialistas. Sem perder a essência de atender famílias, como sempre falo, do netinho aos vovôs”.

Para Josiane, o trabalho realizado em sua clínica é tão importante por proporcionar sorrisos e, consequentemente, mais um milhão de oportunidades e alegrias. “O sorriso é a porta de entrada para qualquer pessoa. É só começar a conversar com alguém, que o seu sorriso vai transmitir emoção e sentimento. Infelizmente algumas pessoas não vivem o seu sorriso, por não gostarem, não se sentirem bem. E aqui na Trait, nós queremos que todos os pacientes vivam o seu sorriso, independentemente de sua classe social, proporcionando o tratamento que realmente se faz necessário. Não restauramos somente sorrisos, restauramos também as pessoas”.



Desenhando soluções de dentro para fora

Segundo a empresária, a equipe da Trait está em constante treinamento tanto na parte técnica, quanto no relacionamento com o paciente, proporcionando um atendimento de qualidade. “Nós somos uma família, e tratamos nossos pacientes como se fossem da nossa família, pensando em proporcionar o melhor sorriso e a sua saúde, que é o principal”, conta Josiane.

Os principais procedimentos da Trait são:

- + Clínico geral;
- + Implante Dentário;
- + Próteses;
- + Estética Dental e Facetas;
- + Restaurações;
- + Tratamento de Canal;
- + Cirurgia Geral;
- + Aparelhos Ortodônticos;
- + Odontopediatria.

Mas, de acordo com Josiane, o maior foco da clínica é na realização de implantes e instalação de facetas.

O que faz a Trait ser diferente, nas palavras de Josiane, é a estrutura física ampla, profissionais qualificados e em constante formação, consultórios confortáveis e estacionamento próprio. “Mas dois fatores são os principais: fazemos de tudo pelos nossos pacientes. Na sua consulta, é ele quem manda como quer ser atendido: ar frio ou quente, qual música escutar, o que assistir, tudo para seu conforto. E claro, prezamos sempre pelo paciente, fazemos somente o necessário e o que realmente o paciente precisa fazer para sua saúde e estética”.

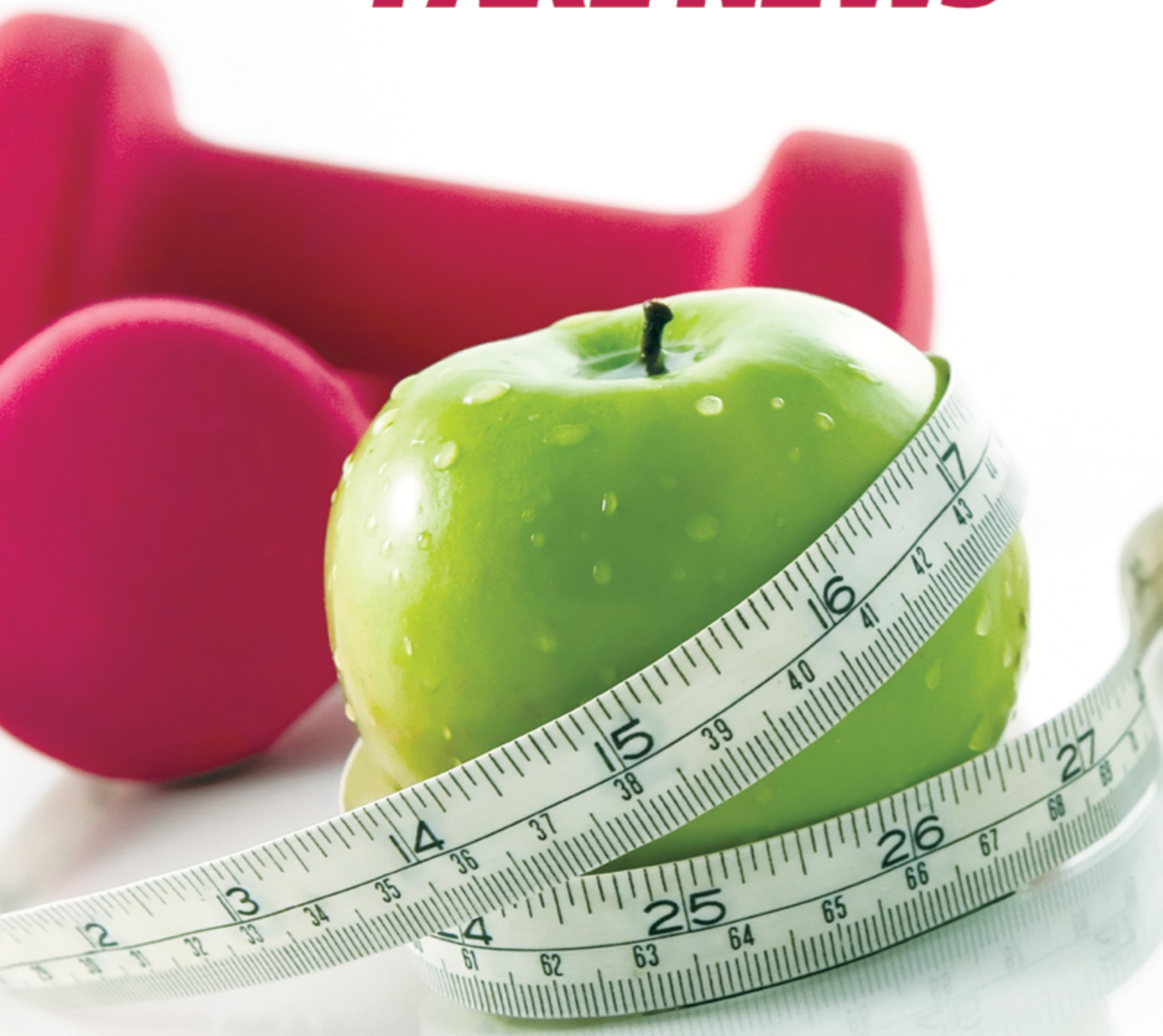
Para um futuro bem próximo, Josiane fala em expansão. “Com a chegada de mais profissionais, para o próximo ano queremos aumentar ainda mais nossa estrutura, com novos equipamentos, atualização de protocolos e procedimentos, tudo para aumentar o conforto e a qualidade dos nossos atendimentos”, finaliza.

TRAIT®

Odontologia e Estética

☎ 42 99900-4051 📷 @traitodontologia 📍 R. Padre Chagas, 3619 - Centro

+SAÚDE **—**FAKE NEWS



XIXI EM QUEIMADURA DE ÁGUA-VIVA CURA?



Sol, calor e férias chegando, para muitos é sinônimo de praia. E na praia podemos passar por alguns problemas como acabar levando uma queimadura de água-viva enquanto curte o mar. A partir daí, como proceder?

Falando em queimadura de água-viva, muitos se lembram do episódio de Friends, Aquele com a Água-Viva (04x01) em que o grupo viaja até a praia. Mônica acaba levando uma queimadura de água-viva e precisava que fosse feito algo para aliviar a dor e assim conseguir voltar para a casa de praia. Nesse momento, Joey, se lembra que viu em um documentário que fazer xixi na queimadura alivia a dor.

Por muito tempo, isto foi uma crença, porém não está certa.

Se for queimado por uma água-viva, não jogue água doce, álcool ou urina no ferimento, nem passe sabonete. O ideal é lavar a queimadura com bastante água do mar, fazer compressas com água salgada, soro fisiológico gelado também alivia a dor. Se os tentáculos da água-viva acabaram ficando na pele, é preciso retirá-los após a limpeza, e então fazer compressas de vinagre por 30 segundos, também para a dor.

Importante lembrar de aplicar o protetor solar na área afetada a cada duas horas, os raios do sol podem acabar piorando.

Fonte: <https://drauziovarella.uol.com.br/>

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

REDETVPLAY.COM.BR



Agora também em
PONTA GROSSA

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



@redetvplay
42 3624 4550

amootica



Neste Natal, veja o mundo com olhos cheios de magia e estilo! Para a AmoÓtica, cada visão é um presente especial. Celebre a beleza da temporada com um novo olhar.

Agradecemos por um ano incrível ao seu lado! Foi uma honra ser a ótica que cuidou dos seus olhos e proporcionou visões incríveis.

Gratidão por confiar em nós. Que em 2024, possamos continuar iluminando seu olhar com estilo e qualidade. **Feliz Ano Novo** e um sincero **muito obrigado** por fazer parte da nossa jornada!

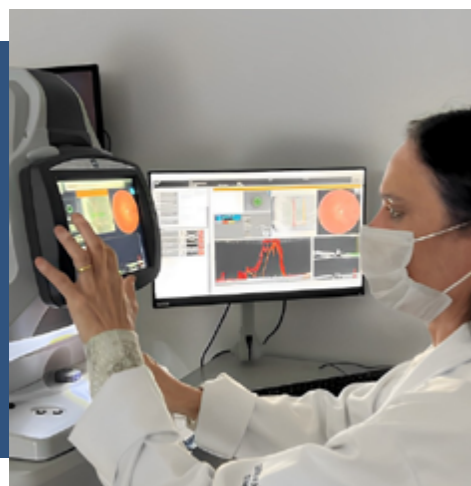
📍 Cel. Saldanha, 2360, Loja 2, Centro, Guarapuava 📞 42 3035-4488 📧 @amootica 📷 @amootica_gpva

RELEMBRE TODAS AS CAMPANHAS QUE TIVERAM A PARTICIPAÇÃO DA DRA. ELIANA PIRES EM 2023:



FEVEREIRO VISÃO NO ESPORTE

Campanha que alerta sobre os cuidados oculares relacionados à prática de atividades físicas, com a primeira edição realizada em fevereiro deste ano, que buscou conscientizar a população sobre os cuidados com a visão e a importância da prática de atividades físicas para a visão.



MAIO VERDE BRAZILIAN GLAUCOMA DAY

Em maio, a Dra. Eliana fez um convite a toda a população guarapuavana para participar da série de eventos sobre o Glaucoma, para a conscientização sobre a importância do diagnóstico e controle do glaucoma, além de contribuir com a formação dos acadêmicos de medicina.



JUNHO VIOLETA

Neste mês, a doutora chamou a atenção para o Ceratocone, uma doença que afeta a córnea e pode causar a perda de visão.



JULHO TURQUESA

Mês dedicado em alertar sobre a Doença do Olho Seco, que é desenvolvida principalmente por hábitos de vida, exposição às telas de LED, ar-condicionado, ar, poeira e vento.



AGOSTO DOURADO

Mês que foi dedicado a importância da doação de órgãos onde Dra. Eliana participou do "Mesa Redonda Transplante de Córnea" contribuindo com a formação dos acadêmicos de enfermagem e medicina.



SETEMBRO RETINOBLASTOMA

18 de setembro - Dia Nacional de Conscientização e Diagnóstico Precoce do Retinoblastoma. A Dra. Eliana participou de uma série de eventos para levar informação à população e propiciar aos acadêmicos de medicina um conhecimento aprofundado com o I Fórum de Retinoblastoma em Guarapuava.



OUTUBRO PROJETO VEJA BEM BRASIL

Em 28 de outubro com o atendimento das crianças com baixa visão escolares, Projeto de Extensão desenvolvido em parceria com o Centro Oftalmológico de Guarapuava, Lions Clube de Guarapuava e os Acadêmicos de Medicina da Liga Acadêmica de Oftalmologia.



NOVEMBRO AZUL DIABETES

Mês que foi dedicado a importância da prevenção da Retinopatia Diabética, acompanhada por mutirões de atendimento para diagnóstico de retinopatia diabética em todas as regiões do País.

A SAÚDE MENTAL DE QUEM ESTÁ TENTANDO ENGRAVIDAR

O que nós podemos fazer para apoiar quem está passando por esse momento?



A infertilidade é uma ocorrência que atinge muitos casais. Só que para além dos tratamentos físicos para que a gravidez aconteça, é importante também cuidar da saúde mental dessas

pessoas. Por conta disso, a psicóloga Thairine Guimarães Kachuba (CRP 08/23760), discute sobre a saúde mental de quem está tentando ter filhos e quais os distúrbios que isto pode desencadear.

FACETAS E LENTES E-MAX

Qualidade e precisão que fazem a diferença! A perfeição está ao seu alcance, combinando durabilidade excepcional e estética impecável para o seu paciente.

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

[@laboratorioklososki](#) [proteseklososki](#)




klososki
Dental Studio



Mais Saúde: Como é entendida a infertilidade e como ela pode afetar psicologicamente?

Thairine: A infertilidade, entendida como uma dificuldade de alcançar gravidez após 1 ano de relações sexuais regulares e sem uso de métodos contraceptivos, muitas vezes é um obstáculo inesperado pelos casais e acaba frustrando um objetivo de vida e até mesmo de identidade em um dos aspectos que compõe a vida adulta, a capacidade de reprodução.

A necessidade de lidar com o diagnóstico de infertilidade e com o próprio tratamento pode resultar em sofrimento psicológico que vai desde reações emocionais transitórias a formas mais graves de sintomatologia psicopatológica. Pesquisas apontam risco para o desenvolvimento de sintomas de depressão, ansiedade e estresse clinicamente significativos.

O estresse com relação ao tratamento assim como o medo de não conceber costumam estar relacionados à ansiedade, enquanto a depressão se relaciona a resultados negativos no tratamento. Tais sintomas podem receber influência de fatores diversos como diferenças de gênero, causas e duração da infertilidade, estágio da investigação diagnóstica e abordagem de tratamento, capacidade de adaptação ao problema e o sentido e motivação para ter filhos.

Mais Saúde: Quais os sofrimentos que isso pode trazer?

Thairine: Apesar de a condição da infertilidade poder ser transitória, o diagnóstico escancara uma ausência de controle das funções reprodutivas impactando diretamente sonhos e objetivos de vida. Torna-se um evento difícil para os casais e muitas vezes para suas famílias, exigindo reorganização de planos e objetivos alcançando até mesmo o aspecto financeiro. Isso tudo, somada a presença de pensamentos acerca da importância da parentalidade como objetivo essencial à vida e a rejeição de um estilo de vida sem filhos, pode resultar em sentimentos de choque, tristeza, raiva, frustração, perda de autoconfiança, sensação de derrota e falta de realização no papel de mãe-pai. Estudos apontam que emoções complexas relacionadas à infertilidade se assemelham à vivência de um luto.

A dificuldade em concretizar o desejo de filiação, abrangendo as expectativas dos papéis de gênero e o próprio processo do tratamento, podem gerar ainda conflitos e problemas de comunicação e de sexualidade entre o casal, como a dificuldade em lidar com a programação das relações sexuais (prática que integra algumas modalidades de tratamento) ou diminuição da satisfação sexual.

Outro sofrimento presente está relacionado a preocupações sociais, como a sensibilidade com comentários de outras pessoas, podendo resultar em isolamento social e alienação da família e amigos.

Esse impacto em diferentes áreas da vida pode levar a pessoa ao que chamamos de esquiva experiencial, que se caracteriza pela indisponibilidade para estar em contato com acontecimentos privados, como emoções difíceis o que pode induzir a por exemplo, afastamento de amigos e familiares para evitar falar ou ser questionado sobre filhos e assim entrar em contato com as emoções, embora antes esse contato fosse valioso para a pessoa.

Mais Saúde: Como alguém pode lidar psicologicamente com a infertilidade?

Thairine: Devido a processos de esquiva experiencial, ou seja, a evitação das experiências dolorosas relacionadas à infertilidade,

muitas pessoas acabam restringindo a vida e outras experiências ou concentrando toda sua energia e atenção exclusivamente à condição da infertilidade, se afastando de lugares, pessoas e atividades que considera valorosas. Essa estratégia funciona em curto prazo, afastando as emoções difíceis, mas ao mesmo tempo impede que a pessoa entre em contato com vivências que possam lhe proporcionar prazer.

Uma forma de lidar psicologicamente com a infertilidade é a ampliação da vida. Redescobrir pontos de conexão com a vida e investir neles. É claro que toda a complexidade emocional que acompanha a infertilidade não cessa com essa atitude, mas auxilia na regulação emocional diante de um evento tão estressor.

Outra forma de lidar com essa realidade se relaciona com o que chamamos de Humanidade compartilhada. Encontrar pessoas que passam ou passaram por experiências semelhantes para constituição de rede de apoio e troca de experiências pode ser muito importante, a fim de construir um lugar de partilha, segurança e compreensão acerca de seus sentimentos e pensamentos sobre a infertilidade.

Mais Saúde: De que maneira podemos ajudar quem está passando por isso?

Thairine: Estudos apontam para a dificuldade de pessoas com o diagnóstico de infertilidade em lidar com as cobranças sociais e familiares para se ter um filho. Isso contribui para comportamentos de esquiva de situações e pessoas que pudessem fazer perguntas ou comentários sobre uma possível gravidez. Diante dessa realidade, uma postura de escuta, acolhimento e validação das emoções do outro é fundamental.

Mais Saúde: Como a psicoterapia ajuda essas pessoas e qual a sua importância?

Thairine: A psicoterapia, através de estratégias como reestruturação cognitiva, psicoeducação, técnicas de relaxamento e atenção plena, identificação de valores, desenvolvimento de autocompaixão entre outras, oferece um espaço seguro de escuta e acolhimento para auxiliar que as pessoas possam aceitar a realidade e tomar ações comprometidas com seus valores e saúde. Com isso o processo de psicoterapia visa auxiliar que a pessoa busque uma vida que vale a pena ser vivida, não somente no momento e na possibilidade de alcançar uma gestação, mas que possamos construí-la desde já, no aqui e agora.



SBS Sul Brasil

corretora de seguros

NESTAS FÉRIAS, PROTEJA O SEU PATRIMÔNIO E VIAJE TRANQUILO.

Seguro Automóvel



Seguro de Viagem



Seguro Residencial



Desfrute as suas férias ao máximo sabendo que está protegido.

☎ 42 99935-0003 📞 42 3035-3334 📷 @sbssulbrasilcorretora 📱 @sbssulbrasil

Que tal **arrasar neste verão** com o corpo dourado?

Temos um novo aliado para te auxiliar a **chegar no**

BRONZE PERFEITO

BRONZE CAPS

☀️ Previne danos causados pelo sol

☀️ Previne o fotoenvelhecimento

☀️ Prolonga e potencializa o bronzeado

☀️ Um potente antioxidante

Formédica
GUARAPUAVA-PR



FILTRO SOLAR Cameleon

O uso de filtro solar é essencial para ter uma pele saudável, prevenir manchas e linhas de expressão fazem parte do cuidado diário.

Autocuidado aliado a tecnologia! descubra esse incrível **filtro solar que irá se adaptar ao seu tom de pele**, oferecendo uma excelente cobertura, garantindo uma pele bonita e protegida.

Formédica
GUARAPUAVA-PR



(42) 3035-1515

(42)9 8811-8752

formedicaguarapuava@hotmail.com

R. Vicente Machado, 1961, Guarapuava-PR

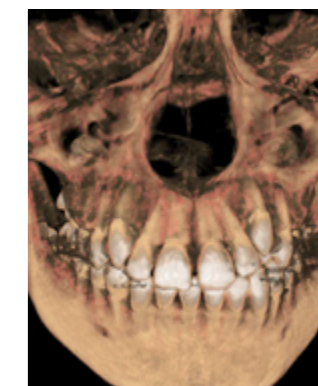
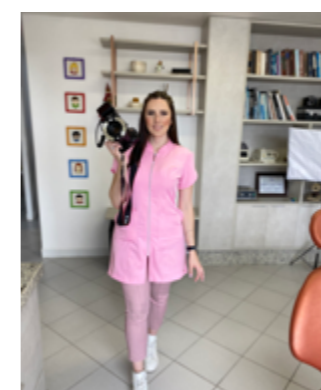
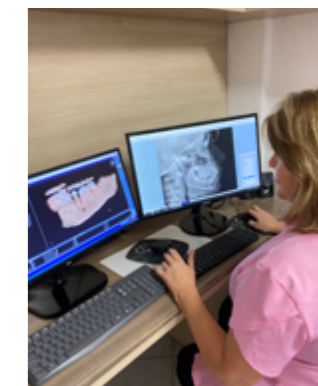
Parabenizamos todos os **dentistas** pelo compromisso com a **saúde bucal**.

Seu trabalho vai além do consultório, melhorando a **qualidade de vida** das pessoas, devolvendo a **autoestima** e **renovando sorrisos**.



Nossa **gratidão** por todo o esforço e seriedade em promover **saúde e confiança às pessoas**.

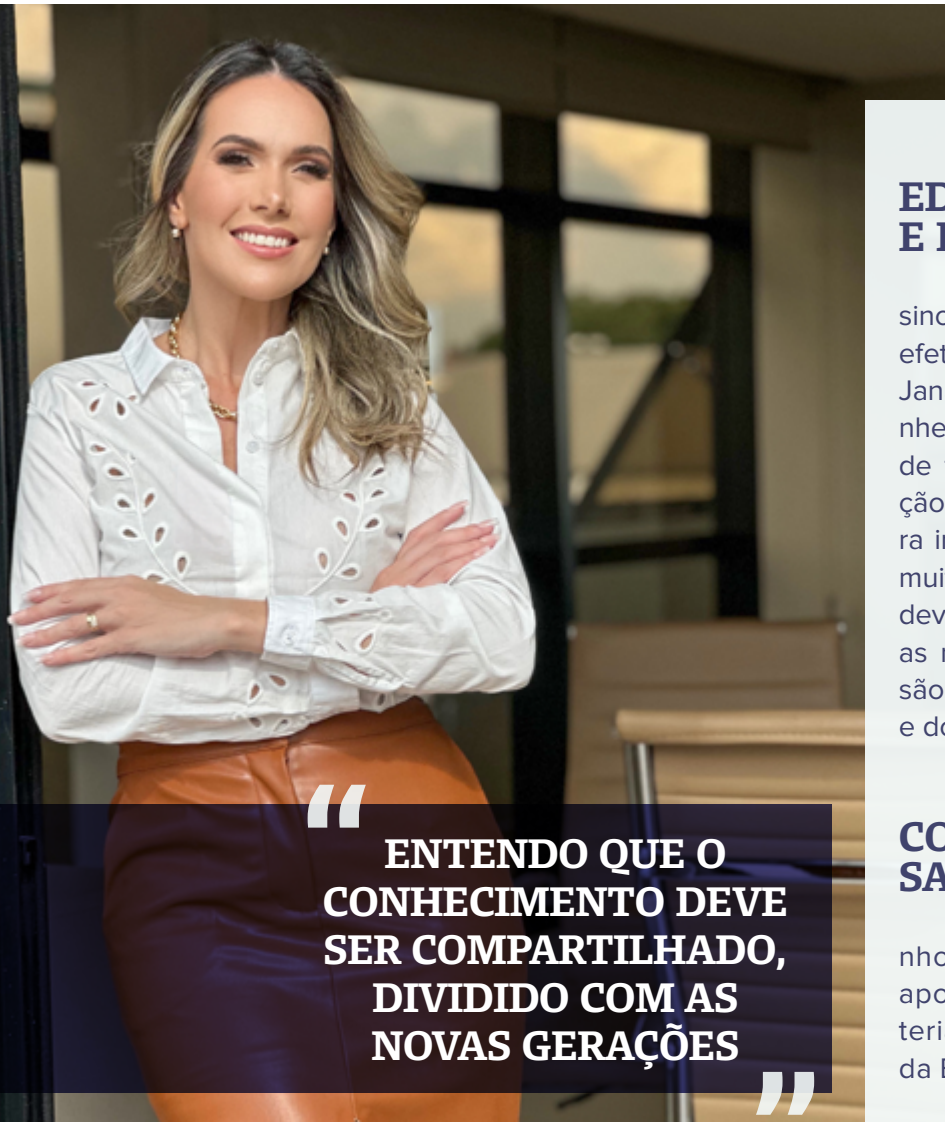
25 Anos OdontoX



Rua Quintino Bocaiúva, 1739,
Centro, Guarapuava

☎ 42 3623-3347

JANAÍNA NAUMANN: UMA BIOMÉDICA INCANSÁVEL NA LUTA PELO DESENVOLVIMENTO COLETIVO



“
**ENTENDO QUE O
CONHECIMENTO DEVE
SER COMPARTILHADO,
DIVIDIDO COM AS
NOVAS GERAÇÕES**
”

EDUCAÇÃO E DOCÊNCIA

Com uma carreira sólida no ensino superior e com atuação direta e efetiva no Instituto Janaína Naumann, Janaína compartilha seu profundo conhecimento com inúmeras gerações de futuros profissionais. Sua dedicação à educação fez dela uma mentora inspiradora, moldando o futuro de muitos. “Entendo que o conhecimento deve ser compartilhado, dividido com as novas gerações, que na verdade são o futuro do município, do Estado e do País”, afirma.

CONTRIBUIÇÃO À SAÚDE PÚBLICA

Janaína também desempenhou um papel fundamental como apoiadora do Programa Interministerial Mais Médicos do Ministério da Educação e Ministério da Saúde.

Sua colaboração e orientação foram cruciais, destacando seu compromisso com o bem-estar da sociedade. “Contribuir para o fortalecimento da área da saúde na região foi fundamental, pois a Saúde Pública deve ser referência para os cidadãos”, explica Janaína.

ENVOLVIMENTO EM QUESTÕES SOCIAIS

Janaína têm desempenhado um papel importante na ampliação da conscientização sobre questões sociais, chamando a atenção para problemas e desafios que muitas vezes são negligenciados. Sua voz e influência têm sido uma força motriz para a mobilização de recursos e engajamento da comunidade em prol de causas nobres.

Seu trabalho em projetos sociais também reflete seu compromisso em promover a igualdade de oportunidades e a justiça social. Atuando como um agente de mudança, criando impacto positivo na vida daqueles que precisam de apoio e na sociedade como um todo.

“
**DESENVOLVER O SETOR
ECONÔMICO É CONTRIBUIR
PARA O DESENVOLVIMENTO
DIRETO DA CIDADE, NA
GERAÇÃO DE EMPREGO E RENDA
E NA MELHORIA DA QUALIDADE
DE VIDA DAS PESSOAS**
”



PAPEL POLÍTICO E DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO

Além de suas realizações na área da saúde e educação, Janaína Naumann também é empresária e ocupa uma posição de destaque no cenário político de Guarapuava como secretária de Desenvolvimento Econômico. Sua experiência e habilidades gerenciais a tornam uma líder fundamental no desenvolvimento da cidade, impulsionando a economia e criando oportunidades para seus habitantes. “Este é um dos meus maiores desafios, mas tenho certeza que estamos no caminho certo. Desenvolver o setor econômico é contribuir para o desenvolvimento direto da cidade, na geração de emprego e renda e na melhoria da qualidade de vida das pessoas”, destaca a biomédica.

Não só na autarquia federal, Janaína também tem experiência em Gestão Pública junto à Secretaria de Estado do Planejamento do Paraná, como Coordenadora do Paraná Produtivo da nossa região.

Como gestora pública, Janaína tem sido elogiada por sua visão abrangente e capacidade de planejamento. Ela utiliza análises detalhadas e consultas com a comunidade para identificar prioridades e desenvolver soluções eficazes para problemas complexos. Sua abordagem é guiada por princípios éticos e um compromisso incansável com a transparência e responsabilidade.

Além disso, Janaína demonstra uma verdadeira paixão pelo bem-estar dos cidadãos e pela promoção do interesse público. Ela está sempre buscando maneiras inovadoras de melhorar os serviços públicos, garantindo que sejam acessíveis, eficientes e atendam às necessidades da população.

Sua capacidade de construir parcerias e colaborar com diversos setores é notável. Ela reconhece a importância da cooperação entre governo, sociedade civil e setor privado



para alcançar resultados significativos. Sua busca pela excelência nos serviços públicos tem sido motivo de inspiração para sua equipe e para aqueles que trabalham em conjunto com ela.

Janaína Naumann é um exemplo de líder na gestão pública, com o compromisso, habilidades e visão que contribuem para uma governança eficaz e uma comunidade próspera. Sua dedicação em servir ao público gera impacto positivo e reflete diretamente na melhoria da qualidade de vida dos cidadãos.



Cartão **Sicredi** MasterCard Black

Conte com
ele para viver
experiências
únicas!



**Peça já o
seu cartão
e aproveite
todas essas
vantagens:**

- Mastercard Surpreenda;
- Viagem Segura;
- Isenção de Rolha;
- Aceito no Brasil e Exterior;
- Seguro médico em viagens;
- MasterSeguro de Automóveis;
- Programa de Recompensa;
- Assistência Global de Emergência;
- E muito mais!



Escaneie o QR code
e saiba mais sobre
os benefícios.

 **Sicredi**

SAC - 0800 724 7220 / Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525
Ouvidoria - 0800 646 2519


Instituto
JANAÍ

f @janainanaumannpr

@janainanaumannpr



RECEITAS GELADAS E SAUDÁVEIS

Pratos ideais para aproveitar o seu verão



SORVETE DE BANANA

Ingredientes

- + 2 bananas congeladas;
- + 6 morangos congelados;
- + 1 colher de sopa de leite em pó desnatado.

Preparo

Bata no liquidificador ou no processador ou com a ajuda de um mixer as bananas e os morangos congelados aos poucos, quanto mais bater mais cremoso irá ficar.

Para servir coloque por cima geleia de frutas ou granel e está pronto!

O verão chegou e chegou com tudo! Para se refrescar neste calor, mas sem deixar de ter uma alimentação saudável, a nutricionista Jéssica Antunes (CRN8-11667) trouxe mais algumas receitas geladas para você aproveitar.



SORVETE DE BANANA COM PASTA DE AMENDOIM

Ingredientes

- + 4 bananas congeladas;
- + 1 colher de sopa de pasta de amendoim;
- + 2 colheres de sopa de amendoim torrado moído.

Preparo

Bata no liquidificador ou no processador ou com a ajuda de um mixer as bananas com a pasta de amendoim, quanto mais bater mais cremoso irá ficar.

Para servir misture o amendoim torrado e está pronto!

CONTÁBIL Angélico

A **Saúde Financeira** da sua empresa reflete na sua **Saúde Mental**.

Contas em dia significa uma vida com mais **leveza e bem-estar**.

Fabiano Angélico
CRC PR 043.912 0/4

☎ 42 99108 3221 ☎ 42 3622 0634 ✉ contabilangelico@yahoo.com.br

📍 Rua Guaíra, 3191, sala 102, Centro, Guarapuava, Paraná

SORBET DE MANGA

Ingredientes

O sorbet é um sorvete SEM LEITE, que você come na hora. Você só precisa da fruta madura e congelada! No caso 2 Mangas bem maduras congeladas (congele por 4 horas) e caldo de metade (1/2) de 1 limão.

Preparo

Com a fruta descascada, bata no liquidificador em modo pulsar e acrescente o caldo do limão. Bata por 10 min. para que atinja a consistência mais cremosa semelhante ao sorvete e pronto!

Dica: Você pode consumir 200mL dessa sobremesa (ou seja, 1 copo americano) com 1 colher de aveia, ou linhaça, ou chia para atraparlar a absorção de açúcar.



BOMBOM GELADO FIT

Ingredientes

- + Bananas picadas em rodela médias;
- + Pasta de amendoim;
- + Chocolate meio amargo com 60% de cacau derretido.

Preparo

Pique as bananas em rodela médias, passe 1 ponta de faca de pasta de amendoim em uma rodela de banana e junte com a outra parte e passe no chocolate derretido. Leve para gelar por 1 hora e está prontinho.



CREME DE PAPAYA LIGHT

Ingredientes

- + 1/2 mamão papaya;
- + 1 copo de iogurte natural desnatado;
- + 1 colher de chá de geleia de frutas vermelhas.

Preparo

Bata no liquidificador ou com a ajuda de um mixer, o iogurte com o mamão papaya. Coloque numa taça ou em mini-copinhos e leve à geladeira para esfriar, para servir coloque por cima a geleia de frutas e está pronto!



Recupere seu sorriso com nossas próteses parciais e totais!

Entre em contato conosco e saiba mais.



Agende agora mesmo seu atendimento.



DHS
ODONTOLOGIA

+55 42 99109-1841 +55 42 3035-4050

@dhsodontologiaguapuva /dhsodontologiaguapuva

R. Quintino Bocaiúva, 1603 - Centro - Guarapuava - PR, 85010-300

É POSSÍVEL VIVER UMA VIDA DE FACILIDADES, ALEGRIAS E GLÓRIAS?

A terapeuta, coach e palestrante, Jana Gomes Bonete responde



É sim possível, e Jana ainda esclarece que viver a Vida com mais leveza não é uma vida sem infortúnios e dissabores, mas aprender a manejar as emoções e usar a inteligência emocional de maneira que a mudança vem de dentro, da forma como se encaram os desafios.

Muitas pessoas perguntam para a Jana como ela realiza tantas atividades, como ser Presidente do Rotary Guairacá, membro da Associação das Mulheres Empreendedoras de Guarapuava e muito mais, além de ser mãe, esposa e trabalhar com o marido na sua empresa. Ela responde que corre as Barras de Access frequentemente, isso possibilita a liberação de pensamentos acelerados, clareza mental e consciência.

Atuando como Terapeuta Integrativa, Jana enfatiza que as Barras de Access foram reconhecidas como Pics. Práticas e Integrativas Complementares pelo Sus e que visam atuar de forma coadjuvante com os tratamentos convencionais já sendo adotadas em vários municípios do país. **Se você está em busca de uma transformação profunda em sua vida, então as Barras de Access são para você!**

O que são Barras de Access?

Uma terapia energética que utiliza toques suaves em pontos específicos da cabeça para liberar bloqueios e padrões limitantes. Esses pontos são chamados de "barras" e representam diferentes aspectos de nossa vida, como dinheiro, relacionamentos, corpo, criatividade... Ao receber uma sessão de Barras de Access, você experimentará uma sensação de profundo relaxamento e bem-estar. É como um peso tirado dos ombros, se libertando de crenças e emoções negativas que impedem de viver plenamente.

Os benefícios das Barras de Access são inúmeros: melhora a qualidade do sono, reduz o estresse e ansiedade, aumenta a clareza mental, maior criatividade e motivação, melhora nos relacionamentos e na saúde física, além de uma sensação geral de paz e felicidade. Imagine como seria maravilhoso se você pudesse se livrar de todas as limitações? Isso é totalmente possível com as Barras de Access!

"Em apenas uma sessão eu já consegui ter mais clareza e discernimento em algumas situações do cotidiano, sem contar o bem-estar que senti no pós barras. Procurei a Jana para a sessão de barras por estar com dificuldade para dormir, passava a noite com muitos pensamentos e cérebro carregado, acordava extremamente cansada e com a sensação de passar a noite trabalhando. Após correr as Barras, senti que algumas abas do meu cérebro foram 'encerradas' para novas serem abertas e eu poder ver com mais consciência o todo. Recomendo a todos essa experiência", Denise Holzer. Essa é apenas uma das inúmeras experiências maravilhosas de quem já correu as Barras de Access.

Importante procurar uma terapeuta qualificada, as Barras somente podem ser corridas presencialmente, não é aconselhado a mistura de outras técnicas e com músicas ou cheiros.

Conheça a técnica e descubra o real sentido de levar uma Vida com Facilidades, Alegrias e Glórias aproveitando todo o potencial que existe dentro de você. **A vida é curta demais para viver presa em padrões negativos** e devemos levá-la mais leve e grandiosa.



Siga Jana nas redes sociais:

@janagomesbonete @accessaromaterapia

Rua Saldanha Marinho, 604, Trianon

42 99107 9512



Há 25 anos apaixonados pela educação.

Educação Infantil e Ensino Fundamental

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

NOVIDADE
TURMAS DE 1 A 3 ANOS MATUTINO
CLUBE DE INOVAÇÃO



Nossos parceiros:



www.escolasantateresinha.com

DICAS PARA MANTER A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NAS FESTAS DE FIM DE ANO

Várias festas e confraternizações podem nos fazer cometer exageros



É certo que final de ano as comemorações e confraternizações nos fazem desistir de manter uma alimentação saudável e cair na tentação de sairmos totalmente da “dieta”, mas com algumas estratégias bem simples, podemos minimizar os “danos”. Confira as dicas da nutricionista Carol Mattiello (CRN8-7404) para essa época do ano:

1. Mantenha a sua rotina de exercícios físicos e alimentação saudável;
2. Hidrate-se bem, alguns chás podem auxiliar a desinchar como cavalinha, dente de leão e gengibre;
3. Capriche na ingestão de frutas frescas e verduras, alimentos ricos em compostos bioativos, principalmente nas sobremesas e modere nos doces;
4. Tenha boas noites de sono;
5. Inclua uma boa porção de proteínas na maioria das suas refeições, isso ajudará na saciedade, evita perda da massa muscular, além da proteína ter seu efeito termogênico natural;

6. Comece o seu dia com uma refeição moderada em carboidratos, mas sempre com uma proteína junto: ovos, cottage, ricota, atum, iogurtes, iogurtes com whey. Evite começar o dia com muitas guloseimas, bolachas, bolos, começar o dia assim irá desregular sua insulina. Principalmente se você sabe que o jantar será uma confraternização de final de ano, onde a variedade de guloseimas pode ser enorme;

7. Coloque limite na bebida alcoólica, um dos grandes vilões do aumento de peso.

“Festas, feriados, confraternizações sempre irão existir, e podem ser encaradas com inteligência. Lembre-se: uma restrição severa do dia para a noite não é o que dará resultado, e sim a qualidade da sua rotina, e aquilo que você manteve saudável o ano todo. Mas se você seguiu seu planejamento alimentar o ano todo, comeu de forma saudável, realizou exercícios, não se desespere, o segredo sempre é manter o equilíbrio!”, orienta Carol Mattiello.

A IMPORTÂNCIA DA PREVENÇÃO PELA DRA AMÉLIA ARAÚJO



Fazer um check-up cardiológico regular é crucial para preservar a saúde do coração e prevenir potenciais problemas cardiovasculares. O coração desempenha um papel vital em nosso bem-estar global, bombeando sangue e nutrientes para todas as partes do corpo. O check-up cardiológico fornece uma avaliação abrangente do estado cardiovascular, identificando e prevenindo os fatores de risco.

Além da detecção precoce, o check-up cardiológico é essencial para promover a conscientização sobre hábitos de vida saudáveis. O cardiologista pode fornecer orientações sobre dieta, exercícios e estratégias para reduzir o estresse, todos elementos-chave na prevenção de problemas cardíacos. Adotar um estilo de vida saudável pode reduzir significativamente os fatores de risco e melhorar a qualidade de vida geral.

A prevenção é a chave para um coração saudável, e esses exames fornecem a base para intervenções proativas, ajudando as pessoas a viver uma vida mais longa e plena. Cuidar do coração é cuidar do nosso bem-estar global, e o check-up cardiológico é uma ferramenta valiosa para promover a saúde integral.



Dra. Amélia Cristina Araújo

CLINICA DE CARDIOLOGIA & ECOCARDIOGRAFIA
CRM-PR 22835 RQE 26128

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

REGISTRO DE PONTO POR APLICATIVO:

O remédio certo para controlar sua equipe

Saúde é o bem mais precioso que possuímos. Por isso, garantir que sua equipe esteja sempre em seu consultório à disposição de seus pacientes é essencial! O atendimento em empresas da área da saúde exige controle preciso e facilitado para realizar, com eficiência, a gestão de horas trabalhadas, horas extras e todas as formas de totalizar a jornada de trabalho.

Investimento com melhor custo benefício! Seu consultório pode optar por realizar a gestão de horas através de aplicativo de ponto, ou em conjunto com equipamentos relógio ponto, implementando disciplina e controle nas equipes, sejam com horários fixos, flexíveis e até com horários de escalas complexas.



A transparência é o maior benefício junto com sua equipe. Acompanhar como está o espelho ponto diretamente pelo aplicativo, e encaminhamentos de marcações esquecidas e ausências de atestados

e outros eventos são encaminhados pelo próprio funcionário ao RH, diretamente do aplicativo instalado no celular do colaborador. Nosso sistema permite acesso completo dos gestores para verificação de relatórios e diversas informações para auxiliar na tomada da melhor decisão de assuntos do departamento pessoal.

Muita inovação, tecnologia e performance incrível do Programa de Ponto PTRP, realizar os procedimentos para a geração do espelho do ponto é muito facilitado, e trazem ganho de tempo para sua equipe focar em produtividade e excelência. Tudo isso sempre de acordo com as determinações da legislação trabalhista vigente. Ao investir em controle de jornada de trabalho, seu consultório, clínica ou hospital evita, em média, 15% de pagamentos indevidos motivados pela falta de controle, além de um ganho médio de 12% sobre a produtividade com a gestão de pontualidade com a diminuição de atrasos e saídas antecipadas. Entre em contato com nossos especialistas e descubra como a Crachá Digital vai melhorar a saúde do seu RH.



**CRACHÁ
DIGITAL®**
Relógio Ponto



TECNOLOGIA E INOVAÇÃO PARA FACILITAR O DIA-A-DIA NO SEU CONSULTÓRIO

- 100% Web - Cloud - Nuvem
- Atendimento integrado ao usuário
- 100% de acordo com a legislação
- Portabilidade
- Compatível com qualquer REP - Relógio Ponto
- Compatível com qualquer folha de pagamento
- Fácil de operar
- Registro de ações
- Recursos avançados
- Múltiplos relatórios

NOSSOS APLICATIVOS



FAZENDO
HORA



HORA DO
PONTO



SUPERVISOR
REPP

FUNCIONALIDADES E SOLUÇÕES PARA OTIMIZAR E AGILIZAR CONSULTÓRIOS, CLÍNICAS E HOSPITAIS



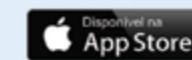
crachadigital.com.br
 (42) 3622-6882

Rua Professor Becker, 2369
Centro - Guarapuava/PR
comercial@crachadigital.com.br

crachadigital.com.br

(42) 3622-6882

Rua Professor Becker, 2369
Centro - Guarapuava/PR
comercial@crachadigital.com.br



SCANEIE
E FALE AGORA
COM NOSSO TIME
DE ESPECIALISTAS



+ SAÚDE

PET



E SE O MEU PET PRECISAR FAZER UM EXAME?

Não pensamos muito, mas nossos amigos também precisam fazer exames

Ao longo de todo o ano nós falamos aqui na Revista + Saúde de várias doenças que os pets podem acabar contraindo, além de outros cuidados que os tutores precisam ter com os seus animaizinhos.

A ideia de realizar exames, tanto de rotina quanto para investigar algum problema, está mais associada a nós, humanos. Porém, os nossos melhores amigos, nossos pets também precisam cuidar da sua saúde e ficam doentes.

A Animal Lab é o lugar cujo objetivo é atender a essa demanda das clínicas e médicos veterinários parceiros, garantindo o maior e mais rápido diagnóstico de doenças na rotina de pequenos e grandes animais.

Conheça a Animal Lab

Criada em 2019 pelas médicas veterinárias Renata Domingos Prigol e Tina De Rocco, a Animal Lab oferece exames:

- Hematológicos;
- Bioquímicos;
- Análises de líquidos;
- Parasitológico;
- Dermatológicos;
- Microbiologia;
- Dosagens hormonais;
- Imunologia;
- Biologia molecular;
- Citológicos;
- Testes alérgicos.

Além disso, a Animal Lab conta com a clínica veterinária para a realização de cirurgias e emissão do Certificado de Viagem Internacional (CVI).



Tina De Rocco e Renata Domingos Prigol

ANIMAL LAB



(42) 3626-3353

tina_derocco@hotmail.com

R. Cel. Saldanha, N° 2252
Centro, Guarapuava, PR



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.**

GRÁFICA POSITIVO AQUI

+ SAÚDE

PARA QUEM TEM POUCO TEMPO

Primeiro transplante de olho inteiro no mundo é realizado

Ocorreu em Nova York, o paciente é um homem que sofreu um acidente elétrico de alta tensão relacionado ao trabalho e acabou desfigurando o lado esquerdo de seu rosto. O procedimento é pioneiro, pois até então só eram realizados transplantes de córnea.

Em um primeiro momento, o transplante só teria função estética, porém, os cirurgiões responsáveis não descartam a possibilidade de que o nervo óptico do olho se ligue ao cérebro, recuperando a sua visão por conta dos vários estudos que procuram uma solução para o caso.



Projeto que amplia direito da mulher a acompanhante em serviços de saúde é aprovado

Atualmente a lei permitia direito a acompanhante somente durante o trabalho de parto, o parto em si e no pós-parto. Aprovada pela Câmara dos Deputados, a atualização amplia o direito a qualquer procedimento de saúde que seja maior de idade, sem que precise de notificação prévia.

Ainda segundo a proposta, qualquer procedimento que tiver algum tipo de sedação ou rebaixamento do nível de consciência e não indicar um acompanhante, a própria unidade deverá indicar, de preferência uma profissional da saúde do sexo feminino, sem custo adicional ao paciente.

Novo medicamento para queda de cabelo é aprovado pela Anvisa

O remédio trata alopecia areata, doença autoimune que provoca queda de cabelo. De acordo com pesquisadora da Unicamp, o remédio possui um “perfil mais seguro” com menos eventos adversos do que as opções de tratamento atuais com corticoides e imunossuppressores.

Outro fator importante lembrado é que a alopecia é difícil de ser tratada pela imprevisibilidade, podendo responder ou não ao tratamento. Por isso, novas opções são bem-vindas.





CIRURGIA PLÁSTICA, AUTOESTIMA E SAÚDE MENTAL: QUAL A RELAÇÃO?

Dr. Chehade Wadiah Tahech

Cirurgião Plástico | CRM PR11263

Os debates sociais acerca da autoestima, da saúde mental e da imagem pessoal há muito tempo integram nossa rotina. No Brasil, há um certo tempo também, essas discussões incluem procedimentos e intervenções, como a cirurgia plástica. Isso porque nosso país já liderou e se mantém entre os que mais realizam esse tipo de procedimento.

Mas, se por um momento, essa posição gerou debates profundos sobre a relação das cirurgias plásticas aos conceitos de imagem e padrões corporais normativos, atualmente, enxergar esses procedimentos a partir dessa ótica revela um olhar reducionista e prematuro. Será mesmo a vaidade ou pressão social os motivadores exclusivos de todos aqueles que buscam esse procedimento no país?

Minha experiência profissional de mais de 30 anos de atuação no mercado e, sobretudo, o diálogo diário com pacientes, me reafirma que não. A cirurgia plástica

tem um papel fundamental no fortalecimento da autoestima e, por consequência, em uma série de transformações para o indivíduo como maior sociabilidade, autoconfiança, qualidade de vida. Há melhora no bem-estar emocional, na redução de ansiedade, nas interações sociais diárias. Esses elementos são considerados base no processo de construção individual de autoconfiança, uma palavra-chave para nossas relações atuais, tanto na esfera pessoal quanto profissional.

Outro ponto muito interessante a se destacar é que atualmente, pesquisas em periódicos já relacionam, de forma positiva, a cirurgia plástica ao combate aos comportamentos purgativos, os quais são considerados problemas de saúde mundial: indução do vômito, utilização de laxantes, clisteres, diuréticos ou realização de exercício físico excessivo. É preciso responsabilidade e seriedade quando abordamos esse tema

justamente porque as possibilidades de busca imediata por resultados, quando não há acompanhamento profissional especializado, são perigosas.

Um profissional experiente e especializado poderá avaliar junto com seu paciente, o quadro atual de saúde física e mental existente, alinhar suas expectativas e orientar sobre os caminhos recomendados, bem como sobre os procedimentos adequados e sugeridos, em uma perspectiva individual e singular.

Neste sentido é importante ter consciência que de forma alguma a cirurgia plástica resolverá todos os problemas de um indivíduo com sua confiança ou satisfação pessoal com o corpo. A cirurgia plástica é um instrumento que é parte de um processo contínuo de construção de autoestima e será uma grande aliada, também, na construção de um estilo de vida saudável, a partir da satisfação e saúde do corpo e da mente.



Endereço

R. Prof. Becker, 2263
Sala 02, 2º Andar,
Guarapuava, PR



Telefone

(42) 3623-3041

CLÍNICA PATEL COMEMORA UM ANO DE SUCESSO EM GUARAPUAVA

“Neste primeiro ano, superamos desafios, aprendemos muito e evoluímos constantemente. Eu atuo na estética avançada há 5 anos e até o final de 2022, eu atendia somente em Entre Rios”, conta a Dra. Nilane Patel (CRBM6: 2832), bióloga esteta responsável pela clínica e empresária. “Devido à distância e espaço físico, senti a necessidade de expandir a clínica e trazer ela para mais perto de mim, em Guarapuava, e hoje, completamos um ano de sucesso!”.

Segundo a Dra. Nilane, durante um ano, ela diz que puderam ter a oportunidade de transformar vidas e elevar a autoestima dos clientes. “Cada tratamento realizado foi pensado com carinho e dedicação, visando proporcionar resultados incríveis. Aproveito para agradecer a todos que confiaram em nosso trabalho e nos permitiram fazer parte dessa jornada. Nossa equipe está ansiosa para continuar oferecendo os melhores serviços e inovações em estética avançada para vocês!”.

Procedimentos e soluções

“Na nossa clínica, oferecemos uma variedade de tratamentos, todos voltados para a harmonização facial e/ou corporal. Conosco, é possível prevenir ou melhorar a aparência de rugas faciais com a aplicação de toxina botulínica. Ainda, essa mesma substância pode ser utilizada para o tratamento da hiperidrose (suor em excesso)”, afirma a biomédica.

Outros procedimentos são oferecidos na clínica:

✦ Preenchimentos faciais, que associado a outras técnicas, realiza-se a tão sonhada harmonização facial;

✦ Aplicação de Bioestimuladores de colágeno e fios de PDO, os quais tem o principal objetivo de estimular muita produção de colágeno facial e/ou corporal.



Dra. Nilane Patel (CRBM6: 2832)



“Dentre todos os procedimentos realizados, os mais buscados pelos nossos clientes são a toxina botulínica e o preenchimento labial, e confesso, que é o que eu mais amo fazer!”, comenta a doutora.

“É importante comentar, que para a realização de cada procedimento, é necessária a realização de uma consulta, na qual eu reservo um período da minha agenda especialmente para entender qual a necessidade e objetivo do nosso cliente, a fim de realizar o procedimento mais adequado para responder às suas expectativas”, lembra.

Capacitando novos profissionais

Além da realização de procedimentos, a Clínica Patel também oferece uma variedade de cursos para capacitação de profissionais injetores, para a atuação na estética básica até a mais avançada, ministrados por Nilane e sua equipe de professores.

“Eu atuo diretamente na estética avançada, ministrando os cursos de Toxina botulínica (básica a avançada), preenchimentos faciais com ácido hialurônico, Bioestimuladores de colágeno e fios de PDO. Em relação aos cursos ofertados pela minha equipe, temos: limpeza de pele, microagulhamento, PEIM (procedimento estético injetável para microvasos), intradermoterapia e jato de plasma”, explica.

Todos os cursos são ofertados na modalidade VIP e/ou em grupo.



CLÍNICA PATEL

SAÚDE & ESTÉTICA

R. Brg. Rocha, 2072 - Centro, Guarapuava

(42) 99990-4435

NOVAS PROPRIETÁRIAS

GISLENE PAULOVSKI E ANNIELY MELLO



NOVA FASE

Na agitada paisagem urbana da moda, emerge como um farol de reinvenção e inovação.

Com uma visão fresca e contemporânea, a reinauguração da 92 st é mais do que uma simples mudança de gestão, é uma celebração de uma parceria duradoura entre as novas proprietárias e seus clientes.

Esteja preparada para se apaixonar em cada peça que elas preparam para vocês.

Venha visitar a 92st em sua NOVA FASE.



☎ (42) 9979-1440

📷 @st_92

📍 Quintino Bocaiuva 2085, centro. Guarapuava PR

ODONTHOMAZ

GUARAPUAVA

RUA AZEVEDO PORTUGAL, 753 - CENTRO - GUARAPUAVA

(42) 98403-1008 | (42) 3627-6051



TUDO PARA SEU CONSULTÓRIO E PRÁTICA ODONTOLÓGICA